

生活環境づくり

移乗用具の選定

はじめに

高齢化社会の到来とともに日常生活に介護を要する要介護者が増加し、家族による介護を社会サービスで担う介護保険制度が平成12年度よりスタートしました。

介護保険制度では、介護が必要な状態となった場合には介護サービスを利用して、自立した生活のため、能力を維持し、向上させるようにすることが大切であると考えられます。

しかし、様々な介護サービスが提供されるようになったとはいえ、介護サービスに従事する職員の腰痛問題や、最も介護負担の大きい移乗について、介助量の大きさに関係なく人的介助を行っていたり、家族の介護軽減を図るため導入された福祉用具がうまく使えていないなどの相談も増えてきています。そのようなことが起こらないためにも介助者が自分の身体の正しい使い方や、移乗を手助けする移乗用具を活用できるように知識を習得する必要があります。

そこで、今回移乗動作に関する福祉用具について、ベッドから車いすなど移乗に関する介護軽減を図るための移乗用具の見方や選定の仕方、使用の仕方、注意点などを冊子にまとめました。介護支援専門員や施設職員などさまざまな介護に従事する専門職の方々に、移乗用具について理解を深めるためにこの冊子を活用して頂ければ幸いです。

目次

はじめに

第1章 移乗動作における福祉用具の考え方	1
1 支援する際の基本的な考え方.....	1
2 移乗動作が安楽でかつ効率的に行われるために.....	1
第2章 移乗（トランスファー）について	2
1 移乗とは.....	2
2 移乗を行なう際の基本原則.....	2
3 移乗を行うときに評価すること.....	2
4 移乗技術の限界とあり方.....	3
第3章 移乗介助時の身体の使い方	4
1 脊椎の構造と姿勢の変化に伴う椎間板内圧.....	4
2 移乗介助時の身体の使い方.....	5
第4章 移乗用具の種類と機能	6
1 移乗用具の種類.....	6
2 ホイストの種類と適応.....	7
3 吊り具の種類と適応.....	8
第5章 福祉用具を利用した移乗方法	9
1 能力に合わせた移乗動作.....	9
2 福祉用具の選定と移乗動作.....	10
3 状態別の移乗方法.....	11

〈参考〉

○ 引用・参考文献

1 支援する際の基本的な考え方

高齢や障害で介護が必要な状態となっても、自分の持っている力を最大限に活用し、自立した生活が送れるように支援していくことが大切です。

福祉用具は、本人が能力を発揮できるように補助する道具であり、また介助者の負担を軽減させる道具でもあります。よって、福祉用具を考える前に、まずは本人の能力がどの程度あるのかを把握する必要があります。その上で、介助が必要なのか、福祉用具が必要なのかを検討しましょう。

優先順位

- 
- 第1位 本人自身の最大限のできる能力
 - 第2位 本人自身の最大限のできる能力 + **福祉用具の活用**
 - 第3位 本人自身の最大限のできる能力 + 介助
 - 第4位 本人自身の最大限のできる能力 + 介助 + **福祉用具の活用**

2 移乗動作が安楽でかつ効率的に行われるために

日常生活のなかで、様々な行為をするときに必ず必要になるのが移動や移乗です。1日の生活で何度も行われるため、本人や介助する人にとって安全で負担にならない方法を考える必要があります。移乗を行う場合で、以下のポイントについてまず考えましょう。

【観るポイント】

本人に疲労感はないか
時間がかかりすぎないか
道具の操作が複雑ではないか

安全性

注意があるのか
危険性を理解できるのか
できる能力はあるのか
道具操作能力はあるのか

効率性

介護軽減

介護者の道具操作能力と
理解力はあるのか

この考え方は、移乗を行うときだけに考えるのではなく、全ての福祉用具を使うときの基本的な自立支援のための考え方です。

1 移乗とは

移乗(transferring oneself)とは、姿勢を変えずに座位なら座位、あるいは臥位なら臥位のまま、ある面から同等あるいは異なる高さの他の面へと移動することです。臥位から座位、座位から立位などへの姿勢が変わる場合は移乗には含まれません。(ICFの定義より参照)

2 移乗を行なう際の基本原則

力まかせの移乗介助は介助者にとって負担だけでなく、本人に与える危険性や不快感も大きいといえます。不快感を乗り越えて怪我などの危険性を伴う場合もあります。

基本原則

- 利用者・介護者双方にとって安全な方法であること
- 利用者の協力が得られる方法であること
- 利用者へのオリエンテーションを行うこと
- 健常な部分はなるべく使用してもらい、介助量は必要最小限にすること
- ポケットのペン、ネームプレート等の危険物ははずしておくこと
- 必要に応じ福祉用具を利用すること

