

# 腰に優しい移動・移乗介助

## その2 「座位移乗」って？

～誰でもわかるベッドから車椅子の乗り移り～

千葉県リハビリテーション支援センター  
(千葉県千葉リハビリテーションセンター)

### はじめに

「ベッドから車椅子への乗り移りの介助が大変！」という言葉をよく聞きます。もし、介助者が一生懸命に練習をしなくても介助が楽になれば嬉しいですね。

そして、介助が楽になるだけでなく、その本人も自分でできることが広がれば、なお嬉しいのではないのでしょうか。

ここではそのための第一歩、「座位移乗」について紹介します。

### 1. 「立位移乗」とは？ そして 「座位移乗」とは？

2つの図は、ベッドから椅子への移乗です。違いがわかりますか？

図1は、椅子に肘掛けがあるために、一度立ち上がり、臀部を肘掛けより高くあげ、それから椅子に座するという動作です。一方、図2は肘掛けが無いので、「立ち上がる」、「座りこむ」という動作が省略されます。

図1の方法を「立位移乗」、図2の方法を「座位移乗」と言います。



図1：立位移乗



図2：座位移乗

## 2. 「立位移乗」と「座位移乗」の違い

「立位移乗」は、手すりを用いて自分で立てる人、僅かに支える介助があれば立ち上がれる人、そして、座るときにドスンと落ちずに自らの動きでゆっくり座れる人であればお勧めできます。しかし、ベッドの端に座るのがやっとの人、立ち上がりの介助量が明らかに多い人、そして介助者が頑張らないとドスンと落ちるように座ってしまう人には適しません。

「立位移乗」は、体重の上下移動があるので、本人と介助者ともに大変です。  
介助者の腰痛発症のリスク、そして転倒・転落のリスクが高くなります。

「座位移乗」は、立位移乗のような立ち上がり動作が省略されるだけでなく、中途半端に立っている状態で向きを変えろという動作がなくなります。したがって、本人の転倒・転落のリスクが少なくなります。何よりも「立たせる」「座らせる」という介助が無くなるために介助者の負担は激減します。

この方法であれば、立ち上がりが困難な人や、辛うじてベッドの端に座ることができる人でも、軽介助で移乗が可能となることがあります

「座位移乗」は本人や介助者の介助負担は軽減します。  
立位移乗では介助が必要でも、座位移乗では自立できる可能性が高くなります

## 3. 「座位移乗」が可能となる基本的な環境

基本的には、特別な道具は要りません。

車椅子の肘掛けと足台を外せて、ベッドの高さが車椅子と同じ程度の高さに調整できて、ベッドと車椅子の隙間が極力無い状態を作ることができれば、座位移乗のための基本的な環境は整います。

肘掛けや足台を外せる車椅子は、介護保険のレンタルでもあります。肘掛けや足台を外せるという理由だけでレンタル代が高くなるということもありません。ベッドも介護保険でレンタルできます。



パラマウントベッド株式会社 楽匠 S



株式会社ミキ MMWS-20

#### 4. 「座位移乗」で乗り移りが自立した！

Bさんは67歳の女性で、72歳の夫と2人暮らしです。脳卒中を4年前に発症し右片麻痺で要介護4の状態。左手でマットレスを支えるとベッドの端に座っていることは可能です。しかし、立ち上がりは全介助状態です。

週に3回デイサービスに通っています、それ以外の日は自宅で車椅子に乗って生活をしています。車椅子で過ごす時間が長くなると腰部の痛みを訴え一時的にベッドで横になるため、一日数回の乗り移りの介助が必要な状態でした。

ケアマネジャーから「ベッドから車いすへの乗り移りで夫が腰痛になり、前よりも上手く出来なくなったしまった。本人も怖くなり車椅子に乗ることを嫌がりだした。このままでは共倒れになりそうだがどうしよう。」という相談が入りました。

さて、ご自宅へ訪問すると、夫は「立位移乗」を介助にて行っていました。しかも、使っている車椅子は肘掛や足台が取れるタイプでしたが、その機能は使っていませんでした。

「立位移乗」といっても、本人は十分に立つことは出来ないのです、実際には夫に抱えあげられ、もたれかかり、座るときも「ドスン！」とまるで落とすごとくでした。

そこで、まず肘掛や足台の取り方とその理由を説明し、スライディングシート<sup>1)</sup>を利用してもらったところ、夫の介助が楽になっただけでなく、Bさん独りで乗り移りが可能ではないですか！本人も夫も大喜びです。

##### 1) スライディングシート

滑りやすい生地のできた、筒状などのシートです。移動介助などの際に、持ち上げない介助を行なう時の強い見方です。用途によって様々なシートがあります。



東レ株式会社 トレイジー



株式会社モリトー 移座えもんシート

## 5. 座位移乗をより楽にするために

ベッドから車椅子への座位移乗を行なうためには、ベッドと車椅子の他に、あると便利な福祉用具がいろいろあります。その一つが前頁のスライディングシート、そしてトランスファーボードです。トランスファーボードは、ベッドと車椅子の橋渡しをする板の一種です。表面は滑りやすい加工がしてあったり、大きさも多種多様であったり、用途によって使い分けます。これも持ち上げない介助のためにはとても有効な福祉用具です。そして、これがあれば介助が無くても乗り移りが出来る人も意外と多いのです。



ラックヘルスケア株式会社  
マスターグライド



パシフィックサプライ株式会社  
モーリフトボード



パラマウントベッド株式会社 イージーグライド



株式会社モリトー 移座えもんボード

これらの使い方は、別紙面でご紹介します。

## 6. 注意

座位移乗は万能ではありません。ベッドの端に座れない人には座位移乗は難しい人が多く、また褥瘡が有る人などは、座位移乗によりかえって悪化することがあります。対象者にとって座位移乗が適しているか否かは、一度専門家に確認されることをお勧めします。

※本リーフレットに関するお問い合わせ先

千葉県千葉リハビリテーションセンター地域連携部地域支援室

〒266-0005千葉市緑区菅田町1丁目45番2 電話(代)043-291-1831Fax:043-291-1847