

身体援助のポイント

- ①安全な身体援助について
- ②子どもたちの姿勢について

本校の子どもたちの身体的特徴

姿勢保持困難

自分で姿勢を保持することが難しい

筋緊張の異常・不随意運動

手足がバタバタ動いてしまう

関節拘縮・筋力低下

関節の動かせる範囲が小さい

骨密度の低下・骨粗鬆

骨の弱さ・もろさ

骨折

転倒

外傷

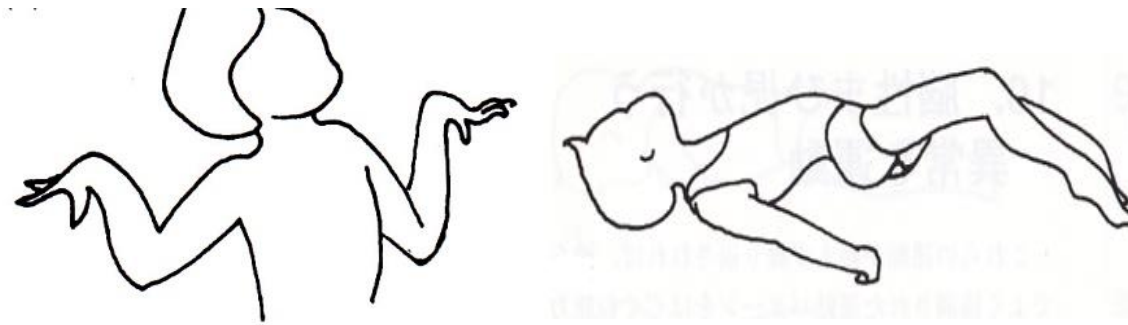
関節拘縮とは？

骨や関節自体の影響ではなく、皮膚や筋や靱帯の柔らかさが失われる

関節の動く範囲が制限された状態

幼少期に出現することはまれ

動きの少なさや、決まったパターンの動きによって引き起こされる



どうして骨が弱くなる？

薬の影響

骨への荷重の少なさ

低栄養

「基本的に立位歩行不能で動きが少なければ少ないほど、骨粗鬆症は強く、常に骨折の危険性をはらむ。骨萎縮への影響は内分泌的なものより廃用性の影響が大きいといわれている。」(上田)