3 移乗を行うときに評価すること

移乗を行なう前に本人だけでなく、介助する人や環境の評価を行うことが必要です。

	確認すること	注意事項
本人	関節の硬さ	股関節や膝関節などに拘縮があるかどうか確認。 ・股関節や膝関節が拘縮して立位をとることが困難な場合、座位移乗を勧める。 ・股関節が拘縮し90度まで曲がらない場合、座位をとることが困難なことがある。 臥位での移乗を勧める。
	血圧の変動	急に体を起こすとめまいや息苦しくなるなどの症状が出現する場合は、主治医に状態を確認。 ・急激な体位変換は止め、徐々に姿勢を変える。 ・安楽な姿勢を保ったまま、移乗を行う。(リフトの使用)
	骨粗鬆症	骨折の危険があるため、主治医に状態を確認(どの程度までの負荷なら大丈夫なのか)。
	理解力	移乗用具を利用する場合、移乗用具の使用の仕方や介助者の指示を理解できることが必要。 ・理解できない場合、目印をつける、手順を簡素化する、声かけを統一するなどといった工夫が必要。 本人が介助者に痛みを伝える能力があるかどうかの確認。 ・伝えられない場合、介助者が表情から読みとることが必要。

確認すること		注意事項
介助者	人数	<p>介助が必要な場合、常に協力を得られるのが確認。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・1人でできない場合は、常に必要な人数に協力してもらうことが必要。
	理解力	<p>介助の場合は介助者にも移乗方法の手順や、移乗用具の操作方法の理解を得ておくことが必要。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・リフトを使用する場合は手順が多く、理解力が必要。
環境	ベッド	<p>高さ調節がある場合</p> <ul style="list-style-type: none"> ・一部介助の場合、移動先と同じ高さにする。 ・全介助の場合、介助がしやすい高さに変更する。 <p>背上げ機構がある場合</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自力で座位をとれない人の場合は利用する。 <p>膝上げ機構がある場合</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自力で座位をとれない人の場合、ずり下がりを防ぐために利用する。 <p>* 立位移乗が困難な場合、高さ調節ができるベッドに変更する。</p> <p>* リフトを利用する場合、背上げや膝上げ機構があるベッドに変更する。</p>
	車いす	<p>フットレストの取り外しができる場合</p> <ul style="list-style-type: none"> ・移動先とより接近できるようにとりはずす。 <p>アームレストの取り外しができる場合</p> <ul style="list-style-type: none"> ・移動先とより接近できるようにとりはずす。 <p>* 移動先との距離を近づけることでよりスムーズな移乗が行える。</p>

4 移乗技術の限界とあり方

本人の能力を生かすことは大切ですが、移乗動作を訓練だからと言って本人の最大限の努力を強要したり、痛みを伴ったり、本人のためだからといって介助者への負担が大きい移乗動作は、以下のような問題を抱えている場合があります。

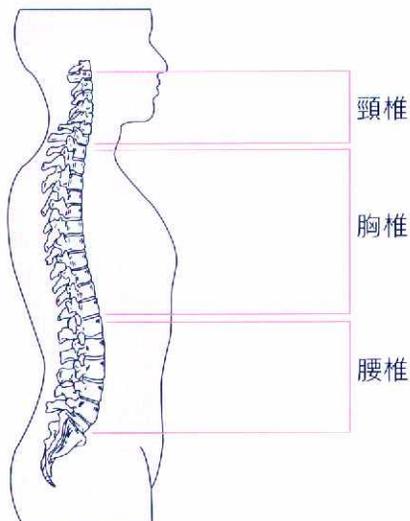
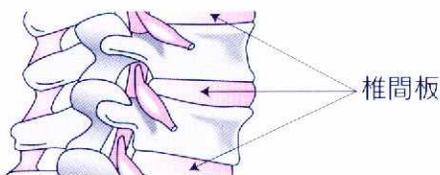
問題点

- ① 転倒の危険がある
- ② 負荷がかかるため、生活範囲を制限する
- ③ 本人の移乗への意欲を半減させる（本人の負担が大きい場合）
- ④ 介助者の腰痛を引き起こす

私たちは業務の中で、移乗動作の介助を行うことがありますが、中腰姿勢のまま行ったり、長時間の同一姿勢をとることもあります。これらの姿勢は腰痛を引き起こす要因となっており、職種別でみても看護職や介護職の方の腰痛経験は他の職種に比べて多いといわれています。

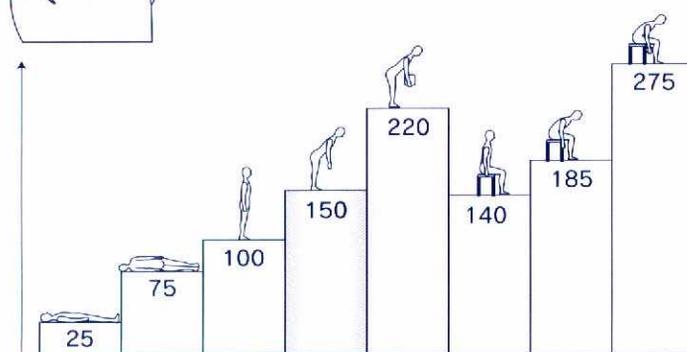
腰は一度痛めると慢性化しやすく、一生腰痛とつきあわなければならないこともあります。腰痛を引き起こさないためにも、また腰痛を悪化させないためにも腰痛を誘発しやすい姿勢や動作に注意をしましょう。

1 脊椎の構造と姿勢の変化に伴う椎間板内圧



脊椎は7個の頸椎、12個の胸椎、5個の腰椎、仙骨と尾骨で構成されており、それぞれの椎体の間には椎間板があります。椎間板は、衝撃緩衝作用の働きと、椎体の動きを許すクッションとしての役割があります。しかし身体をねじる動きには弱いといわれています。

