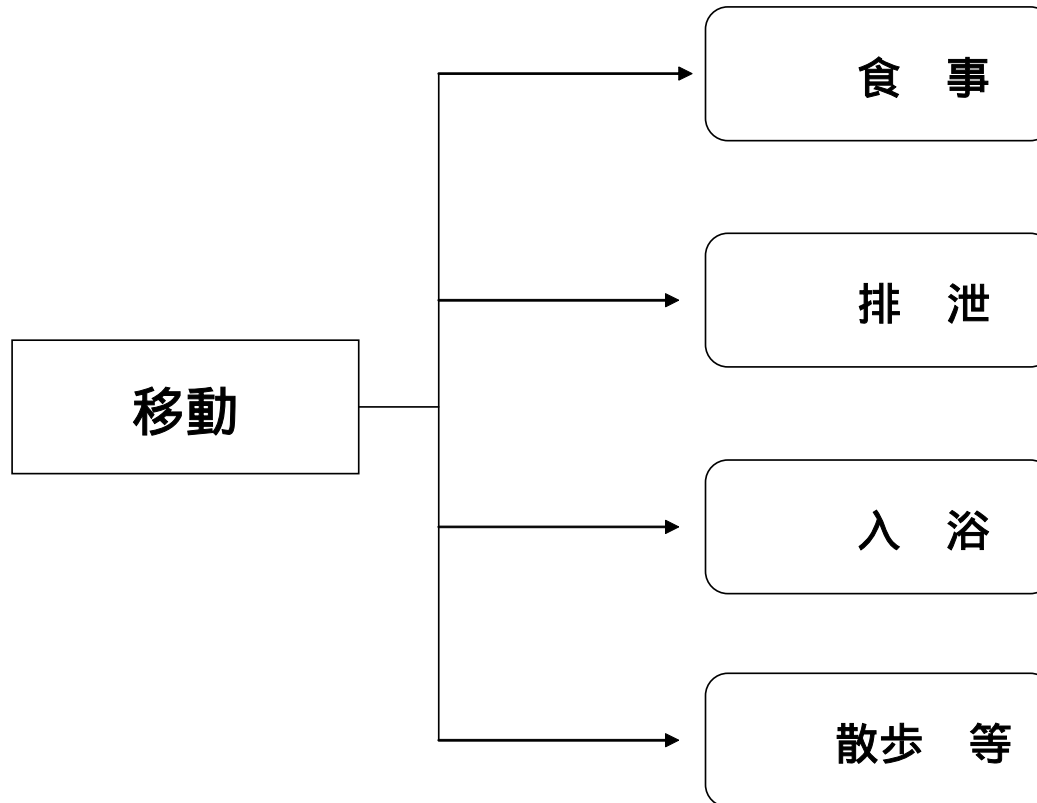
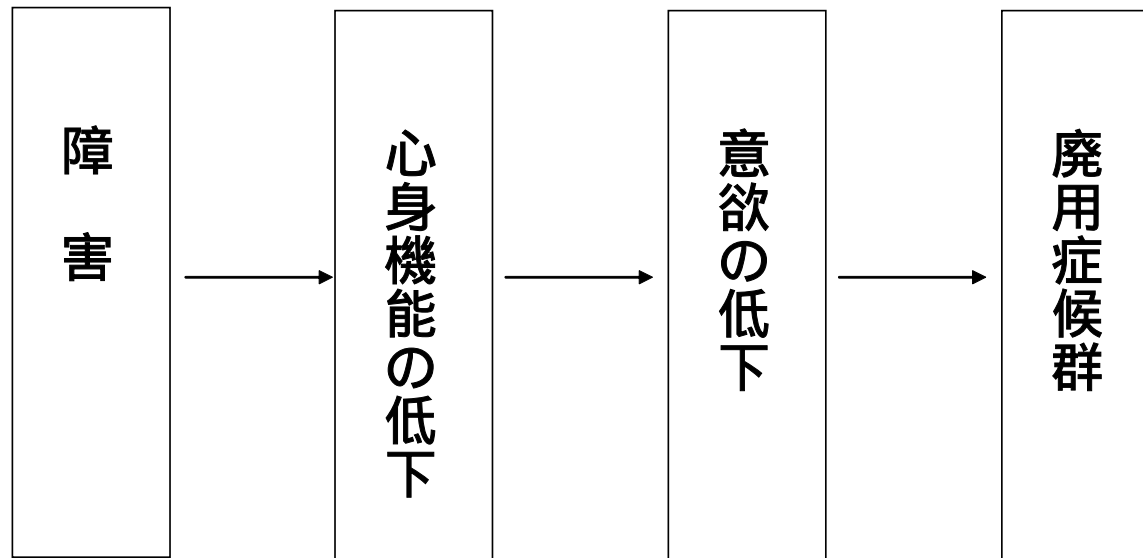


