



今回のゴール

介護をするうえでも、歩行や起き上がりなどを支える動作はとくに大切です。どのようなことに注意するかを学びましょう。

移動介助の技術

図表ですっきり 車椅子をつかう際の確認



- レバーやストッパーでブレーキがかかるか
- タイヤの空気圧が適切か
- 破損や緩みのある箇所がないか
- 利用者の手足を巻き込まないか
- 前後左右に障害物がないか
- 段差や勾配は無理なく進めるか
- 姿勢や気温が利用者に負担をかけていないか

食事、入浴、排泄、衣服の着脱など、あらゆる日常生活の場面で移動がともなうものです。安心、安全に移動できることは生活の豊かさにも直結します。

移動は、寝返る、起き上がる、座る、立ち上がる、歩くの5つの動作に分けることができます。この移動をサポートするのが「移動介助」です。移動介助は介護をおこなうなかでの基本的動作といえます。

移動介助の基本

介護の三原則  やボディメカニクス  に基づいた介助をすることは基本ですが、そのうえで移動介助の際に注意したいポイントがあります。

まず事前に、利用者の身体能力を把握し、必要に応じて杖や車椅子などを準備します。移動ルートを確認し、どのような危険があるかを予測します。そのうえで、利用者のその日の体調を確認し、移動することを

つながる学習

介護の三原則

3歩目「介護の基本的な原則とは？」

ボディメカニクス

10歩目「人のからだを動かすコツがある？」

声かけしてから動くようにします。

移動の補助器具の利用

移動の際に杖や車椅子、歩行器などの補助器具を利用する場合には、道具の点検が欠かせません。サイズや位置などが適切に調整されているか、ねじなどの緩みがないかという点検を怠ると、転倒事故にもつながりかねません。

また、車椅子などをつかう際も移動をする主体は介助者ではなく利用者であるため、利用者のペースで動かすことが大切です。

移乗介助

車椅子をつかう場合には、ベッドから車椅子に乗り移ることになります。これを「移乗」といいます。「移乗介助」ではとくにボディメカニクスに基づく動作が大切です。

車椅子の事前調整はもちろんのこと、移乗の前にブレーキがかかっているかをかならず確認します。移乗の際には車椅子とベッドを近づける、ベッドの高さをできるだけ車椅子の座面の高さと同じにすることで、からだの負担や危険を軽減することができます。

ゴールチェックテスト

正しいものを選びましょう

- 1 移動介助において移動の動作は、寝返る、起き上がる、【A.座る B.しゃがむ】、立ち上がる、歩くの5つに分けられる。
- 2 介助の場面においてベッドから車椅子に乗り移ることを、【A.移乗 B.乗車】という。

正解は次ページへ

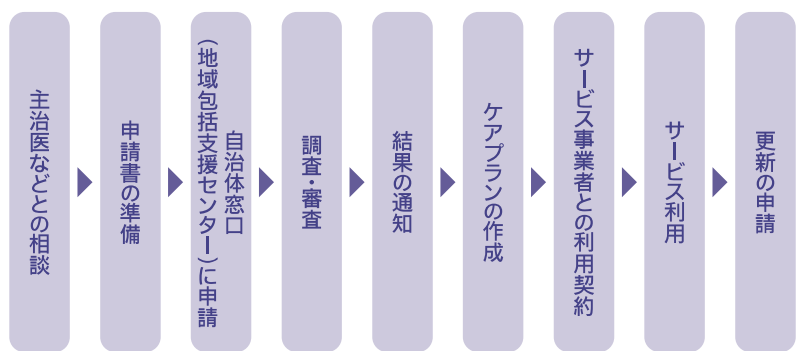


## どのような流れでサービスを受ける？

**今回のゴール**  
介護サービスが提供されるまでには、決められた手続きなどが必要です。どのような流れになっているかを学びましょう。

### 介護サービス提供までの流れ

図表ですっきり 申請から審査と利用までの流れ



介護保険制度を通じて介護サービスを利用するためには、所定の手続きが必要となります。病気やけがをきっかけとして、あるいは日常的に相談している主治医と介護の必要性について相談したうえで、自治体の窓口、地域ごとに設置されている「地域包括支援センター」などに申請書を提出することで利用を申し込みます。この申請は利用者本人でなくとも、家族などの代理人でかまいません。

申請を受けた自治体では、介護が必要かどうか、必要であればどの程度かを調査、審査を経て判断します。これを「要介護認定」といいます。

#### 複数回チェックする要介護認定

要介護認定では、調査員による本人や家族への聞き取り調査、主治医が作成する「主治医意見書」、それらをもとにした専門家による審査

#### ことばの意味

**主治医**  
患者の病気やけがについて主に責任をもつ医師のこと。日頃からの体調全般について相談できる「かかりつけ医」と似ていますが、より具体的な治療を担当する医師です。

会を経て認定結果を出します。

申請からおよそ30日程度で結果が通知され、介護保険制度を利用することのできる内容が記載された「介護保険被保険者証」が届きます。もし認定結果に納得がいかない場合には、「不服申し立て」をすることもできます。

#### ケアプランの作成

認定結果をもとに、まずは介護サービスの利用計画書となる「ケアプラン」を作成します。利用者の状況、サービス提供事業者の状況などを確認しながらケアプランを作成するのが「ケアマネジャー（介護支援専門員）」の役割です。ケアプランでは、一週間のうちの何曜日、どの時間帯、どこでどのようなサービスを利用するかを計画します。

利用者ごとに作成されたケアプランに沿って、サービスを利用開始します。

#### 利用更新の申請

要介護認定には、有効期間があります。原則として初回の認定については6か月、2回目以降については12か月となり、サービスの利用を継続するときには期限の前に再申請をすることになります。この有効期間は、各自治体の定めや利用者の状況によって、3か月から48か月の範囲で異なる場合があります。

#### さらに詳しく

##### 介護保険被保険者証

介護保険制度の対象となる65歳以上のすべての人に交付されます。介護が必要となったとき、申請書とともに提出し、認定結果などが記載されたうえで返却されます。

#### ゴールチェックテスト 正しいものを選びましょう

- 1 介護が必要になったときは、サービスの利用申請書を【A.自治体の窓口 B.介護施設の窓口】に提出する。
- 2 ケアマネジャーには、介護サービスの利用計画書となる【A.主治医意見書 B.ケアプラン】を作成する役割がある。

正解は次ページへ