

# 浜りハ通信

27年10月1日  
24号発行

## 浜通り訪問リハビリステーション

### 移乗について

椅子やベッド、車椅子などへの乗り移り（移乗）は、生活する上で必要な動作です。しかし移乗には「立つ」「向きを変える」「座る」など様々な動作が必要となる為、複雑な動作とも言えます。今回は安全に移乗するためのポイントをお話ししたいと思います！

#### 【安全な移乗のためのチェックポイント】

- 移乗する先が固定されているか。  
⇒ 椅子が動かないか。  
車椅子のブレーキやベッドの介助バーがロック状態か。
- 移乗先に近づき、進む方向を考える。
- 足の裏が付き、滑りにくいかな。  
⇒ スリッパや靴下は滑りやすい場合がある。
- 移乗先との高低差があるか。  
⇒ 移る先が低い位置にあれば力が少なくて済む。
- 移乗の前の体の準備はできているか。



お辞儀をする



浅く座る

足を引く

このように移乗と一言に言っても注意すべきポイントはたくさんあります。

訪問リハビリでは身体の状態に合わせて、どのような移乗方法が適しているか評価を行い、動作方法の練習や福祉用具の提案などをさせていただきます。



### 移乗に便利な福祉用具



立ち上がるのが困難な方が楽に移乗する為の福祉用具があります。

今回はそのうちのひとつを紹介させていただきます。

#### 【スライディングボード】

木やプラスチックなどでできており、表面は滑りやすく裏面は滑り止めの加工がされています。介護保険の福祉用具貸与の対象用具です。ある程度座位が保つことができ（手すりを持たず座れる程度）、かつ、立位移乗を行うには重介助という方が適していると言えます。車椅子の中にはこのスライディングボードと車椅子が一体化したもの（右写真）もあります。