『移動は、すべての行為の基本である』



# 移動行為と自立支援



# 『移動をスムーズに行うために』

本人にとって安全、安楽な移動

介護者にとって負担がかからない移動

# ボディーメカニクスの基本条件

## (1) 基底面積を広くとる



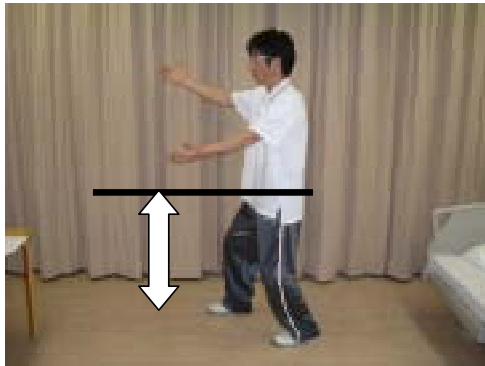
(悪い  
例)



(良い  
例)

# ボディーメカニクスの基本条件

## (2) 重心を低くする



# ボディーメカニクスの基本条件

## (3) 身体を密着させる



# ボディーメカニクスの基本条件

## (4) 対象者を小さくまとめる



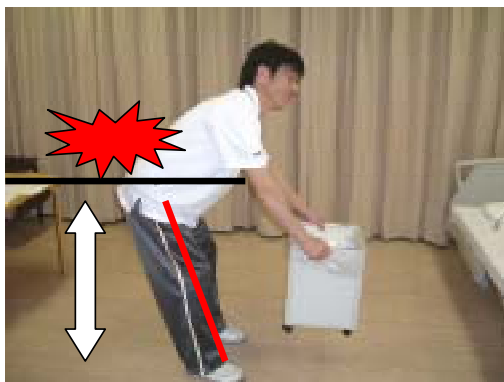
(悪い  
例)



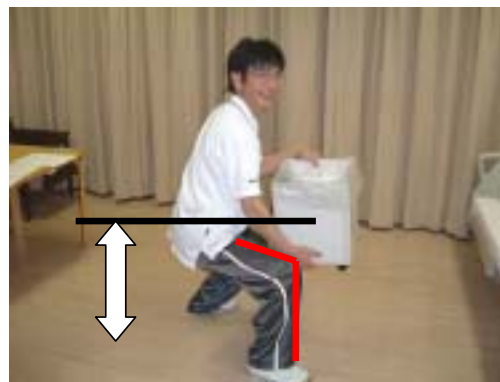
(良い  
例)

# ボディーメカニクスの基本条件

## (5) 大きな筋群を使う



(悪い例)



(良い例)



# ボディーメカニクスの基本条件 (6) てこの原理を使う



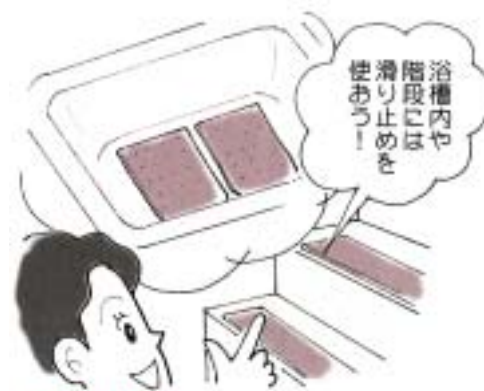
# 安全で快適な住まいの工夫



①手すり



②段差解消



③すべり止め

# 安全で快適な住まいの工夫



① 日当たりのよい1階



② 夏は涼しく、冬は暖かい工夫を



③ 家族とコミュニケーションがとれる部屋

# 安全で快適な住まいの工夫



# 補助具の活用

障害などで移動や活動の制限が生じた時に使用することによって、活動の向上を図る目的を持つ

車いす



(自走式車いす)



(フルリクライニング式車いす )

## 杖



(多脚杖)



(T字型杖)

## 歩行器



(キャスター付歩行器)



(シルバーカー)