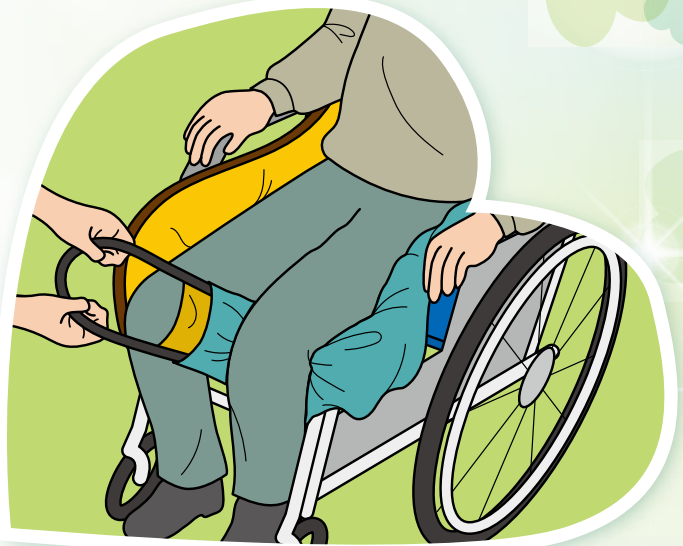


福祉用具の安全と スライディングシートの 効果的な使用

～腰痛予防や感染対策やメンテナンスなど～



目 次

はじめに	1
本冊子の企画と活用について	2
福祉用具の安全とスライディングシートの感染症対策やメンテナンス	3

第1章 福祉用具の選択と使用方法 ～安全で適切な介助を行うために～

1. スライディングシート いつ、誰に使う？ そして、いつから	8
2. スライディングシートの基本的な使い方	9
3. スライディングシートを使った移動介助	14
4. 移動介助以外の活用例	19
5. スライディングシートの種類と選び方	19
6. その他の摩擦軽減を利用した福祉用具の例	22

第2章 福祉用具の感染症対策

1. 福祉用具の点検	23
2. 消毒方法	27
3. 洗濯が必要な福祉用具の方法	30
4. スライディングシートの問題点（摩擦軽減の低下）	32

【語句の定義】

本冊子では、「患者」、「療養者」、「対象者」、「入所者」等を、「利用者」と称しています。

はじめに

新型コロナウイルス感染症が外国で発症してから日本中に感染が広まり、わが国でも初めて緊急事態宣言が発令され、実技を伴う研修は感染拡大につながるとして、中止や延期が相次ぎました。

当協会でも福祉用具プランナー認定講習、リフトリーダー養成研修など福祉用具の適切な利用、事故防止、安心安全につながるヒヤリハットの軽減を目的とした講習、研修会も一部開催を控えてきました。

新型コロナウイルス感染症の拡大に限らず福祉用具の消毒については、介護保険制度上の仕組みはもちろん、施設でもこれまで福祉用具の消毒は実施されていましたが、新型コロナウイルス感染症が広まった今、「感染防止対策」として、よりの確な消毒が求められるようになりました。

本書は「福祉用具の安全とスライディングシートの効果的な使用～腰痛予防や感染対策やメンテナンスなど～」として、福祉用具を使う時の感染予防と腰痛対策、福祉用具の感染症対策を軸に作成委員会を立ち上げ、委員の皆様に検討していただきました。

本来なら対面で様々な観点から検討するところ、感染防止のためオンラインでの会議を主体としたため、福祉用具を使った実際の検討は難しかったですが、感染予防を十分考慮したうえで、数名の委員の方にお集りいただき実証実験を行った結果も網羅しましたので、適切なスライディングシートの使用や福祉用具の感染対策の一助としてご活用いただければ幸いです。

最後に、作成委員会委員長として取りまとめにご尽力いただいた、安全なケア研究所代表 上田喜敏先生をはじめ、ご参画いただきました委員の方々に心より感謝申し上げます。

令和3年12月

公益財団法人テクノエイド協会

本冊子の企画と活用について

これまでに、公益財団法人テクノエイド協会（以下、「当協会」という。）では、移乗技術、移乗機器、腰痛予防の観点から制作されたものは、福祉用具シリーズ「Vol.4 リフトと吊り具の使い方」、「Vol.5 ベッドおよびベッドからの移乗」、「Vol.7 腰痛をなくすための福祉用具活用」、「Vol.15 腰を痛めない介護・看護」、「Vol.23 はじめてのスタンディングリフト」です。そこで今回は、これまでテーマとして取り扱わなかった「スライディングシート」に関する情報を取りまとめ、情報発信することとしました。

一方、当協会が施設職員のために主催しているリフトリーダー養成研修（以下「本研修」という。）は、単にリフトの取扱い方を学習するだけではなく、労働災害の観点から腰痛予防がいかに介護上重要であるかを理解していただいた上で、職場環境改善の手法を説いた研修となっています。ただし、本研修のテキストでは、腰痛予防に関する福祉用具をほとんど網羅しておりますが、その取扱い方法については、紙面の関係でリフト類に限定したものととなっています。そう言う意味において、今回「スライディングシート」をテーマとして取り上げたのは、本研修のテキストを補う側面を考えたからのことです。

本研修の構築を始めたきっかけは、厚生労働省が施設職員の腰痛予防（職場環境改善）から助成事業（介護労働者設備等整備モデル奨励金）を開始したことと、当協会が民間研究者と共同し、施設の腰痛事態を福祉用具利用に関連させた調査を実施したことによります。当協会が全国で本研修を展開したことにより、一部の先進的地域ではスライディングシートの講習、管理者向けの講習、腰痛予防実習施設の設定、腰痛予防先進施設への表彰制度等各種腰痛予防対策への取り組みが高まってまいりました。そう言う意味において、本研修のテキストは、新たな視点での内容改編が待たれていたところです。

本小冊子の作成では、スライディングシートやスライディングボード・グローブ等の紹介をはじめ、国内外の最新情報も極力取り入れています。また、昨今の新型コロナウイルス感染症の状況、腰痛予防と並行して感染予防上の観点から、福祉用具の消毒や洗濯の仕方も取り上げています。またコラムでは、福祉用具教育にはどうしても欠かせない実技・演習に関して感染対策の方法にも言及しています。

以上に述べた意味からも本研修テキストのサブテキストとして活用していただければ誠に幸いです。

なお、本小冊子は極力客観的な立場で協議した上で執筆し、複数の目で確認したつもりでおりますが、偏った見方や情報不足の部分があるかもしれません。その際は是非ご指摘いただき、今後のより適正な「スライディングシート」の情報提供にご協力いただければ大変ありがたく存じます。

※福祉用具シリーズのダウンロードはこちら。



Vol.4



Vol.5



Vol.7



Vol.15



Vol.23





総論

福祉用具の安全とスライディングシートの感染症対策やメンテナンス

1. 福祉用具の衛生管理とFDA

新型コロナウイルス感染症が蔓延し世界中がパンデミックになっています。2020年にイギリスでは、ケアワーカーなど医療介護に関係する人が約300人ほど亡くなられたという報告もあり、感染症対策の重要性が増しています。新型コロナウイルス感染症の流行は、介護・医療・福祉用具の世界にも大きな変革をもたらし、介護リフトやスライディングシート、車椅子、介護ベッドの衛生管理の必要性が求められています。

筆者はリフトリーダー養成研修にスリングの洗濯を講義に取り入れています。なぜ導入したかと言うと、リフトを毎日使用している施設の方の話で、「洗濯をしたことがない」、「汚れたときにする」、「年に数回洗うだけ」などという声を聴くことが多くあり、少し懸念していたため取り入れることにしました。また、スライディングシートについては同じ人だけに使用しないで、使いまわしが日本の場合普通になっています。定期的な洗濯がされず衛生管理ができていない傾向が強いです。車椅子のメンテナンスについても、ほとんどされていないのが現状だと思いますので福祉用具の衛生管理について解説します。

アメリカの新型コロナウイルス感染症のワクチンの承認を担う機関でFDA（米国食品医薬品局）という機関があります。FDAが2018年1月に「患者リフトの安全ガイド（Patient Lift Safety Guide）」を発行しました。（図1）

このガイドは、患者の安全と介護者の安全についてのガイドラインとして発行されました。その中に衛生管理の部分として「スリングケア（Sling Care）」（図2）には、「もし吊り具が適切に洗われず消毒されなければ、患者間で吊り具を共有しないこと」、「すべての使用後スリングを消毒しろ」、「メーカーの衛生指示に従って洗濯する。もし必要ならスリングの金属あるいはプラスチック強化部を外して洗濯する」、「患者の皮膚と接触する部分を消毒し拭き取る」と書かれています。

新型コロナウイルス感染症流行前に安全対策と衛生管理として、「消毒をしろ」と書かれています。施設や病院のクラスターを予防するために、衛生管理として器具の消毒をしないとガイドラインには書かれています。

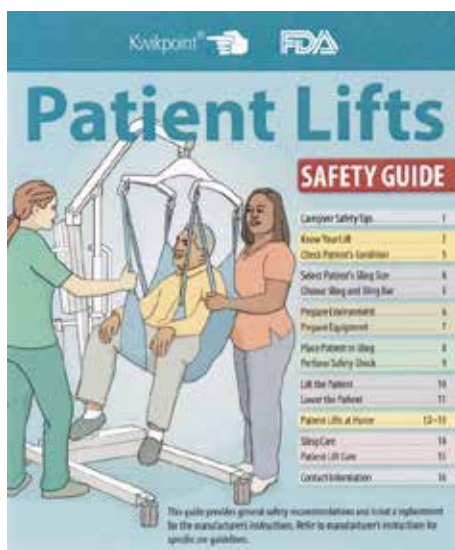


図1 FDAの患者リフトの安全ガイド



図2 スリングケア（スリングの手入れ）

2. 何故消毒が必要か？

「医療現場の清浄と滅菌」(Jan Huijjs (ヤン ハウス) 著) という本で、消毒について次のように書かれています。

「そもそも感染とは、生命体が他の生命体に汚染された場合の反応である。つまり「機材の消毒」という言葉は厳密には誤りとなる。物が感染することはありません。感染するのは生き物だけで、物が感染することはない以上、物が消毒(disinfection)されるということはありません。機器は汚染(contamination)されるものなので、「汚染を除去する」という場合、より適切な言葉は「除染(decontamination)」になるそうです。その言葉の意味するところは普通、滅菌までは要さないし許容できる水準まで汚染を減らすことになる。しかし、日本で消毒と言う言葉が広く使われているので、消毒という言葉を使っている」と記されています。

参考までに除菌や消毒、殺菌、抗菌、滅菌の定義は以下になります。

「除菌」：菌の数を減らす

「消毒」：菌を無毒化する

「殺菌」：菌をある程度殺す(程度は決まっていない)

「抗菌」：菌の繁殖を防ぐ

「滅菌」：菌を完全に殺す(医療現場手術室) 一番強く殺すことになります。

施設・病院で菌に感染し、利用者や患者、職員が次々と感染するクラスターが発生する原因に Jan Huijjs (ヤン ハウス) は、クロス感染(交差感染)を訴えています。

因みに最近の実技実習では、フェイスシールドとマスクを着けて、1A2D(1Action 2Disfection: 1 行動 2 消毒)を実践し、実技前後に消毒を心がけています。

では、なぜ福祉用具の消毒をする必要があるのでしょうか？

それはクロス感染を防止するためで、医療・介護現場ではクロス感染(交差感染)が起きやすいことが原因としてあります。

クロス感染とは、人の介助、機器および環境との接触時に皮膚の表面上にウイルスが取得され、その手で他者に触れたときに感染することです。福祉用具を介して他者にウイルスが移ってゆくことになります。別の文献などでは、クロス感染が病院や施設での感染(院内感染・施設感染)重大な原因の一つになっているとも書かれています。

2020 年に新型コロナウイルス感染症が広がりはじめたとき、新型コロナウイルス感染症病棟の看護師がタブレット端末や、PC のキーボードを介して感染したというニュースがありました。これがまさしくクロス感染になります。

クロス感染を起こさないためには、触ったところのウイルスを死滅、もしくは減らす、不活性化することが有効になります。

どのようにすれば菌を無毒化することになるのでしょうか？

物の消毒には、厚生労働省ホームページ「新型コロナウイルス感染症の消毒・除菌方法について(厚生労働省・経済産業省・消費者庁・NITE 特設ページ)」を参考にするとよいでしょう。

物の消毒には、

1. アルコール製剤(エタノール)で無毒化するのが一般的です。ただし、アルコール濃度には注意が必要になります(75%以上の濃度)。噴霧して乾かすか拭き取りになります。

2. 次亜塩素酸ナトリウム水溶液（塩素系漂白剤）を水で薄めて（0.05%）吹き付けるか、濡れ雑巾にして表面に塗布し、水を絞った雑巾で拭き取り、乾いた雑巾で拭き取る。
3. 家庭用洗剤（界面活性剤）、家具用洗剤の場合、製品記載の使用方法に従ってそのまま使用。吹き付けて拭き取る。台所用洗剤の場合、薄めて使用し、水吹きし乾いた雑巾で拭き取る。噴霧して拭き取るだけの製品も販売されています（二度拭き不要）。
4. 天日干しする、または、石鹼等で洗い流す。

