

バイオメカニクスからみた介助方法



最初に言っておきます♪

①人が好きです♪

②教えることが好きです♪

③分かりやすく簡単に伝えたいです♪

✓床反力と重心加速度

✓床反力とは何か

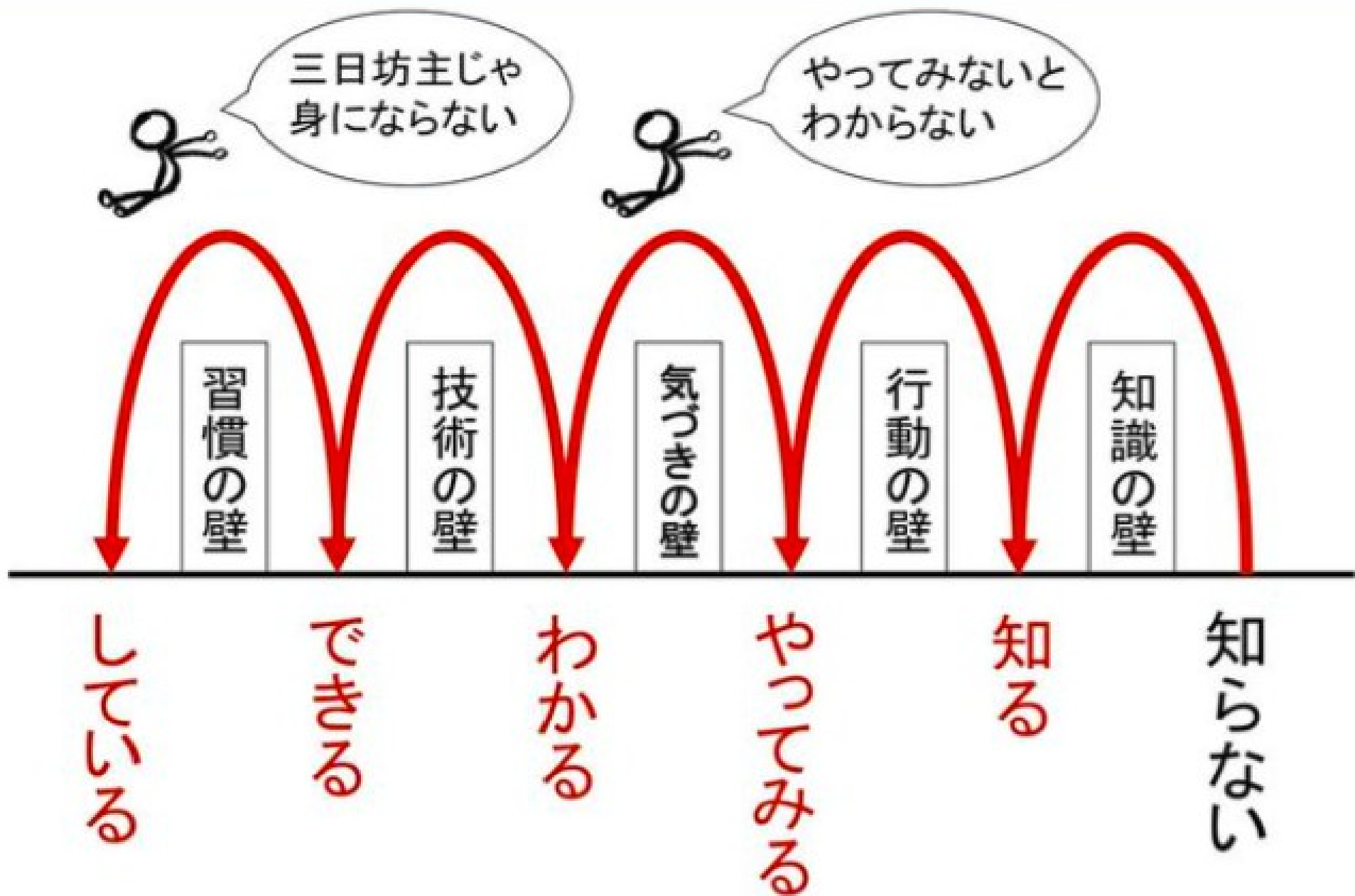
✓関節モーメントと筋活動

✓関節モーメントのパワー

出ない言葉です♪



「知る」と「わかる」、「できる」と「している」の違い





今日の流れ

- ① すっごい簡単な自己紹介2人
- ② 自己紹介(アイスブレイク)5分程度
- ③ どんな講義形式か説明
- ④ グループワークのルール説明
- ⑤ 実技スタート(寝返り・起き上がり・立ち上がり一部)

