

**Question 7** : スライディングボードを使って介助者1人で、ベッドから車椅子への移乗を介助するにはどんなコツがありますか？

**Answer :**

- ◆スライディングボードを使って、介助者1人で介助する場合は、対象者が1人で座位保持できることが条件になります。
- ◆アームサポートが取り外せるタイプの車椅子とスライディングボードを使って移乗します。
- ◆アームサポートが取れない車椅子を使用して移乗しようとする、介助者が対象者の身体を抱えてアームサポートより高く持ち上げる必要があり、介助者の腰部等に大きな負担がかかります。したがって、対象者の体を持ち上げずに、対象者の身体を横に滑らせて移乗するためには、アームサポートが取り外せるタイプの車椅子とスライディングボードを使用します。
- ◆立位になってから車椅子に移乗する場合は、対象者の体重を支えるために介助者の腰部等に大きな負担がかかりますが、スライディングボードを使用することにより座位のまま臀部を滑らせて移乗することができます。
- ◆アームサポートが取り外せるタイプの車椅子とベッドにスライディングボードを渡して移乗します。
- ◆使用時は、対象者に手すりにつかまってもらい身体を反対側に傾けて臀部下に空間を作り、スライディングボードを臀部下2分の一程度に差し込み、車椅子の座面に渡します（写真6）。スライディングボードの進行方向に対象者の手をついて体重をかけてもらいます。進行方向に体重をかけたほうが、体重を滑らせやすくなります（写真7）。



写真6



写真7

- ◆スライディングボードの上を2回に分けて対象者を移動します。1回目の移動で対象者の殿部を滑らせてスライディングボードの上に完全にさせます（写真8）。2回目の移動で車椅子の上まで滑らせます（写真9）。



写真8



写真9

- ◆現在は、アームサポートが取り外せる車椅子の価格も徐々に安くなっています。購入には介護保険等が使える場合もあります。対象者に負担のない移乗のためにも、普段使用する車椅子から見直していきましょう。
- ◆スライディングボードの使用法や、アームサポートの取り外しができる車椅子の使用法は、メーカーや製品によっても変わるので、製品の取扱説明書をよく読み、必要時、専門家の指導を受け、対象者に合わせて使ってください。
- ◆健常者を対象にした研究で、介助者役が対象者役を車椅子に移乗する際の介助者役の腰部にかかる力を、3次元動作分析と床反力計を用いて計測したところ、スライディングボードを使用した介助は、補助具なしの介助と比較して、腰部にかかる力が軽減したという報告があります（佐々木ら 2007；勝平ら 2010）。
- ◆富岡ら（2007）は、車椅子移乗時の身体負担を表面筋電図等で比較し、正しくスライディングボードを使用した介助は、素手による介助よりも有意な負担軽減効果が認められたと述べています。
- ◆森永ら（2012）は、スライディングボードの使用が、移乗介助動作の持ち上げ力を減少させ、腰部負担を素手による介助よりも軽減させると考察しています。
- ◆手順については、p. 14<手順：スライディングボードを使用したベッドから車椅子への移乗>を参照してください。

#### <文献>

- 佐々木秀明，勝平純司，渡辺仁史，西條富美代，齋藤昭彦（2007）：移乗補助器具を用いた移乗介助動作における介助者の腰部負担について，理学療法学，34(7)，294－301.
- 勝平純司，富田早基，原口辰也，原田紗希，石川悦子，久保和也，丸山仁司（2010）：移乗補助具の使用、種類、使用姿位の違いが移乗介助動作時の腰部負担に与える影響，人間工学，46(2)，157－165.
- 森永雄，勝平純司，丸山仁司（2012）：移乗介助動作における腰部負担軽減方策：動作の工夫と補助器具使用の有効性，バイオメカニズム学会誌，36(2)，104－110.
- 富岡公子，樋口由美，眞藤英恵（2007）：福祉用具の有効性に関する介護作業負担の比較研究：福祉用具使用の有無および作業姿勢の適正，産業衛生学雑誌，49(4)，113－121.