また脊柱を横から見ると、頸部では前方への軽い凸弯（前弯）がみられ、胸部では後方へ凸弯（後弯）、腰部は前弯を示し、仙骨から尾骨先端に向かっては再び後弯を示します。この一連の弯曲が腰への負担を少なくする役割を果たしています。



（出典：Nachemsonによる）

立位を100としたときに、第3腰椎での椎間板内圧の比率を左図に示しました。

立位の状態と比較して、中腰（足を伸ばしたまま腰を曲げる）の状態では1.5倍の負担がかかり、さらに20kgの物を持ち上げた場合は2.2倍の負担がかかっています。

腰痛を引き起こさないためには…

- ・ 腰だけをねじるような動作を行わないこと
- ・ 脊柱の弯曲を保つような姿勢を保持すること
- ・ 膝を伸ばしたまま、腰だけを曲げるような動作を行わないこと
- ・ 20kg以上のものを1人で持たないこと

② 移乗介助時の身体の使い方

腰痛を引き起こさないために、移乗を行うときには以下のことに注意をしましょう。

① 対象者を自分の身体にできるだけ接近させましょう。



☆対象者を自分の身体から離してしまうと、腰の筋肉に強い負担がかかります。

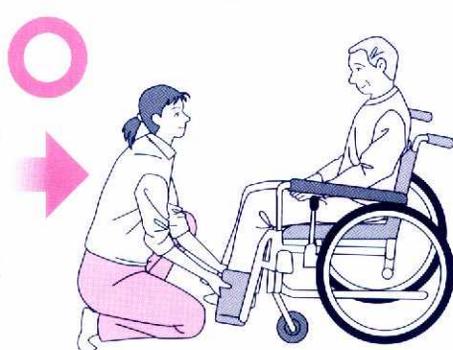
② 低い位置での作業は、腰をおろして行いましょう。

ブレーキをかける場合



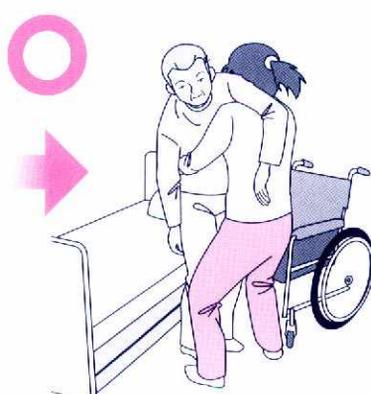
☆中腰の姿勢をとるだけで、腰に負担がかかります。さらにその姿勢で作業を行えばもっと負担がかかります。腰に負担がかからない姿勢で作業を行いましょう。

フットレストに足をのせる場合



☆腰をおろして行うことで利用者の表情もみることができます。

③ 一側の足から他側の足へ体重(重心)を移しましょう。



☆重心を移動させずに、上体だけで向きを変えると、腰だけをねじってしまいます。

☆両足を開くことで支持面が広くなり、左右への安定性が得られます。

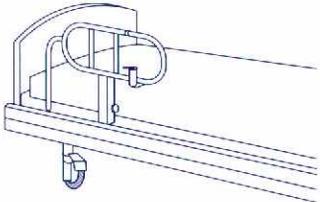
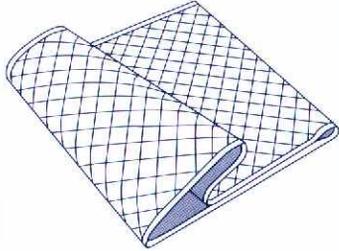
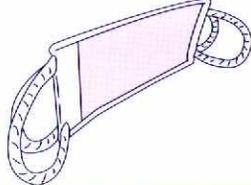
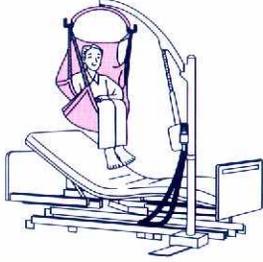
☆一側の足を前に出すことによって、前後の安定性が得られます。

☆膝を曲げて作業を行うことで腰にかかる負担を減らしましょう。

これまでに述べたように移乗動作を行うときには、本人の能力や介護者の能力、環境を評価した上で、移乗動作を決めることが必要です。

移乗を介助する様々な福祉用具があります。その人に合ったものを使用しましょう。

1 移乗用具の種類

名称	特徴	
手すり	<ul style="list-style-type: none"> 単にベッドサイドレールとしてだけでなく、より自立した移動・移乗動作を援助することが可能。 手すり部分のデザインにはいくつかあり、高さ調節ができるものやアーム部分が固定式だけでなく動作にあわせて固定し回転できるものなどがある。 	
トランスファーボード	<ul style="list-style-type: none"> 立位をとらずに座位のまま水平移動を行う。 機器自体は簡便で持ち運びも収納も便利である。 入浴に用いても乾燥には手間が少なくてすむ。 プラスチック製、木製のものや、裏側に滑り止めがついているもの、幅・長さの種類があり、折りたたむことができるタイプもある。 	
スライディングマット	<ul style="list-style-type: none"> おおがかりな機器を導入できないときに、簡便に用いることができるシート状の移乗用具である。 シートに乗った臀部が滑らずに、下に引いた布の内側が滑る構造になっている。 脊髄損傷の方などの移動に便利。 表地（身体が触れる部分）は、すべりにくい綿などの布地や、ナイロン地を使用しているものがある。 臥位で使用できるサイズや、座位で使用するサイズもある。 	
介助ベルト	<ul style="list-style-type: none"> 介助者が本人を支えるときにサポートする。 本人の腰部から尾骨の先端にかけてベルトをひっかけて、介助者が持ち手を持って移動する。 	
ホイスト吊り具	<ul style="list-style-type: none"> 「リフト」または「リフター」といわれることもある。 「吊り具」と一緒に使うことによって、介助者の移乗介助の労力が軽減され、それによって本人の移乗・移動の機会をより多くすることができる。 その場の移動や、その場から別の場所への移動に使うことができる。 	

