

予防局介護予防部 市民向け講座

事業名称	市民向け講座 腰痛予防の介助法 移乗介助の実技基礎～中等度介助編～	開催日	令和6年12月12日（木）
開催場所	城東保健福祉エリア 保健福祉複合棟3階	開催時間	13:30～15:30
参加者	一般参加：8名、職員：2名、静岡県理学療法士会員：1名		

【活動内容】

移乗介助の実技基礎の講義として、基本的な考え方や移乗介助において必要な知識について講義をしました。介助量の分類や移乗介助に必要なポイントを実際の現場でも活用できるように実例を交えてお伝えしました。

その後、道具を使用しない移乗方法として、実際に用意されたベッドと車椅子を使用して実技指導を行いました。参加者は実際にご自宅で家族を介護している方や、これから介護が必要になるため専門的な知識を学びたいという方もいらっしゃいました。話を聞くだけでなく実際に実技で移乗介助を行うことで重心移動や身体の支え方を理解を深めていただきました。

アンケートでも、参考になったという回答が多く、「移乗介助動作を実際に体験し、重心のかけ方が大切だと思い、声掛けも立ち上がる時と座る時は大事だと思った」との意見もいただきました。ご自身も腰痛にならない介護方法を伝えて、在宅での介護生活の不安を軽減する機会になれば幸いです。

主催された静岡市地域リハビリテーション推進センターの皆様がこの場をお借りして御礼を申し上げます。

【活動風景】