簡単な自己紹介

埼玉県北本市出身

31歳(妻と子2人の4人暮らし)

《実績》

現在、訪問リハビリ責任者と現場兼務

セミナー講師として8年間活動中

簡単な自己紹介

埼玉県桶川市出身

31歳(妻と子2人の4人暮らし)

《実績》

現在、訪問看護ステーション責任者と現場兼務
社内の療法士の育成と営業で活躍

自己紹介（参加者）

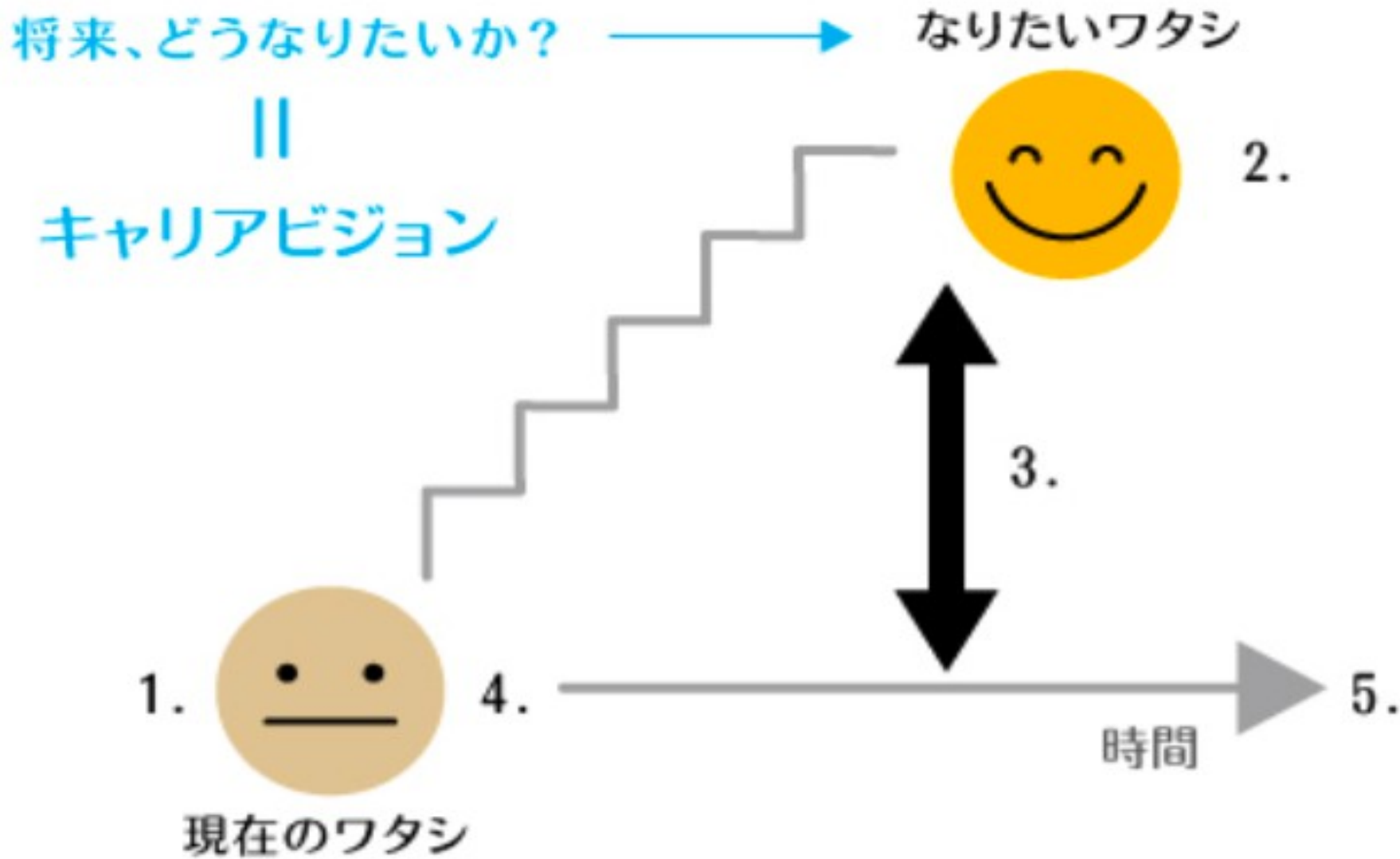
名前

学生？何期生？

今、どんな働き方していますか

本日のセミナーで得たいこと

伝えたいこと



学び方の選択

- ①学生「介助が楽しい」「オスキーに繋がる」
- ②1～3年目「日々の臨床が楽しくなる」「知識と技術を通して視点が增える」
- ③3年目以上「講師経験に繋がる」「家族指導に繋がる」

