

頸髄損傷者の動作獲得について  
～移乗について考える～

# 環境面を考える

第二自立訓練部 肢体機能訓練課  
作業療法部門

# はじめに

1. ベッド
2. トランスファーボード
3. マットレス
4. リフト
5. その他の自助具
6. 購入について

を、OTが頭の中で何を考えているか、説明します。

# 1. (移乗動作からみた) ベッドについて

- 1) ベッドの種類について
- 2) ベッドの各部の名称について
- 3) ベッドの選定の仕方(最初に優先して考えること)
- 4) トランスファーボードが設置できるベッドとは
- 5) よく選定するベッドについて(まとめと補足)

# 1. ベッドについて

## 1) ベッドの種類について

ベッドの種類	重量と剛性	分解	キャスター	価格(自費)
医療用・施設用 ベッド	重くて(100kg超) 頑丈	困難	有	高い(80万～)
在宅用・介護用 ベッド	軽くて(約80kg) 医療用ベッドより 簡素な作り	組立てしや すい	無 (オプション・ 課税)	安い(30万～)

# 1. ベッドについて

## 1) ベッドの種類について

ベッドの種類	重量と剛性	分解	キャスター	価格(自費)
医療用・施設用 ベッド	重くて(100kg超) 頑丈	困難	有	高い(80万～)
在宅用・介護用 ベッド	軽くて(約80kg) 医療用ベッドより 簡素な作り	組立てしや すい	無 (オプション・ 課税)	安い(30万～)

# 1. ベッドについて

## 1) ベッドの種類について

当センターでは、医療用ベッドを使用しているため、在宅では在宅用のベッドの購入を支援します。



例: 医療用ベッド

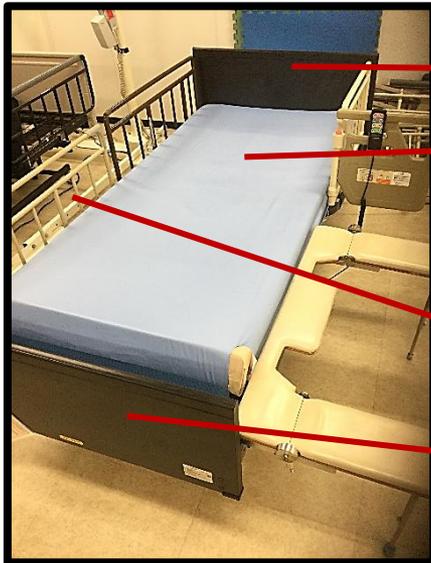


例: 在宅用ベッド

# 1. ベッドについて

## 2) ベッドの各部の名称について

※今後の話で出てきますのでおさえておきましょう。



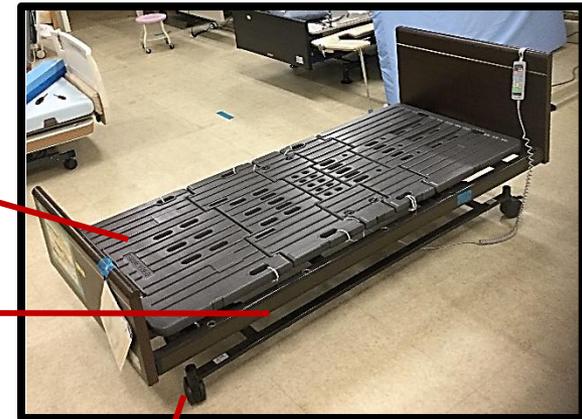
ヘッドボード: 頭側の板

マットレス

ボトム: マットレスが乗る板

サイドフレーム: ベッドの形をなす。  
ベッドサイドレールが差し込まれる

フットボード: 足側の板



キャスター: ベッドを動かすタイヤ

# 1. ベッドについて

## 3) ベッドの選定の仕方 (安全性の次に優先して考えること)

移乗方法	トランスファーボード (差込み型)の使用	選定するベッド
 移乗を自立して行う	使用する	剛性がしっかりしている
移乗を自立して行う	使用しない	車椅子が寄り付きやすい
移乗は介助で行う	—	介助者が寄り付きやすい

その他: ベッドの機能に応じて選定する。

例: 幅が広い・誤嚥しにくい・リラックスしやすい・ワイヤレスで操作出来る等

# 1. ベッドについて

## 3) ベッドの選定の仕方 (安全性の次に優先して考えること)

移乗方法	トランスファーボード (差込み型)の使用	選定するベッド
移乗を自立して行う	使用する	剛性がしっかりしている
 移乗を自立して行う	使用しない	車椅子が寄り付きやすい
移乗は介助で行う	—	介助者が寄り付きやすい

その他: ベッドの機能に応じて選定する。

例: 幅が広い・誤嚥しにくい・リラックスしやすい・ワイヤレスで操作出来る等

# 1. ベッドについて

## 3) ベッドの選定の仕方 (安全性の次に優先して考えること)

移乗方法	トランスファーボード (差込み型)の使用	選定するベッド
移乗を自立して行う	使用する	剛性がしっかりしている
移乗を自立して行う	使用しない	車椅子が寄り付きやすい
 移乗は介助で行う	—	介助者が寄り付きやすい

その他: ベッドの機能に応じて選定する。

例: 幅が広い・誤嚥しにくい・リラックスしやすい・ワイヤレスで操作出来る等

# 1. ベッドについて

## 3) ベッドの選定の仕方(安全性の次に優先して考えること)

移乗方法	トランスファーボード (差込み型)の使用	選定するベッド
移乗を自立して行う	使用する	剛性がしっかりしている
移乗を自立して行う	使用しない	車椅子が寄り付きやすい
移乗は介助で行う	—	介助者が寄り付きやすい

 その他: ベッドの機能に応じて選定する。

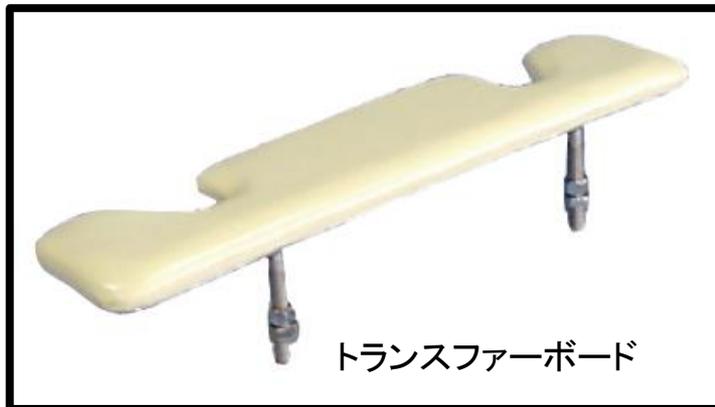
例: 幅が広い・誤嚥しにくい・リラックスしやすい・ワイヤレスで操作出来る等

# 1. ベッドについて

## 4) トランスファーボードが設置できるベッドとは

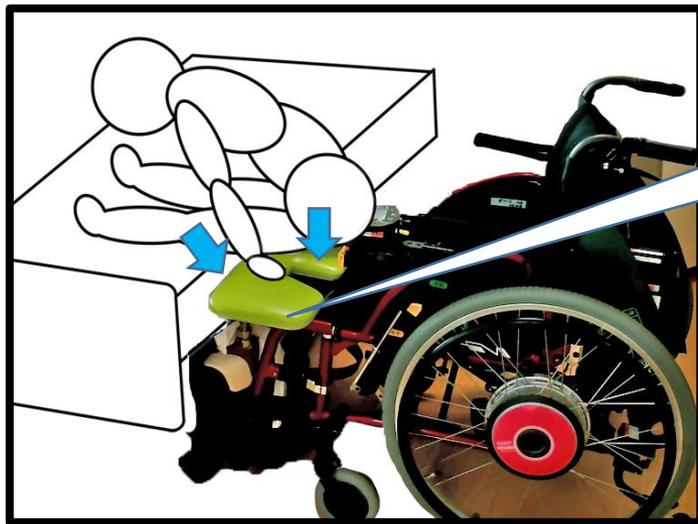
トランスファーボード: ベッドサイドレールの差込口に挿して使用

※トランスファーボードの設置自体は、推奨されていない。



# 1. ベッドについて

## 4) トランスファーボードが設置できるベッドとは ⇒ ベッドサイドレールの差込部の剛性が高いもの



トランスファーボードに  
体重と、動作に必要な力が加わる



ベッドサイドレールの差込部

- ・格納できるタイプ

(折りたたむ、引き出す、その他)

- ・格納できないタイプ

# 1. ベッドについて

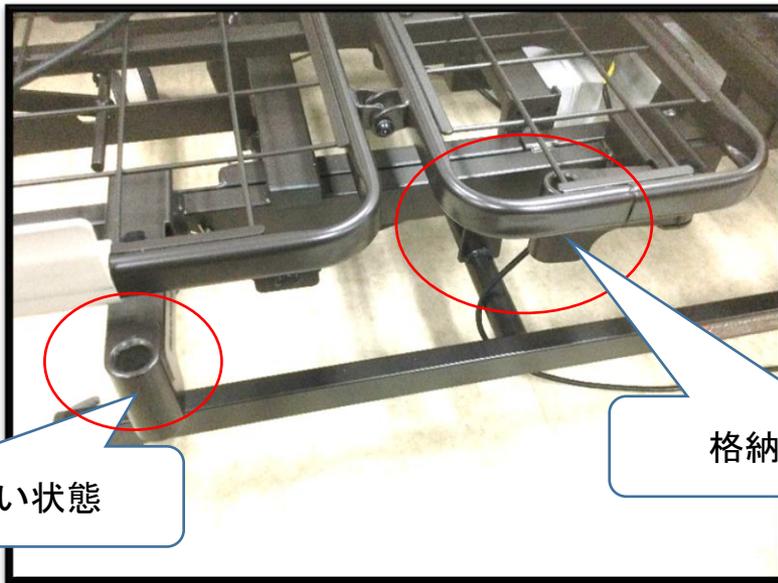
- 4) トランスファーボードが設置できるベッドとは  
⇒ ベッドサイドレールの差込部の剛性が高いもの



剛性がしっかりしている

# 1. ベッドについて

## 4) トランスファーボードが設置できるベッドとは ⇒ ベッドサイドレールの差込部の剛性が高いもの



トランスファーボードをつけるには、  
強度として不安。  
このベッドのメリットを生かせない。

格納していない状態

格納している状態

# 1. ベッドについて

## 4) トランスファーボードが設置できるベッドとは ⇒ ベッドサイドレールの差込部の剛性が高いもの



トランスファーボードをつけるには、強度として少し不安。  
このベッドのメリットを生かせない。

# 1. ベッドについて

## 5) よく選定するベッドについて(補足とまとめ)

- ⇒ ・実際に見たり触ったり出来るもの
  - ・ベッドサイドレールの差込部の仕様
  - ・不具合が生じたときに、対応しやすいもの
  - ・金額面で安く済むもの
  - ・トランスファーボードの作製時、失敗しにくいもの

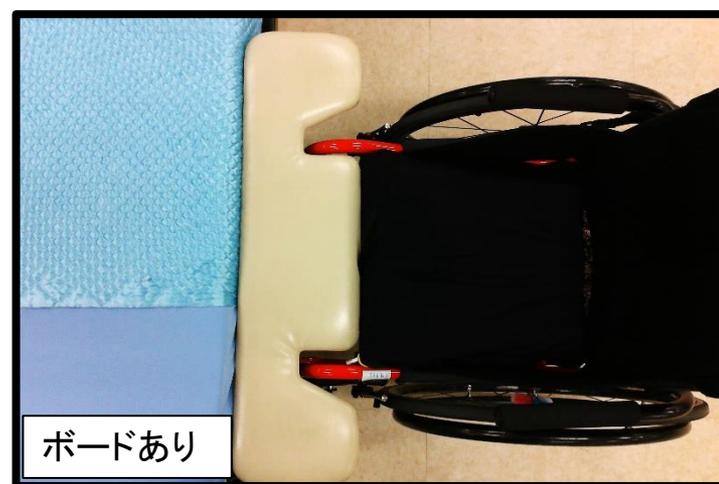
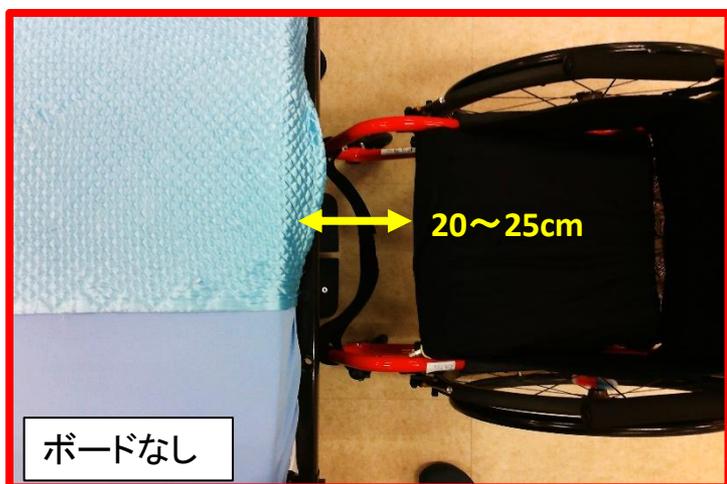
## 2. トランスファーボードについて