歩く・立つ・座る機会が少ないほど骨は弱くなっていく



骨折はなぜ起こる？

骨折の原因

転倒・転落 日常的な介助や援助中の外力 他者・物との接触 などなど・・・

骨は、縦方向の圧力には強い

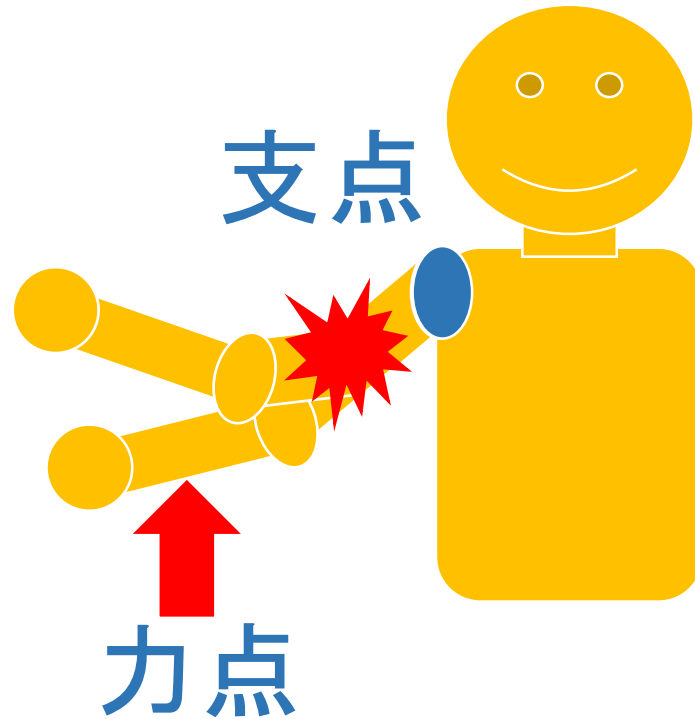
横方向や捻じる力には弱い

関節の拘縮や骨密度の低い子どもの手先だけ持って援助すると・・・

弱い力でも骨折を起こす危険性がある！

関節拘縮＋捻じりの動き＝骨折の危険最大！

『てこの原理×ねじれ之力』が加わり、骨折のリスクが高まる。



写真は「草野球的解決」HPより引用

kj-avant.hatenablog.com/entry/2013/12/24/203027

関節を支えて援助する



肩や肘を一緒に支えてあげることで、スムーズに動かすことができる

こんな部位を骨折しやすい

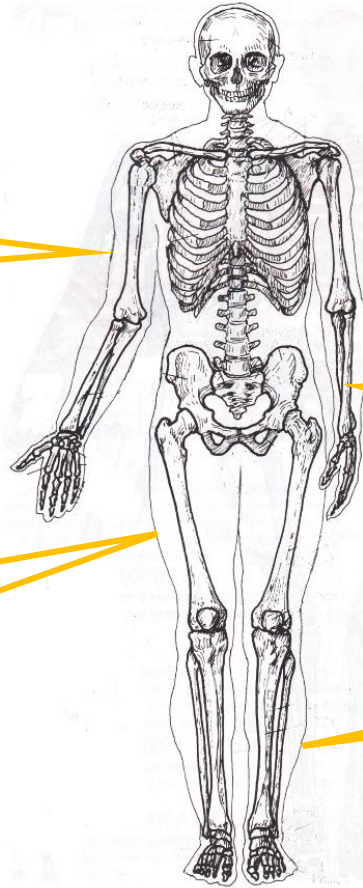
骨折しやすい場所

第4位：上腕

第3位：前腕・手首

第1位：大腿骨

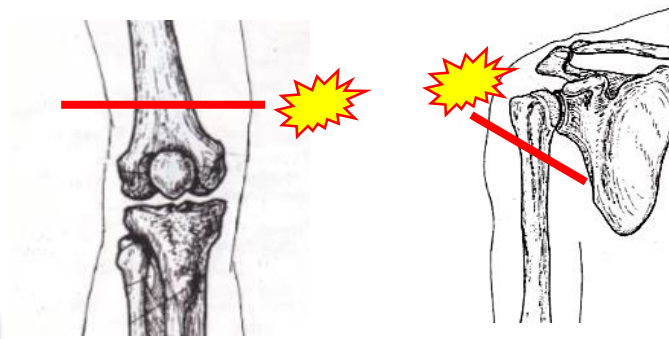
第2位：下腿・足部



こんなときに骨折しやすい

骨折しやすい場所

特に、**関節に近い場所**が骨折しやすい



骨折しやすい場面

重度の子どもたちは、他者からの
援助・介助中に骨折することが圧倒的に多い

骨折を避けるために！

- 大きい関節の可動域を理解しておく
(肩、肘、股、膝)
- ゆっくりと動かす
- 手先や足先をもって捻じらない
- 身体を動かすときに言葉をかける
- 指導者、援助者の足場を確保しておく