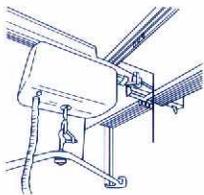
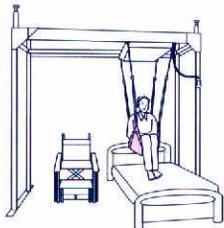
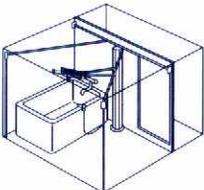
ホイスト・吊り具には様々な種類があるので、種類と特徴を以下の表に示します。

利用者の能力に合わせた移乗用具を 利用しましょう!!

利用者の身体の状態や使用する場所の環境、移動する範囲や介助者の能力を考慮してホイストや吊り具を選びましょう。

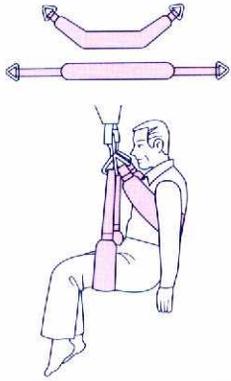
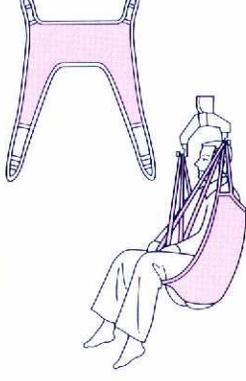
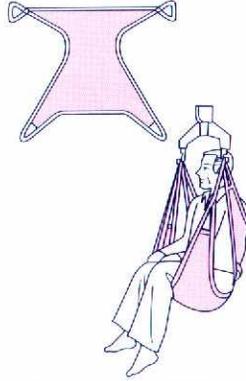
ホイストを利用するときは、リハビリテーション専門職に相談しましょう。

② ホイストの種類と適応

比較項目	天井走行型	据え置き型	設置型	床走行型	簡易移乗機
					
移動の可否	△ (レールの範囲)	△ (レールの可動範囲)	×	○	○
主な活用の範囲	レールの範囲 (取り付け次第で 室内移動可能)	室内のみ (レールが設置でき る空間がある場所)	アームの動く範囲 ベッドに取り付け た場合はその周辺	屋内で床走行型が 移動できる範囲	屋内、外とも可能
機器の操作性	◎	◎	△	△	○
移動スペース	なし	最大 180×180cmほど	約150cm半径	約150cm半径	約90cm半径
工事の必要性	必要	なし	なし	必要なことが多い	動線の段差解消が必要
吊り具の適応	すべて○	すべて○	すべて○	すべて○	△ (専用のもの)
リフト時の感覚	◎	◎	△	△	○
制度利用	身障日常生活 用具給付	介護保険貸与身障 日常生活用具給付	介護保険貸与身障 日常生活用具給付	介護保険貸与身障 日常生活用具給付	介護保険貸与
利用者の適応範囲	すべて○	すべて○	すべて○	すべて○	△ (肩周囲の筋力の ない者、呼吸機能 の低下している者、 体格によって不可)