大きく以上があります。それぞれの詳細については、第2章を参照してください。

では福祉用具を消毒するにはどうすれば良いでしょうか。

原則は、レストランなどでお客様が帰るとテーブルなどを拭いているように、直接触れた個所の消毒をすることになります。

・福祉用具の衛生・メンテナンス

1. 車椅子

介助用ハンドル、介助ブレーキ、ハンドリム、アームサポート、シート消毒：

複数の人が押す場合があるのでこまめなアルコール、台所洗剤（界面活性剤）、次亜塩素系消毒液で拭きます。利用者が感染した場合は危険が増します。

ゴム系の素材の所に次亜塩素系消毒液は禁止、シートやバックサポートも同様に劣化しやすくなります。

2. ベッド

ベッド、フッドボード、サイドレール、リモコンは清拭：

アルコール、次亜塩素系消毒液、台所洗剤（界面活性剤）で拭き取る。メーカーによっては指示がある場合もあります。

注意点：防水できていないベッドスイッチもあるので、次亜塩素系消毒液の液が入ると基盤が傷む可能性がある。防水についてはメーカーへ確認が必要です。また、塗装が剥げていると錆の原因にもなります。

マットレス：使用しない場合、カバーは、洗濯（メーカーの指示に従う）本体に防水カバーがある場合は、アルコール噴霧後清拭します。マットレスだけですと天日干しで消毒できます。

3. スライディングシート

必要な利用者に限定して使用し、使い回しはしない。複数の人に使いまわすことは、感染のリスクが増大します。やむを得ず使う場合は、使用前にアルコール噴霧（多くの製品が次亜塩素系不可）を十分にかけ乾燥してから使い、定期的に洗濯を行います。メーカータグで洗濯方法を確認しますが、毎日使用すると滑りの劣化があるので、消耗品という感覚を持つ必要があります。2年以上たったシートを使っているのは摩擦が増加し、摩擦発生がひどくなり、褥瘡の発生にもつながります。

4. リフトスリング

必要な利用者に限定して使用し、使い回しはしない。複数の人に使いまわすことは、感染のリスクが増大します。やむを得ず使う場合は、使用前にアルコール噴霧（多くの製品が次亜塩素系不可）を十分にかけ乾燥してから使い、定期的に洗濯を行います。メーカーの洗濯指示のもと実施してください。指示と違う方法をするするとすぐに製品が劣化する危険もあります。

スリングも消耗品になるので、糸のほつれなどリフト使用前に始業前点検して劣化などの確認をする必要があります。

5. リフト本体

持ち手やスイッチボックス、ハンガーの消毒は、終了後アルコールまたは次亜塩素系消毒液、台所洗剤（界面活性剤）で拭き取ります。注意点としては、防水できていないスイッチもあるので注意が必要になります。介護ロボット系の福祉用具も同様に対次亜塩素酸系になっているかメーカーに確認してください。

3. 濃厚接触とリフトの使用

新型コロナウイルス感染症対策として、手洗い・うがい・3密回避がいられています。

今までの人の手による介助は、ヘルスケア利用者（患者 / 利用者）と体が密着状態になり、感染しやすくなり、いわゆる濃厚接触になります（図3）。

もし、自分が感染していたら相手に感染をうつす可能性がありますし、逆に相手が感染者だったら完全な防護服を着て介助しなければ予防はできず、防護服を着て手による移乗は多くのスタッフが必要になります。

濃厚接触を防ぐには一定の距離を持つ必要があり、人の手による従来の介助方法では、接触を防ぐことができないことになります。

また、過度なセクシャルハラスメント防止の観点からお互い一定の距離をとるには、福祉用具、介護ロボットの利用は有効です。特に、リフトや電動スタンディングリフトは、移乗する時に濃厚接触を防ぐことができます。

感染がはっきりしている施設や、病院で介助者の濃厚接触を防ぐことを考慮するとリフトスリングにディスポーザブルスリングを使用することで感染症対策にもなります。病院ではグローブ（使い捨て手袋）は使うにもかかわらず、リフトスリングの使い捨てをしないのは、感染症対策からみるとおかしな状況です。海外の病院では、ディスポーザブルスリングを使用した介助作業が見られます。安全対策としてディスポーザブルスリングはこれから必要になると考えられます。もちろんスライディングシートにもディスポーザブルスライディングシートがあります。



図3 濃厚接触

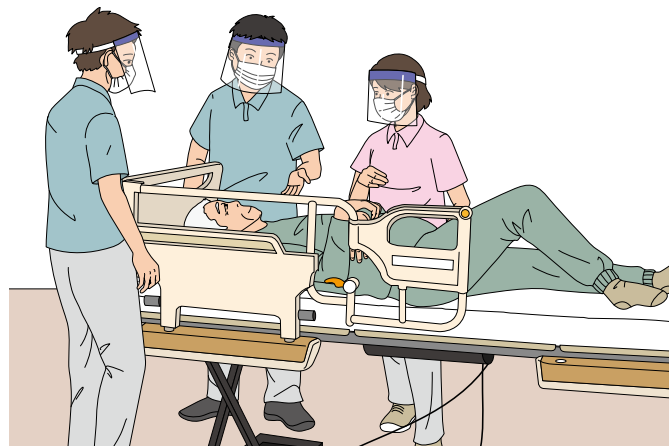
Column I 福祉用具を使用した講習会の感染症対策

福祉用具を使用した講習会として福祉用具プランナー認定講習やリフトリーダー養成研修などがあります。これらの講習会では、参加者が使用する机・椅子のアルコール等の消毒、福祉用具を使用する前に手に触れる箇所についての消毒をする必要があります。キッチンペーパーとアルコール噴霧器を使って拭き取り作業をします。



講義に関しては、間隔をあけて（長机に1名）、ソーシャルディスタンスをとります。

もちろん洗濯が必要な福祉用具（スライディングシート・リフトスリング）は、洗濯をした上で使用します。参加者には、手指消毒、マスクの着用、実技で参加者同士が近づく場合は、フェイスシールド装着が必要になります。



実技は、1A2D（1Action 2Disfection：1行動2消毒）を遂行しておこないましょう。実技前後に消毒を心がけましょう。介護の現場ではアルコール消毒を1回すればそれ以降しない傾向がありますので実技のたびにこまめに手指消毒を心掛けます。

マスクを着けての実技は酸素不足になりやすいので、こまめに休憩を取りましょう。休憩中は、椅子の間隔を1m以上空けて、換気の良い状態でできればマスクを外して水分補給に心掛けます。トイレに行く場合は用を足す前に石鹸で手を洗います。その後、用を足して手洗いして戻ります。手洗いは一番菌を落とす方法です。

また、現場の感染症対策として指輪は外しましょう。指輪の間に菌がいる場合があります。

第1章 福祉用具の選択と使用方法 ～安全で適切な介助を行うために～

日常のケアの中で多くを占める移動や移乗も体重移動が難しくなるほど、福祉用具を使わずに介助することは困難となります。特に、ベッド上で身体のほとんどがマットレスに接し、すべての部位に重さがかかった状態では、ご自身でまたは介助によって動こうとしても、身体の重さと広範囲で接触している身体と支持面との間で生じる摩擦によりその動きは妨げられます。

動かない身体の重さを用具なしに動かそうとすると持ち上げることになり、持ち上げたつもりでいながら利用者の身体の下で起きていることに介助者は気づきにくく、引きずってしまっていることもあります。「持ち上げる」、「引きずる」、どちらも利用者と介助者双方の身体的負担になることは周知されてきています。利用者に不安や恐怖を感じさせやすいやり方でもあり、また、重さのかかっている部分に力をかけて動かすことで、痛みを生じさせてしまったり皮膚を傷つけたりと褥瘡のリスクが高く、各々が提供したいケアとは大きくかけ離れた本意な介助を提供してしまうことになるでしょう。

今回は、主に水平方向の移動の際に用いられる摩擦軽減用具としてスライディングシートを取り上げていきます。動きにくくなった身体の部位の下に敷き込んだシート同士が滑ることで、重さのかかっている部位、または、身体全体の移動を可能にします。腰痛予防に有効な福祉用具の一つとして、また、褥瘡予防や自立支援を促すために使用されますが、適切な用具の選択、使用、管理がなされなければ目的を果たせないばかりでなく、却って危険を伴うことさえあります。ここでは適切な用具の選択と使用方法を見直していきましょう。

1. スライディングシート いつ、誰に使う？ そして、いつから

スライディングシートは重さのかかった身体の部位、または、全体を面上で水平方向に大きく移動するために使用されることがよく知られていますが、その他にも用具などの操作時に生じる摩擦を解消し、身体の位置を維持することや重さのかかっている部位や皮膚との密着による摩擦を低減し、衣類や医療関連機器の装着や挿入、微調整をするためなど摩擦が妨げとなって生じるやりにくさや問題を解消する手段として、様々な場面で活用されています。(P.10～11 表：スライディングシートの目的・用途別活用例)

また、全介助での介助のみに使用されるのではなく、部分的に動きにくいところを動かすために早めに導入することで自立度の向上に繋がっていくことができます。

スライディングシートにまだ慣れていない介助者の場合、シートは大きくて扱いにくいといった印象を持ちがちですが、早めに部分的な介助として必要な小さなサイズのシートから使い始めることで、利用者の状態が悪化し身体全体に敷き込むサイズのシートが必要になった場合でも、戸惑わずに移行することができます。

・早めに導入することで利用者の自立支援に繋げやすい

介助者、利用者双方が用具に慣れる時間を確保する

・用具は最終手段ではなく、より暮らしやすくするもの

状況に応じて使ったり使わなかったりしてもよく、スライディングシートの場合、早めに導入し、シートなしではできない動きを可能にすることで、やがてシートを必要としなくなる可能性は高くなる

ポイント！

2. スライディングシートの基本的な使い方

スライディングシートの有用性は周知されていても、シート上での移動介助の前にシートの敷き込みが課題として残り導入に至らないことがあります。

- ・敷き込み自体がうまくいかず、難しさや手間と感じてしまう。

【見直しポイント】 取り扱い方法、シートの選択（マットレスやクッションなどの支持面との相性）シートの劣化など。

- ・敷き込みはスムーズでも、適切な位置と範囲に敷き込まれていないため、シートの効果を実感できない。

動きが途中で止まってしまうだけでなく、必要以上に利用者の身体を強く押したり、ひきずったりしている。

【見直しポイント】 シートの大きさ、敷き込み位置／範囲

適切な位置と範囲にスムーズに敷き込めることが積極的な活用につながります。自分が介助する時はもちろん、伝達する際にも使用するシートと敷き込む範囲や敷き込み方を確認し、うまくいかない理由やその結果、何が起きているかを見極めましょう。

シートの敷き込み方と抜き方

スライディングシートには、一枚を二つ折り、または二枚重ねて使うもの、ロールタイプでシートが二枚重なっているもの、シートが三枚重なっているものなど、様々な製品がありますが（→スライディングシートの種類）、どれも二枚以上のシート同士が滑ることによって動きを可能にします。（図1）

移動の介助時はマットレス側の下のシートの上で身体に密着している上側のシート（赤）が動き、敷き込みや抜く際には、上側のシートの下で身体と密着していない下側のシート（青）を動かせるように、シートは常に二枚以上が重なっているようにします。

シートが重なった状態であっても、重さがかかっているところの下にはシートは入りにくいので、大きくまたは小さく体重移動をしながら敷き込んでいきます。①寝返りなど身体を傾けシートを敷き込むエリアから一度、身体を離すことでシートを置くための広いスペースを作る場合（図2）と大きく体重移動をすることが難しい時には、②比較的重さのかかかっていない場所から或いは小さな回旋運動により重さのかかる場所を小さく移動させながら、シートを身体の下に敷き込んでいく場合があります。（→P.13「小さく体重移動する」）