どんなセミナーなのか

体験型セミナー

理解

自分の頭で考え「理解」することで、
学習内容が印象に残りやすい

インプット

「読む・見る」だけでなく、
「書く」ことで更なる定着

アウトプット

問題を解いてアウトプット
自分の持っている知識を
求められる形式で回答

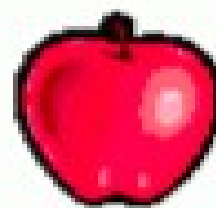
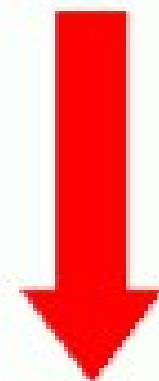
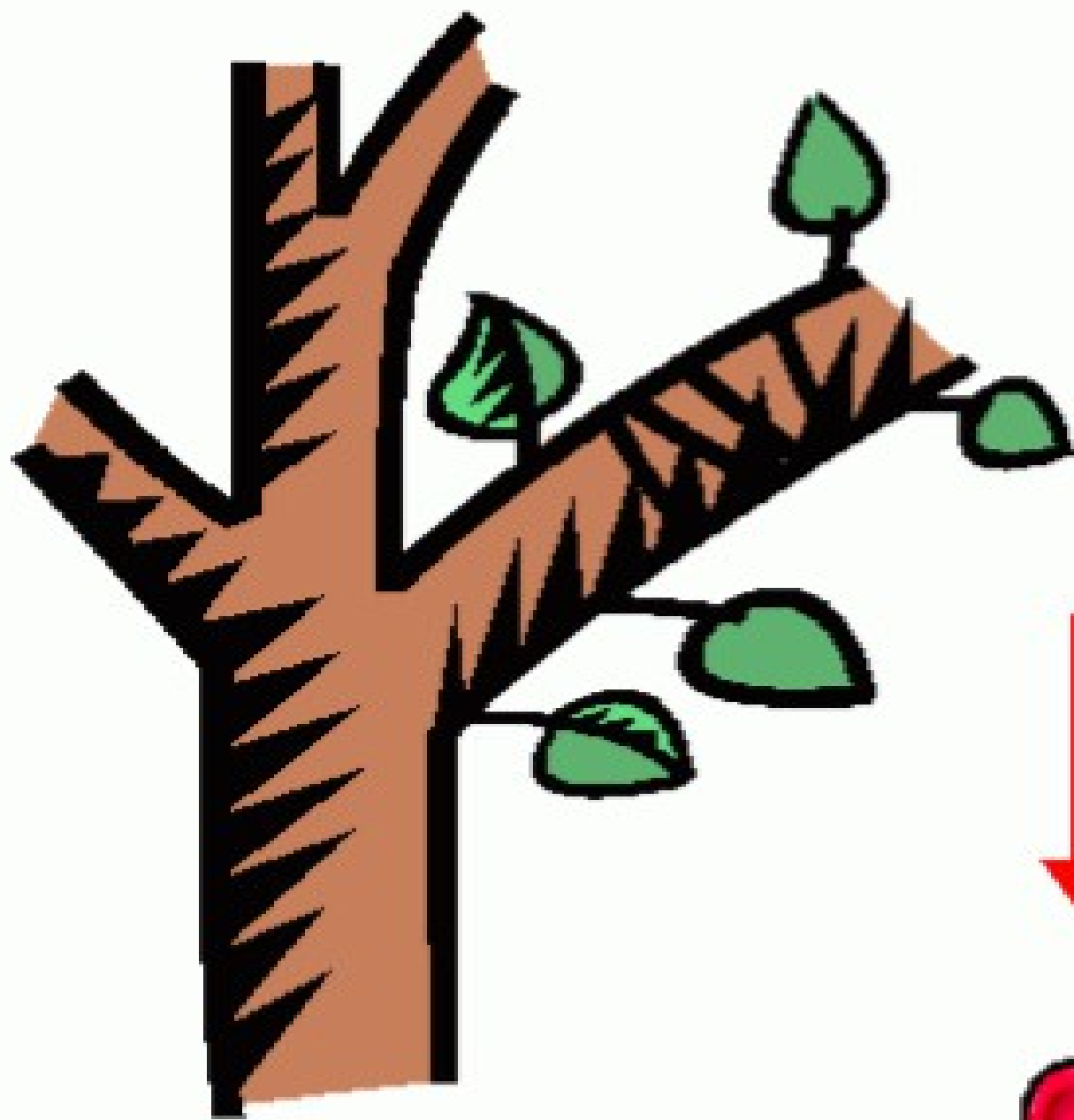
グループルール