- 1) トランスファーボードとは
- 2) トランスファーボードの種類・形
- 3) トランスファーボードの作製の際、気にする点
- 4) 補足: ベッドへ移乗する時に起こり得る課題

## 2. トランスファーボードについて

### 1) トランスファーボードとは

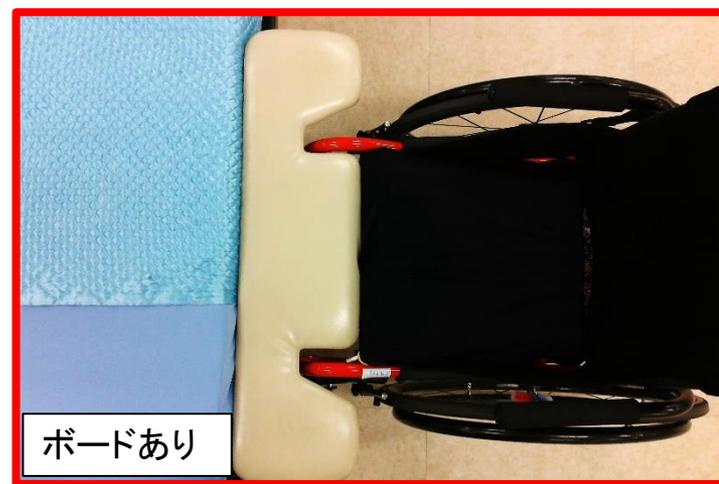
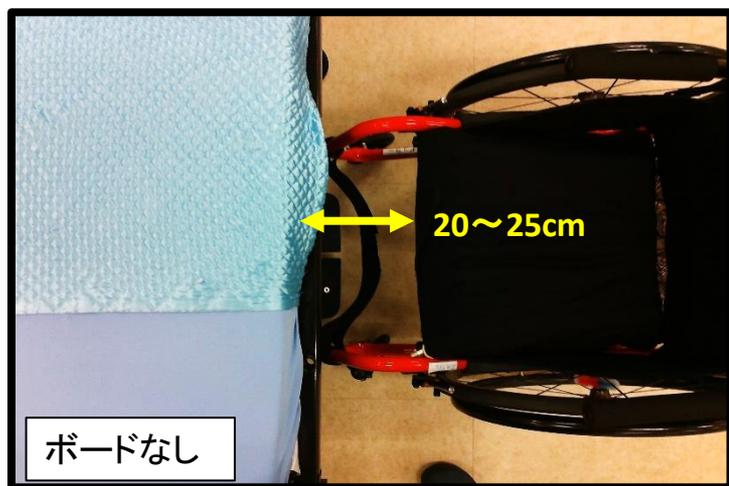
⇒ 前方移乗時に、車椅子とベッドの隙間を埋めるための道具



## 2. トランスファーボードについて

### 1) トランスファーボードとは

⇒ 前方移乗時に、車椅子とベッドの隙間を埋めるための道具



## 2. トランスファーボードについて

### 2) トランスファーボードの種類

① 差込型：ベッドサイドレールの差込部分に、差し込んで使用する

- ・簡易型

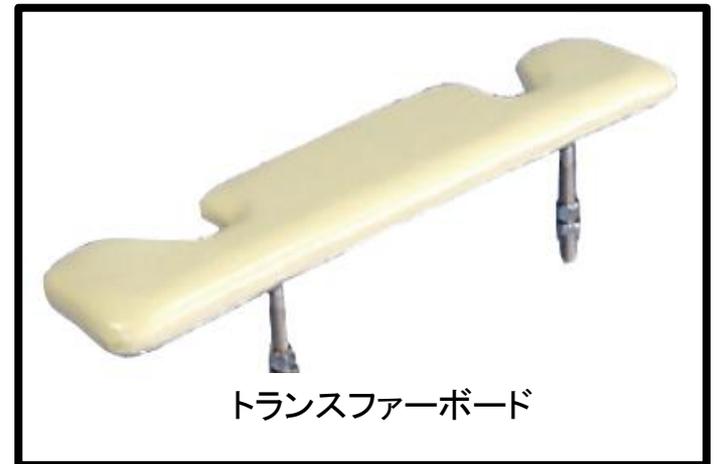
- ・標準型(右図)

- ・オーダーメイド型

(もっと大きいもの、横移乗用等)

② 据え置き型：

ベッドの脇に置いて使用する。



トランスファーボード

# 2. トランスファーボードについて

## 2) トランスファーボードの形



簡易型

差込み型



オーダーメイド(特大型)



標準型



オーダーメイド(側方移乗用)

据え置き型



# 2. トランスファーボードについて

## 2) トランスファーボードの形



簡易型

差込み型



オーダーメイド(特大型)



標準型



オーダーメイド(側方移乗用)

据え置き型



# 2. トランスファーボードについて

## 2) トランスファーボードの形



簡易型

差込み型



標準型



オーダーメイド(特大型)



オーダーメイド(側方移乗用)

据え置き型



# 2. トランスファーボードについて

## 2) トランスファーボードの形

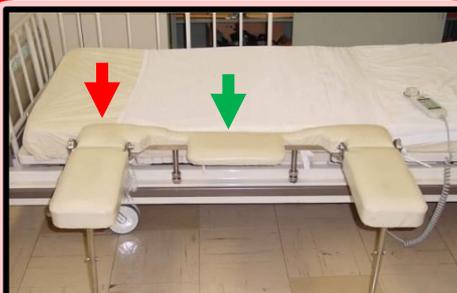


簡易型

差込み型



標準型



オーダーメイド(特大型)



オーダーメイド(側方移乗用)

据え置き型



# 2. トランスファーボードについて

## 2) トランスファーボードの形



簡易型

差込み型



オーダーメイド(特大型)



標準型



オーダーメイド(側方移乗用)

据え置き型



# 2. トランスファーボードについて

## 2) トランスファーボードの形



簡易型

差込み型



オーダーメイド(特大型)



標準型



オーダーメイド(側方移乗用)

据え置き型



## 2. トランスファーボードについて

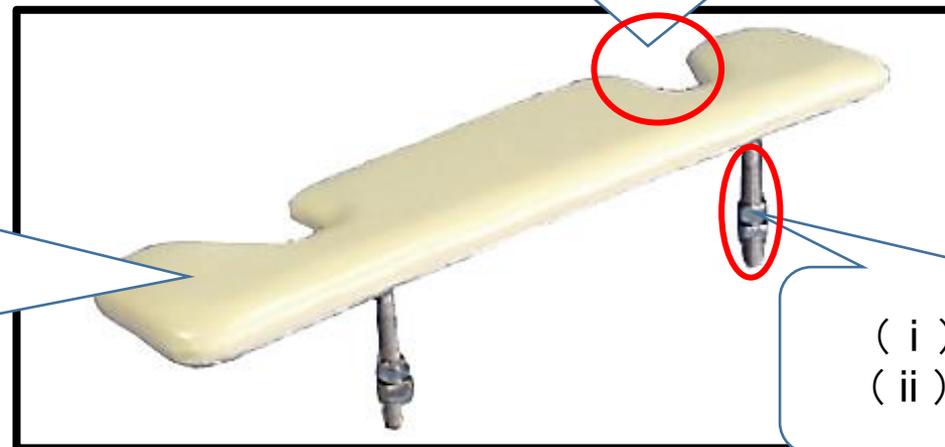
### 3) トランスファーボードの作製の際、気にする点

⇒ i) ボルトの長さ

ii) ボルトの形状

iii) 切り込みの仕様

その他：  
表面は摩擦の少ない素材  
(ビニールレザー)、  
色はお好みで。



(iii). 切り込みの仕様

(i) ボルトの長さ  
(ii) ボルトの形状

## 2. トランスファーボードについて

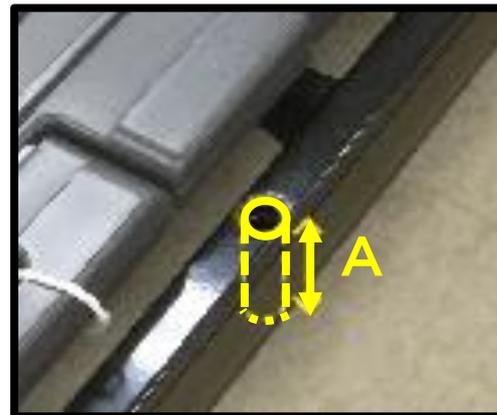
### 3- i )ボルトの長さを決めるために確認すること

- A. ベッドサイドレールの差込部分の深さ
- B. ボトムから差込部までの高さ
- C. マットレスの厚み
- D. 移乗動作

## 2. トランスファーボードについて

### 3- i )ボルトの長さを決めるために確認すること

#### A. ベッドサイドレールの差込口の深さ

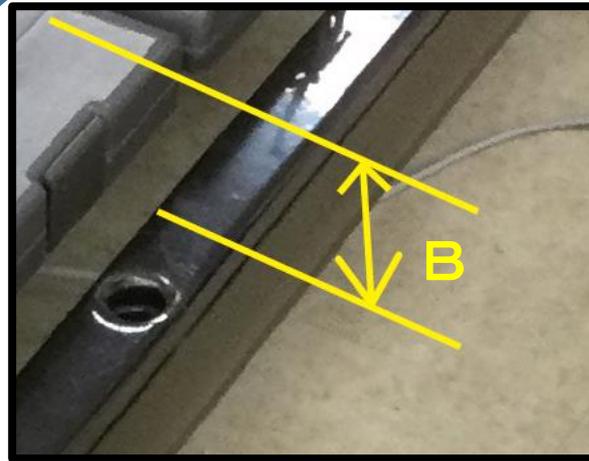


おおむね、ベッドサイドレールを  
差し込める長さ

## 2. トランスファーボードについて

### 3- i )ボルトの長さを決めるために確認すること

#### B. ボトムから差込部上面までの高さ

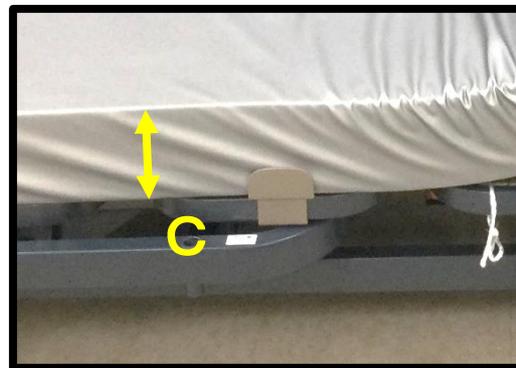


ボトムの上面から、ベッドサイドレールの差込部分上面までの高さは、  
ベッドによって異なるので、注意しましょう。

## 2. トランスファーボードについて

### 3- i )ボルトの長さを決めるために確認すること

#### C. マットレスの厚み

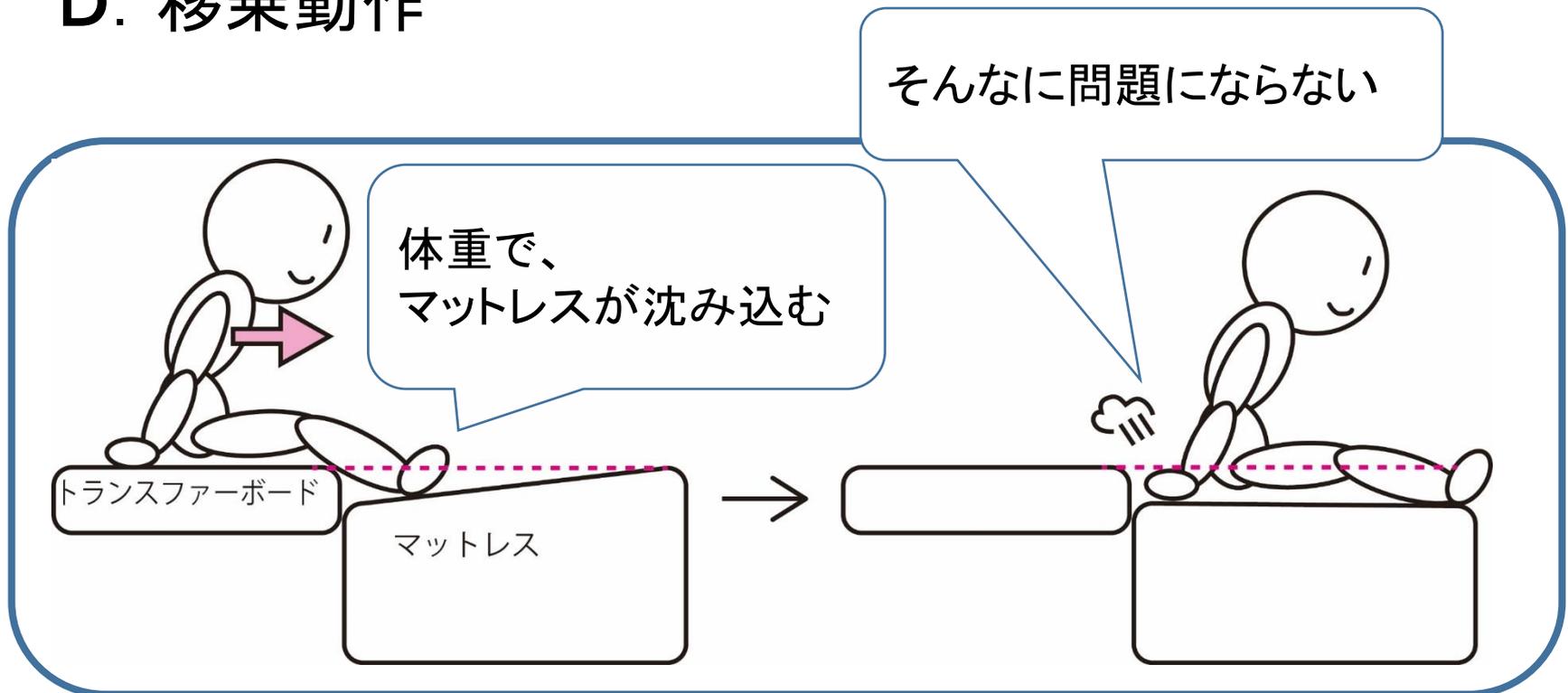


マットレスによって厚みが異なるので、  
注意しましょう。  
(ウレタンマットレス、エアーマットレス)

