

報告 講師が現場に出向く、出張型介助教室を開催！

開催日時：令和元年9月22日（日）14:00～15:30

会場：宇治市福祉サービス公社 中宇治事業所

対象：サービス提供責任者13名（内見学：2名）

テーマ：「腰痛予防～腰痛を予防するための知識と介護実習～」

講師：佐藤 文寛（公益事業部 担当理事） 他 スタッフ4名（公益事業部 部員）

当日の流れ

14:00 あいさつ・講師紹介

14:10 講義（腰痛予防と介助の基本について）

14:35 実技演習

15:30 まとめ・終了

腰痛を予防のための姿勢や体の使い方、簡単な腰痛予防トレーニングなどを紹介した後、対象者（患者様・利用者様）の能力をいかした介助方法の演習を行いました。また、電動ベッドをうまく利用することで寝た姿勢のままベッドの上方へ移動したり、あるいは立ち上がりを容易にしたりする工夫などについても紹介しました。

終了後もたくさんのご質問をいただき、ひざ折れが起こる方の車いす移乗方法や、車いすに深く座りなおす介助方法なども提案させていただきました。アンケート結果からも非常にご満足いただけたと実感しております。公益事業部では、引き続き、ご依頼があれば出張型の教室開催を検討してまいります。

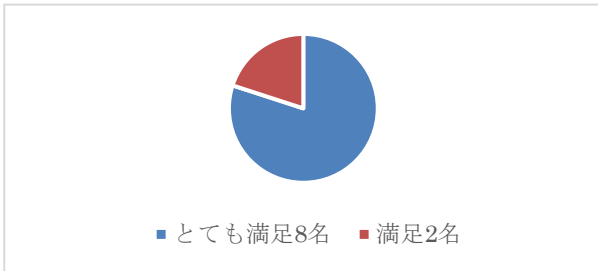


演習では少人数グループに分かれて、公益事業部スタッフによる実技指導を行いました

アンケート結果 回答 10 (参加者 11 名)

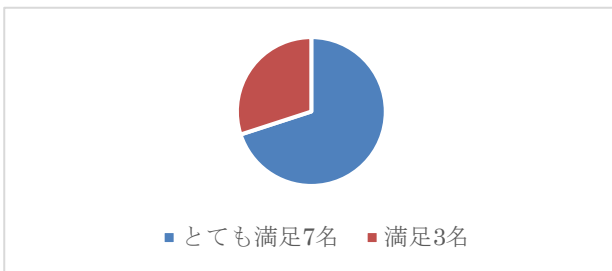
① 講義について、いかがでしたか？

とても満足 8 名 満足 2 名 普通 0 名 やや不満 0 名 不満 0 名



② 実技について、いかがでしたか？

とても満足 7 名 満足 3 名 普通 0 名 やや不満 0 名 不満 0 名



③ 実技の時間は、いかがでしたか？

長すぎる 0 名 やや長い 0 名 ちょうど良い 1 名 やや短い 7 名 短い 2 名

④ 今日学んだことがあれば教えてください

- ・ ベッド手前にいる方の体位をベッド奥へ移動させる方法。
- ・ 車いすからベッド移乗の際にあらかじめ体の向き、車いす設置場所を準備しておくこと。
- ・ 浅く座りなおすなど、下準備をすることで筋肉が準備するのが手で触りわかったことがとてもよかった。
- ・ 体重移動や体の通り道がとても勉強になりました。

⑤ 感想をお聞かせください

- ・ とてもわかりやすかったと思います。今後のヘルパーへの指導にぜひ活かしたいと思います。
- ・ 身体のメカニズムなど教えていただきとてもわかりやすかったです。ありがとうございました。
- ・ とても楽しいトークで良い時間でした。
- ・ 体重移動だけで軽く移動出来たり、知っていたことよりもさらに詳しく教えていただき嬉しかったです。
- ・ 腰痛持ちなので、今後に活かせたらと思います。
- ・ 介護福祉士では知らない部分を指導していただき良かったと思います。
- ・ 年々、以前できていたことが体力的にできなくなってきたので、介護者の負担の少ない移乗方法が知れて良かったです。

⑥ 職種と経験年数をお聞かせください

介護福祉士 10 名 経験年数＝平均 15.4 年

⑦ 普段どのような介助が多いですか？（複数回答可）

見守りのみ：3名 手を添えるだけの介助：5名 しっかり両手を使う介助：10名

介助者が2人以上必要な介助：2名 リフトや福祉用具を用いた介助：4名

以上