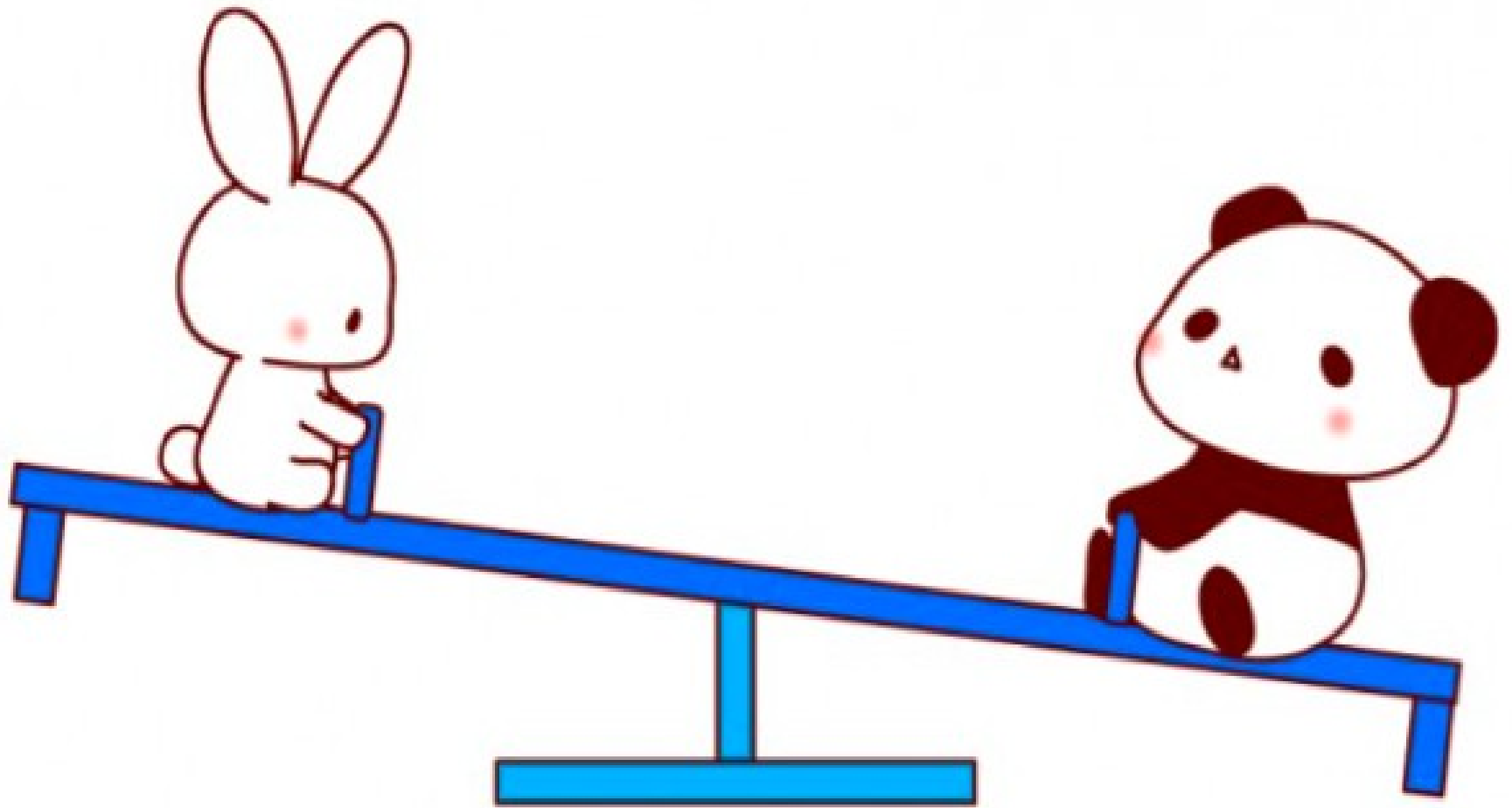
- ・ 誰かのやり方を否定しない
- ・ お互いに褒める

講義ゴール

