

# 移乗 Section.1

—ベッドから車いすへ—

ベッドから車いすに患者さんを移乗させるところの  
写真を見てもらいます

A



B



**Q1** AもBも同じことをしようとしています。しかし、やり方が異なっています。AとBで違っているところを2つ以上見つけてください。

前のスライドから1秒後の写真です

A



B



**Q2** AとBで違っているところが少なくとも3つあります。  
グループで話し合って確認してください。

前のスライドから2秒後の写真です  
車いすに降ろしているところです

A



B



**Q3** 徳永先生(B)の降ろし方の方が患者さんは  
安心感をもてます。  
それはどうしてでしょうか。

徳永先生は、  
ボディメカニクスを上手に使っています。

## ボディメカニクスとは

ボディメカニクスとは、人間の身体構造や機能を力学的視点からとらえ、無理や無駄のない効率的な動作をすることをいう。

よい姿勢の保持や日常生活動作を効率的に行うための身体の使い方のことをボディメカニクス技術という。

患者の  
ボディメカニクスを  
考える

看護師の  
ボディメカニクスも  
考える



効率的な  
ボディメカニクス技術

👉 プリント「ボディメカニクス技術の基本」  
①②を読んでください。

## Q4

プリントには、「動作中の重心線が支持基底面を通りやすくなりバランスを保つことができる。」と書かれています。

これはどんなことを言っているのでしょうか。わかりやすい説明をグループで話し合ってください。

## Q5

山下先生(A)と徳永先生(B)が使っている筋群の違いをグループで話し合ってください。

# 徳永先生のワンポイントレッスン



太陽をクリック

## 実技

Q1・Q2・Q3に関わる部分の  
実技練習をしてもらう

## 自己評価

自己評価プリントを配付して  
自己評価をしてもらう