## 2. トランスファーボードについて

### 3- i )ボルトの長さを決めるために確認すること

#### D. 移乗動作



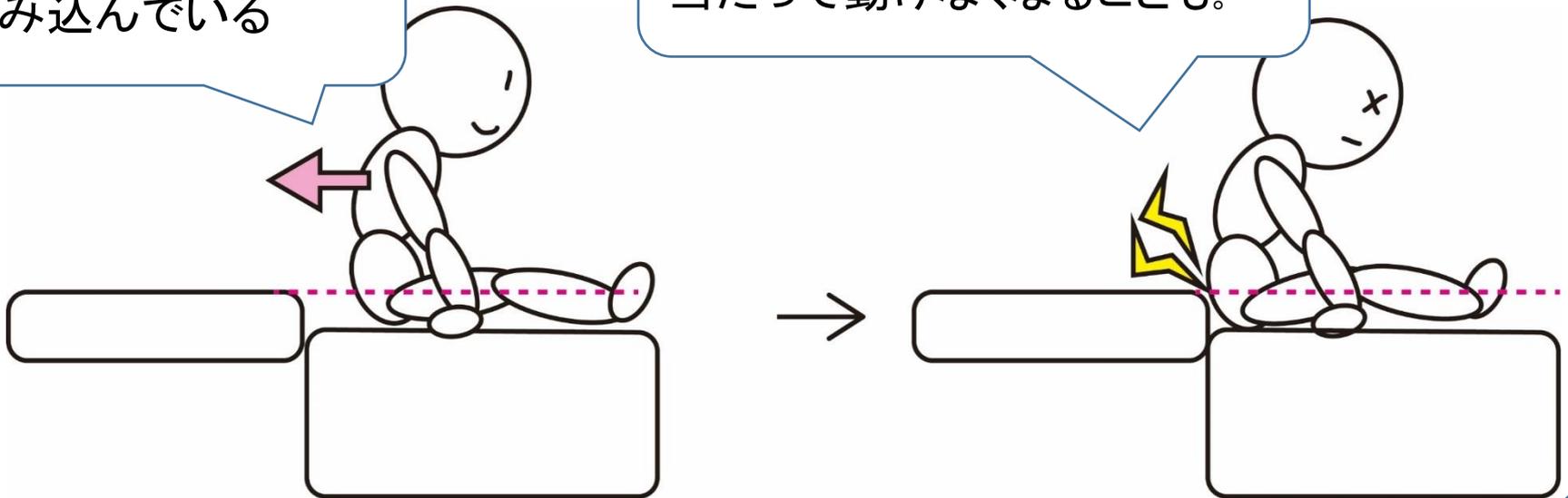
## 2. トランスファーボードについて

### 3- i )ボルトの長さを決めるために確認すること

#### D. 移乗動作

体重で、マットレスが沈み込んでいる

トランスファーボードに臀部が当たって動けなくなることも。



## 2. トランスファーボードについて

### 3- i )ボルトの長さを決めるために確認すること

- まとめ：マットレスのほうがやや高くなるほうが良い。



マットレスのほう  
がやや高い。

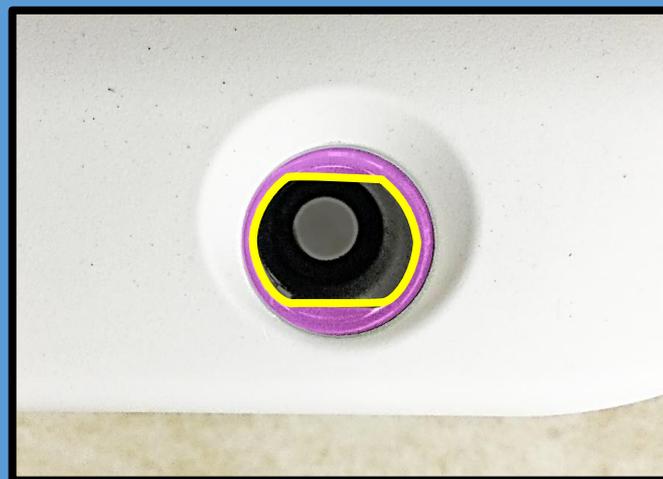
## 2. トランスファーボードについて

### 3- ii ) ボルトの形状を決めるために確認すること



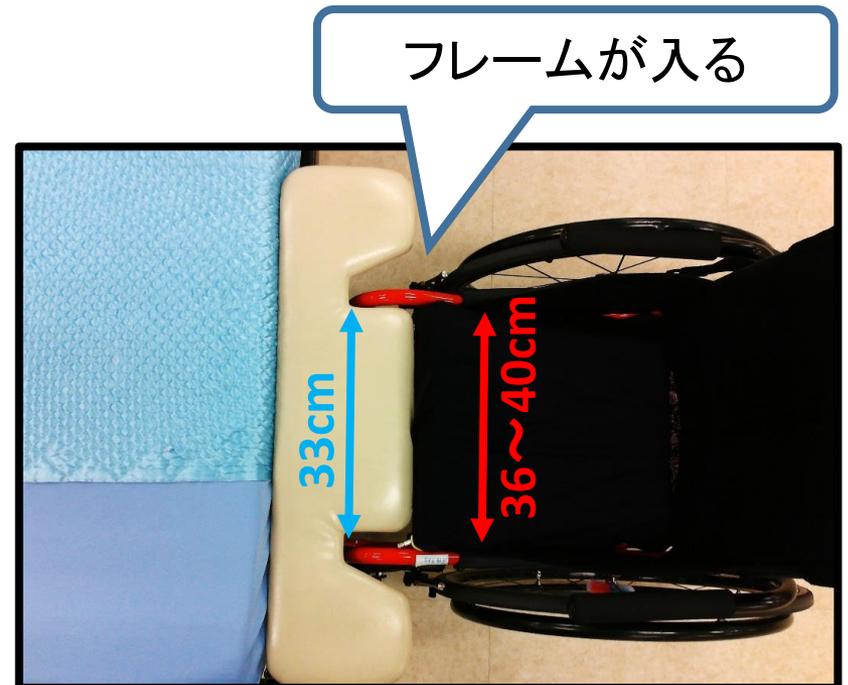
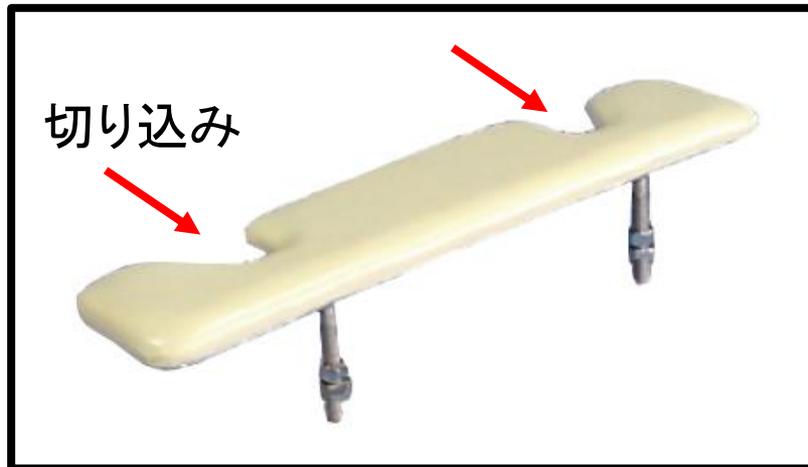
矢印: 差込口