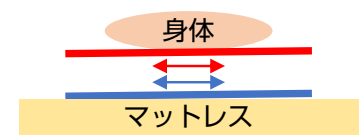


図1

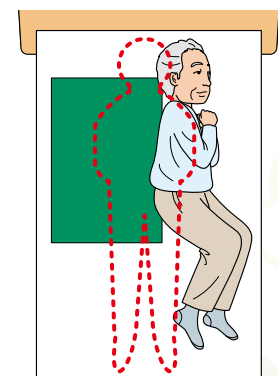
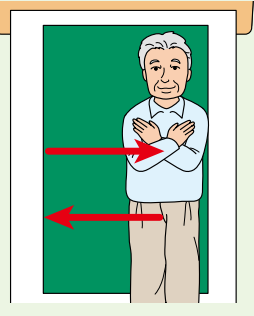
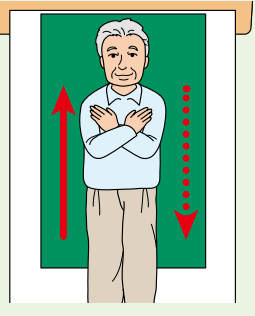
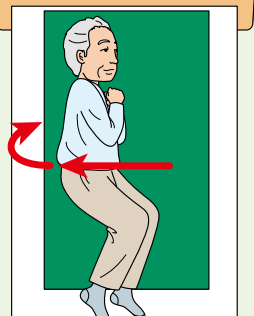
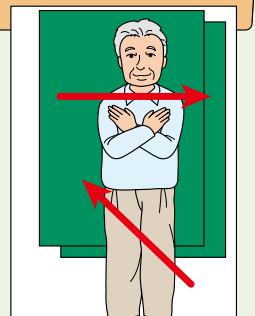
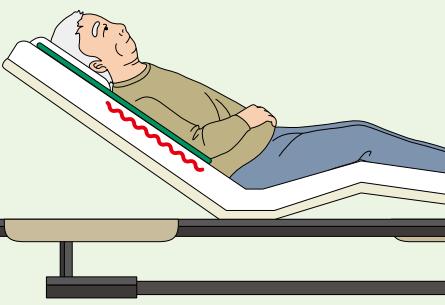
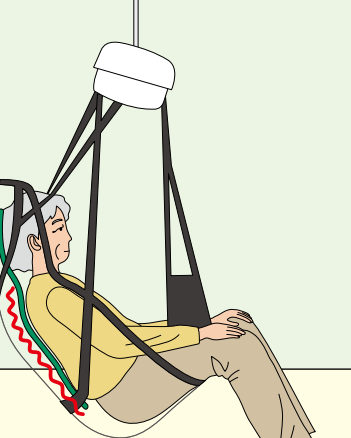
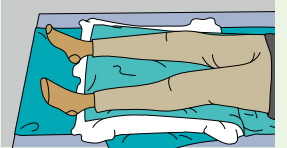
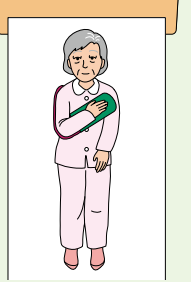
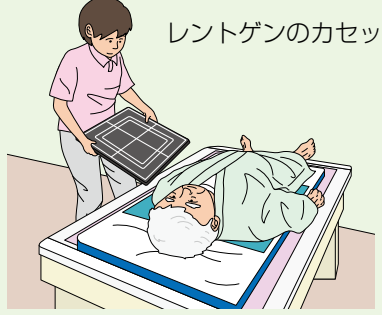
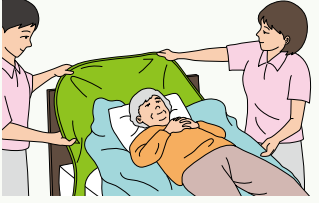
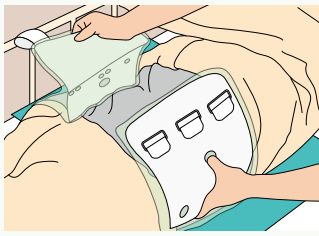
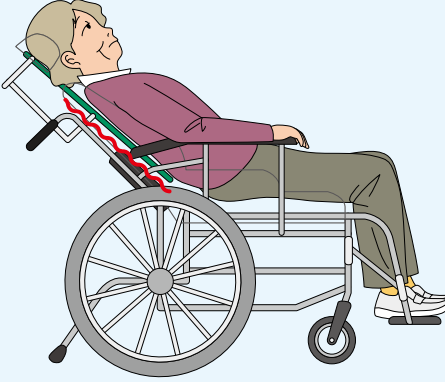
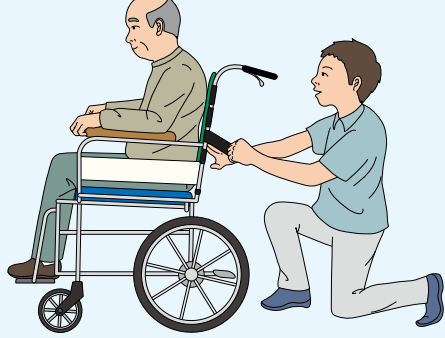
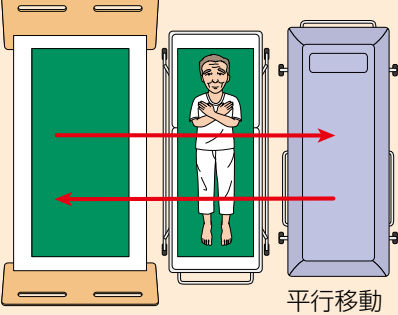


図2

スライディングシートの目的・用途別活用例

	重さのかかった身体の部位、または全体を面上で水平に大きく移動する(摩擦を低減し、身体が動く)	用具などの操作時に生じる摩擦を解消し、身体を位置を維持する(周り/環境が動くことで生じる摩擦を低減する)	重さのかかっている部位や皮膚との密着による摩擦を低減し、装着、挿入、微調整(身体の下や寄りかかった背面などで、布や道具を動かし、微調整する)	
場面				場面
ベッド上	 平行移動  頭(足)方向への移動  平行移動しながら寝返り  斜めに移動して頭方向へ ※2枚重ねのシートのみ可 臥位 ↔ 端坐位(足をベッドからおろす。ベッド中央へ戻す。)  ■ベッド上でのリハビリ	~~~~~: 摩擦 背上げ   リフト移乗時	ポジショニング (拘縮の強い方・押し付けのある方)  拘縮のある方の血圧計のマンシェットの装着   レントゲンのカセット挿入 吊り具の装着  ※2枚重ねのシートのみ可 着替え 衣類の皺を伸ばす (シーツ交換)  弾性ストッキングの着脱 コルセットの装着 (医療関連機器)   弾性ストッキングの着脱	ベッド上
ベッド ↕ 車椅子	移乗  		 車椅子の背貼り調整	ベッド ↕ 車椅子
車椅子上	座り直し  	リクライニング車椅子の リクライニング機能操作時 		車椅子上
入浴場面 (ベッド) ↕ ストレッチャー ↕ 洗身台	 平行移動			

・ベッド上で

1) シートを身体の下に敷く

チェックポイント! : シートを敷き込む部位と範囲の確認

敷き込む前にシートの長さ（滑らせたい身体の部位から移動を終える地点までの距離）と敷き込む範囲を確認しましょう。ロールタイプのシートは動きの方向と輪の向きを揃えます。転落防止のためベッドの4辺の端にはシートがかからないようにします。

①寝返りを介助して敷く - ベッドサイドからシートを横方向に広げる -

- ・大きく体重移動をしてシートを敷くためのスペースを作りシートを置く

寝返りをしてできたスペースにシートを置き、その上に身体を戻すことで身体の下半分以上にシートが敷かれた状態になります。寝返りをする方向は、先に介助者側を向く場合と介助者に背を向ける場合の両方の介助方法があります。

この時シートはその半分の折りたたむなど、身体に触れているシートの下で残りの部分を引き出しやすい状態にしておきます。

敷き込む時のシートの状態のバリエーション

※先端●を引く

1/4 で折り返す



半分に折ったシートの片側を更に半分で折り返し、端(●)が外側にくるようにする。折り返した部分が身体に触れる上のシート(赤)の下側にくるように畳んだ後、ひっくり返す。

蛇腹



半分に折ったシートの片側を蛇腹に折り、端(●)が外側にくるようにする。折り返した部分が身体に触れる上のシート(赤)の下側にくるように畳んだ後、ひっくり返す。

グシャグシャ



身体に触れる上のシート(赤)の下で小さくまとめる。片側、反対側と2回、寝返りをうつ場合は、まとめたシートの上を乗り越えていくので、かたまりが上のシートの上にあってもよい。

寝返りの方向の違いによるメリット・デメリット

・先に介助者側に向かう

【メリット】シートを引き出す時に再度、反対向きに大きく寝返りをうつ必要がなく、小さく体重移動をするだけで引き出すことが可能。

【デメリット】最初にシートを折りたたんでおく必要があり、場合によっては畳んだシートが解けてしまう。シートを使い慣れていない方の場合、難しさを感じることもある。

・先に介助者側に背を向ける

【メリット】シートを先に畳んで置く必要がなく(シートを二つ折で使用する場合は二つに折っておく)シートを皺なく広げ、ご本人の身体に近い側の端をグシャグシャにまとめて身体の下に敷き込む。上のシートの下に入れる必要がない。

【デメリット】シートを広げるためにもう一度、反対向きにしっかりと寝返りを打つ必要があり、ベッドの真ん中と利用者の身体を越えながら、反対のベッドの端に向かってシートを広げる動作をしなければならない。利用者の身体が大きい場合や介助者の身体が小さい場合、介助のしにくさを感じやすい。

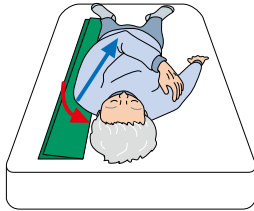
協力動作が得られるかどうか、痛みや皮膚の過敏性や脆弱性、介助者の体格ややりやすさなどを考慮し方法を選びます。

小さく体重移動する

腕や頭、足の位置を変えることで重さのかかる場所が移動し、シートを身体の下に敷き込んだり身体の下から引き出したり抜いたりしやすくなります。

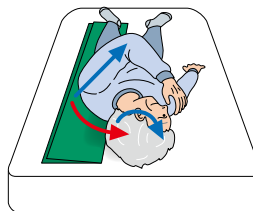
(例)

腕を身体の上に乗せる



腕が身体の上に乗っていても、肘がマットレスについたままでは、十分な体重移動ができていません。

顔を片側に向ける



顔を向けた方向に更に重さが移動し、身体が床から離れる範囲が広がります。

足を立てて内側に傾ける



②寝返りをうたずに小さく体重移動しながら敷き込む

- 利用者の頭側、または、ウエストの部分から縦方向に広げる -

畳んだシートを張りを作りながら重さのかかっていない場所に差し込み、身体に触れている上側のシートの下に畳んである部分を広げていきます。一人で介助しようとするとう利用者の身体の両側でシートのそれぞれの端を持つことになり、ベッドの真ん中を越えざるをえず不良姿勢になりやすいため、基本的には二人で介助する方法です。一人で介助せざるをえない場合はベッドを低くし、片膝をついて利用者に近づくななどの工夫が必要です。敷き込みにくい場合はベッドの背上げ機能を使用し、背部にかかる重さを臀部に移動したり、シートの両側を同時に引くのではなく片側ずつ交互に引き、シートが身体に対し斜めに動くようにすると敷き込みやすくなります。

- ベッドサイドから横方向に広げる -

肩や骨盤など、重さのかかっている部分の重さを腕や頭、足の位置を変えることで小さく移動をし、シートを敷き込みやすい状態を作りながら敷き込んでいきます。それぞれ重さのかかっている部分を真ん中にその両側から、左右の手でシートに張りを作るようにしながら差し込んでいきます。引き出す時は反対側に回り、首の後ろ、ウエストなど比較的重さのかかっていない場所を利用します。反対側でも同様に、肩や骨盤の小さな体重移動をしながらシートを広げていきます。

2) シートを抜く

上側のシートの下でシートが抜けていくように、身体と接していない下側のシートを重さのかかっていないところから斜めに引いていきます。(図3)シートが動きにくくなったらシートを持つ場所を変える、引く方向を変える、または、小さく体重移動をするなど、常に重さのかかっていないところをマットレスに対し水平に引くようにしながら抜いていきます。利用者の身体が動きそうな場合は、身体に手を添えておくようにします。

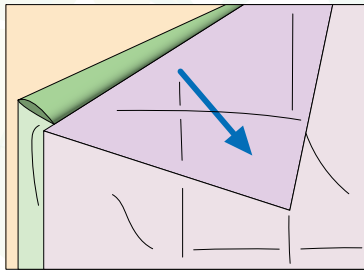


図 3



シートの間を引いていく



シートの間に手を差し込んでいく
(ポケットに手を入れるように)

どちらも二枚のシートの中をくぐらせていく

シートが抜けにくくなっているにもかかわらず引っ張り続けたり上側のシートから引いてしまったりすると、利用者の身体も一緒に動いてしまい姿勢が崩れてしまいます。重さのかかっているところを無理に引っ張ることでは介助者はより力を必要としシートは劣化しやすくなります。

・ベッド - 車椅子間の移乗

スライディングボードと同じように使用できますが、ベッドと車椅子の間に隙間がある場合はクッションなどで平らな面を作る必要があります。スライディングボードよりも少ない体重移動で敷き込むことができます。

・車椅子上での使用

1) 敷き込み方

① 体重を片側に移動しながら

片方の手で反対側のアームレストを握るように身体を回旋させながら片側に傾け、臀部から大腿部の下にシートを敷き込むスペースを作ります。シートは重なっているほど滑りやすくなります。