身体への触れ方

援助する人は、
『感じとれる手』を作る

強く握らない 指先を立てない

相手の動きを感じながら優しくふれる
手のひら全体で包み込む



人の動きを感じようとする手、その気持ち大切です

安全な身体援助について

- 車いす一床の乗せ降ろし
- 立ち上がり、立位、歩行の援助
- 衣服の着脱

車椅子一床の乗せ降ろし

●一人介助

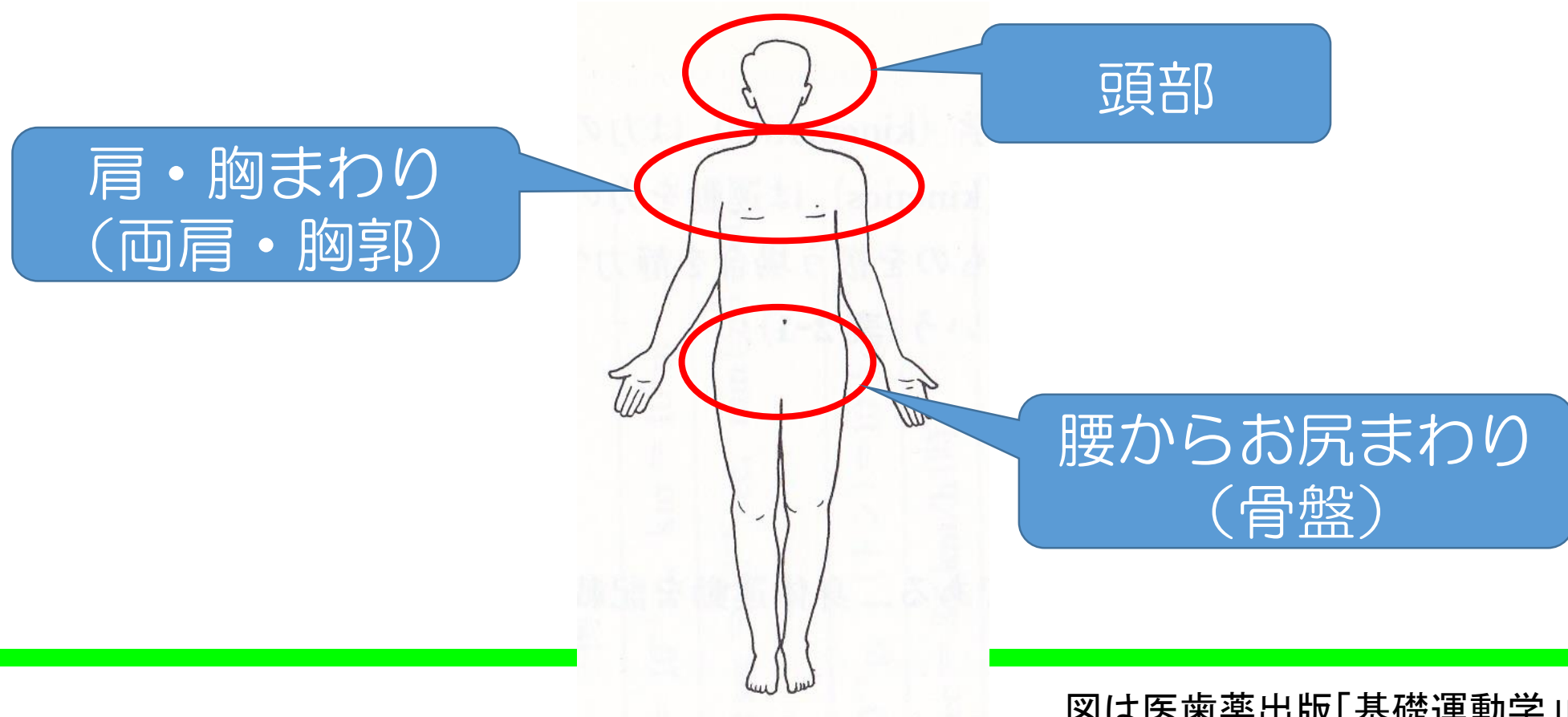


●二人介助



乗せ降ろし介助のポイント

重量がある部分をしっかりと支える



乗せ降ろし介助のポイント

重量がある部分をしっかりと支える



先生方の身体も守るために



抱き上げる時は、
腰を落として



体に密着させて抱く



乗せ降ろし介助のポイント

- 体を密着させる
- 言葉かけをし、安心感を与えながら安全に
- 子どもの手足は体の中心に
- 二人で息を合わせて（二人介助の場合）

立位・歩行時の注意点

歩行や立位が安定しているように見えても常に**転倒のリスク**あり！

常に「**転ぶんじゃないか**」と意識しておく

転倒しやすい方向を予測して位置取りする



日頃から動きを観察して特徴をつかんでおくこと！

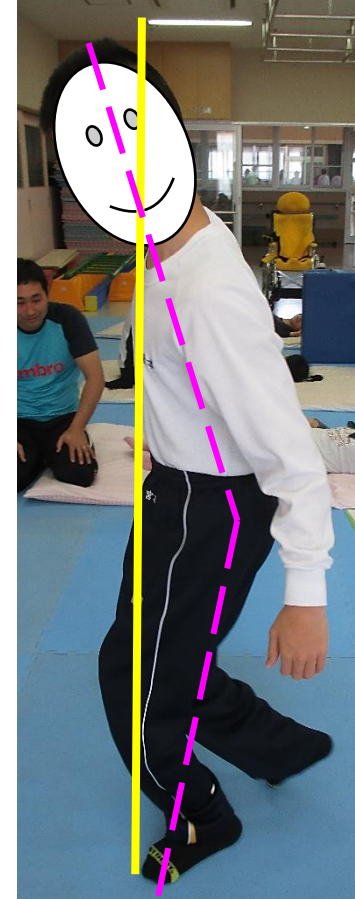
立位・歩行時の注意点（例）



- 重心は右側に偏移
- 骨盤が右側に流れている
- 右足で主に支えている
- 左足への荷重がすくない



左側へバランスを
崩す可能性が高い



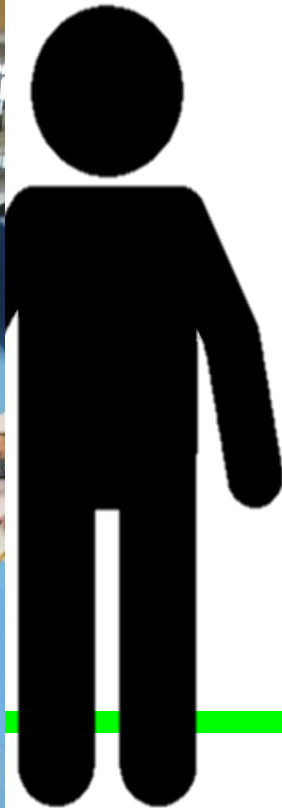
- 重心はつま先より
- お尻が後ろに引けている
- 上体がやや前に突っ込んでいる
- 膝が伸びきらない