差込口は、楕円型になっています。



## 2. トランスファーボードについて

### 3- iii) 切り込みの仕様を決めるために確認すること

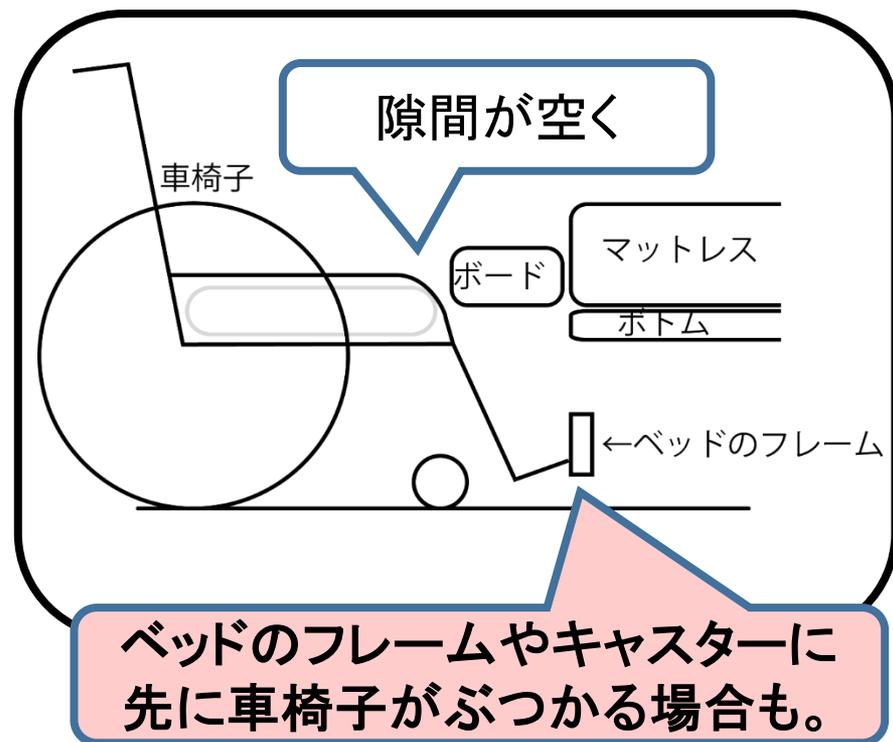


## 2. トランスファーボードについて

### 3- iii) 切り込みの仕様を決めるために確認すること

- 座幅が36cm以下
- 座幅が40cm超

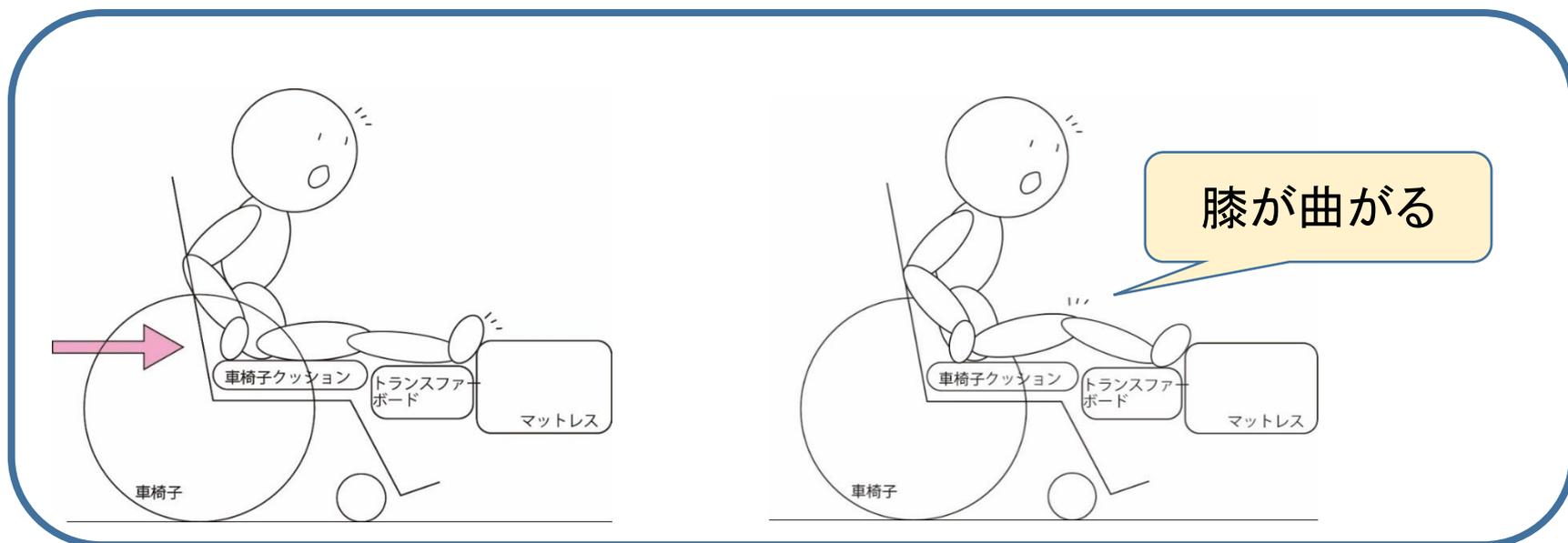
- フレームの形状



## 2. トランスファーボードについて

### 4) 補足：ベッドへ移乗する時に起こり得る課題

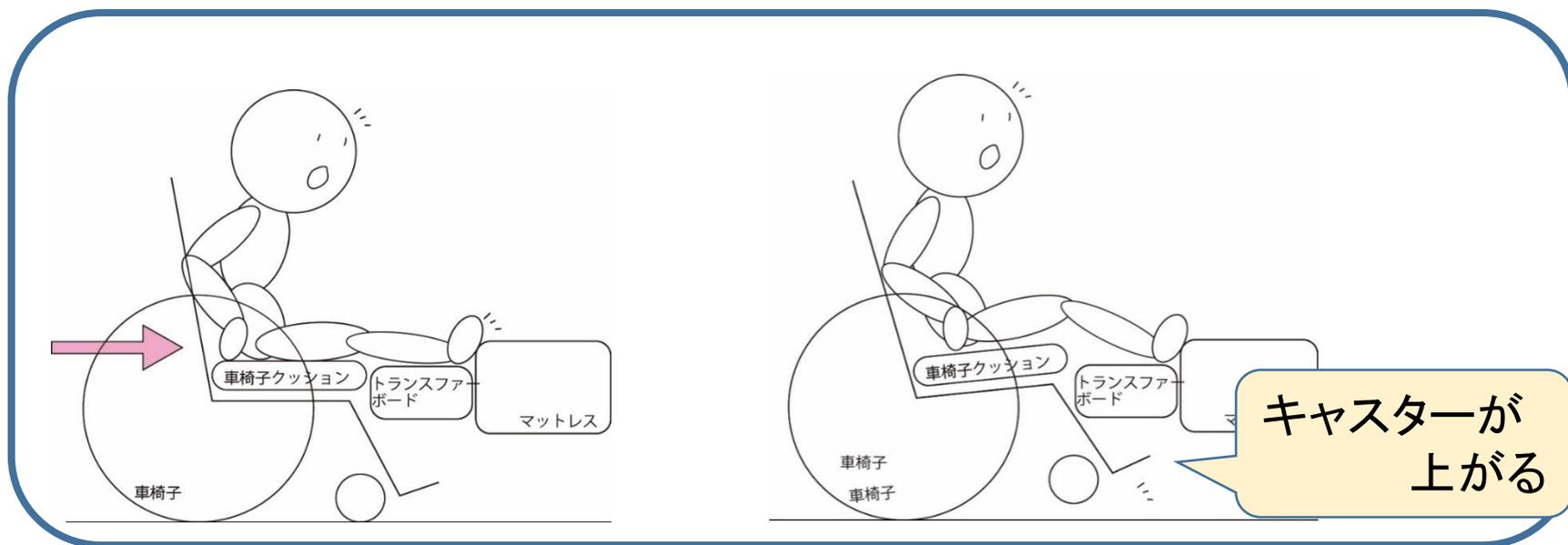
前方移乗時に、マットレスに足がひっかかるという事もあります



## 2. トランスファーボードについて

### 4) 補足: ベッドへ移乗する時に起こり得る課題

前方移乗時に、マットレスに足がひっかかるという事もあります



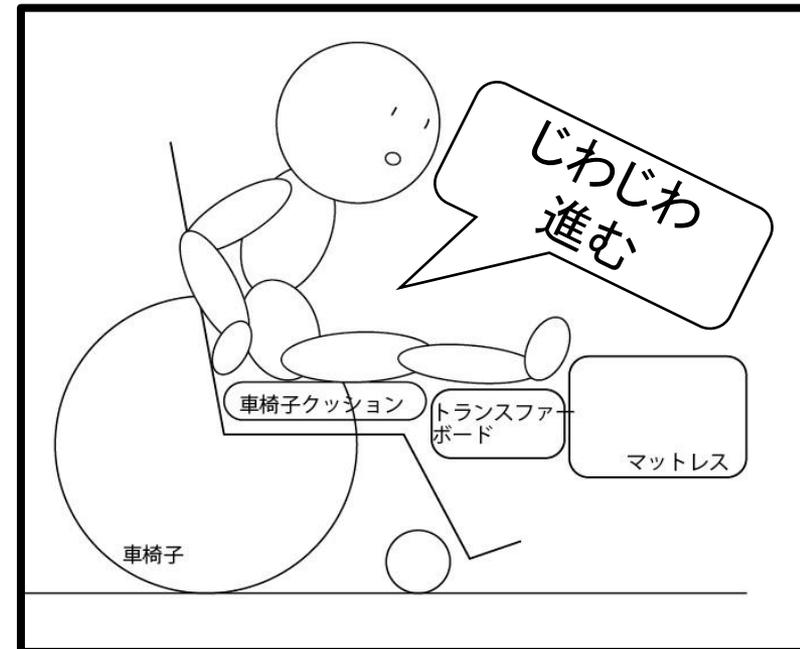
## 2. トランスファーボードについて

4) 補足: ベッドへ移乗する時に起こり得る課題  
足がひっかからずに、前方移動するには

### 対策1:

動作での対策としては、頭を軽く前屈し、重心をなるべく前におく

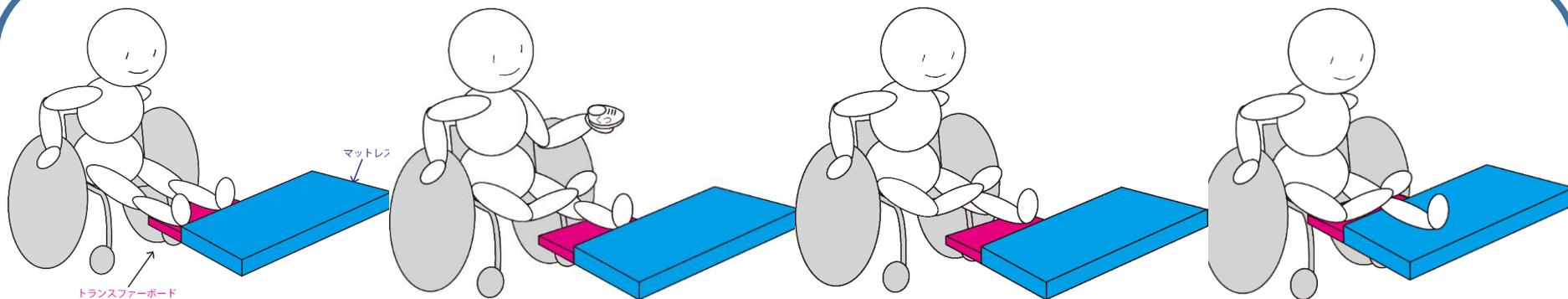
かかところがマットレスに乗るように、じわじわと前進する。



## 2. トランスファーボードについて

4) 補足：ベッドへ移乗する時に起こり得る課題  
足がひっかからずに、前方移動するには

**対策2：** 一方の足を他方にかけて膝を押さえる



移乗のために  
足を上げた後

靴を脱ぎ、

一方の膝を曲  
げたまま、

前へ進みマット  
レスを越える

## 2. トランスファーボードについて

4) 補足：ベッドへ移乗する時に起こり得る課題  
足がひっかからずに、前方移動するには

**対策3：** 環境調整・・・滑りやすい布の活用

滑りやすい布で、トランスファーボードと  
マットレスに橋渡しをしておく



# 3. マットレスについて

- 1) マットレスの選定の仕方
- 2) マットレスの変更にあたって考えること
- 3) 補足: マットレスの選定について考えていること

# 3. マットレスについて

## 1) マットレスの選定の仕方

i) 基本的にエアーマットレスを選定(褥創予防)

ii) エアーマットレスからウレタンマットレスに変更するきっかけ

- ・移乗動作のやりやすさ

- ・寝心地(不全麻痺: 柔らか過ぎて眠れない・動きにくい)

# 3. マットレスについて

## 2) マットレスの変更にあって考えること

### ① ベッド上での生活について

食事、スマートホンの使用・・・どのくらいギャッジ機能を使うか

### ② 座圧測定

合わせて起居動作時の圧も測定

### ③ 行っても良い動作と、控えたほうが良い動作の確認

※エアーマットレスでもウレタンマットレスでも、

長座位(ギャッジアップした)姿勢を長くすることは、×

ベッドは寝る場所として考える。

### ④ 生活に導入: 看護師の皮膚チェック

# 3. マットレスについて

3) 補足: マットレスの選定について考えていること

① 原則: ベッドの幅に合った、マットレスを選定する。

エアーマットレスは機能を損なうため幅を

きちんと合わせる。

② 例外: 移乗時の隙間を考えて、

⇒ 幅の狭いベッド+幅の広いウレタンマットレス

にすることも。

# 3. マットレスについて

3) 補足: マットレスの選定について考えていること

マットレスの幅が、ベッドの規格より広いと困ること

⇒音: ベッドサイドレールに擦れる

位置: ギャッジダウンする際に、マットレスが浮いている



ベッドサイドレールの追加、短めの棒などの使用

# 3. マットレスについて

## 3) 補足: マットレスの選定について考えていること



頭側にベッドサイドレール2本と  
足側にも1本つける



棒を1本差し込むだけでも  
マットレスのズレを防げます  
(長さに気を付けること)

# 4. リフトについて

- 1) リフトの種類について
- 2) 使いやすさなどの比較
- 3) スリングの種類について

# 4. リフトについて

## 1) リフトの種類について

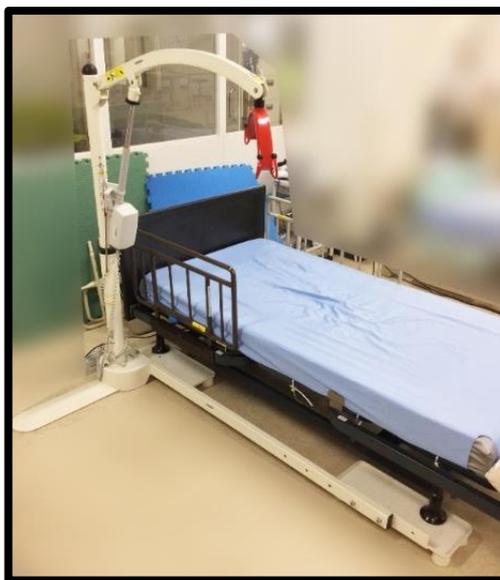
①天井走行型

②据え置き型

③床走行型



①天井走行型



②据え置き型



③床走行型

# 4. リフトについて

## 1) リフトの種類について

### ①天井走行型：天井に組み込んであるリフト



リフトが線上を動くもの



リフトが面の中を動くもの

# 4. リフトについて

## 1) リフトの種類について

### ①天井走行型：天井に組み込んであるリフト



リフトが線上を動くもの

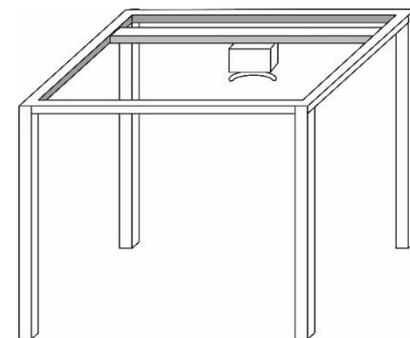
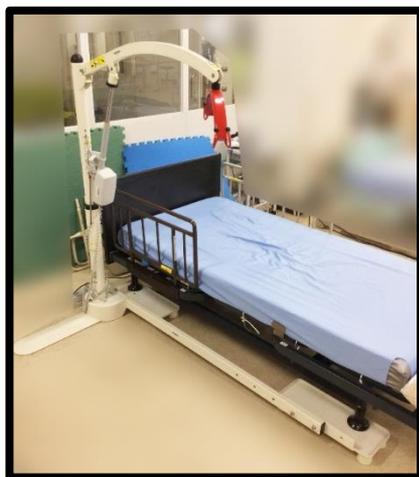


リフトが面の中を動くもの

# 4. リフトについて

## 1) リフトの種類について

### ② 据え置き型：床に置くタイプのもの

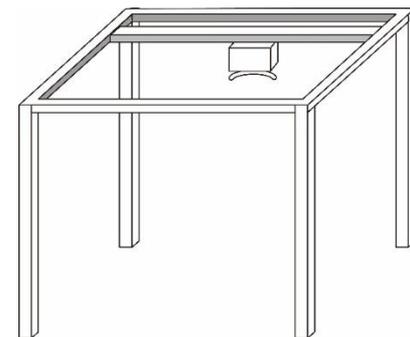
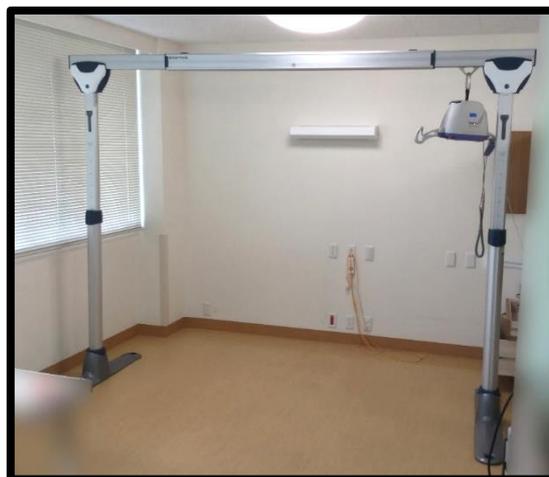