② 大きく身体を傾けることが難しい場合

膝下から張りを作りながら畳んだシートを敷き込む、または、アームレストを着脱できる場合は、片側ずつ横から敷き込みます。

2) シートを抜く

ベッド上と同様に重さがかかっていない場所から下側のシートを引くようにします。

体重移動が難しく重さがかかっている範囲が広い場合は、特に、シートを抜く際に身体が前方に滑ってしまわないよう膝から骨盤方向に押す力を働かせるか、可能であれば後方に向かって抜くようにします。

3. スライディングシートを使った移動介助

① 利用者が力を出せる環境作り

福祉用具を使用する際に起こりがちなのは用具を使うことに意識が向きすぎて、介助者がすべての動作を介助してしまうことです。シートは利用者を全介助でのみ使用する用具ではなくシートを使うことで小さな動きが増幅され、少ない力でもスムーズにより多くの移動場面でご本人の参加を可能とするものです。

まずは残存機能を確認し、できるだけご本人の力を出せる場所を提供できるようにします。滑り止めシートの利用(図4)やエアマットレスの場合でもリハビリモードを使用することで、より力を出しやすくなります。

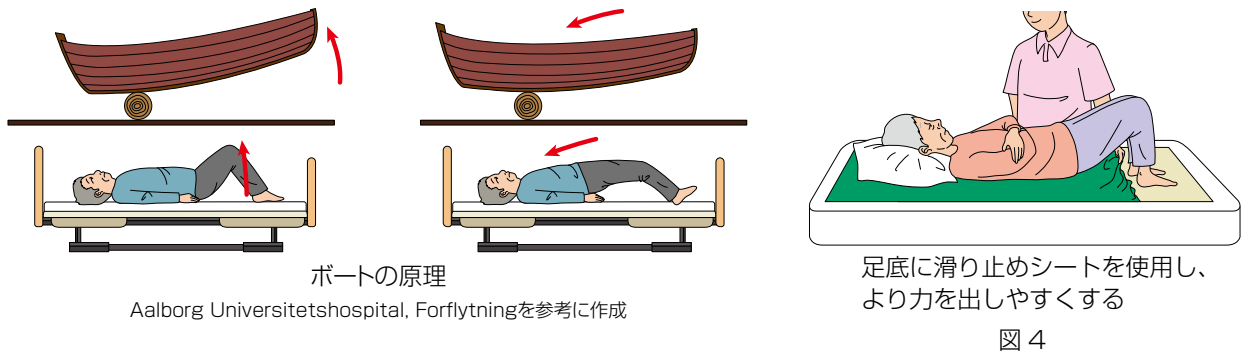
上方移動の際の足元や移乗の際に手を置きたい場所など力を出せる場所にまでシートを敷き込んでしまうと、逆にご本人の動きの妨げとなってしまうためシートを敷いて摩擦を軽減する場所と摩擦を利用して力を増幅する場所を明確にすることが重要です。(P.20 図)

動きの速度や方向をご本人が把握しコントロールできるようにご本人から動き始めるように介助します。力が出せない場合でも動き始めのタイミングをご本人に知らせる、または、ご本人の掛け声で動き始めるな

ど急に身体を大きく動くことへの不安を取り除くようにします。

②重さを利用して滑らせる

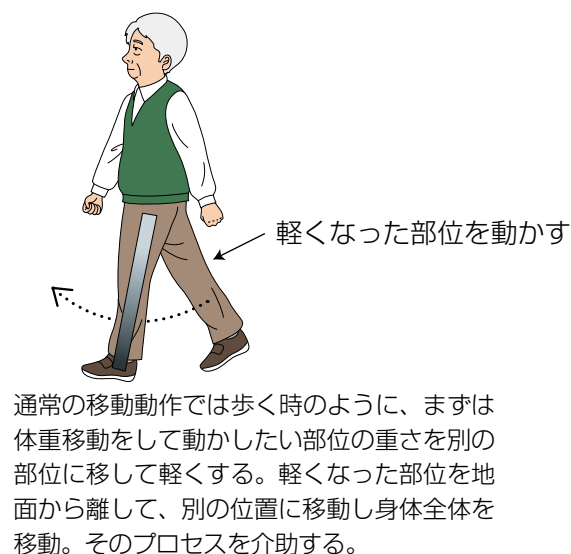
シートなしの移動では妨げとなる身体の重さもシートを使う時には重さを集め、その下にシートを敷いておくことでより動きやすくなります。



上方移動の際に臀部を持ち上げられる方であれば臀部を持ち上げ、肩甲骨に重さを集めるようにし、その部分にシートを敷き込んであればそれだけでも頭方向に滑り始めます。

腕を身体の上で組み船底のカーブのように接触面積を小さくしておくにより動きやすくなります。

重さの移動の違い：



③ それぞれの介助方法

どの方向への移動でも利用者の身体に触れ押しながら介助する場合と上側にあるシートを引く場合があります。

(選択の基準)

直接骨格に動きの方向を伝えたい場合は身体に触れて介助します。

痛みや接触への過敏、皮膚トラブルなどがある場合は、シートを引くようにします。

仰臥位の姿勢では、頭、肩甲骨や骨盤により重さが集中しているため、どちらの介助でも肩から上腕にか

けて、骨盤が動いていくように介助します。頭は枕ごと滑らせて移動するようにします。
(臀部を持ち上げる上方移動では、可能であれば枕を外す)

平行移動：

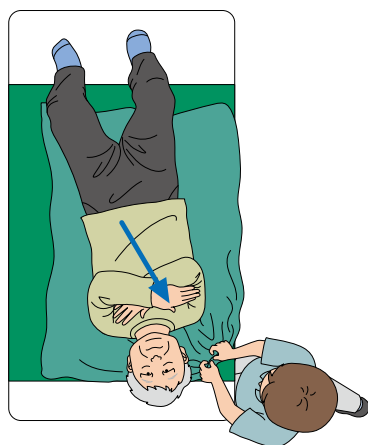
枕(頭)、肩、骨盤(大転子部)を押す、または、そのすぐそばのシートを引くようにします。
足が立てられる方は足を立ててご自分で骨盤を滑らせるか骨盤を滑らせるように介助します。
全介助の場合で身体の大きい方の場合、特に、両足を先に滑らせてから骨盤を滑らせるようにすると介助しやすくなります。
身体の一部それぞれの重さも身体を押す力/シートを引く力も均一ではないため横に移動した際に生じる身体が側屈したような違和感は最後に寝返りの介助を行うことで解消することができます。

上方移動：

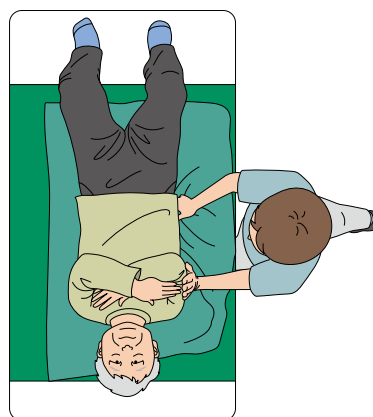
ご自分で足を立てておくことが難しい方も滑り止めシートを使うことで、足を立てた状態を保てることも多くあります。
膝から大腿骨、骨盤へと力を伝えるように押す、または、直接、骨盤(坐骨付近)を押すように介助します。

上方移動：斜め上に上げて、横移動で中央に戻す

二枚重ねのシートでは上下左右だけでなく、斜め方向への移動が可能になります。介助者が頭に近い位置に立ち肩の近くでシートを持って斜め上方に引き、最後に肩の部分を中心に戻すことで上方へ移動することができます。



斜め上方に引く



中央に戻す

斜め上方への移動は利用者の身体の時と重さの移動方向、介助者の体重移動の方向を近づけやすく、高齢で小さな方でも自分の体重を利用しながら行いやすい介助です。

これから行う介助のために平行移動が必要な場合でも、利用者が足元に下がってしまっていて介助後に身体の時を上方に移動する必要がある場合は多く、斜めに移動するやり方は平行移動と上方移動の両方をスムーズに行える介助方法です。

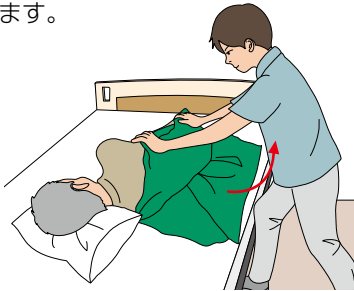
寝返りをしながら中央に移動：

平行移動をしながら肩や骨盤近くのシートを身体に密着させるようにシートを動かし、寝返りを介助することで、側臥位になった時にベッドの端ではなく中央に位置することができます。

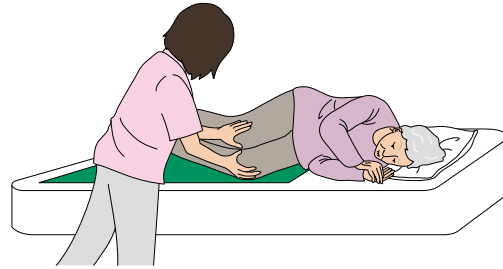
利用者の状態に合わせて介助の仕方を変えていけるのもシートを使った介助の大きな特徴です。

適切な位置での介助：腰痛予防と不安軽減

同じ介助を行うのでも利用者が寝ている位置の違いによって介助姿勢は変わります。また、ベッドの端で介助されながら利用者がベッド柵にしがみついている場面を見たことはありませんか。シートの利用によって利用者のベッド上の位置はもちろん、利用者と介助者の距離を変えることができます。



シートを引きながら寝返りを介助



膝から股関節に向かって押しながら寝返りを介助

シートを効果的に使い、安全に介助するために

シートを使っても使用する環境や介助者の動きが適切でなければ、身体的負担の軽減に繋がりません。日常の介助の仕方が適切かどうか確認してみましょう。

ベッド上での動作介助に共通するポイント**介助前に気をつけること****・ベッドの高さ**

ベッドの高さが介助する時の基本的な姿勢を決めます。低すぎると前かがみにならざるを得ません。シートを扱う場合は、特に、シートを使いながらも持ち上げていることがあり、シート同士が十分に滑らなくなってしまうです。マットレスと水平に体重移動をしながら介助シートを動かせる高さで介助しましょう。

・ベッド柵をはずす

ベッド柵をしたままでは必然的に前かがみで持ち上げる介助をすることになります。

介助中に気をつけること**・動きの方向**

介助の動きの方向軸と介助者の身体の向きを合わせるように立ちます。

特に、シートを使った上方移動の介助は身体がねじれやすいので注意が必要です。

状況に応じて腕の延長として使えるヒップベルトを活用したり、斜め上方に移動してから中央に戻すといった動きの方向を分割したりすることでねじれた姿勢のままであるのを回避します。

・体重移動

押したり引いたりする介助を手や腕だけの力で行うと手首や肩を痛めやすくなります。支持基底面を広げ安定した姿勢で動く方向へ体全体で体重移動をしながら介助することで、不必要な捻れや関節の部分的な負担を防ぎます。

・ベッド上での介助の範囲

介助者の立ち位置から遠くなるほど介助姿勢は不安定になり身体的負担が増します。できるだけベッドの真ん中を越えないように心掛け、可能な場合はベッドの反対側に回って介助するようにします。

また、両腕が肩幅以上に広がると力が伝わりにくく部分的な負担に繋がります。

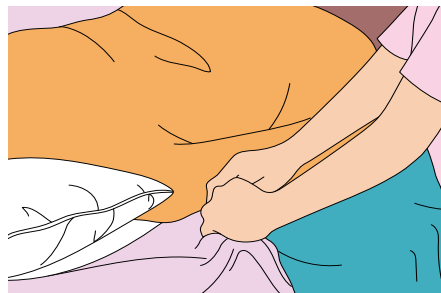
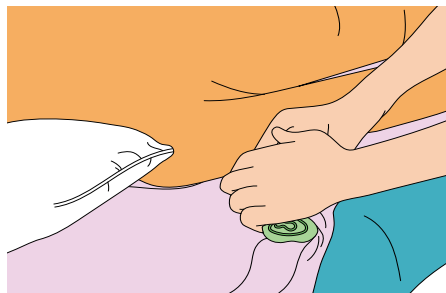
シート使用時特有のポイント

無理に引かない

移動介助の時もシートを抜く際も無理に引っ張ってしまうとシートは痛みやすくなり、介助者の指や手首などの関節にも過度な負担がかかり痛めてしまいます。

シートを引いて介助する時は、できるだけ利用者の身体の近くを持つようにします。

滑り止めやハンドタオルなどを丸め、グリップをつくると指への負担を軽減し介助しやすくなります。
(ロールタイプのシート以外)



マットレスの硬さとシートの適合

身体と一緒にシートが沈み込みたわんだ状態では、シートを使っていてもうまく移動ができなくなります。適したシートの選択（P.20 スライディングシートの選定）とリハビリモードのあるエアマットレスの場合はリハビリモードを活用することで介助のしやすさは大きく変化します。