前方へバランスを
崩す可能性が高い

立位・歩行の援助（例）

バランスを崩しやすい側に位置取りする



衣服の着脱の援助

脱がせるときは（動かしやすい側）から

着せるときは（動かしにくい側）から

脱健着患

衣服の着脱の援助

指先や爪が引っかからないように注意する！



まとめ

- 介助・援助をする時に声をかける
- 子どもの関節の動く範囲を知っておく
- ゆっくりと動かす
- 一人で無理せず、周囲の人に助けを求める

援助者が、やってあげるだけが援助ではない
自分で動ける（できる）範囲外をサポートしてあげる
意識ももっておくこと

まとめ

心地の良い介助を心がけること！

人間関係（信頼関係）をつくる基礎となる

信頼の感情を育てることができる

自分に適した介助方法を伝えられるようになる

子どもたちの姿勢について

- 姿勢とは
- 車いす姿勢のチェックポイント
- 姿勢の崩れをほっておくと

こんな姿勢をどう思う？



姿勢とは？

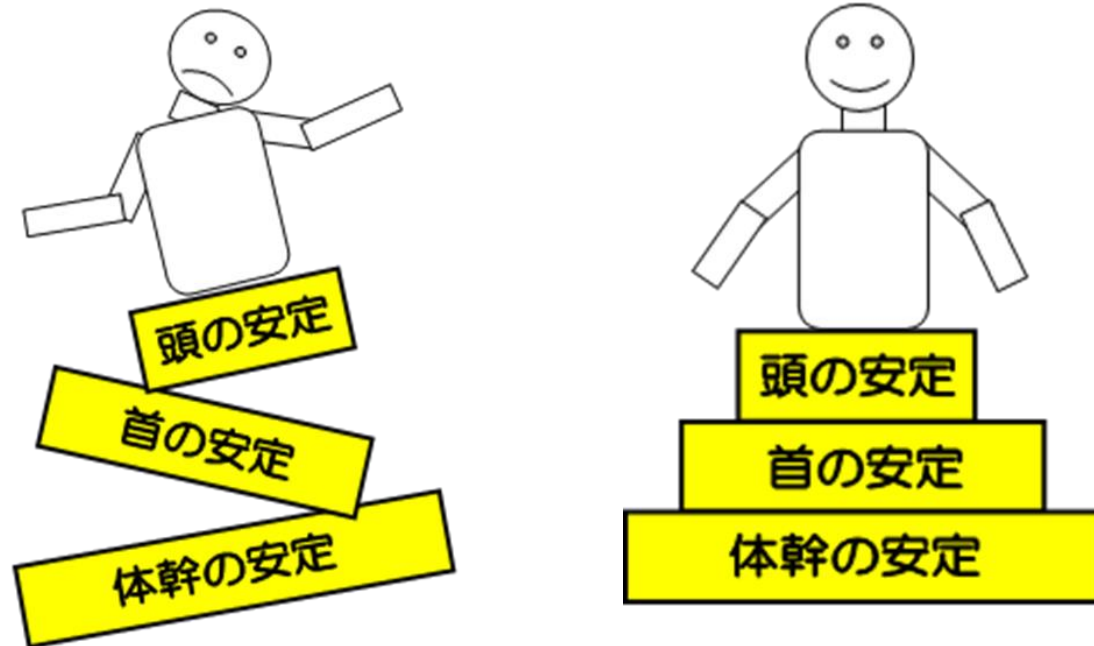
ボールに乗っての不安定な
姿勢では、ラーメンがうまく
食べられない！

なにか活動をするときには、
姿勢の安定が必要である



姿勢とは？

なにか活動をするときには、姿勢の安定が必要