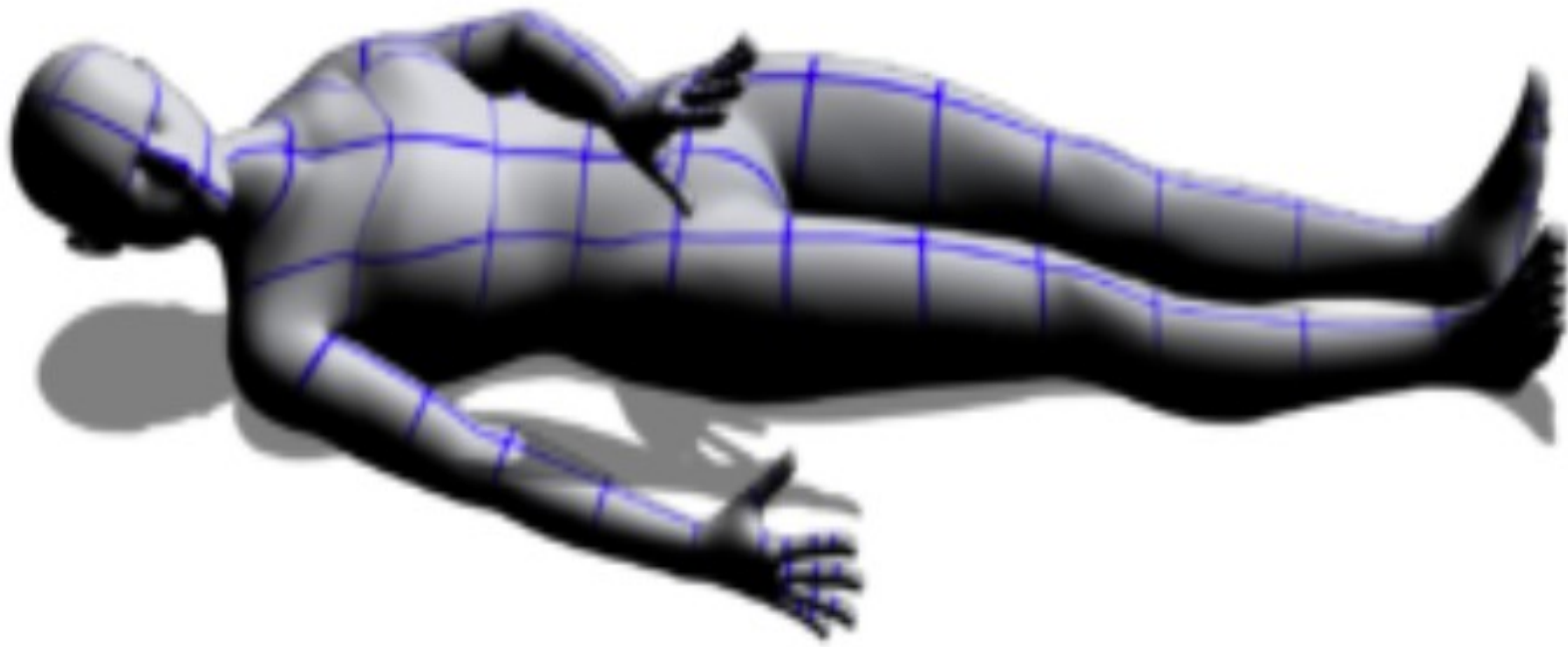
- ①最初よりも「楽」と感じることができ、実践できる
- ②明日から利用者さんみる時の視点が2つ以上増える
- ③簡単な言葉で第三者に伝えることができる