↑ ベッドセット型：床に設置

# 4. リフトについて

## 1) リフトの種類について

### ② 据え置き型：床に置くタイプのもの

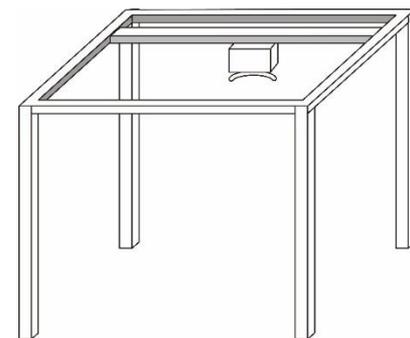
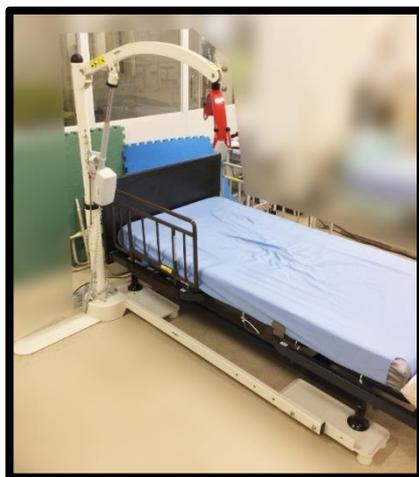


↑ ベッドセット型：ベッドの重さを利用して設置

# 4. リフトについて

## 1) リフトの種類について

### ② 据え置き型：床に置くタイプのもの



↑2本の足がついたタイプ

4本足のタイプもあります。

# 4. リフトについて

## 1) リフトの種類について

### ③ 床走行型



リフトする場所が、エリアを問わない  
(足場が安定していること)

床からのリフトも可能。

# 4. リフトについて

## 2) 使いやすさなどの比較

種類	メリット	デメリット
天井走行型	<ul style="list-style-type: none"><li>★見た目がすっきり(床のスペースを取らない)</li><li>★介助者が操作しやすい</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>●価格:レールの長さによるが高値</li><li>●決めた場所以外では活用出来ない</li><li>●天井裏の工事が必要 (補助項目『改修』)</li></ul>
据え置き型 ベッドセット 2本足 4本足	<ul style="list-style-type: none"><li>★設置場所の変更可</li><li>★工事は不要</li><li>★介助者が操作しやすい</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>●価格:50万~(4本足のリフトの場合はカバーできる広さによる)</li><li>●サイドテーブルが使用しづらい(リフトの足にぶつかってしまう)</li><li>●リフトの足の幅分、余分にスペースを必要とする</li><li>●商品によって足の位置が部屋の真ん中に来ることも(2本足リフト:横のレールをオプションで延長できるものもあります)</li><li>●入り口との位置関係によって、足が邪魔になることも(4本足リフト)</li></ul>
床走行型	<ul style="list-style-type: none"><li>★好きな場所に移動が可能</li><li>★工事不要</li><li>★安価(20~30万ぐらい)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>●介助者は若干使いづらい(リフトを操作しつつ、対象者が揺れないようにする必要がある。二人いたほうが安全) →基本的には、その場で対象者を持ち上げ、車椅子等を置き、下ろす</li><li>●使用しないときの保管場所が必要</li><li>●充電が必要(コンセントに挿したまま使用出来ない)</li></ul>

# 4. リフトについて

## 2) 使いやすさなどの比較

種類	メリット	デメリット
天井走行型	<ul style="list-style-type: none"><li>★見た目がすっきり(床のスペースを取らない)</li><li>★介助者が操作しやすい</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>●価格:レールの長さによるが高値</li><li>●決めた場所以外では活用出来ない</li><li>●天井裏の工事が必要 (補助項目『改修』)</li></ul>
据え置き型 ベッドセット 2本足 4本足	<ul style="list-style-type: none"><li>★設置場所の変更可</li><li>★工事は不要</li><li>★介助者が操作しやすい</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>●価格:50万~(4本足のリフトの場合はカバーできる広さによる)</li><li>●サイドテーブルが使用しづらい(リフトの足にぶつかってしまう)</li><li>●リフトの足の幅分、余分にスペースを必要とする</li><li>●商品によって足の位置が部屋の真ん中に来ることも(2本足リフト:横のレールをオプションで延長できるものもあります)</li><li>●入り口との位置関係によって、足が邪魔になることも(4本足リフト)</li></ul>
床走行型	<ul style="list-style-type: none"><li>★好きな場所に移動が可能</li><li>★工事不要</li><li>★安価(20~30万ぐらい)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>●介助者は若干使いづらい(リフトを操作しつつ、対象者が揺れないようにする必要がある。二人いたほうが安全) →基本的には、その場で対象者を持ち上げ、車椅子等を置き、下ろす</li><li>●使用しないときの保管場所が必要</li><li>●充電が必要(コンセントに挿したまま使用出来ない)</li></ul>

# 4. リフトについて

## 2) 使いやすさなどの比較

種類	メリット	デメリット
天井走行型	<ul style="list-style-type: none"><li>★見た目がすっきり(床のスペースを取らない)</li><li>★介助者が操作しやすい</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>●価格:レールの長さによるが高値</li><li>●決めた場所以外では活用出来ない</li><li>●天井裏の工事が必要 (補助項目『改修』)</li></ul>
据え置き型 ベッドセット 2本足 4本足	<ul style="list-style-type: none"><li>★設置場所の変更可</li><li>★工事は不要</li><li>★介助者が操作しやすい</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>●価格:50万~(4本足のリフトの場合はカバーできる広さによる)</li><li>●サイドテーブルが使用しづらい(リフトの足にぶつかってしまう)</li><li>●リフトの足の幅分、余分にスペースを必要とする</li><li>●商品によって足の位置が部屋の真ん中に来ることも(2本足リフト:横のレールをオプションで延長できるものもあります)</li><li>●入り口との位置関係によって、足が邪魔になることも(4本足リフト)</li></ul>
床走行型	<ul style="list-style-type: none"><li>★好きな場所に移動が可能</li><li>★工事不要</li><li>★安価(20~30万ぐらい)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>●介助者は若干使いづらい(リフトを操作しつつ、対象者が揺れないようにする必要がある。二人いたほうが安全) →基本的には、その場で対象者を持ち上げ、車椅子等を置き、下ろす</li><li>●使用しないときの保管場所が必要</li><li>●<u>充電が必要(コンセントに挿したまま使用出来ない)</u></li></ul>

# 4. リフトについて

## 2) 使いやすさなどの比較

種類	メリット	デメリット
天井走行型	<ul style="list-style-type: none"><li>★見た目がすっきり(床のスペースを取らない)</li><li>★介助者が操作しやすい</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>●価格:レールの長さによるが高値</li><li>●決めた場所以外では活用出来ない</li><li>●天井裏の工事が必要 (補助項目『改修』)</li></ul>
据え置き型 ベッドセット 2本足 4本足	<ul style="list-style-type: none"><li>★設置場所の変更可</li><li>★工事は不要</li><li>★介助者が操作しやすい</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>●価格:50万~(4本足のリフトの場合はカバーできる広さによる)</li><li>●サイドテーブルが使用しづらい(リフトの足にぶつかってしまう)</li><li>●リフトの足の幅分、余分にスペースを必要とする</li><li>●商品によって足の位置が部屋の真ん中に来ることも(2本足リフト:横のレールをオプションで延長できるものもあります)</li><li>●入り口との位置関係によって、足が邪魔になることも(4本足リフト)</li></ul>
床走行型	<ul style="list-style-type: none"><li>★好きな場所に移動が可能</li><li>★工事不要</li><li>★安価(20~30万ぐらい)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>●介助者は若干使いづらい(リフトを操作しつつ、対象者が揺れないようにする必要はある。二人いたほうが安全) →基本的には、その場で対象者を持ち上げ、車椅子等を置き、下ろす</li><li>●使用しないときの保管場所が必要</li><li>●充電が必要(コンセントに挿したまま使用出来ない)</li></ul>

# 4. リフトについて

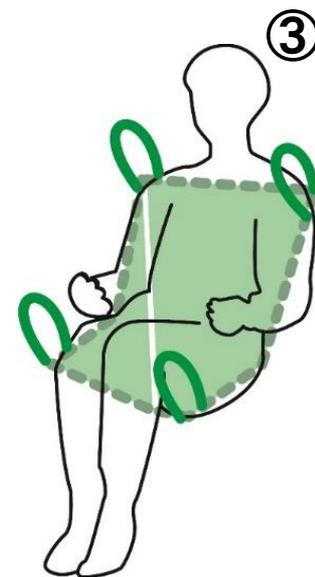
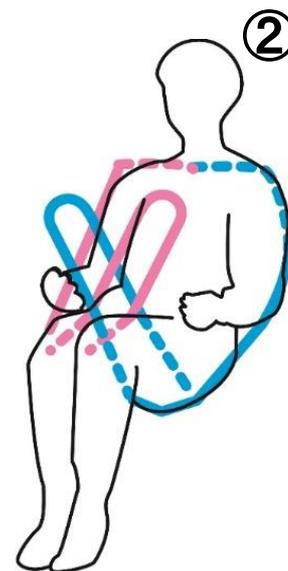
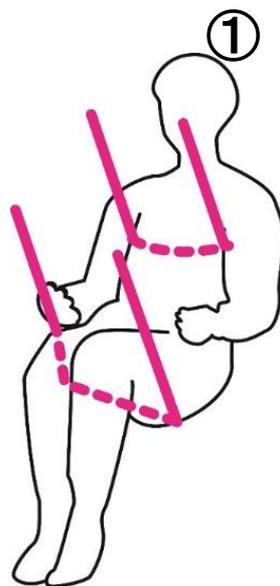
## 3) スリング(吊り具)の種類について

①2点ベルト型: 体と太腿を支える

②脚分離型: 体(頭も含む)全体を支えるもの

③シート型:

//



## 4. リフトについて

### 3) スリング(吊り具)の種類について

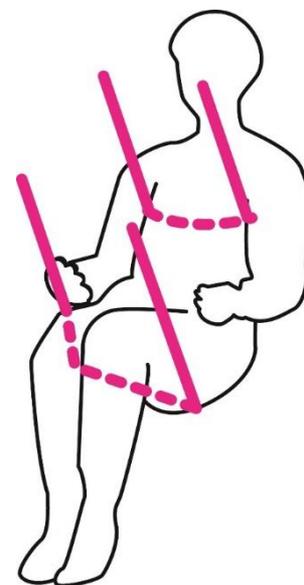
#### ① 2点ベルト型: 体と太腿を支える

##### ◎ メリット

★ 介助者が、装着しやすい

##### ◎ 注意点

★ 体幹(胸)と太腿にきちんと装着すること  
肩と膝にひっかけることは×



# 4. リフトについて

## 3) スリング(吊り具)の種類について

②脚分離型:体(頭も含む)全体を支えるもの

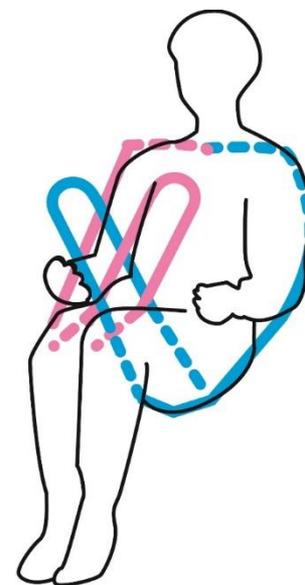
◎メリット

★介助者が、車椅子上でも装着しやすい

★肩や足に負担がかかりにくい

◎注意点

★臀部の支えと脚のストラップのかけかた



# 4. リフトについて

## 3) スリング(吊り具)の種類について

③シート型: 体(頭も含む)全体を支えるもの

◎メリット

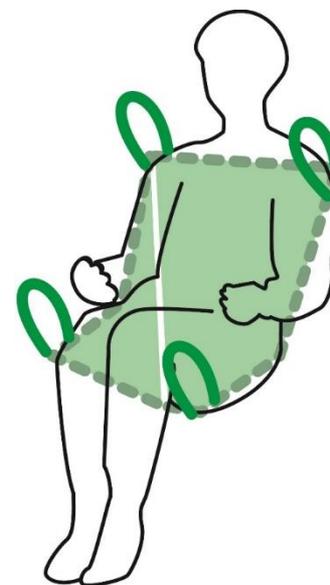
★ベッド上での装着が分かりやすい

★安定感がある

◎注意点

★車椅子上での装着は難しい

→シートに座ったままの座位姿勢が  
保たれるかどうか



# 5. その他の環境について

## 1) 整える環境について

- i) 直接的に移乗をしやすいとする環境(自助具)
- ii) 間接的に移乗をしやすいとする環境(自助具)
- iii) その他、関連動作における環境(自助具)  
お布団をかける、蓄尿袋の配置など