Column II 福祉用具の使用における現場の腰痛あるある姿勢！

福祉用具を使用することに意識が集中してしまい中腰・捻り姿勢になっています。自らの姿勢にも注意を払いベッドの高さの調整・操作を正面で実施し、手ではなく重心移動での操作を心がけましょう！

利用者様に安心、安全、安楽を提供すると同時に自分の身体も守りましょう！



悪い例



良い例

4. 移動介助以外の活用例

用具などの操作時に生じる摩擦を解消し、身体の位置を維持する

ベッド上での背上げ、リフト移乗時、車椅子のリクライニング機能操作時などは本人の身体の軸や大きさが用具の動きと一致しないために生じる摩擦から不快感や圧迫、身体のずれが引き起こされます。シートをウエストより上に敷き込むことで、用具の動きに身体が追従せずにその位置を維持します。

重さのかかっている部位や皮膚との密着による摩擦を低減し、装着、挿入、微調整

シートを使用することで身体の下や寄りかかった背面などで、布や道具を動かし微調整することが可能になります。

- ・身体と物との間に空間を作ることが難しい場面
着替え / 拘縮のある方にポジショニングピローを使う場合・血圧計のマンシェットを巻く / コルセットの装着など
- ・寝返りの介助が困難な方や痛みがある場合、仰臥位のままで
リフトの吊り具やレントゲンのカセットを敷き込む（※2枚重ねのみ可能）
- ・車椅子の背面から身体を離すことが難しい方
着替え / リフトの吊り具の敷き込み / 車椅子の背貼り調整

5. スライディングシートの種類と選び方

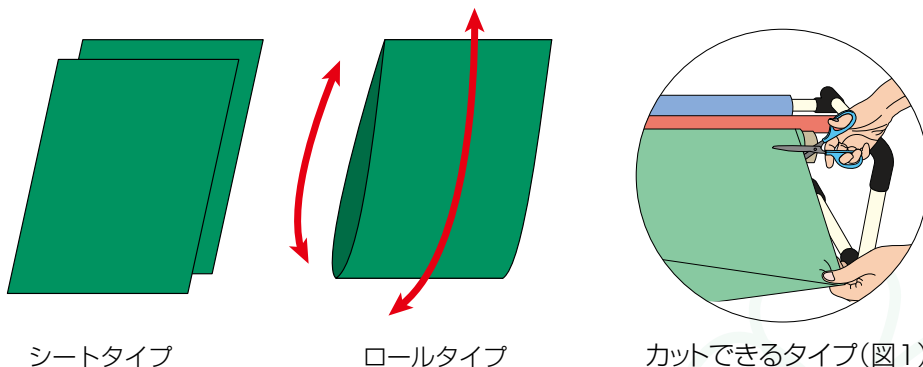
スライディングシートの種類

スライディングシートの多くはナイロン製です。ナイロンの特徴として熱に強く丈夫であることがあげられますが、表面にコーティングをすることで滑りやすくされています。他にポリ塩化ビニル素材でできている使い捨てタイプのスライディングシートもあります。

ゴミ袋やスーパーの袋に利用されている塩化ビニル樹脂やポリ塩化ビニル素材はナイロンと比較して熱に弱く強度が弱いことから使用時に破れてしまったり、スライディングシートと比べて摩擦を軽減する量が少ないので力任せの介助になってしまい、介助者の負担はもちろんのこと、介護される（利用者）側にも無理な力がかかるのでスライディングシートの代替えとして利用するには適していません。

スライディングシートの形状は、1枚物のシートタイプやロールタイプがあります。

身体の一部に利用する場合にはシートタイプをカット（図1）し必要な部分だけに敷きこむことも必要です。カットする場合には、スライディングシートがカットしても、ほつれてしまわないものか確認する必要があります。



シートタイプ

ロールタイプ

カットできるタイプ(図1)

スライディングシートの厚さは身体に触れることを考え厚く柔らかくしてあるものや、身体の下に敷き込みやすいよう 0.1mm 以下まで薄くしたものがあり、薄くなればなるほど敷き込みはしやすくなります。

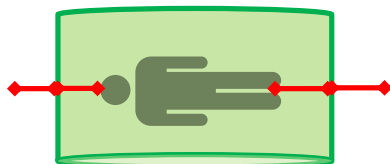
入浴の場面で利用する場合には、水に濡れると滑らなくなるタイプと濡れても滑るタイプがあるため事前に確認することが必要です。また、スライディングシートに施されたコーティングが落ちてしまうと滑らなくなるため使用前にの準備として適切に滑るかを確認することが必要です。

スライディングシートの選定

スライディングシートの選定はどのように使うかで大きく変わってきます。大きさであればどのサイズを利用するか、どの形状を利用するかを利用者本人の身体状況やマットレスに合わせて検討します。

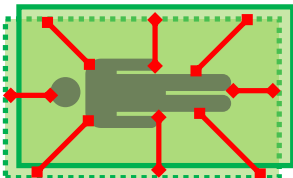
シートの種類と移動可能な方向と距離

ロールタイプ



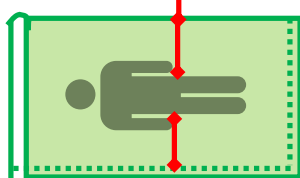
進行方向の身体の端からシートの端までの2倍程度。輪に対して垂直方向への移動は、両側の輪によって制限される。

2枚重ね



それぞれの方向に向かって身体の端から下のシートの端まで。

2つ折り

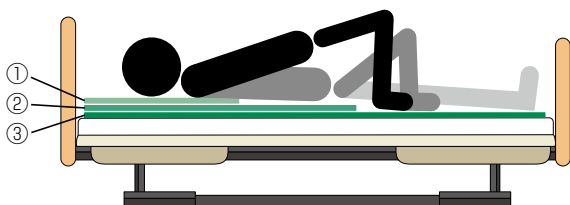


輪の方向に向かって身体の端からシートの端までの2倍。開いている方向へは下側のシートの端まで。輪に対し、垂直方向にも移動できるが、寝ている位置が輪に近いほど、移動距離は制限され、下のシートの端に至る前に止まってしまう。

※ 形状の選択やサイズにより移動できる距離が変わります。1枚物のスライディングシートの場合には2つ折りにして利用するため、折り目のある方向に動きやすくなり、折り目がない方向へ動く時には長い距離は動かなくなります。1枚物のシートを2枚重ね合わせて利用する場合には全方向へ長い距離を動かすことができる他、シートの間からスリングシート等を敷きこんだりすることが可能です。ロールタイプのスリングシートではロールタイプになって繋がっている方向にクローラーのように動くため距離を稼ぐことができますが、筒の空いている方向へは少ししか移動することができないので用途に合わせて選択することが必要です。

サイズの選定には、身体の重さがかかる場所を理解し利用者のどの位置に敷きこむことが必要かを考えることで摩擦を軽減することができ少ない力で動かすことができます。

例えば、自力で腰が上がる場合は頭部と胸部に敷きこめるサイズ(①)、腰が上がりず膝も自力で立てることのできない場合には頭部から臀部までや足部(③)までを敷きこむサイズを選択します。

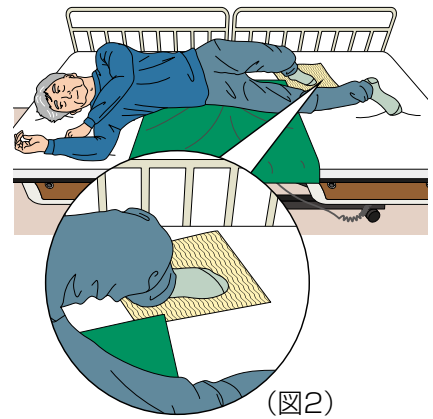


- ①足を立てて臀部を持ち上げられる場合
- ②足を立てられるが臀部を持ち上げられない場合
- ③足を立てられない場合

スライディングシートを利用する際には、摩擦を軽減する場所と摩擦を利用する場所（力をかける場所）を考えて敷きこむことが重要です。摩擦を利用する場所には滑り止めシートなどを活用し、しっかりと力をかけられるよう工夫することが必要です。シートが滑って足に力が入らない時には滑り止めシートを足底に敷きこんだりすることで利用者自身の動きが引き出せます（図2）。

不必要にスライディングシートを敷きこむと自力で動くことが出来なくなってしまう利用者自身の動きを阻害してしまうので、必要以上に摩擦を軽減することのないよう注意が必要です。

また、スライディングシートは商品により摩擦抵抗を減らす量が変わります。一般的に床ずれ防止用のマットレス等を利用すると身体がマットレスに沈み込み接触面が増えることで摩擦の量も増えていきます。そのため、マットレスに合わせて摩擦抵抗の少なくなる商品を選定することも重要です。



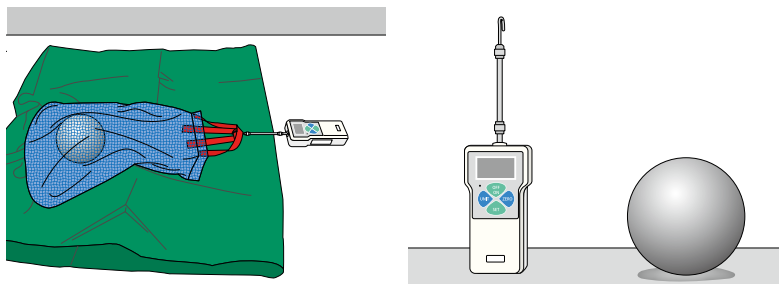
(図2)

Column Ⅲ マットレスの硬さの違いによる摩擦量の測定

標準的なマットレスの上にスライディングシートを敷き、直径13cmの鉄球〔7.26kg〕（以下鉄球）（沈み込み5cm）を置いて（沈み込み5cm）敷き引っ張ると20N程度以下ですが、床ずれ防止用具（沈み込み6cm）に鉄球を置きスライディングシートを利用した摩擦抵抗30N程度となり違いは10N程度変化します。しかし、ウレタンにカッティングを施し身体が引っ掛かりにくいようにし動きやすく要配慮した商品などは、摩擦の抵抗を減らす効果のあるマットレスも存在します。エアマットレスでは45N以上になるため、マットレスの環境に合わせて摩擦抵抗の少ないスライディングシートを選定する必要があります。

マットレスの上にスライディングシートを敷き、直径13cmの鉄球〔7.26kg〕（以下鉄球）を置き、動かすのにどの程度の力が必要かを図る実験をしました。

標準的なマットレスの場合（沈み込み5cm）引っ張ると20N以下の数値ですが、エアマットレスでは45N以上の数値になるため、マットレスの環境に合わせて摩擦抵抗の少ないスライディングシートを選定する必要があります。また、床ずれ防止用具（沈み込み6cm）に鉄球を置きスライディングシートを利用した摩擦抵抗30N程度となり通常とのマットレスとの違いは10N程度変化します。しかし、ウレタンにカッティングを施し身体が引っ掛かりにくいようにした商品などは、摩擦の抵抗を減らす効果のあり標準的なマットレスと殆ど変化のない商品も存在します。【1N = 0.98kgf】



6. その他の摩擦軽減を利用した福祉用具の例

シーツタイプの体位支援材

・スライディングシーツ

発汗のしやすさや転落防止を考慮しスライディングシーツの敷きっぱなしは難しいが、移動介助の頻度が高い場合やご本人がもそもそ動くことができる場合、スライディングシーツを使用します。動きの方向が左右二方向のものと上下左右四方向のものがあります。

・スライディングシーツ（リフトと併用するもの）

身体の高い方、筋緊張の高い方、痛みや過敏により身体に直接触れる介助が難しい場合、リフトを併用し寝返りの介助を可能にします。

海外製品の中には、下のシートが三分割されていて部分的に滑らない場所を作ることができるものもあります。

起き上がり動作ができる方などに利用する場合には、転落など安全に利用できるか確認してから利用することが重要です。



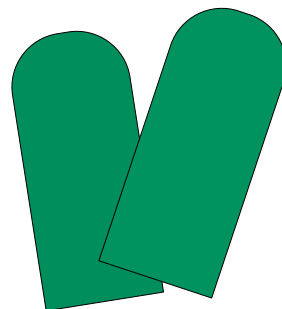
把手のついたシーツタイプ

スライディンググローブ

ポジショニング後の圧抜きや頭部の枕位置の修正など細かな介助の際に利用することができます。ベッド側方への移乗などにも利用できますが、その際に腰を大きく曲げてしまわないよう注意が必要です。

平行移動に使用する場合は重さのかかっている場所の下に手が入っていることを確認し、手首や指を曲げず水平に体重移動しながら介助します。

利用者の腕にはめて着替えの場面で使用することもできます。



スライディングボード

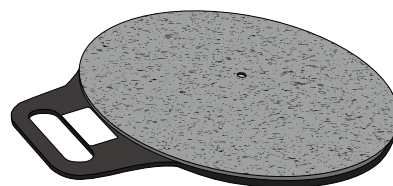
ベッドから車椅子や車椅子からカーシートまでの移乗時などに利用できます。座位は保てるが立ち上がりができない利用者がお尻を滑らせて座位のまま移乗を行えます。臀部が少し上がるような方でも利用をすることで少しずつお尻をずらして利用することもでき、機能訓練にも利用されています。