*簡易移乗機器についてはさらに種類があり、機器によって特徴が異なる。

③ 吊り具の種類と適応

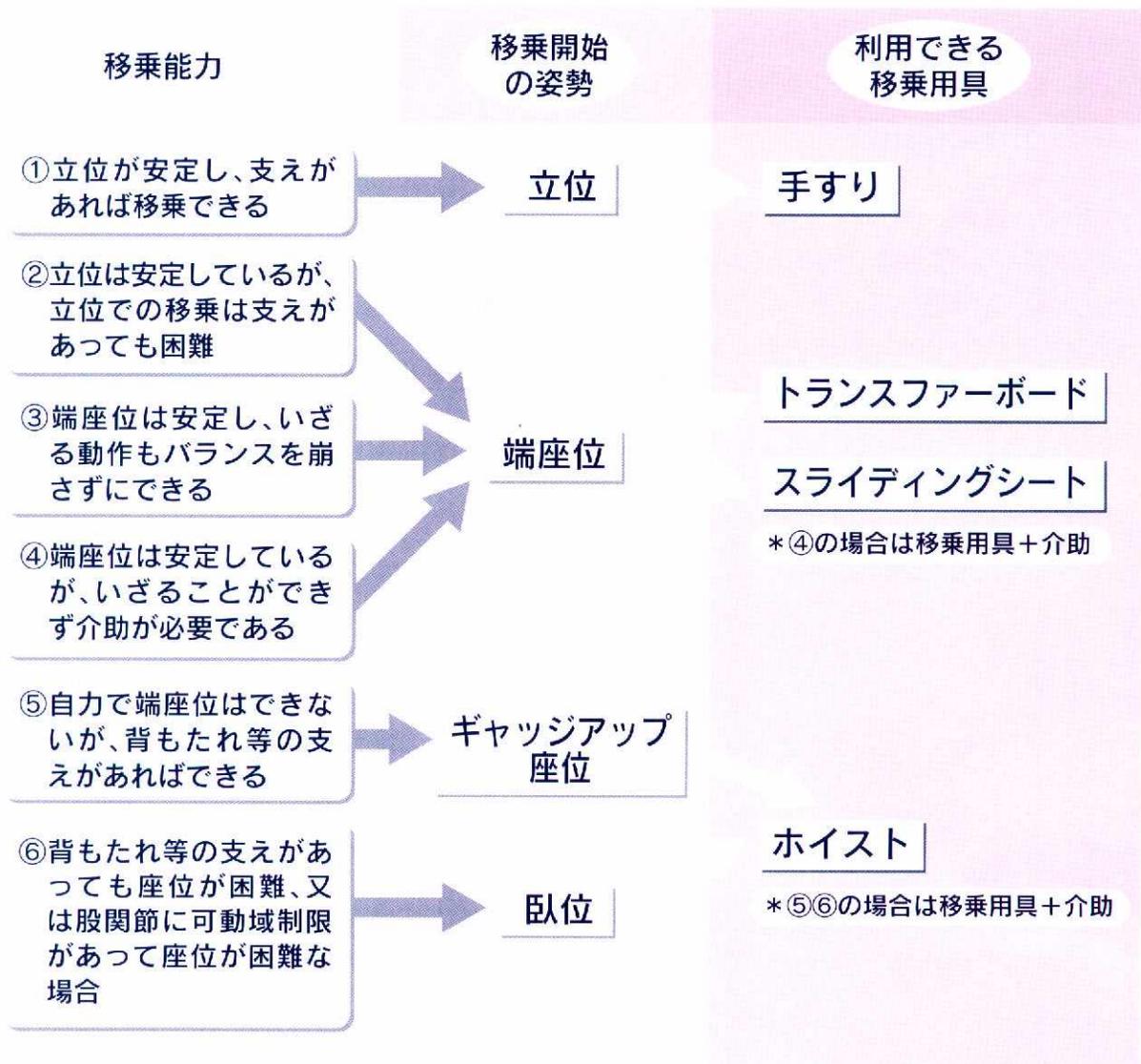
		ベルト型	脚分離型	シート型	
比較項目					
対象者	身体機能の適応範囲	肩の固定性のよい人に適している	比較的多くの方に適している 股関節を広げられない場合、収尿器をつけている場合、お尻が極端にやせている場合は注意が必要	重度の障害者も含めてほとんどの人に適している	
場面	ベッド車いす間	ベッドでの着脱	背上げのほうが容易	背上げのほうが容易	平らな状態で使用
		車いす上の着脱	着脱可能	脱着可能	不可能
		姿勢調節	不可能（可能もあり）	可能	不可能
		介助の容易さ	最も容易	比較的容易	最も困難
	入浴	浴槽から出るときの水切り	良、ただしウレタン部に水を含む	織りメッシュ：良 平織り：不良	織りメッシュ：良 平織り：不良
		吊り上げて身体を洗う	可能	不可能	不可能
		使用後の吊り具の乾燥の程度	ウレタン使用は遅い	織りメッシュ：普通 平織り：早い	キャンバス：遅い 合成繊維：普通
		浴槽内での脱着	容易	可能だが手間がかかる	不可能
		バスタブの大きさ	広範囲に適応	姿勢によって制約あり	姿勢によって制約あり
		介助の容易さ	最も容易	比較的困難	容易
		トイレ	つり上げ時の脱衣	可能	不可能
	吊り上げ時の着衣		不可能 身体機能によっては可能の場合あり	不可能	不可能
	トイレでの吊り具の脱着		可能	可能	不可能
	介助の容易さ		最も容易	比較的容易	最も困難

これまで述べたように、介助者に負担がかかるようであれば福祉用具の利用を考えてみましょう。

まず、どの程度の移乗能力があるのかを把握する必要があります。つぎに、移乗動作が生活にどの程度必要なのか、移乗場面で活用する福祉用具とスペースの関係を把握する必要があります。

1 能力に合わせた移乗動作

移乗動作はこれまで説明したように1日に何度も発生するため、本人の能力を発揮し、介護者への負担を最大限に軽減する必要があります。本人のできる能力や介護者の介護量に合わせて、移乗方法を選択するために、まず本人が移乗を行うときにどのような姿勢で開始するのか、どの程度の能力があるのか確認することが大切です。前述した本人や介助者、環境に関する確認事項をふまえて、適切な移乗手段とそれに伴う移乗用具を選択しましょう。