# 5. その他の環境について

## 1- i ) 直接的に移乗しやすくする環境(自助具)

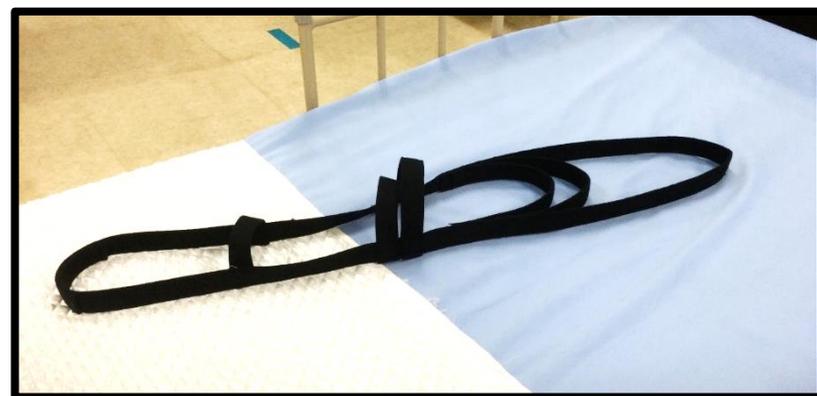
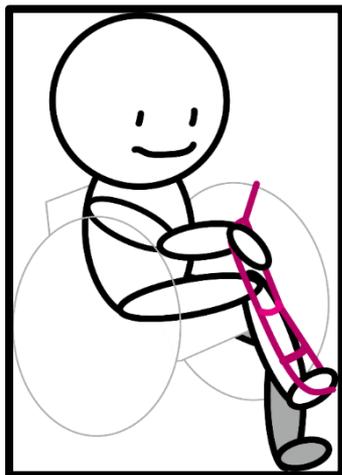
- ① 足上げ紐
- ② 滑るシート
- ③ 頭部支持台
- ④ 足を移動させるための紐
- ⑤ その他

# 5. その他の環境について

## 1- i ) 直接的に移乗しやすくする環境(自助具)

①足上げ紐: 上腕二頭筋の力で足を上げられない場合

●30mm幅の平紐を2枚重ねる



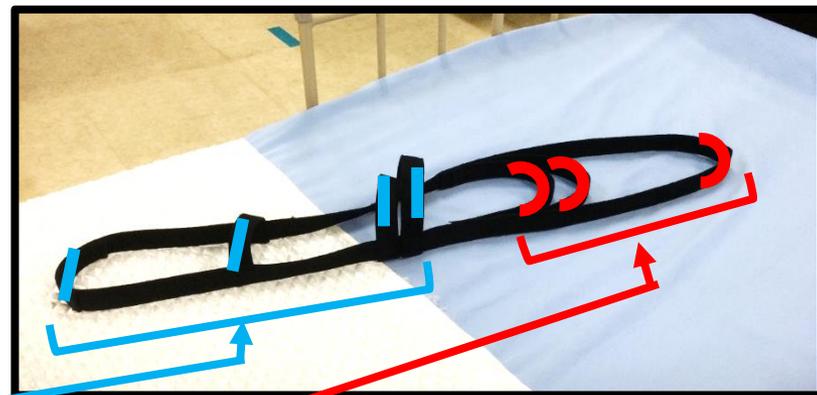
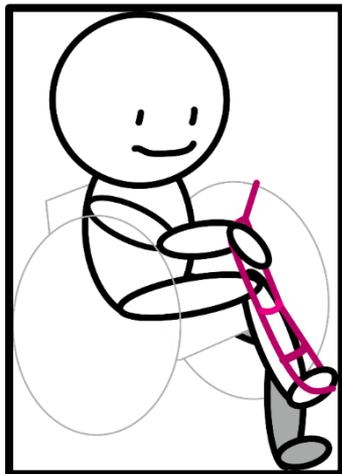
- ・足を支える横紐
  - ・手をひっかける横紐
- ⇒動作と身体状況で微調整が必要

# 5. その他の環境について

## 1- i ) 直接的に移乗しやすくする環境(自助具)

①足上げ紐: 上腕二頭筋の力で足を上げられない場合

●30mm幅の平紐を2枚重ねる



- ・足を支える横紐
  - ・手をひっかける横紐
- ⇒動作と身体状況で微調整が必要

# 5. その他の環境について

## 1- i ) 直接的に移乗しやすくする環境(自助具)

### ① 足上げ紐の使いかた: 足上げ紐をかける

● 手は足上げ紐と膝にぎりぎり入る長さ  
= 肘の屈曲の力が一番強い位置

● 足はMP関節を目安にひっかける。  
→ 足指先でもかかと側でも紐がずれる

● 足にひっかけた時、  
紐がピン! と張る長さに設定する

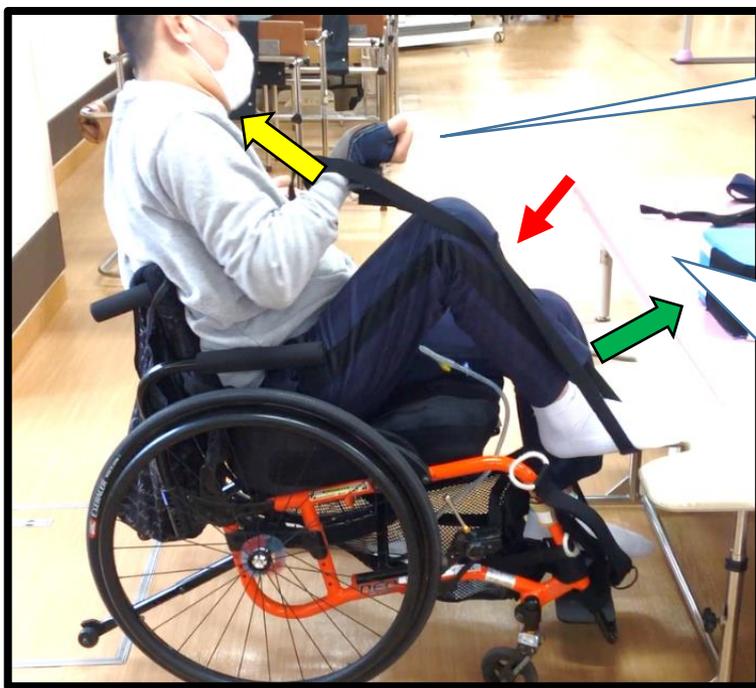
● 反対の手は、グリップにひっかけて  
姿勢を調整する



# 5. その他の環境について

## 1- i ) 直接的に移乗しやすくする環境(自助具)

### ① 足上げ紐の使いかた: 足上げ紐で足を上げる



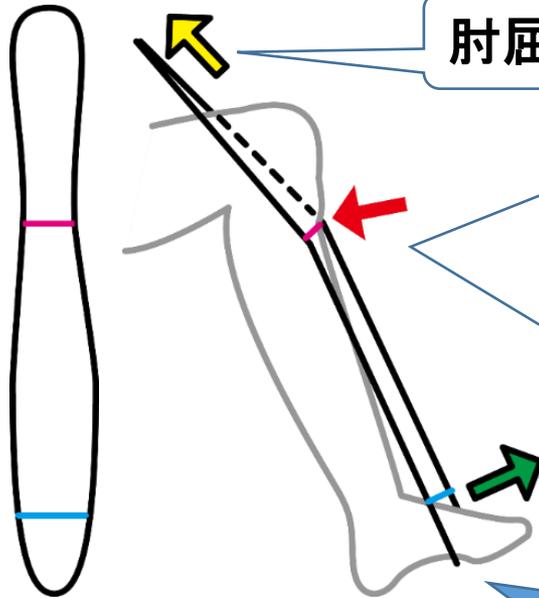
肘屈曲させて足を上げる(→)

その時、膝が伸展する力(→)に変わるために、  
横紐は膝蓋骨下側(→)で支える。  
縦紐は内側(大腿後方)に入ると力の向きが変わるため、  
横紐は短く、縦紐を絞るような感じで。

# 5. その他の環境について

## 1- i ) 直接的に移乗しやすくする環境(自助具)

### ① 足上げ紐の使いかた: 足上げ紐で足を上げる

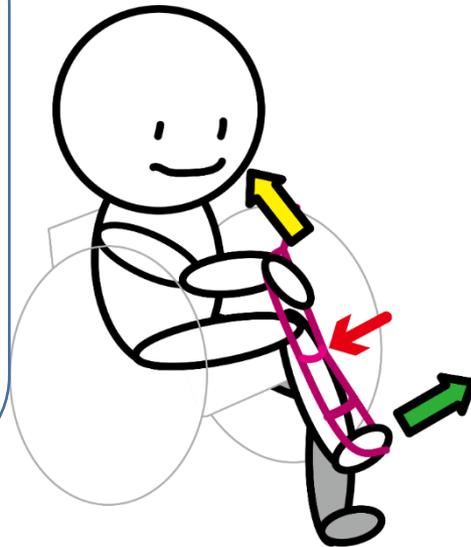


足上げ紐の形状

肘屈曲させて足を上げる(→)

その時、膝が伸展する力(→)に変えるために、横紐は膝蓋骨下側(→)で支える。縦紐は内側(大腿後方)に入ると力の向きが変わるため、横紐は短く、縦紐を絞るような感じで。

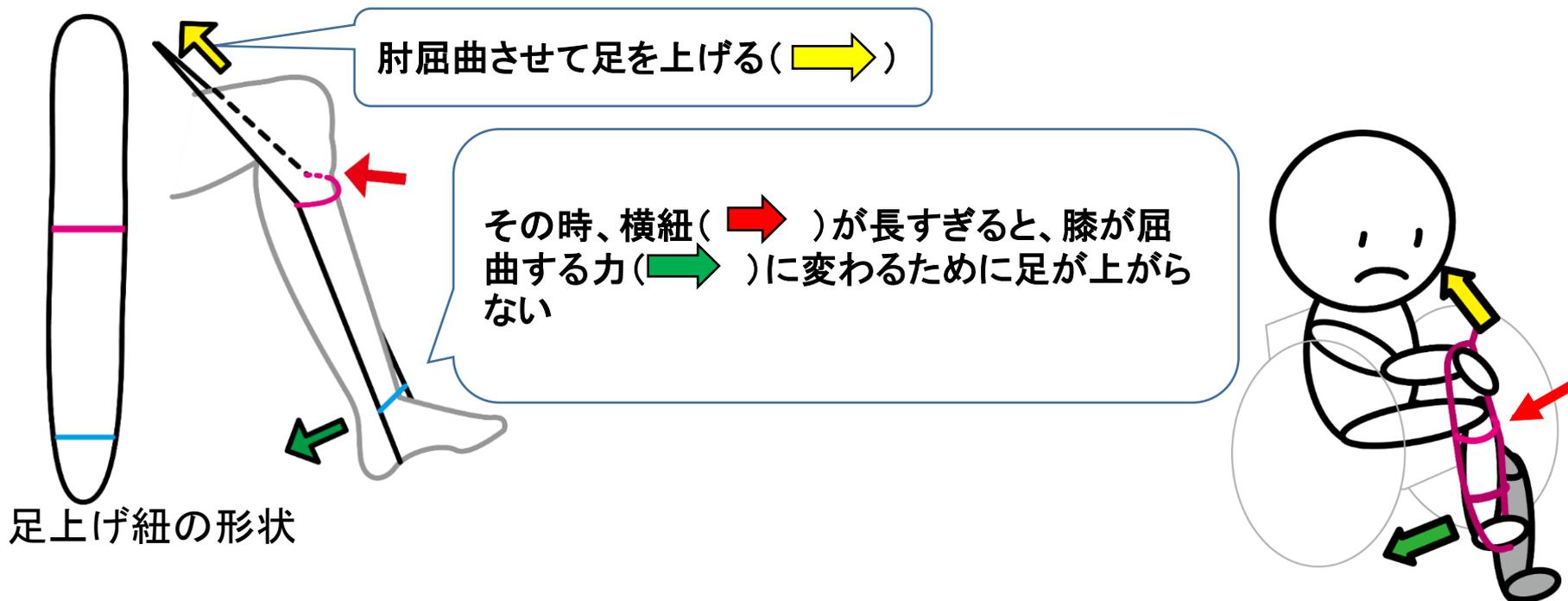
足上げ紐が、ふくらはぎ側に行かないようにする



# 5. その他の環境について

## 1- i ) 直接的に移乗しやすくする環境(自助具)

### ① 足上げ紐の使いかた: 足上げ紐で足を上げる(失敗例)



# 5. その他の環境について

## 1- i ) 直接的に移乗しやすくする環境(自助具)

### ① 足上げ紐の使いかた: 上げた足をトランスファーボードに乗せる



トランスファーボードの切込みを上手く利用し、足を上げた後、内側に足を持っていく。  
→膝から紐を外し、足を外旋させ、内側に乗せる

(一連の動きはPTの動画を、参照してください)

