グレイスホームアメリ香椎下原　令和7月11月 第34号

リハビリ通信

‹動作介助法›

✓ 動作介助とは、寝返り・起き上がり・立ち上がり・座る・歩くといった日常生活の基本動作の補助を指し、相手の身体的な負担を軽減し、心理的な安心感を与えることを目的とします。リハビリでは、介護職員へ、日頃行う介助の仕方やポイントを共有し、指導も行っています。

動作介助の基本的な考え方

✓ 安心感を与える：声かけやペースを合わせ、利用者様に安心感を与えるようにします。不安や恐怖心を与えてしまうと、筋肉が緊張し介助量が上がってしまいます。

✓ 身体的負担を軽減する：急な動きや身体を捻る・強い力で引っ張るなど無理な動きは避け、負担の少ない介助を意識して行います。

✓ 主体性を引き出す：利用者様自身ができることはしてもらうよう声をかけ、促しのみから行います。

安全な動作介助のポイント

✓ 身体の重心を安定させる：支持基底面（身体が床に接している部分が作る範囲）を広くとり、重心を低くし、身体を安定させることを意識します。

✓ コミュニケーション：介助を始める前に、利用者様に何をするのかを伝え、動作中も常に声をかけ、安心してもらえるようにします。

✓ 環境整備：手すりの設置や動線（移動する経路）の確保、照明の工夫などを整えることによって安全かつスムーズに介助を行えるようになります。