

特集

ケアする人もされる人も！ 3つの原則で 身体介助が楽になる

看護・介護の場面では、身体介助を行なう機会が数多くあり、「身体を使う」ことは避けられません。相手が高齢の方、障がいのある方など、動きに制限のある方をサポートする介助はなかなか難しいもの。ケアを提供する側が身体を痛めてしまうケースも少なくありません。そうした現状に対し、岡田慎一郎氏は「自分の身体に意識を向ければ、そのような状況も変わるのでは」と指摘します。そこで本特集では、岡田氏に身体の使い方とその動きのあり様を解説していただきます。

特集監修●岡田慎一郎(理学療法士・介護福祉士)

岡田さん、身体の使い方を知ると、
身体の動きが楽になるって本当ですか？

「自分の身体の構え」、
そして「3つの原則」を知ろう！

Q&A「それって、身体の使い方を活かしてないからではありませんか？」

「全介助状態」では、岡田さんは身体介助はどう実践されていますか？

【対談】

「身体」に注目すれば、実践が変わる!?

平尾剛(神戸親和女子大学)×岡田慎一郎

編集後記

今号をつくる過程で、野村さん(ならい(p466)、自分の「安定しているとき」「注意状態」「要注意状態」を考えてみました。安定しているときは「雑談する余裕がある」ようですし、「何にでも前向き」です。一方、注意状態だと「集中力が散漫」になって「企画が浮かばない」なんてことがある。要注意状態ともなると「早朝覚醒」や「イライラ」があるかもしれません。なるほど。“あえて型にはめて考える”からこそ、普段の生活をふり返り、自分を客観視しやすくなるのですね。……そういえば、先々の企画って埋まっていなかったような？ 何か対処を!…小池

長時間、原稿とにらめっこしていると、思わぬミスをしていることがあります。疲れてくると、同じように読んでいるつもりでも、内容が頭に入っていない……。仕事の質を保つためには、自分自身の状態を自覚することが必要であることを痛感します。本号の編集作業のなかで、実際にクライシス・プランをつくってみたところ、集中力が切れたときの行動パターンに気づきました。そんなときは、ひと呼吸をいれて自分の体調を整える。今号も仕事のクライシスを乗り越えられそうです(?)…横田

※一部変更となることがあります。

訪問看護と介護 第22巻 第6号(通巻252号) 2017年6月15日発行(毎月1回15日発行)

発行：株式会社医学書院 代表者：金原優 〒113-8719 東京都文京区本郷1-28-23

Published by IGAKU-SHOIN Ltd. 1-28-23 Hongo, Bunkyo-ku, Tokyo©2017, Printed in Japan

1部定価：本体1,400円+税 年間購読料(税抜, 送料弊社負担, 年間12冊): 12,600円(冊子版)/

15,600円(冊子+電子版/個人)/12,600円(電子版/個人)

販売部：☎03-3817-5659 社内案内：☎03-3817-5600

『訪問看護と介護』編集室：☎03-3817-5787 FAX03-5804-0485 担当：小池・横田・早田

✉houmon@igaku-shoin.co.jp Twitter @houmonkango

医学書院ホームページ <http://www.igaku-shoin.co.jp/> ウェブマガジン『かんかん!』 <http://www.igs-kankan.com>

本誌に掲載された著作物の複製権・翻訳権・上映権・譲渡権・貸与権・公衆送信権(送信可能化権を含む)は(株)医学書院が保有します。

本誌を無断で複製する行為(複写, スキャン, デジタルデータ化など)は、「私的使用のための複製」など著作権法上の限られた例外を除き禁じられています。

大学, 病院, 診療所, 企業などにおいて, 業務上使用する目的(診療, 研究活動を含む)で上記の行為を行なうことは, その使用範囲が内部的であっても, 私的使用には該当せず, 違法です。また私的使用に該当する場合であっても, 代行業者等の第三者に依頼して上記の行為を行なうことは違法となります。

【JCOPY】(出版者著作権管理機構委託出版物)

本誌の無断複製は著作権法上での例外を除き禁じられています。複製される場合は, そのつど事前に出版者著作権管理機構

(☎03-3513-6969, FAX03-3513-6979, ✉info@jcopy.or.jp) の許諾を得てください。

※「訪問看護と介護」は, 株式会社医学書院の登録商標です。