# 5. その他の環境について

## 1- i ) 直接的に移乗しやすくする環境(自助具)

### ② 滑るシーツ: ベッド上で動きやすくする道具

まずは市販品を利用



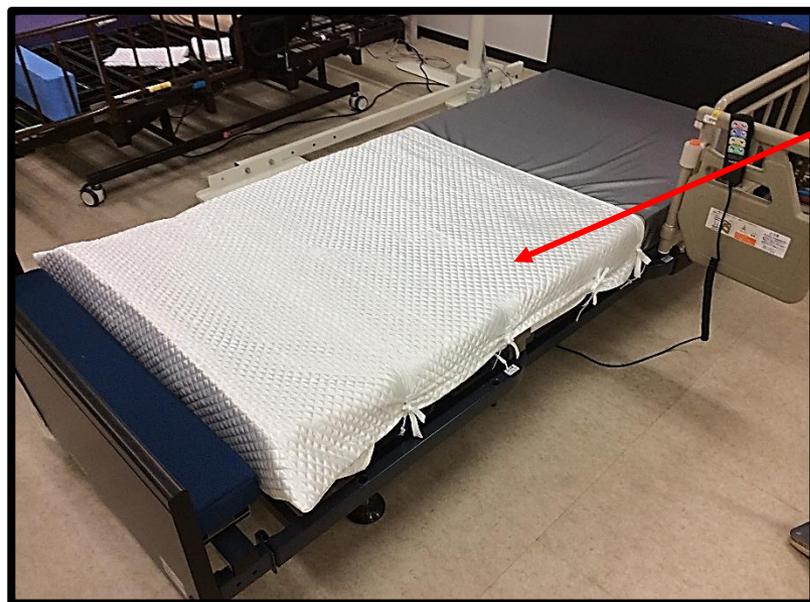
ボックスシーツ:  
生地がしっかりして、滑りやすいものを勧めています。  
下には、失禁予防用に防水シーツを巻いてあります。

# 5. その他の環境について

## 1- i ) 直接的に移乗しやすくする環境(自助具)

### ② 滑るシーツ: ベッド上で動きやすくする

サテンキルティング地で自作: よりピンと張った状態に出来る。



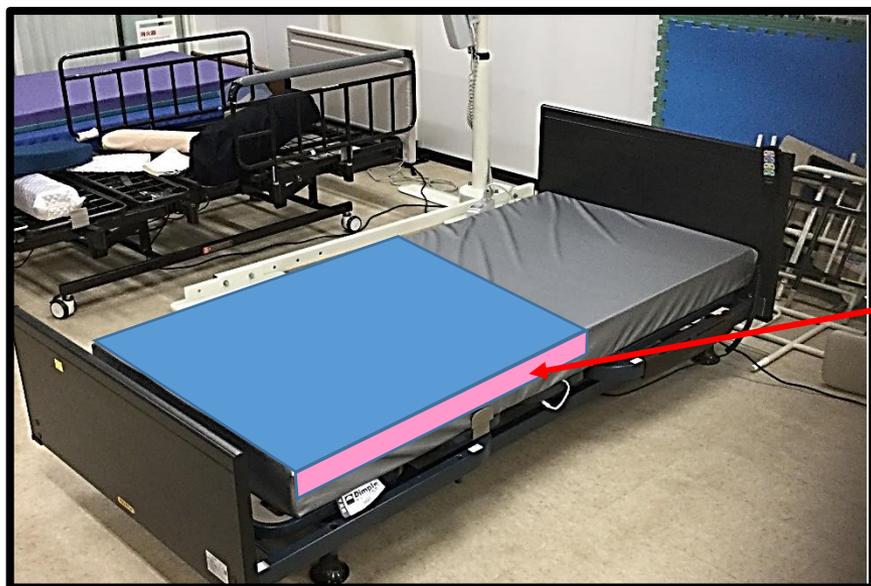
この、白いシーツ

# 5. その他の環境について

## 1- i ) 直接的に移乗しやすくする環境(自助具)

### ② 滑るシーツの作り方

- 生地を決める⇒ 臀部と足が移動する部分+側面



赤い面: 足上げをした際に、ひっかからないように、側面に少しかかる程度の幅があると良いです。

# 5. その他の環境について

## 1- i ) 直接的に移乗しやすくする環境(自助具)

### ② 滑るシーツの作り方

- 生地を決める⇒ 臀部と足が移動する部分+側面



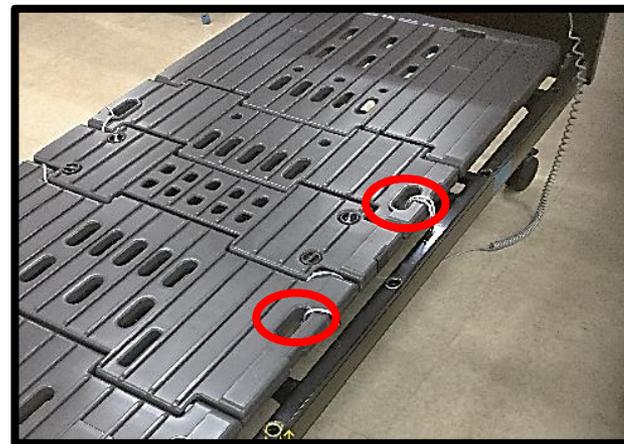
特に覆う必要はありませんが、  
かかとがひっかかる場合も考慮して、覆う時もあります。

# 5. その他の環境について

## 1- i ) 直接的に移乗しやすくする環境(自助具)

### ② 滑るシーツの作り方

- 生地に紐をつける⇒紐をつける位置＝ボトムの穴を利用



(左図) 40cmを二つ折りして縫っています。

(右図) シーツにつける紐は、ベッドのボトムにある穴の位置を参考に決めます。

# 5. その他の環境について

## 1- i ) 直接的に移乗しやすくする環境(自助具)

### ② 滑るシーツの作り方

- 紐をボトムに固定する⇒固定の仕方に注意



ボトムの穴に紐をつける。

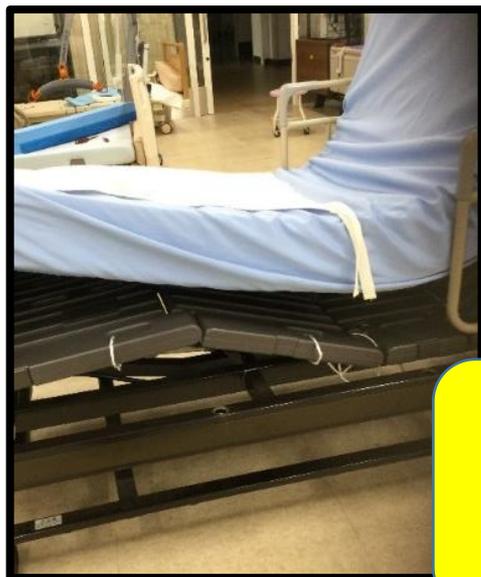


# 5. その他の環境について

## 1- i ) 直接的に移乗しやすくする環境(自助具)

### ② 滑るシーツの作り方

● 紐をボトムに固定する⇒ **固定の仕方に注意**



ギヤッジ用のフレームと結ばないこと!

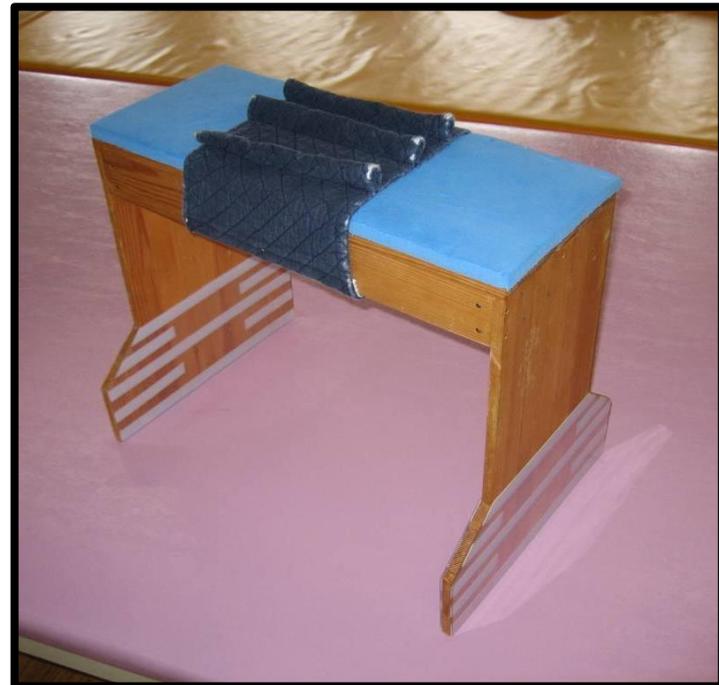


フレームと結ばないこと!

# 5. その他の環境について

## 1- i ) 直接的に移乗しやすくする環境(自助具)

### ③ 頭部支持台: 体を起こす役割



# 5. その他の環境について

## 1- i ) 直接的に移乗しやすくする環境(自助具)

### ③ 頭部支持台: 体を起こす役割

筋緊張がアンバランスなのは、理由があります。  
股関節屈曲だけ頑張るROM訓練は避けてください。  
全体の筋緊張を整えるようなアプローチを目指しましょう。



体幹前屈位での移乗動作は、

● 肩甲骨の下制のみで前進するため、前方移動は出来ても、後方移動が出来ない。



● その後のADL訓練に支障が出る

(ベッドから車椅子への移乗・更衣・排便・

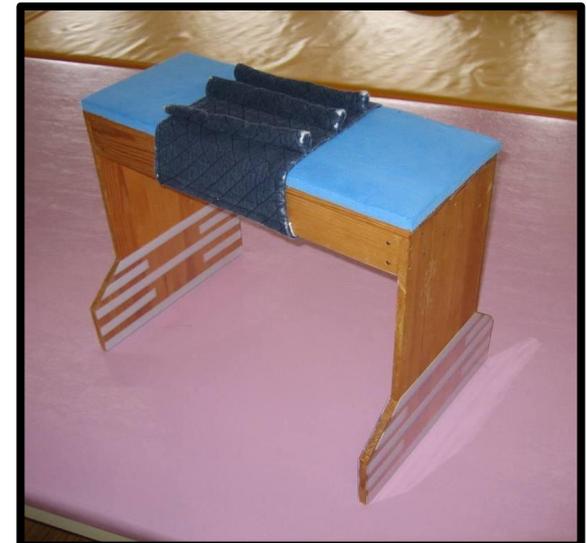
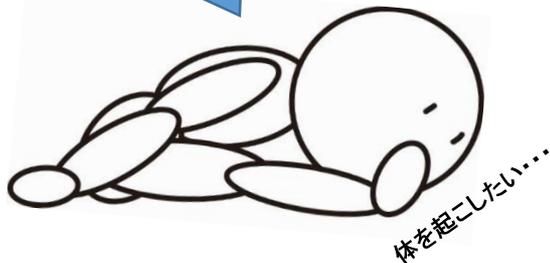
入浴・自動車訓練)

# 5. その他の環境について

## 1- i ) 直接的に移乗しやすくする環境(自助具)

### ③ 頭部支持台: 体を起こす役割

筋緊張がアンバランスなのは、理由があります。  
股関節屈曲だけ頑張るROM訓練は避けてください。  
全体の筋緊張を整えるようなアプローチを目指しましょう。



# 5. その他の環境について

## 1- i ) 直接的に移乗しやすくする環境(自助具)

### ③ 頭部支持台: 体を起こす役割

#### 【足に挟みこむタイプ:サイコロ型】

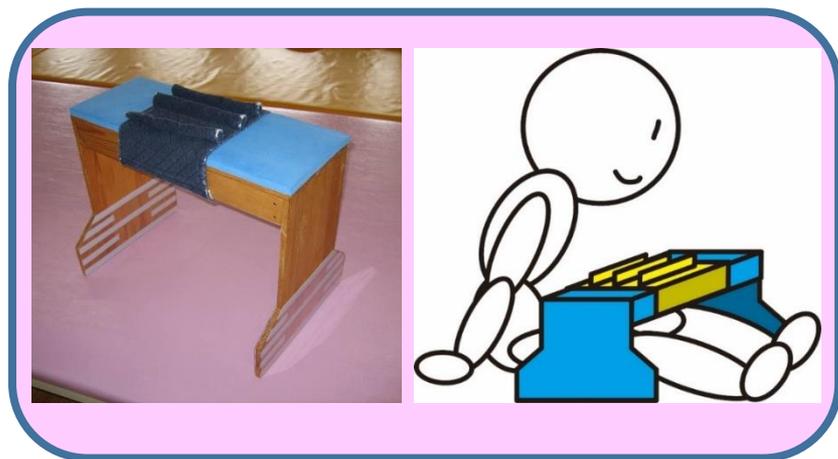


- 足の間に挟みこむ。
- 体を起こすだけならこちらで可能。
- 左右へ体重がシフトした時に、バランスを崩す可能性があるため、手・肘などで支持する動作も大事

# 5. その他の環境について

## 1- i ) 直接的に移乗しやすくする環境(自助具)

### ③ 頭部支持台: 体を起こす役割



#### 【足を間に入れるタイプ: 箱根式】

- 足を、頭部支持台の間に入れる。
- 足が開排し、移乗の動きが伝達しにくく、体を起こす時に有効
- 土台がしっかりしているのでバランスも良いが、重量が重たいため扱いづらい。

