



福祉人材センター × 介護福祉士会

# ふくし・かいご通信

2023  
4月  
No. 19



発行: 社会福祉法人北海道社会福祉協議会  
北海道福祉人材センター ☎011-272-6662

北海道福祉人材センター  
HPリンク

北海道福祉人材センターでは、一般社団法人北海道介護福祉士会の協力を得て、福祉・介護に関する基礎知識や日常に役立つ情報を定期的に発行しています。

## 今月は… 介護のワンポイント

一般社団法人北海道介護福祉士会 副会長 打田 仁美 氏  
((株) いちい 代表取締役)



### 歩くことへの支援～歩行時の移動介助、車いすの移動介助

さわやかな季節になってまいりました。どこかにお出かけをしたくなりますね。さて、どこに出かけましょうか。

私たちは自身の足で動き、仕事やレジャーなど日々、活動をしています。しかし、年を重ねていくと足の筋力が落ちる、足腰に痛みを感じるなどで活動量が減る傾向にあります。それでも何かの支えがあれば自身の思うような活動ができ精神的にも健康で過ごすことができます。

そこで今回は歩くことへの支援～歩行時の移動介助と車いすの移動介助についてお伝えします。



・(株)いちい  
高齢者事業(認知症対応型  
居宅介護、認知症対応型通  
所介護、定期随時訪問サー  
ビス、有料老人ホーム)  
・(株)エムリンク(兼務)  
高齢者、障がい者事業。  
<https://e-mlink.co.jp/>

### 【手引き歩行の移動介助について】



- ①介助者は対象者と向き合い、両手のひらを上に向け対象者に手を握ってもらいます。不安定な場合は対象者の手首又は肘を支えます。
  - ②「動き出せますか」とお声がけをし、対象者の動き出しを促します。
  - ③介助者は後ろ向きに歩くので、十分注意して移動しましょう。
- ※この方法は短い距離の移動に適しています。

## 【マヒはないが歩行が不安定な方への付き添い歩行の介助について】

- ①どちら側に立てばよいか伺い、対象者の横に立ちます。
  - ②対象者の右側に立った場合、介助者は右手のひらを上に向け対象者の手を握り、左手で腰のあたり又は肘・上腕に手を添えます。
  - ③「動き出せますか」とお声がけをし、動き出しを促します。
  - ④対象者と同じ足を出し、一緒に歩くことで動きがスムーズになります。
- ※体を密着しすぎたり、脇の下に手を入れると、歩きにくくなる場合もあります。



## 【片マヒ(左)のある方への杖歩行の介助について】



- ①介助者はマヒのある側(例は左)のやや後方に立ち、対象者の腰や腕を支えるか、対象者の側に付き添います。
- ②「動き出せますか」とお声がけをし、対象者の動き出しを促します。この時、介助者は力が入り自分の方に対象者を引き寄せてしまわないようにしましょう。
- ③杖⇒マヒ側(左)の足⇒右足
- ④階段を降りる場合は③と同じですが、昇る場合だけは杖⇒右足⇒マヒ側(左)の足となります。

## 【車イスの移動介助について】

- ①ブレーキがかかっているか確認します。
- ②手を膝の上に乗せていただきます。これは、車輪や出入り口に手が挟まらないようにするためです。
- ③「これから動きますが、よろしいですか」とお声がけし、車いすを押します。
- ④介助者のペースで歩くと、対象者はスピードがとても速く感じるので、ゆっくりと押しましょう。
- ⑤上り坂は平地と同じく前向きに移動しますが、下り坂は手押しハンドル部分ある「制御ブレーキ」を握りながら、後ろ向きに移動していきます。



それぞれ、お伝えしましたが、まず行うのは「お手伝いしましょうか」のお声がけです。介助が必要ない場合もあります。必要以上の介助はかえって動きを制御してしまう場合があります。また、移動介助は転倒のリスクがあります。すべてにおいて介助するときは、介護の基本である「説明と同意」です。お互いが同意のもと行動しましょう。

## 最後に

私が30年来通っている美容室には80代90代の方も通っていらっやいます。いくつになっても綺麗に髪のお手入れをすることはとても素敵なことだなあと思っていました。そんな折、美容室の店長から「シャンプー台までや店内を移動する時の介助を教えてください」とご依頼があり講習会を行ったことがあります。そして、あらゆる面から綺麗をサポートする美容師さんに感激しました。

誰かの「したい」を「できた」に変え「しあわせになる」ために、ちょっぴり気持ちを動かしたいですね。

【参考資料】日本医療企画「介護に関する入門的研修」テキスト わたしたちの介護

## 読者へのメッセージ

人は誰しもが幸せになるために生まれてきます。そのためにあるのが福祉であって、それぞれが支え合い、その人らしさを護るのが介護だと思っています。そして、ちょっとした心配りが心を満たし、幸せが増えていくと思います。



ご感想入力フォーム

「ふくし・かいご通信」をお読みいただきありがとうございます。  
皆さまからのご感想をお待ちしております！！



## 次回は、「私のかいごストーリー」です。

福祉の職場で介護福祉士として働いている方から、福祉の職場を選んだきっかけ、仕事の魅力などについて、お伝えいただきます。



### 一般社団法人北海道介護福祉士会

介護福祉士の職業倫理の向上、介護に関する知識技術・  
経験を深めて資質向上を図り、北海道の福祉の推進に  
寄与している団体です。 ★ 新入会員募集中 ★

TEL&FAX 011-222-5200



北海道介護福祉士会  
HPリンク

北海道福祉人材センターでは、

福祉職場への就職に関する相談を随時受付けております。

お気軽にお問合せください。TEL011-272-6662

発行：北海道福祉人材センター