サイズの大きな物などはベッドかストレッチャーへの移乗などにも利用ができ、シートを巻いて摩擦をさらに軽減できるようにした商品もあります。



回転盤

移乗時に足底を乗せることで回転盤が回り足底を離さず移乗を行えるため、利用者が足を動かさず回転が行えます。立位で利用する際は動作が早くならないよう注意が必要であるとともにしっかりと立位が自立している必要があるため、座位移乗の補助に利用することが多いです。カーシートなどで利用できる柔らかいタイプもあるので用途に合わせて選択すると良いでしょう。



第2章 福祉用具の感染症対策

1. 福祉用具の点検

1. 点検する目的と意味

点検することの目的は、使用時の事故を事前に防止し利用者を守り、安心・安全・安楽な介護サービスの提供につなげることです。したがって、福祉用具の使用は、利用者と支援者双方にとって有益な用具でなければなりません。

点検とは誤りや不良箇所など悪いところがないか、一か所一か所を検査することです。日常生活においても、自分が使用するものがしっかり作動するか、汚れていないかなど無意識のうちに点検していると思います。福祉用具も同じです。

例えば、飲食店で食事をする際、出てくる料理の食器が汚れていたり、割れていたらどのように感じるでしょうか。きっと良い思いはしないと思います。病院、施設はサービス業（医療・介護というサービス）であるから同じことがいえます。動きが不安定や汚れている福祉用具を使用することで、利用者が心から満足することはないと思います。

また、点検と同じく大切なことは管理です。点検した福祉用具を、いつ、どこで、何を管理したか不明だと、次回点検する際の参考にならず煩雑になる可能性があります。

では、そうならないためには、実際にどのように点検し管理すればよいのか説明します。

2. 実際の点検方法と管理

1) 福祉用具の点検方法

各福祉用具の点検の詳細の多くは、「福祉用具シリーズ Vol20、福祉用具利用施設で必要な保守・管理」を参照していただければ理解できます（下記 QR コード）。



ここでは、スライディングシートに関して述べていきます。

2) スライディングシートの点検

スライディングシートを点検するにあたって大切なことは、滑りやすさとほつれ・破れの確認です。

《滑りやすさ》

滑りやすさは、利用者と接地面の摩擦力を減少させ、支援者は小さな力で安全に利用者を移動することができます。また、利用者の皮膚にも配慮できます。逆に、摩擦力が大きい（滑りにくい）と、移動に大きな力が必要となり支援者の身体負担が増してしまうことや、利用者の皮膚にもダメージを与えてしまう危険性があります。

点検方法は、

①コーティングの状態

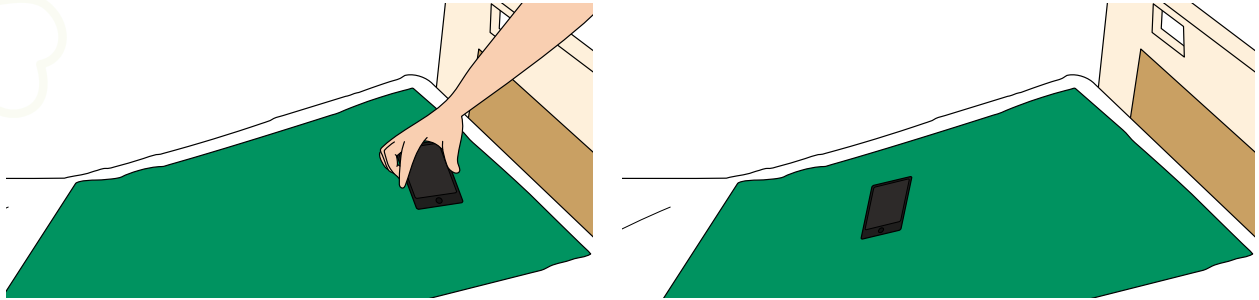
使用頻度が高くなるとパリパリ感がなくなってきます。

②シート上の模様や文字の濃さ

使用頻度が高くなると模様の文字が薄くなります。

③滑りやすさの簡易チェック

高価な測定機器を用いなくても簡単にシートの劣化を可視化（見てわかる）する方法を紹介します。ベッドの頭部を10度ギャッジアップしスライディングシートを敷きます。そこに、スマートフォンを置き滑走させます。判定はスマートフォンの滑り出し開始位置から停止位置までの時間を計測します。滑りやすいスライディングシートは、シート自体がロールタイプに円滑に回転するか、布同士が滑り（1枚タイプ）早く停止位置まで到達します。



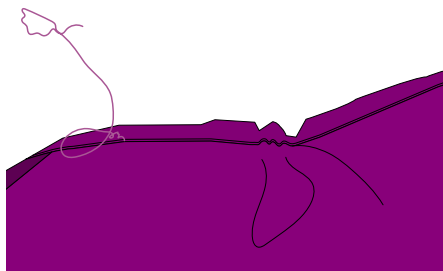
スライディングシートの滑走性簡易チェック法

④交換時期の目安

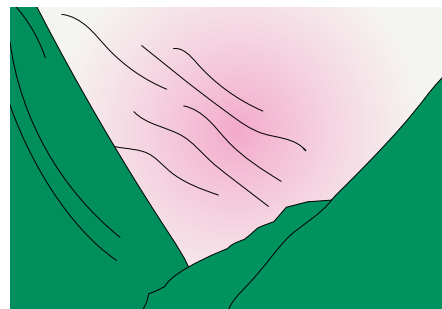
ロールタイプになっているスライディングシートが回転して滑らない場合や、1枚タイプのスライディングシートを重ねて布同士が滑らない場合は、摩擦力が低下しているため、交換のタイミングの目安としてください。滑らなくなったスライディングシートは廃棄レベルの見本として共有しましょう。

《ほつれや破れ》

ほつれや破れは、シートを力任せに抜き取る際に、シートが過度に伸ばされることによって起こります。シートの寿命を縮めてしまうため、正しい抜き方を実施してください。点検方法は目視にて確認します（光にあてる事で破れ箇所を見つけやすい）。



ほつれ



破れ

3) 管理場所・方法および管理台帳について

点検を行った後は、どのように管理していくかが大切です。施設での実際の管理場所や方法と管理台帳を例示します。

①管理場所・方法

管理場所は、各フロアやユニット、グループ全てで統一できることが望ましいですが、全てで統一が難しい場合は、各フロアやユニット、グループ単位で統一しておくといいますが、何より使用する場所に近いくことが大切です。

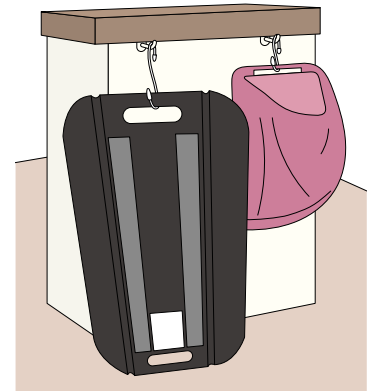
スライディングシートは滑りやすく、移動、移乗介助には大変便利な用具です。しかし、滑りやすいという特性から安定していない場所へ保管すると危険も生じます。例えば、介護ベッドのサイドレールに

掛けて保管した場合、滑り落ち床へ落下します。利用者や介護者が誤って踏んでしまい、転倒する可能性も考えられます。安心・安全のための用具管理を考え保管場所を決めましょう。

実際に福祉用具の管理例をいくつか紹介します。

i) スライディングボード、スライディングシートの管理場所の例

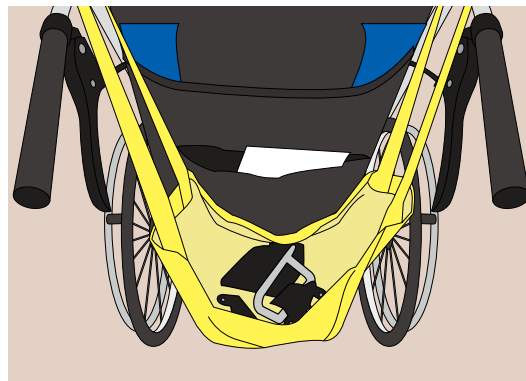
使用する利用者の居室内の床頭台などにフックとバッグ（低価格のもので十分）で管理します。施設で統一することで、どこに何があるか一目でわかり、探す手間も省けます。



ボード・シートの保管

ii) 車椅子フットサポートの管理場所の例

車椅子の後方にバッグを取り付け（グリップにかける）収納します。フットサポートが居室の床に散乱していると、つまづく危険性や見栄えも悪くなります。籠などに置いておくのもよいです。



フットサポート収納バッグ

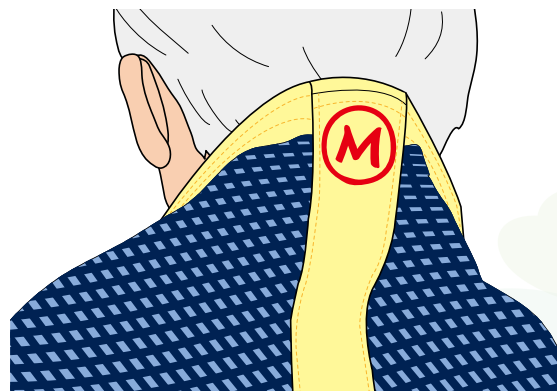
iii) リフト吊り具の管理の例

使用する利用者の居室入口にバッグを設置し収納します。吊り具の枚数が不足し共有して使用する場合は、フロアの所定の位置に設置して管理します。

サイズの表記は、わかりやすい位置に油性マジックなどで記入しておけば、サイズの違いによる事故の防止につながります。



吊り具収納バッグ



吊り具サイズ表示

②管理シート、台帳の作成(表1、2)

目視(汚染、ほつれ、臭い)、使用感(滑るか、引っ掛かりはないか)など使用前に必ず点検を行います。また、洗濯(洗浄)後は用具に変化がないか、従来どおり正常に滑るか確認します。日々の点検には用具点検シート(表1)を使い、点検記録をつけておくことも大切です。用具点検シートを確認することで廃棄基準の参考にもなります。また、管理している福祉用具は管理台帳(表2)を作成し管理しておくことで、誰でも福祉用具の状態や所在を把握することができます。点検した時期や在庫数、管理番号、購入日、修理の進捗状況などが一目でわかる管理台帳(表3)を作成しておけば、現在の福祉用具の状態を把握することができます。スライディングシートは使用期限を記載しておくことで交換時期の目安にもなります。

表1. 点検シート

用具点検シート		R〇年 〇〇月 〇〇日 実施				
管理NO	購入年月日	滑り	外観色.しわなど	汚れ	ほつれ	臭い
A001	2019/12/21	正常・異常	正常・異常	あり・なし	あり・なし	あり・なし
A002	2020/3/30	正常・異常	正常・異常	あり・なし	あり・なし	あり・なし
A003	2021/6/7	正常・異常	正常・異常	あり・なし	あり・なし	あり・なし
・		正常・異常	正常・異常	あり・なし	あり・なし	あり・なし
・		正常・異常	正常・異常	あり・なし	あり・なし	あり・なし
B001	2019/12/21	正常・異常	正常・異常	あり・なし	あり・なし	あり・なし

表2. 福祉用具状態管理表の例

福祉用具状態(故障・破損)管理表							2021/04/1更新	
発生日	完了日	抹消日	対応	品目	メーカー	品質又は品番・タイプ・サイズ等	配置先	部分
2019/4/22	2019/4/24		交換	リフト	A	床走行式リフト	ユニット1	本体
2019/5/15		2019/5/15	破棄	スライディングボード	B	スライディングボード	ユニット2	ハンガーフック
2019/11/1	2019/11/12		修理	リフト	C	床走行式リフト	ユニット3	フレーム
2020/1/27	2020/6/11		修理	リフト	D	スタンディングリフト	グループ1	キャスターカバー
2020/3/13	2020/3/23		修理	リフト	E	床走行式リフト	ユニット3	バッテリー
2020/3/14	2020/3/		交換	リフト	F	床走行式リフト	グループ3	充電器
2020/4/27	2020/6/11		交換	リフト	G	スタンディングリフト	グループ2	コード
2020/3/8	2020/6/11		修理	リフト	B	床走行式リフト円弧タイプ	グループ1	ハンガーフック
2020/7/26	2020/7/31		修理	リフト	A	床走行式リフト		

表3. 福祉用具納入管理表の例

福祉用具納入管理表						2021/06/5更新	
納入日	品目	メーカー	品名又は品番・タイプ・サイズ等	配置先	使用期限		
2016/7/19	スライディングボード	A	スライディングボード	ユニット2			
2017/2/1	リフト	B	床走行式リフトB社	グループ1			
2017/2/1	スライディングシート	C	スライディングシート	ユニット3	2018/2/1		
2017/8/29	歩行者	D	歩行車D社	グループ2			
2017/8/29	ストレッチャー	E	スリレッチャーA社	ユニット1			
2017/10/17	スライディングシート	F	スライディングシート	ユニット2	2018/10/17		
2017/10/17	車椅子	G	モジュール型車椅子C社	グループ1			