# 5. その他の環境について

## 1- i ) 直接的に移乗しやすくする環境(自助具)

### ③ 頭部支持台: 頭部支持台の作り方

耐水マット(ビートバンの素材): 軽くて便利。  
市販のお風呂マットを重ねても良いです。



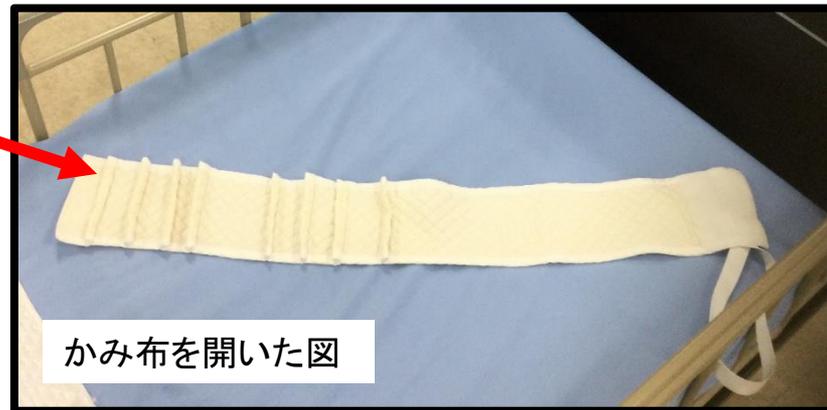
かみ布: 頭部支持台を口で移動させる時に使用。  
2cm程度の布のでっぱりがついている。  
対象者の状況に応じて出っ張りの数や位置を変えています。

必要に応じて、紐をつけたりします

# 5. その他の環境について

## 1- i ) 直接的に移乗しやすくする環境(自助具)

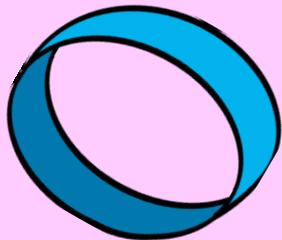
### ③ 頭部支持台の作り方(かみ布)



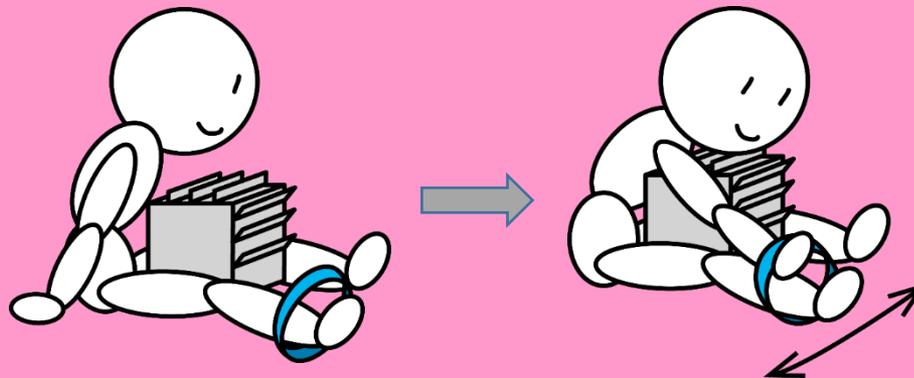
# 5. その他の環境について

## 1- i ) 直接的に移乗しやすくする環境(自助具)

### ④ 足を移動させるための輪っか



ただの輪になった紐です。  
幅50mm、大きさは足に  
ひっかけて、かつ腕が通る  
程度。



足先にあらかじめ輪をひっかけておき、  
足の移動をする際に、輪に手をひっかけて肘の屈曲を利用  
して移動させる。

# 5. その他の環境について

## 1- ii ) 間接的に移乗しやすくする環境(自助具)

- ① 枕の環境調整
- ② マットレスの隙間を埋める
- ③ マットレスの動きをおさえる

# 5. その他の環境について

## 1- ii ) 間接的に移乗しやすくする環境(自助具)

### ① 枕の環境調整



枕が落ちないように、ボトムと結びつける。  
下のギャジ機構に紐がからまないように注意すること

# 5. その他の環境について

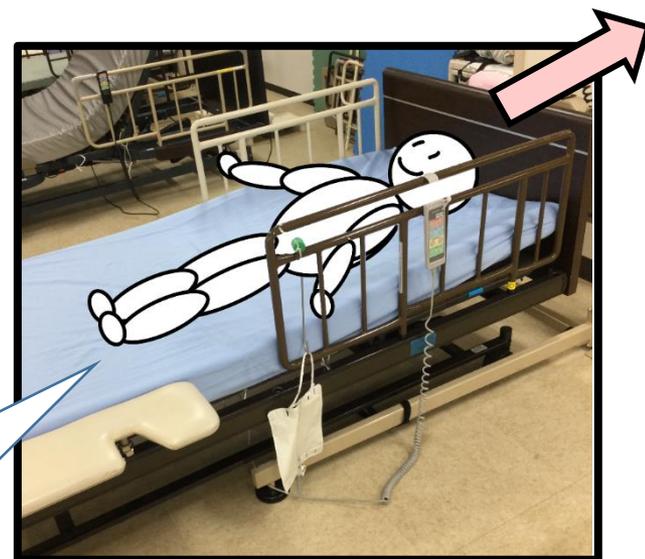
## 1- ii ) 間接的に移乗しやすくする環境(自助具)

### ② マットレスの隙間を埋める



マットの下をスポンジで埋めることで、ギャッジアップ時のマットレスの上下のズレをなくし、体幹の前屈をしやすくする。

ギャッジアップする前に、あらかじめ、体を矢印の方向へ移動させておくことも大事。



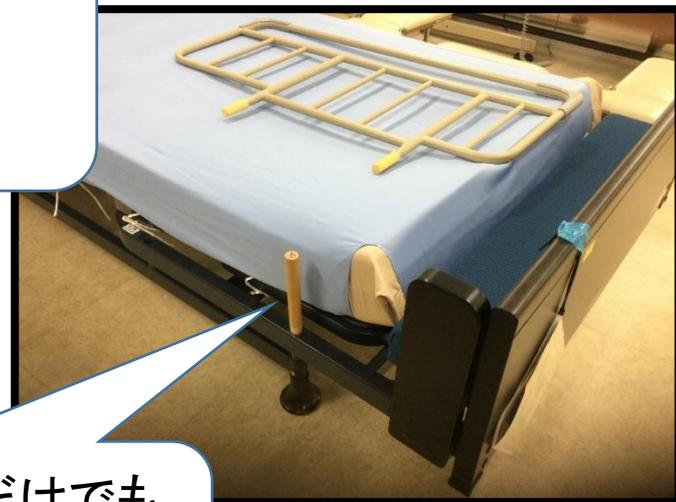
# 5. その他の環境について

## 1- ii ) 間接的に移乗しやすくする環境(自助具)

### ③ マットレスの動きをおさえる



頭側にベッドサイド  
レール2本と  
足側にも1本つける

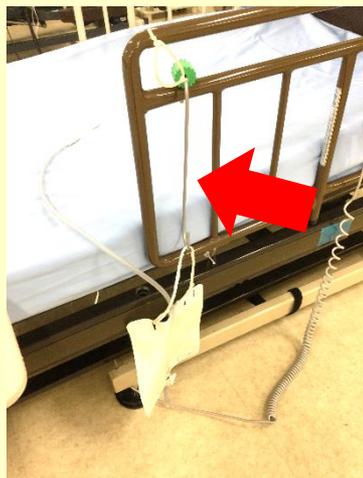
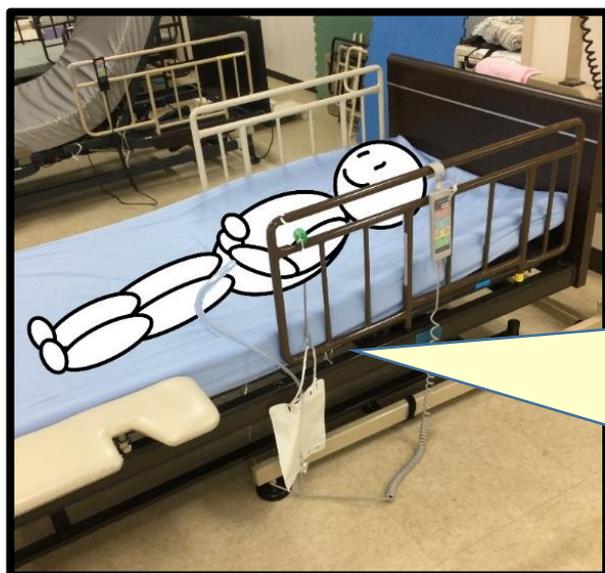


棒を1本差し込むだけでも  
マットレスのズレを防げま  
す(長さに気をつけて)

# 5. その他の環境について

## 1-iii) その他、移乗前後に必要な環境

蓄尿袋、布団、ベッドリモコン、除圧クッション



S字フックなどを使用し、自分で蓄尿袋をベッドより低い位置にする。  
残存機能に合わせて行う。

# 5. その他の環境について

## 1-iii) その他、移乗前後に必要な環境

蓄尿袋、布団、ベッドリモコン、除圧クッション



移乗のしやすさ、残存機能などで、足元あるいはベッドと並行に、お布団を置く。蛇腹にしておくと、かけやすい。

# 5. その他の環境について

## 1-iii) その他、移乗前後に必要な環境

蓄尿袋、布団、ベッドリモコン、除圧クッション

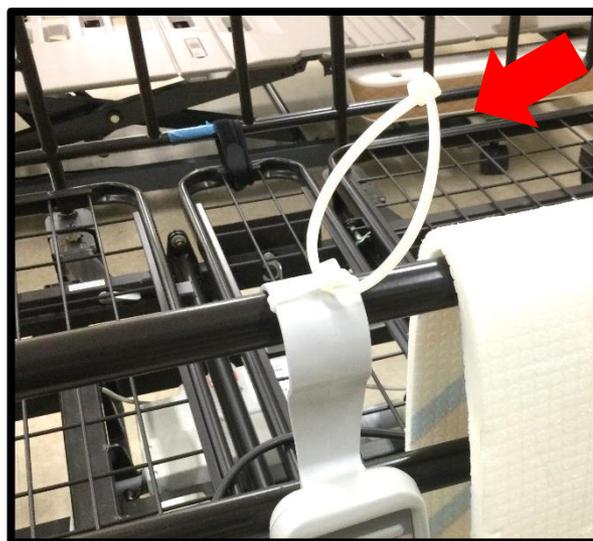


ドアクッションを利用して、平らなボタンを押しやすく出っ張りをつける。

# 5. その他の環境について

## 1-iii) その他、移乗前後に必要な環境

蓄尿袋、布団、ベッドリモコン、除圧クッション



ビニールチューブや  
インシュロック(結束バンド)をつける。

# 5. その他の環境について

## 1-iii) その他、移乗前後に必要な環境

蓄尿袋、布団、ベッドリモコン、除圧クッション

肩の下

背中

尾骨側面

膝の下・膝の間

足首・足の間

等に、クッションを入れることが多いです。移乗に合わせて練習。

# 6. 購入について

## 1) 制度はいくつかあります

- ①相手に過失がある場合の事故(自動車事故・暴行事件等)
- ②労災(通勤中の事故・業務中の事故等)
- ③自分が加入している保険制度(介護保険、健康保険、障害年金等)
- ④**社会福祉制度(障害福祉サービス等)**
- ⑤生活保護

・上から優先度が高くなる

・複数の制度を利用できる場合もある⇒何をどの制度で利用するか？

# 6. 購入について

## 2) よく使われるのが

### ④社会福祉制度(障害福祉サービス等)です

身体障害者手帳を交付されている人が利用するサービス。

多くの人がこの制度を利用している。

- ・自立訓練(当センターのサービスの1つ)
- ・地域生活でヘルパーの利用
- ・通所で入浴する、訪問入浴を利用する
- ・補装具(車椅子や歩行車等)を作製する
- ・ベッド等の日常生活用具を助成してもらう
- ・住宅改修制度 など

## 6. 購入について

3) どんな日常生活用具が、どのような項目で  
購入できるか

例))

●ベッド⇒特殊寝台

(身体状況によって補助の対象にならない、  
またレンタルでの対応とする市区町村もあります)

●マットレス⇒特殊マット

(市区町村によってエアーマットレスとウレタンマットレスが  
別々の補助になっている場合もあります)

●トランスファーボード⇒移動移乗支援用具

などを、利用します。

# おわりに

## ●メーカー側は推奨していません。

- ・ベッドサイドレールの差込口に、ベッドサイドレール以外のものを差込むこと
- ・マットレスとベッドの隙間を埋めること
- ・ベッドリモコンの加工すること
- ・ボトムに紐をつけること ……など

メーカーさんの推奨する使用方法ではないため、何かあっても保証の対象外になります。

また、自己責任での取り付け・管理をお願いします。