実技練習へ





寝返り♪



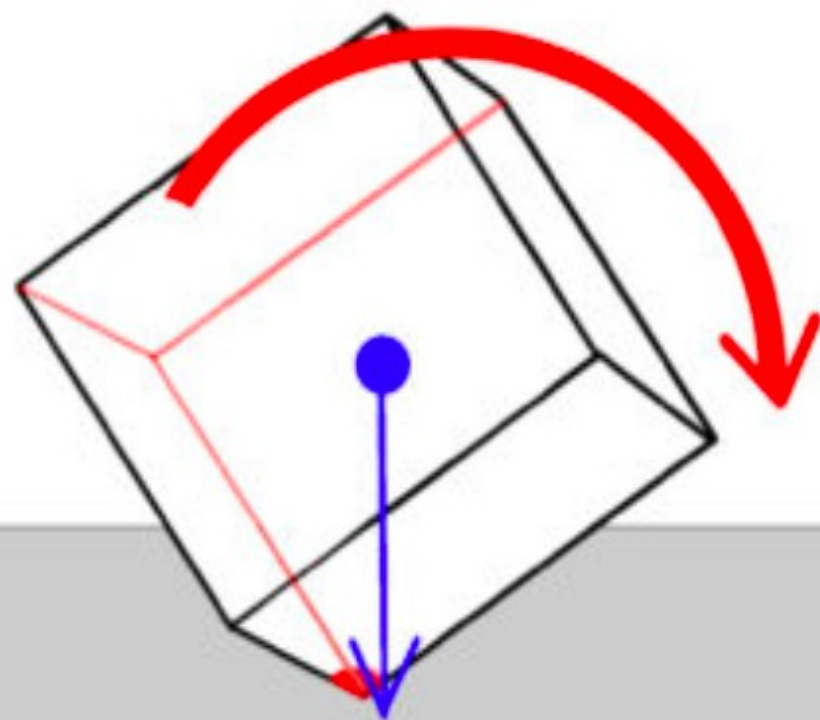
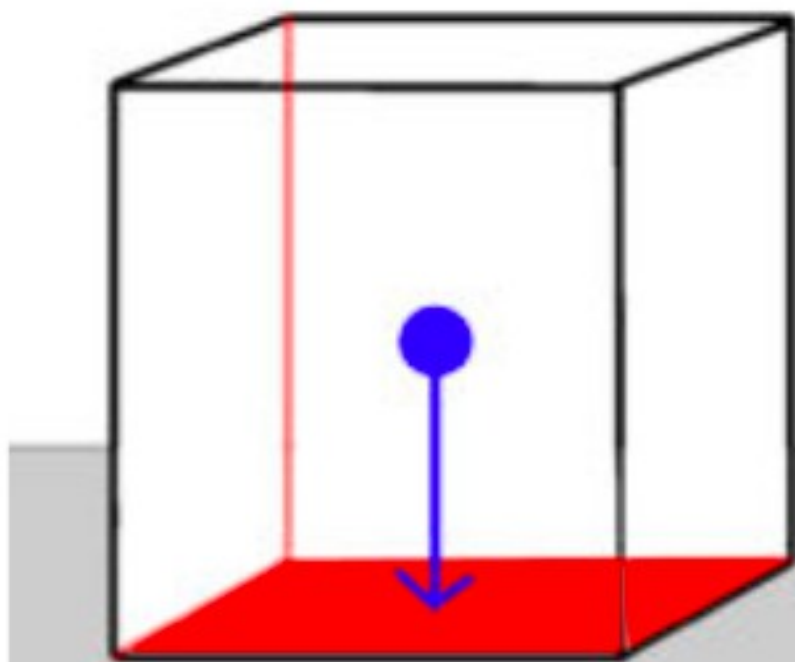
寝返りの実技