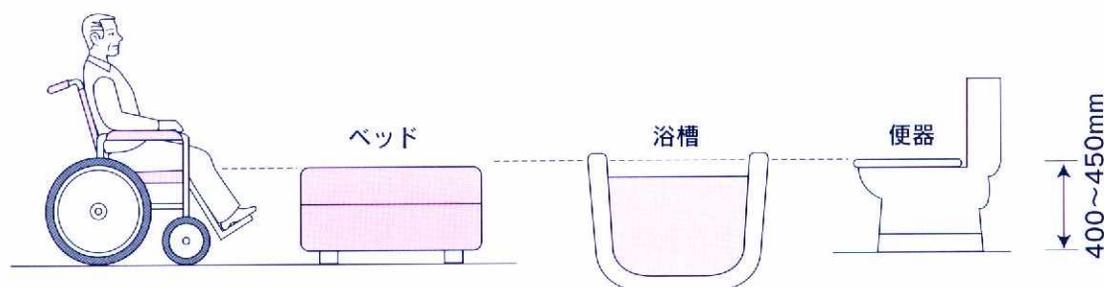


2 福祉用具の選定と移乗動作

(1) 移乗関連用具の利用

移乗する本人や介助者の身体的負担を軽減するためには、できる限り移乗する距離を短くし、移乗場所の高低差に注意することが必要です。通常高いところから低いところへの移乗動作は容易ですが、その逆となると困難になることがあります。乗り移る物の高さはできるだけ水平になるように揃え、異なる高さの場合は、動力を用いましょう。

車いす使用者については、高低差のある座面への移乗が難しく、介助者に負担がかかるので、ベッド、浴槽、便器などを、車いすの座面高(400~450mm)に揃えることが大切です。



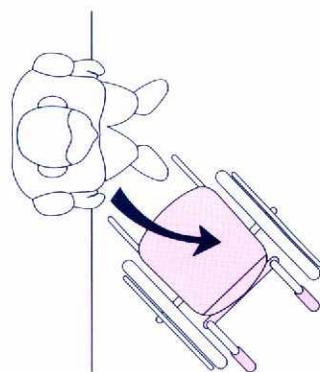
(2) 車いすの位置や機能について

移乗を行う場面として、ベッドからの移乗が考えられます。このとき、移乗先が車いすであったり、ポータブルトイレであったりします。

車いすの場合、車いすの機能や位置によって移乗の方法が異なってくるので注意しましょう。

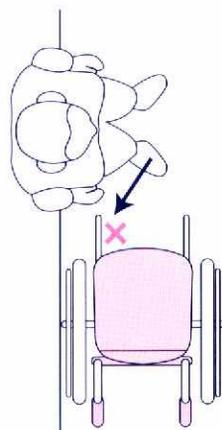
- ・ 車いすの位置は、片麻痺の場合は一般的に健常側に車いすを斜め30~45度の角度をとる。
- ・ 車いすの機能は、本人の移乗能力によっても異なってくるが、フットレストやアームレストが取り外しできるものが便利。
- ・ 移乗開始がベッドの場合、ベッドの下に空間のあるものを選ぶとより移乗先に接近できる。

① 斜めに



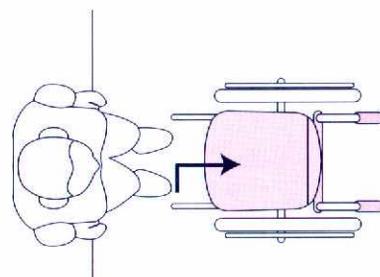
斜め30~45度

② 平行に



フットレストフレームが移動時に邪魔になる。

③ 直角に



移動時、回転距離が長くなる。

3 状態別の移乗方法

1) 立位の場合

(1) 手すりの利用

使用方法及び留意点

- ・手すりの部分のデザインにはいくつかあり、高さ調節ができるものやアーム部分が回転できるものがある。
- ・手すりには大きな力がかかるのでベッドサイドにゆるみのないように固定する。
- ・一般的には片麻痺などの障害がある場合、健康な側にバーがくるように取り付ける。



戻るときは…反対??

片麻痺の障害がある場合、最初は健常な側にあるバーが、戻るときは麻痺のある側になります。戻るときは麻痺のある側に手すりがくることが多いので、動作指導と十分な練習が必要になります。

また、知的に問題があるときや高次脳機能障害を伴っているときは、理解が十分に得られないことがあり、転倒の危険性が高いため、リハビリ専門職に相談しましょう

2) 座位の場合

(1) トランスファーボードの利用

1人でできる場合

<使用方法>

- ① トランスファーボードを移動する側のお尻の下に差し込む。
- ② 移動する方向に身体を傾け、お尻を滑らせて移動先に移る。

<留意点>

- ・板のかける部分が物と物との間にはさまっているか確認する。
- ・車いすの場合はアームレストやフットレストが取り外せないと困難。
- ・移動先に固定性のよい手すりがあると支えに使用できる。



介助が必要な場合

<使用方法>

- ①身体を前方に引き寄せる。
- ②トランスファーボードを移動する側のお尻の下に差し込む。
- ③移乗する側の臀部に体重が乗るように身体を傾ける。
- ④介助者は移動先の方の身体を支えながら、本人を移動側に軽く押す。
- ⑤移動先に滑らせ終わるとき、もとの方向に身体を向けるとブレーキにもなる。最後に姿勢を正面に直す。

