POTT　ベッド上基本スキル（Ver.4）

資料2

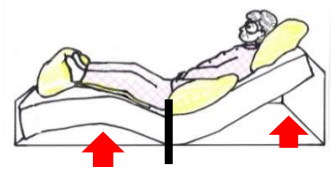
使い方：研修前、直後、練習後に点数を入れ技術の向上を可視化します

評価；3＝できる　2＝ほぼできる　1＝少しできる　0＝できない

リクライニング位30度：全介助，　60度：自力摂取姿勢

1．ベッド上の寝姿勢を整える

- 食事姿勢を整えることの了解を得る
- ベッドの高さは介助者の大腿中央に設定
- 臀部下縁をベッド可動軸より上に移動
- 両脇・足底にクッションを密着させる



①　②

2．ベッドを挙上し、身体の圧を軽減する

- ベッド操作：①足↑②上体↑③足↓
- 正確なリクライニング位を確認する
- 背中に手を当て背・腰・足の圧を抜く

背抜き

足抜き

3　正面向き、頭頸部を軽く前屈する

- 顎と胸骨の間隔は４横指程度に調整
- 視線の位置を確認する
- 姿勢全体を確認し、安楽にする

4　上肢を安定させ、テーブルを設置する

- 上肢は左右対称、クッション等で安定させる
- テーブルは介助者の逆側から入れる
- 腹部との間隔は４横指程度（握りこぶし）

5　配膳し、適切に介助をする

- 食物が見えるよう配膳、食事をすすめる
- 適切な介助位置、食べやすい介助

食事介助

6　食事中の観察、自立を助ける

- 食事動作、食べ方、飲み方、好み、むせ等
- 姿勢の崩れがあれば修正する

7　食後のポジショニングをする

- ベッド操作；①足↑②上体↓③足↓
- ベッドは15度程度で止め、背・腰・足抜き
- ねぎらいの言葉をかけ、満足感や疲労等観察

評　価	
実施前	点
1回目	点
2回目	点

評価

20点以上：合格！
19～14点：もう少し！
13点以下：練習！

評価・チャレンジメモ

実施　　年　月　日
氏名

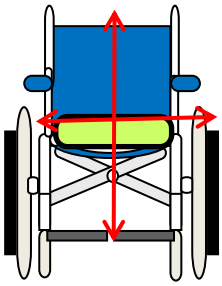
POTT　車いす基本スキル　（Ver.4）

資料2

使い方：研修前、研修直後、練習後に評価点を入れましょう
評価；3＝できる　2＝ほぼできる　1＝少しできる　0＝できない

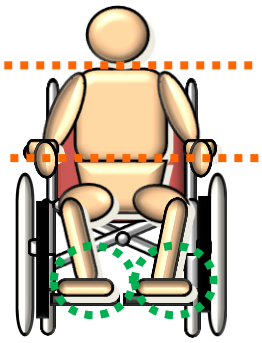
1　座面シートのたわみを補正する

- 座面・背面シートのたわみや角度を確認する
- 座面をシートやバスタオルで水平に調整する
- クッションを敷く（5cm以上）



2．移乗の声かけ、身体と車いすを適合させる

- 座面の正中で最奥、左右対称に座る
- 背もたれに端巻きタオルを当て骨盤を立てる
- 大腿部と座面の接触状況を確認、圧を抜く

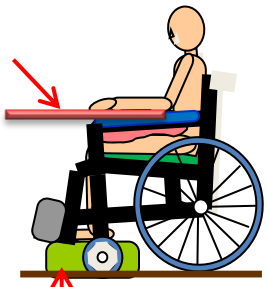


3．足底を接地させる

- 足底を床や足台に設置させる
- 膝・足関節を90度とし、踵を少し引く

4．視線は正面、頭頸部は軽度前屈（4横指）

- 上肢を動かしやすい位置に調整する
- 前腕をサポート、肘関節は原則90度
- 両肩の高さを揃え、軽度前傾姿勢とする



5．全体を観察し、左右対称的な姿勢をとる

- 前・横から全体を観察する
- 姿勢の崩れがあれば修正する
  ⇒自力摂取できる姿勢かを確認

6．テーブルを配置、両上肢を乗せる

- テーブルと腹部間隔は４横指程度
- 食事が見えるよう配膳、食事をすすめる

足台使用、足底接地

7．食事中・後のポジショニング

- 食事動作、姿勢変化に気を配る
- 食事時間は30分程度とする
- ねぎらいの声かけ、満足感や疲労等観察

評　価	
実施前	点
1回目	点
2回目	点

評価
20点以上：合格！
19～14点：もう少し！
13点以下　：練習！

評価・チャレンジメモ

実施　　年　月　日
氏名