① 頭の位置

② 両手の位置

③ 両足の位置

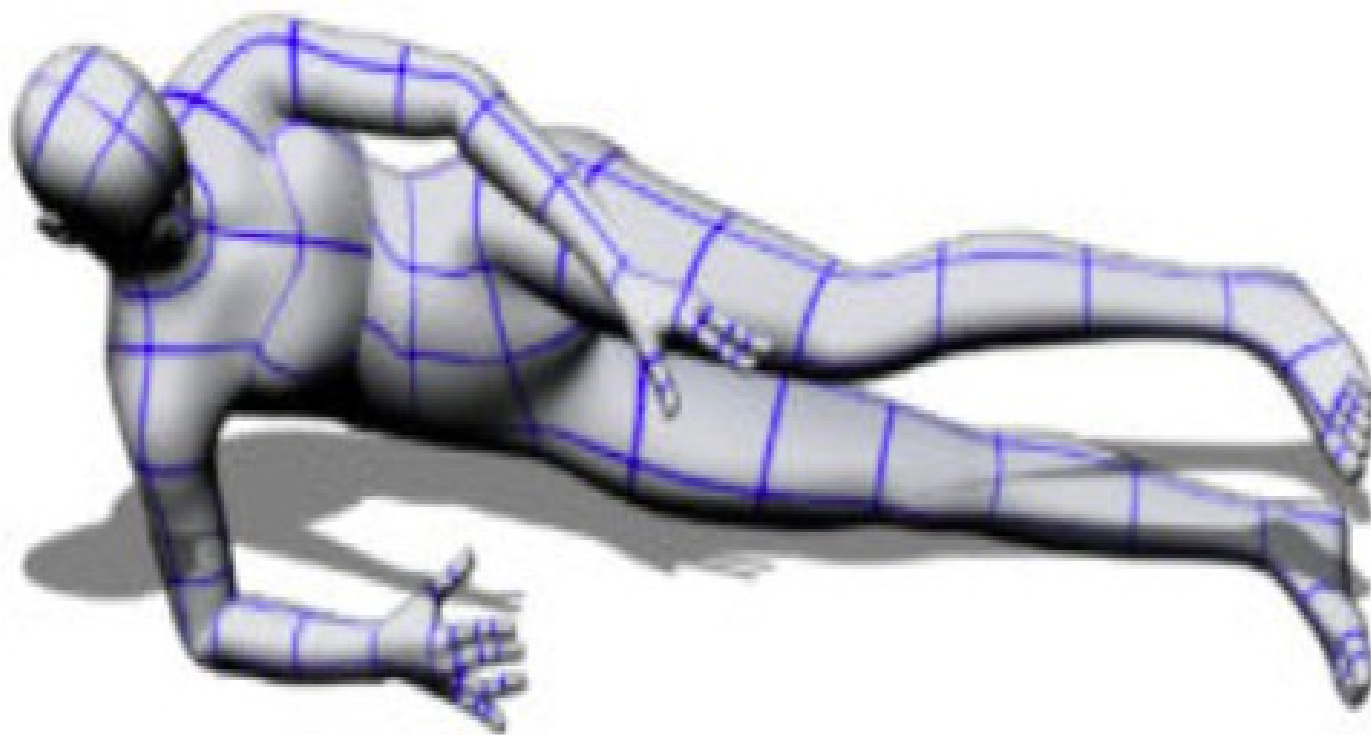
青の矢印：重心線
赤の面：支持基底面



ポイント

- ①各場所の位置をどうしたら重さを利用できるか
- ②動きを邪魔しているものを見つける
- ③自分の重さを利用する

起き上がり♪



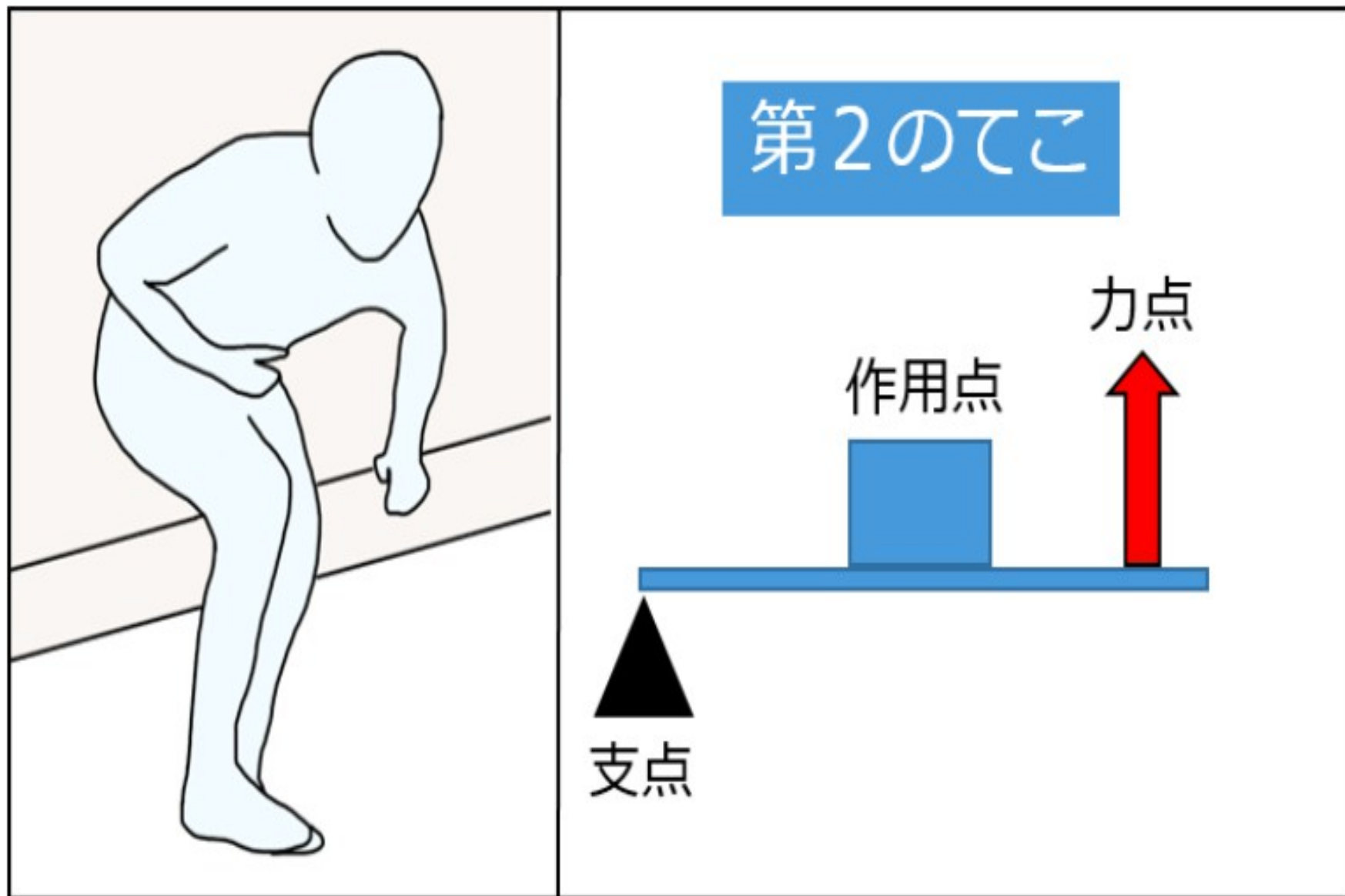
起き上がりの実技