<留意点>

- ・介助者は腰に負担がかからないように足を広げたり、床に膝立てになる。



(2) スライディングシートの利用

<使用方法>

- ・トランスファーボードと同様。

<留意点>

- ・車いすと移動先の上に隙間があると使用しにくいので、タオル等で隙間を埋める方がよい。

トランスファーボードとスライディングシートの違い

	トランスファーボード	スライディングシート
メリット	<ul style="list-style-type: none">・移動先との間に隙間があっても利用できる・自立の場合でも介助の場合でも利用できる・汚れてもふき取れる	<ul style="list-style-type: none">・折りたたむため、持ち運びがしやすい・座位置乗だけでなく、臥位置乗でも利用できる・汚れても洗濯できる
デメリット	<ul style="list-style-type: none">・持ち運びが面倒（持ち運びしやすいサイズもある）	<ul style="list-style-type: none">・布地の場合、汚れが充分にとれないことがある・移動先との間に隙間がある場合、隙間をタオル等で埋める必要がある

(3) ホイストの利用

ベルト型吊り具の場合

<使用方法>

- ① 座位をとった状態で、脇の下にベルトを通しベルトの左右の長さが均等になるようにする。
- ② 膝を少し立てて、脚ベルトを通し、左右の長さを均等にする。
- ③ ハンガーにベルトをかけて吊り上げる。膝は少し立てておき、脚ベルトができるだけ大腿部の中央にくるようにする。

<留意点>

- ・体幹ベルトはできるだけ背中中央、下よりになるようにする。
- ・体幹ベルトの位置が脇の下に近い状態で吊り上げると肩への負担が大きく、痛みを感じることもある。

脚分離型吊り具（ローバック）の場合（車いす上での着脱）

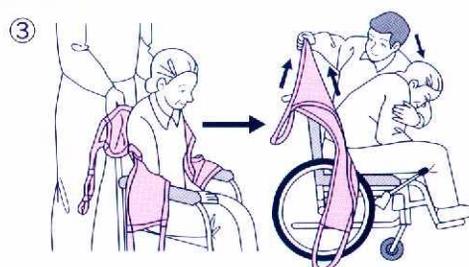
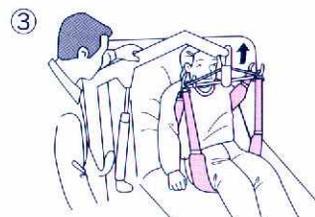
<使用方法と留意点>

取り付けるとき

- ① 前傾姿勢をとらせて、吊り具を背中から仙骨の先端まで差し込む。
- ② 脚部ストラップの下を持ち、片手で大転子周辺を抑えるようにしながら、ストラップを軽く引く。
*このとき、吊り具の下端が臀部及び大腿部の下に入るようにする。臀部が十分におおわれないと吊り上げたとき、臀部が落下した姿勢になりやすい。
- ③ 大腿部の下をくぐらせる。
*このとき、足を介助者の大腿部の上に乗せると、大腿部の下に空間ができてくぐらせやすくなり、介助者が中腰にならずにすむ。
*大腿部のしわを伸ばすために、ストラップの両端を広げるように、また股関節に近づけるように軽く引き上げる。
- ④ 引き上げたら、大腿部の上に広げておく。
- ⑤ ストラップの長さが、左右同じであることを確認する。
*長さが極端に異なるときに、短い方を引いてもいいが、この方法は一般的に左右のバランスが崩れることが多いので、再度やり直す方がよい。
- ⑥ 片方をもう一方のストラップの中をくぐらせ、反対側のハンガーのフックにかける。
- ⑦ 少しずつ吊り上げる。臀部が少し浮いたときに、しわがないか確認し、しわがあるようなら完全に吊り上げる前に伸ばす。

はずすとき

- ① ストラップをハンガーのフックからはずす。
- ② 吊り具の交差をほどこき、脚部からとる。このとき、大腿部を持ち上げるようにして膝の下をくぐらせる。
- ③ そのまま、後ろ側に軽く引き上げる。
- ④ 衣類を整える。



車いすへのおろし方

臀部の位置がずれていたり、車いすの前方に位置した場合、腰が深く入らない姿勢や、傾いている姿勢になり、再度座り直す必要が生じます。そのような事がないよう、最適な場所におろしましょう。

- ①膝を押して背もたれに背中が当たるようにしながら、下ろす。(キャスターが少し浮く程度)

*ブレーキはかけたまま



- ②車いすをキャスター上げしながら下ろす。

*ブレーキははずしておく



*①の方法は、ベッドへ下ろす場合でも使用できる。

3) 臥位の場合

シート型吊り具の場合

<使用方法>

取りつけるとき

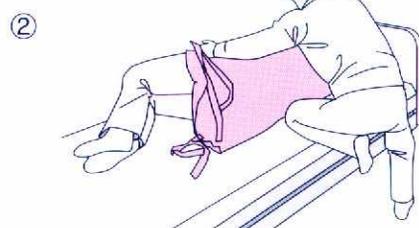
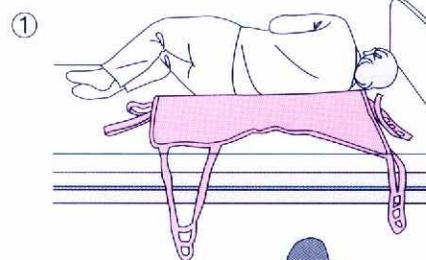
- ①身体を横向きにし、吊り具を折りたたんでおく。
- ②吊り具の中央を背骨に合わせ、仰向けにする。
- ③身体を反対側に向かせて、折りたたんでおいた吊り具を伸ばし、仰向けにする
- ④ベッドに背上げ機能が付いている場合、体幹を起こし、ハンガーに吊り具をかける。
- ⑤介助者が少し頭と肩を持ちながら、吊り上げていく。