(注) メーカー名やユニット名は冊子用に編集してありますが、実際には、正式名称を記載します。

2. 消毒方法

1. 消毒液の種類

消毒は良かれと思い、ただやみくもに実施しても、逆に福祉用具の変色や消耗を早めてしまう可能性があります。素材ごとにどのような成分、方法で消毒するかを事前に確認しておく必要があります。

消毒に使用する代表的なものとしては、アルコール、次亜塩素酸水、次亜塩素酸ナトリウムがあります。どの消毒液を使用するか判断基準は消毒する用具の材質によります。

例えば、次亜塩素酸ナトリウムは鉄などが錆びることもあるため、拭き取りを必ず行い、グリップ等のゴム製品には劣化を早めるため使用しないようにします。アルコールはウレタン塗装以外の塗装部に使うと劣化を早め、アクリルなどは変色してしまいます。また、濡れた部位では濃度が薄まり効果が低下してしまいます。次亜塩素酸水は汎用性がありますが使用期限が短いのも特徴です。

このように、各消毒液の特性を理解して実施することで、福祉用具の寿命を延ばすことができます。以下に基本的な消毒耐性の一覧を例示します。(表4)

ただし、同じ福祉用具でもメーカーによって消毒耐性に違いがあるため、確認が必要です。

表 4. 消毒耐性の例

		アルコール	次亜塩素酸水	次亜塩素酸ナトリウム※2
車椅子	介助用ハンドル	○	○	△
	ブレーキ	○	○	△
	ハンドリム	○	○	△
	アームサポート	○	○	△
	シート	○	○	×
	バックサポート	○	○	×
ベッド	フットボード	○	○	△
	サイドレール	○	○	△
	リモコン※1	△	△	△
スライディングシート		○	○	×
リフト本体	グリップ(持ち手)	○	○	△
	ハンガー	○	○	△
	リモコン※1	△	△	△
リフトスリング		○	○	×

※1基盤部に水分が侵入しないように注意する。 ※2消毒後濡れタオル等で拭き取り必要(△)。

これらの代表的な消毒液以外にも家庭用洗剤に含まれる界面活性剤でも消毒が可能です。しかし、使用にあたっての注意点が多く(手指や皮膚に使用しない、スプレーボトルでの噴霧はしない、プラスチックの場合はすぐに拭き取るなど)、消毒後に水拭きも必要です。実施する場合は使用できるか確認する必要があります。

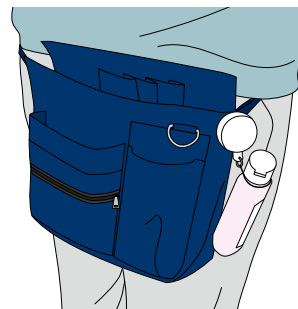
2. 実際の消毒方法

・消毒と洗濯の違い

消毒とは、広義(広い意味)では人体に有害な物質を除去または無害化することであり、狭義(狭い意味)では病原微生物を殺すこと、または、病原微生物の能力を減退させ病原性をなくすことです。一方、洗濯とは汚れた衣服などを洗ってきれいにする事です。したがって、使用後の感染防止には消毒、汚れについては洗濯をします。

1) 消毒頻度

介護者が操作するグリップ（車椅子、リフトなど）、リモコン（ベッド、リフト）、ベッドの柵やフレーム（マットレスより上）は、多くの支援者が接触するためクロス感染を起こしやすいため、使用する度に消毒が必要です。また、携帯できる手指消毒液を持ち歩き、使用前・後で消毒を行うことも大切です。



携帯用の手指消毒液

2) 洗濯頻度

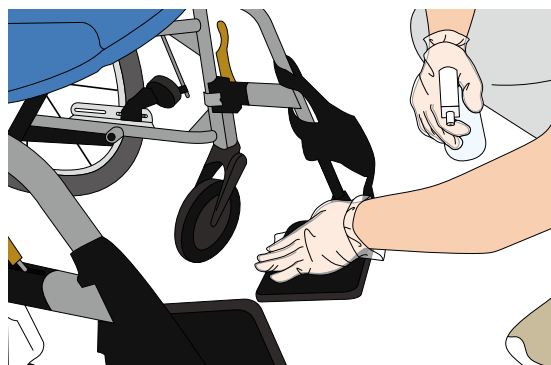
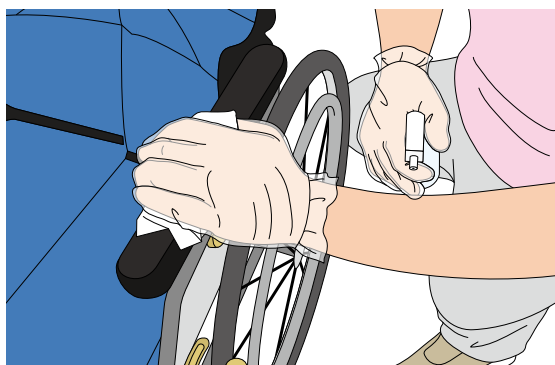
リフト吊り具やシートの汚れは、臭いや製品劣化の原因にもなるため、洗濯が必要です。頻度は1～2週間に1回や、汚れた際に適宜実施するなど職場でルールを設けておくといいです。洗濯している間に使用する替えの在庫を用意できれば、乾くのを待つことなく使用することができます。

3) 各福祉用具の消毒・洗濯の方法

消毒時、使用する消毒剤によっては肌荒れなどを起こす場合があるため、ビニール手袋やマスクなどを装着し自分の身体を保護して行います。

①車椅子（主に消毒）

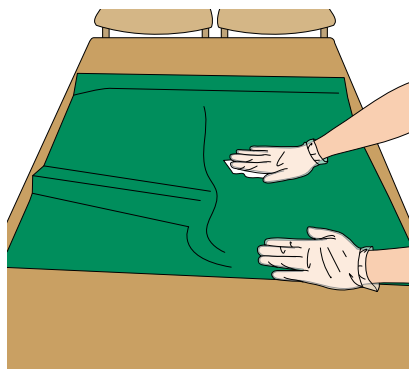
グリップ、アームサポート部、ブレーキ部などにスプレーを噴霧し、ペーパータオルなどで拭き取ります。



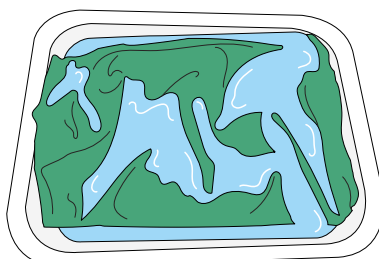
車椅子の消毒

②スライディングシート

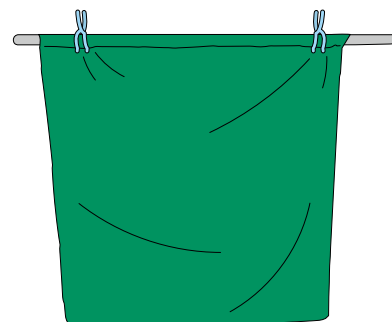
消毒する場合、台の上に広げスプレーを噴霧し、ペーパータオルなどで拭き取ります。汚れが酷い場合は、規定の温度（洗濯表示）に合わせて手洗い（洗濯可能な物は洗濯機）し干します（洗濯表示を確認）。



a:消毒



b:手洗い

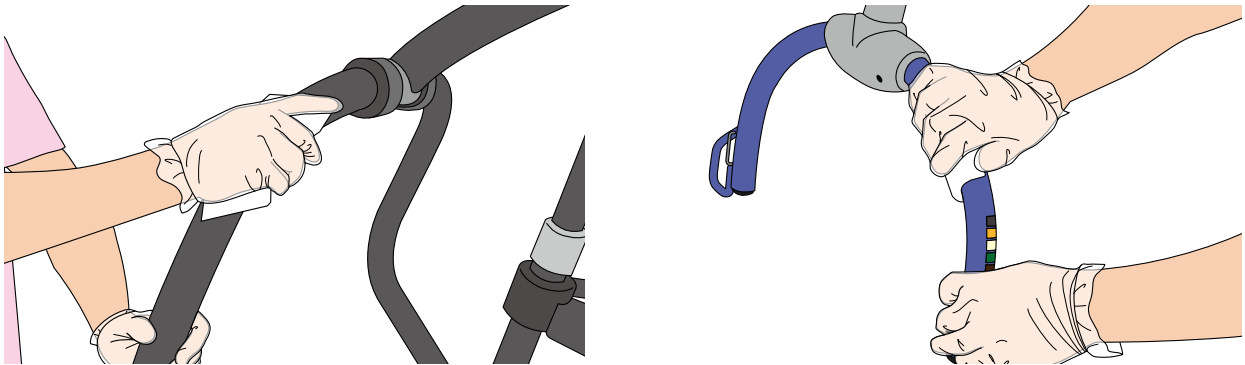


c:乾燥

シートの消毒・洗濯

③リフト

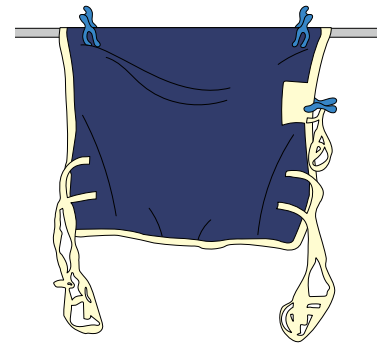
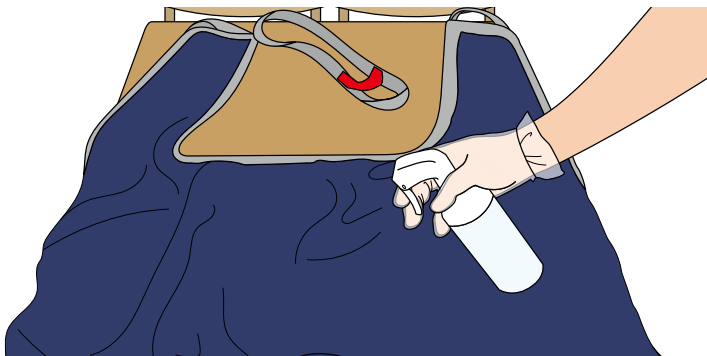
グリップ、ハンガー、リモコンをスプレーを噴霧したペーパータオルなどで拭き取ります。



リフトの消毒

④吊り具（スリング）

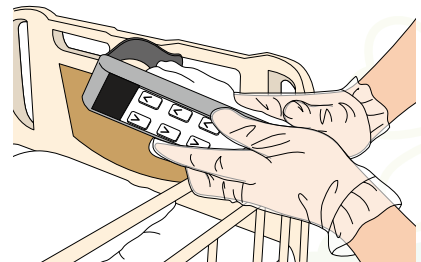
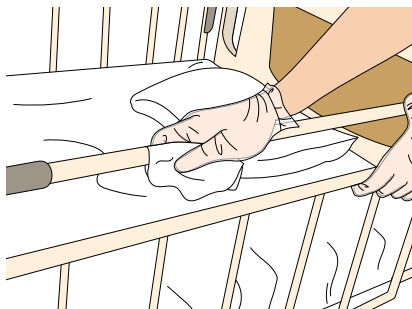
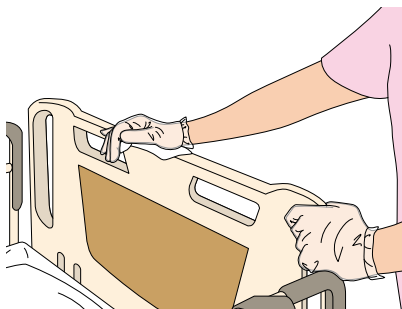
特定の個人用であれば、使用後にスプレーを噴霧して対応します（洗濯可能であれば1～2週間程度で選択する）。複数の利用者に使用する場合は、交差感染の危険性もあるため、吊り具の消毒と同時に支援者も消毒を忘れずに行います。汚れが目立つ場合は、洗濯表示に従いその都度洗濯し干します（洗濯表示を確認）。吊り具に在庫がある場合は、定期的に洗濯を行い交互に使用します。



