

【お知らせ】

新型コロナの影響で「介護教室」の開催を見合わせております。
その間フリーペーパーにてご案内させていただきます。
少しでも、お役立て頂けたら幸いです。

はみんぐ

柏市立介護老人保健施設はみんぐは
あなたのお悩み解決します

- ・退院後の生活にまだ不安がある
(入所サービス)
- ・一時的に施設を利用したい
(短期入所サービス)
- ・リハビリで心身機能を維持したい
(通所サービス)



まずは、お電話又は来所いただきご相談ください
(病院の後です)



電話 04-7134-0660
(相談担当まで)



はみんぐ

柏市立介護老人保健施設はみんぐ

介護 ワンポイント講座

「起き上がり介助」編



「起き上がり介助」の方法

1. 要介護者に声をかけ、これから起き上がり介助を行う事を伝えます。次に手をお腹の上において、膝を立てます。
2. 立てた膝を自分の方に倒す。その際傾いてきた方の肩(図では左肩)に手を添え、横を向けさせます。
3. 両足をベッドの外へ下ろします。



3の図のイメージです。

4. 左手は首の下を通し肩にそえます。右手はおしりに手を当てて起こす体勢に入ります。

5. 直線的にならないよう弧を描くように行くとスムーズに起こせます。



POINT

介護技術の習得は介護者の負担が軽減されるとともに、要介護者にとっても身体的・心理的負担の軽減につながり、双方にメリットがあります。介護の基礎は実践によって完成すると言われ、知識だけでは役にたちません。実際は障害の程度・部位・置かれている状況・心理状態など個別に合わせて応用します。今回は、「起き上がり介助」についてご案内いたしました。次回は「ベットから車椅子への移乗」についてご案内する予定です。