はずすとき

とりつけの手順とは逆の手順で行う。

<留意点>

- ・シートの上端が肩より上がらないように注意し、吊り具の中央が背中の中に来るようにする。
- ・膝の裏側まで吊り具がくるようにしておく。吊り具の敷き込んだ位置によってつり下げたときの姿勢が変わる。身体の上の方にセットすると寝た姿勢になり、下の方にセットすると立った姿勢になる。



初めてリフトを利用する時は…

- ☆リフトを導入する理由を本人・利用者や家族に説明しましょう。
- ☆恐怖心や不安を感じる場合があるので、本人の表情をみながら行いましょう。
- ☆まずは家族に乗り心地を試してもらいましょう。
- ☆声かけをしながら、吊り具の装着やリフトでの移動を行いましょう。

4) ベッド上での身体の移動（身体を頭方向に移動させる場合）

スライディングシートの利用

<使用方法>

- ① 頭を浮かせて、シートを頭部の下に敷き込む。
- ② シートの端をもって、肩甲骨のあたりまで引っ張って敷き込む。
*このとき、ゆっくり敷き込もうとするとなかなか入らないが、端を勢いよく引っ張ると肩甲骨の高さまで入る。場合によっては身体に痛みを訴えることもあるので注意が必要。
- ③ 膝を立てた状態で、本人にお尻を浮かしてもらおうと膝を軽く押すだけで頭のほうに移動する。（下図参照）
*お尻が浮かない場合、介助者が頭の方に立ち、お尻の下に手を入れて引っ張ることで頭の方に身体が移動する。

<留意点>

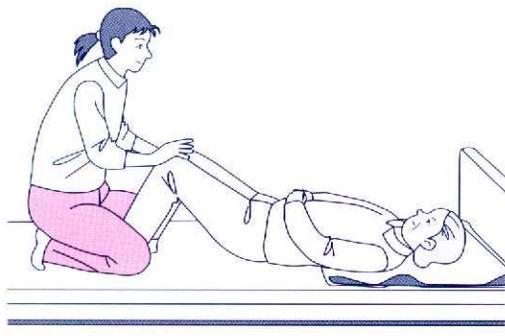
- ・摩擦を小さくするために肩甲骨のあたりまでスライディングシートを敷き込む。
- ・スライディングシートがない場合は、ゴミ袋（袋の底を切って輪っかにする）でも代用できる。



身体を上方に移動させる方法

本人の出来る能力に合わせて、介助の方法を選びましょう。

- ① 本人に力がある場合、お尻を浮かしてもらい、介助者が膝を押す。



- ② 本人に力がない場合、介助者がお尻を支えながら、上方に軽く押し上げる。



引用・参考文献

- 1) 市川洵編著, ホイストを活かす 吊り具の選び方・使い方, 三輪書店, 1996
- 2) 川上俊文著, 図解腰痛学級 日常生活における自己管理のすすめ 第3版, 医学書院
- 3) 中村隆一 佐藤宏著, 基礎運動学 第4版, 医師薬出版株式会社, 1994
- 4) (財) 長寿社会開発センター編集, 高齢者のための介護機器等マニュアルー排泄編・入浴編・移動編・自助具編・その他の関連機器編ー, 株式会社ぎょうせい, 1995
- 5) 市川洵編集代表, ケアマネジメントのための福祉用具アセスメント・マニュアル, 中央法規出版株式会社, 1998
- 6) 財団法人 東京都高齢者研究・福祉振興財団編集, 高齢者・障害者の生活をささえる福祉機器Ⅰ, 財団法人 東京都高齢者研究・福祉振興財団, 2003
- 7) 財団法人 東京都高齢者研究・福祉振興財団編集, 高齢者・障害者の生活をささえる福祉機器Ⅱ, 財団法人 東京都高齢者研究・福祉振興財団, 2003
- 8) 石川県総合介護支援センター編集, 「移乗動作」の福祉用具の使い方マニュアル, 石川県総合介護支援センター, 2004
- 9) 東京いきいきらいふ推進センター 福祉サービス振興室編集, ホイストと吊り具の使い方・選び方 福祉機器使用研究報告書Vol.8, 東京いきいきらいふ推進センター, 1996
- 10) 神奈川県総合リハビリテーションセンター理学療法科 著, 寝たきり老人をつくらないための障害老人の介助と指導法, パシフィックサプライ株式会社, 1982
- 11) 東京都福祉機器総合センター 市川洵編集, 福祉用具シリーズVol.4 リフトと吊り具の使い方, 財団法人テクノエイド協会, 2000
- 12) 福祉技術研究所(株) 市川洵編集, 福祉用具シリーズ Vol.7 腰痛をなくすための福祉用具の活用, 財団法人テクノエイド協会, 2003
- 13) 厚生労働省社会・援護局障害保健福祉部, (仮訳) 国際生活機能分類ー国際障害分類改定版ー

生活環境づくり

移乗用具の選定

石川県リハビリテーションセンター