「見る」「聞く」「話す」「食べる」「読む」「書く」
いろんな活動のしやすさに影響

車いす姿勢のチェックポイント

お尻はしっかりと奥まで

体が左右に傾いていないか

膝裏に隙間が大きく
開いていないか

足がフットレストについているか

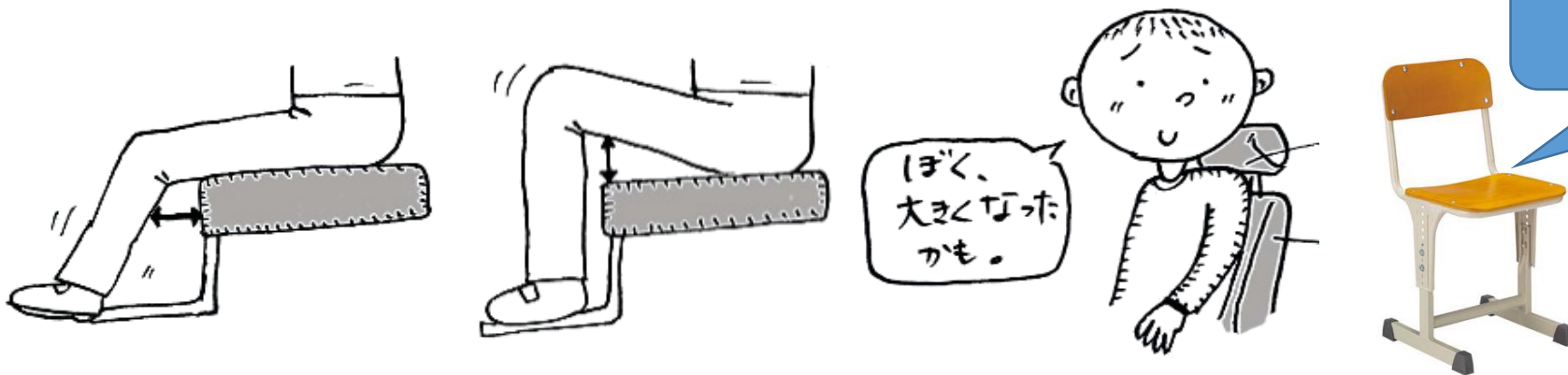


定期的に車椅子のチェックを！

車椅子や座位保持いすは、子どもたちの身体に合わせて作られている

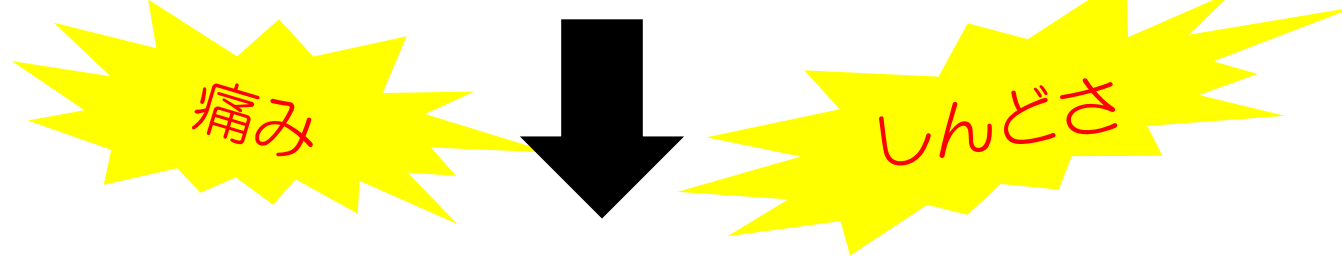
成長したり、変形が進むと体に合わなくなってくる

体に合っていない車いすや座位保持いすに乗り続けると、
体のねじれやゆがみにつながる



姿勢の崩れを放っておくと

身体のゆがみがだんだんと大きくなっていく



だんだんと車いすに座りにくくなる
座れる時間が短くなっていく

活動できる時間が短くなっていく！

身体のゆがみが大きくなっていく！

まとめ

- 姿勢の崩れは、そのままにせず修整しよう
- 定期的に車椅子が体に合っているかチェックしよう

こんな姿勢でいいのかな・・・？
姿勢をうまく直してあげられない・・・
車いすが体に合っているのか分からない・・・

そんな時は、よく知って
いる人に相談しよう！！