①寝ている位置

②足の位置

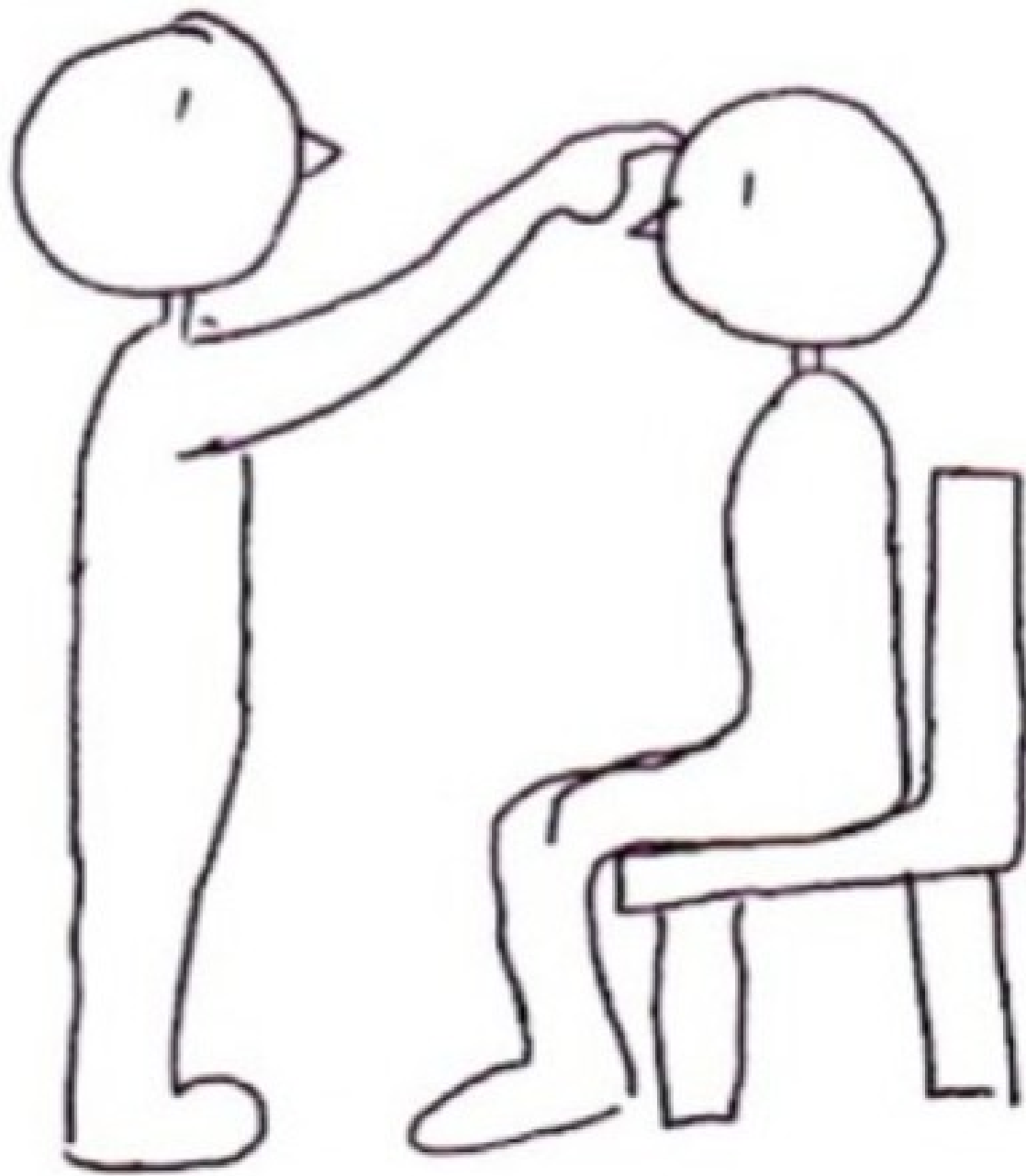
※螺旋を意識して♪

第2のてこ



起き上がりのポイント

- ①各場所の位置をどうしたら重さを利用できるか
- ②動きを邪魔しているものを見つける
- ③自分の重さを利用する





すっきり♪

伝えたいこと

- ①簡単に伝えることって大切
- ②伝わることが大切
- ③伝わることが対人援助職の第一歩♪