



情報ボックス

No. 13

西淀川支援学校地域支援部

情報ボックスNo. 13のテーマは「支援のポイント」についてです。

【支援をするにあたって】

支援には、「移動支援」「移乗支援」「食事支援」等があります。

今回はこれらの支援をする際に、押さえておきたい4つのポイントを紹介しします。これらのポイントを意識していただくだけで、支援を受ける人はより安心して支援を受けることができます。支援をする人と、受け手がより良い関係を築くためにも是非、参考にしてみてください。

ポイント① 【視界に入ってから声かけをする。】

心と身体の準備をするために、身体を動かす前は必ず声かけをしましょう。このとき支援を受ける人の正面から視界に入ってから声かけをすると、視覚、聴覚、触覚の3つ感覚で確認することができ、より安心してもらうことができます。



良い例



悪い例

ポイント② 【手掌全体で触れる。】

指先など「点」で支援されると、力が過剰に加わり痛みを与えてしまうことがあります。支援を受ける人にとってそれは不快であり、場合によっては「怖い」や「苦痛」と感じてしまうかもしれません。そうならないためにも、手掌全体で優しく包み込むように触れる必要があります。



良い例



悪い例

ポイント③ 【最小の力でゆっくり動かす。】

支援をする際に身体を痛めてしまわないためにも、どのくらいの力で身体を動かすことができるか反応を感じながらゆっくり動かすようにしましょう。また、緊張が強い場合は力が抜けてから、動かすようにします。力が抜けるのを待たずに動かそうとしたり、速く動かしてしまったりすると、より緊張が強まります。

ポイント④ 【動かす関節の近くを支える。】

身体を動かす際には関節の近くを支えて、他の部位に余分な力が加わらないように気をつけます。



良い例



悪い例

まとめ

支援をする際、気が付かない間に、身体に無理をさせてしまっているかもしれません。そうすると支援を受ける人は不安に感じてしまいます。今回紹介させていただいた4つのポイントを意識していただくと、支援を受ける人はより安心して支援を受けられるようになります。今すぐできることばかりなので是非、実践してみてください。