吊り具の消毒・洗濯・乾燥

⑤ベッド

ヘッド、フットボード部にスプレーを噴霧しペーパータオルなどで拭き取ります。介助バーなどの付属品があればそれも同様に消毒します。



ベッドの消毒

3. 洗濯が必要な福祉用具の方法

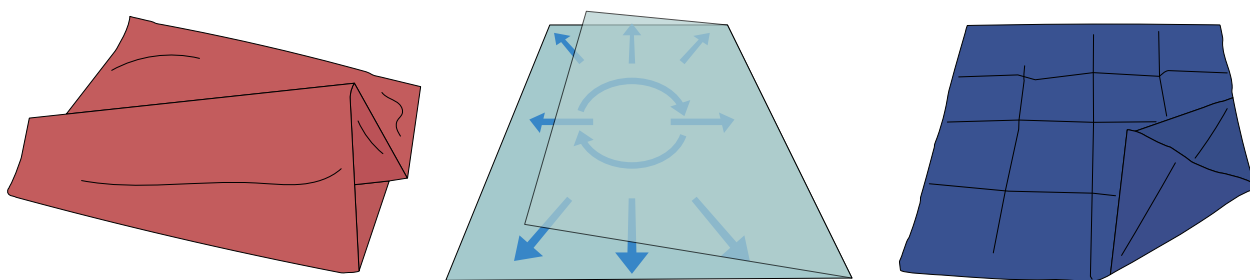
1) 洗濯（洗淨）の必要性

福祉用具の中でも布製品に関してはポリエステル、ナイロンが材質として多く使用されています。ナイロンやポリエステル生地は磨耗、摩擦に強く耐久性に優れた素材のため、特にスライディングシートやスライディングボード等で使われることがあります。生地の表面に特殊な加工を施し、耐久性を上げ、滑りやすく簡単に移動ができるよう加工がされています。洗濯（洗淨）や消毒の実施を考えた場合、布製品の特性として繊維内や折り目、縫い目に汚れが蓄積しますので、清拭だけでは完全に汚れや除染（消毒）をすることはできません。他の福祉用具とは異なり布製品に関しては洗濯（洗淨）を行い、汚れを洗い流してから除染（消毒）を実施することが大切です。

2) 洗濯が必要な福祉用具の種類

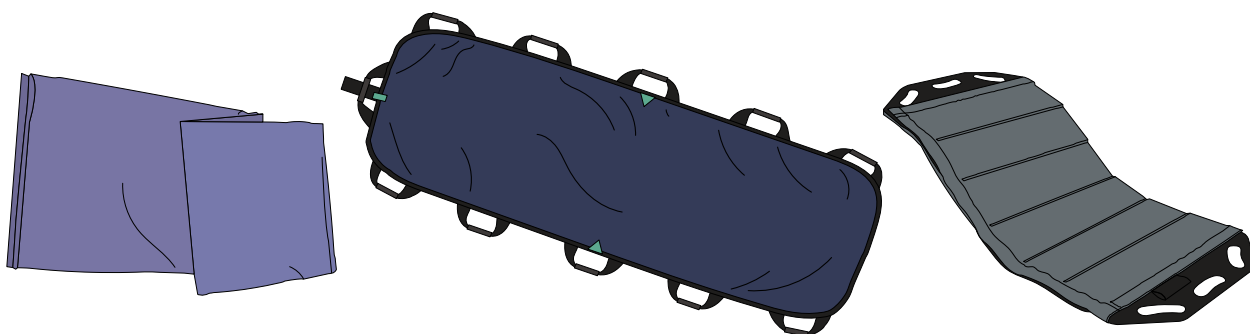
○スライディングシート

体に密着させる福祉用具であり、素材の特徴として軽く、伸縮性があるナイロンが多く使われています。取り扱いが容易で敷くだけで簡単に敷き込みができます。



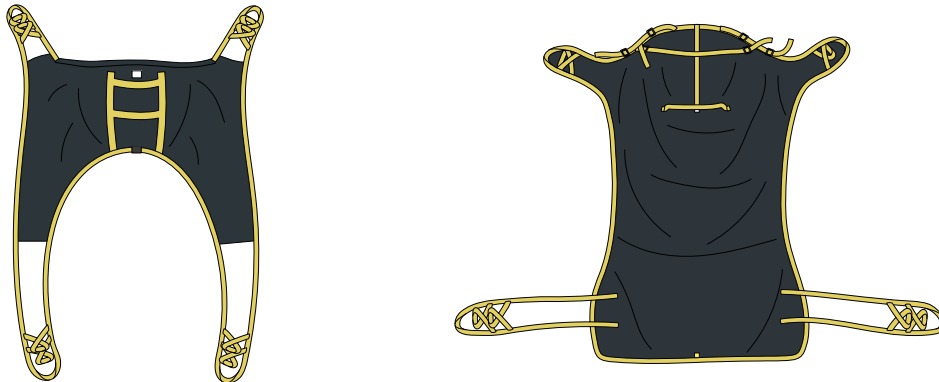
○スライディングボード

身体の下に敷き込み平行移動をするための福祉用具です。そのため介護ベッドや車椅子の凹凸や隙間を埋めるためしっかりした材質が必要です。耐久性に優れたポリエステルが多く使用されています。また、水回りで使用されることも多く水を含んでも摩擦力が減少せず安定した使用ができることも素材の特徴です。



○スリングシート

身体を支え、用具の型崩れや変形をしにくいポリエステル、身体に馴染ませるため伸縮性のあるナイロンがパーツに応じて使用されています。



○シーツタイプの体位変換器（プレベンティブシーツ）

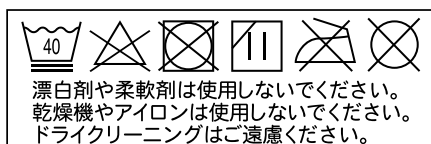
シーツ全体や中央が滑りやすくなっている用具です。滑る部分はポリエステルが使用されています。その他の部分は綿を使用しています。80℃程度までの熱湯に入れ熱殺菌が可能な商品も出ています。



3) 洗濯（洗浄）方法と注意点

ナイロンやポリエステル生地は直射日光や高温に弱い特性を持っているため、取り扱いを間違えると繊維を傷めてしまう可能性があります。必ず洗濯表示を確認しながら、洗濯（洗浄）方法や取り扱いには十分注意をしましょう。

- ・高温注意：繊維が変形ししわの原因
- ・漂白剤、柔軟剤は禁止：表面加工を傷める



- お手入れ方法：
 - ・40℃以下の液温で、洗濯機の弱水流で洗ってください。
 - ・必ず中性洗剤を使用してください。
 - ・形を整えて陰干ししてください。



- 取扱い上の注意：
 - ・滑りやすい素材のため転落転倒の危険があります。
 - ・ご使用の際は必ず介助者が付き添ってください。
 - ・ドライヤーやストーブなど高温のものを近づけないでください。

・洗濯（洗淨）方法



スライディングシート、スリングシート等は洗濯機、ランドリーで必ず洗濯ネットを使用し洗濯（洗淨）してください。洗剤は中性洗剤のみとし、**漂白剤、柔軟剤の使用は特殊な表面加工を劣化**させてしまうため、使用はしないでください。また、40℃以下の液水、弱流水の設定で洗淨してください。ナイロン、ポリエステル素材の特性として高い温水の使用は変形、しわなどの原因になりますので注意をしましょう。

・乾燥方法

陰干しが基本です。材質がナイロン、ポリエステルであるため、直射日光や高温で乾燥をすると変色、変形、しわなど劣化する原因になります。そのため乾燥機やアイロンの使用はしないよう注意しましょう。

4. スライディングシートの問題点（摩擦軽減の低下）

1) スライディングシートの使用頻度と劣化（取扱いの注意点）

介助場面においてスライディングシートを導入し活用する場面が多くみられるようになってきました。しかし、同じスライディングシートを2～3年以上長期使用している例も多くみられます。商品の劣化に気づかず機能が落ちた状態又は安全面に問題を生じた状態で使用しています。布製品の特性として、「用具は劣化し、本来の機能が低下していく」と言うことを意識し、用具には使用期限があることを理解しましょう。劣化を伴う使用については、過度に摩擦が生じる使い方をすると劣化を早めます。特に体重のある方をベッド上における上方移動、ベッド～車椅子やポータブルトイレなどへの移乗などを繰り返すことで摩擦を生じ生地同士が擦れ、繊維の摩耗や表面の特殊加工を剥がし製品劣化を起こします。また、シートを扱う際に力を使って引っ張る、つまむ、指先をシートに食い込ませるなどの行為は繊維や表面の特殊加工を傷め劣化を早めます。シートの敷き込み、抜き取りは利用者を側臥位にして行うことでスムーズかつ安全に行うことができます。側臥位が取れない方でもなるべく摩擦抵抗が低減できるやり方を実践することで、介護者の関節を傷めることも少なく、介護負担の軽減や用具を傷める扱い方も減らせると考えます。



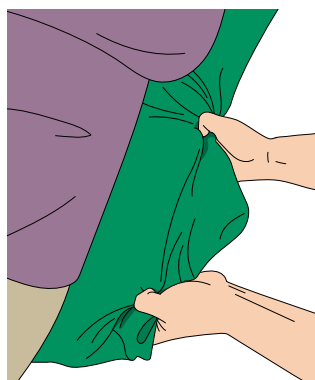
※シートの敷き込み



※シートの抜き取り



※引っ張る



※つまむ、指先をシートに食い込ませる

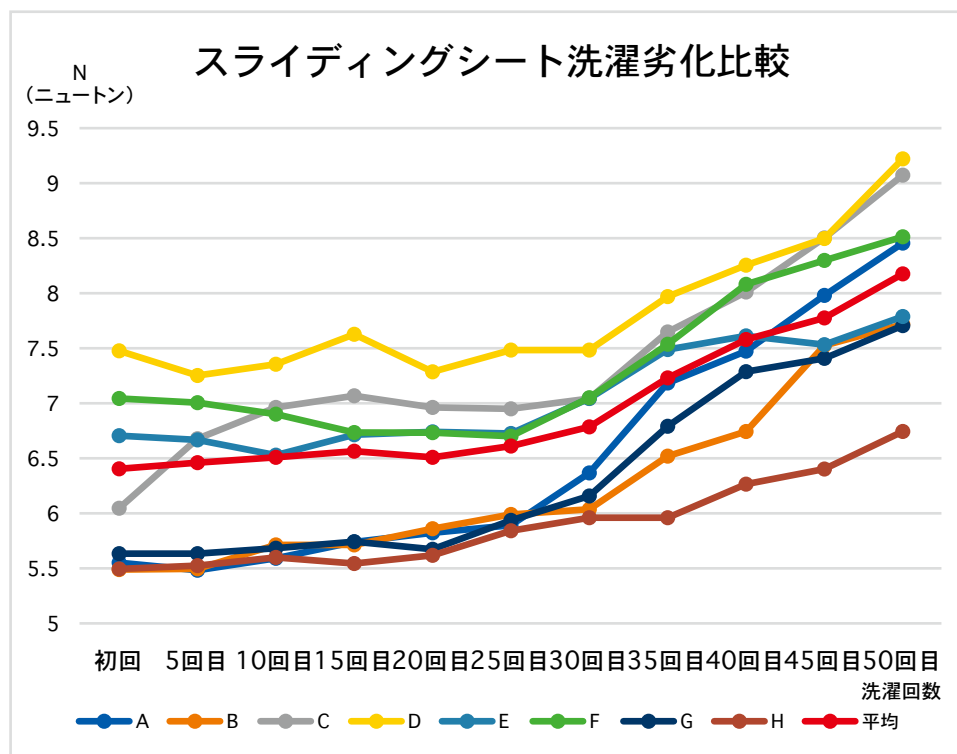
2) スライディングシートの洗濯（洗浄）回数と劣化（8 製品 劣化測定テスト）

2021 年 8 月現在市場で良く購入されているスライディングシートを 8 種類選び、洗濯（洗浄）を 50 回実施する劣化測定テスト（表 1）を行いました。洗濯（洗浄）・乾燥後にスライディングシートをマットレス上に敷き、5kg の重りを乗せ引きずるときの摩擦量（単位 N）をゲージテスターで測定しました。測定結果から、どの製品も概ね 30 回程度洗濯（洗浄）を繰り返すことで摩擦量が顕著に増加し劣化が始まることわかりました。



また、50 回目では新品の平均 22% 摩擦軽減低下がみられました。例えば、洗濯（洗浄）を週 1 回実施したと仮定し、概ね 6 ヶ月～7 ヶ月で製品劣化が顕著に始まり、12 ヶ月後には 2 割強の劣化が進むことが言えます。更に定期的に洗濯（洗浄）を繰り返すことによる製品劣化に加え、実際に使用することによる製品劣化も加わります。それらを考慮するとスライディングシートは長くても 1 年 6 ヶ月程度で使用期限を迎え、廃棄することが望ましいと言えます。摩擦軽減低下を起こしたままで使用し続けることは、利用者への褥瘡リスク、関節拘縮の助長、衣類寝具の乱れなど身体的影響があります。また、介護者への腰痛を始めとした関節の消耗等身体的負担へ影響があると考えられます。用具の使用期限を定め保守管理を徹底し安全な使用を行いましょう。

表 1 摩擦軽減低下測定（洗濯劣化テスト）



「福祉用具の安全とスライディングシートの効果的な使用」 ～腰痛予防や感染対策やメンテナンスなど～

2021年度 福祉用具シリーズ 小冊子作成委員会(50音順・敬称略)

- 伊藤 亮子 理学療法士
- 上田 喜敏 安全なケア研究所 代表 理学療法士
- 武田 英敏 株式会社介護センター花岡 伊那店 店長
福祉用具プランナー管理指導者
- 寺光 鉄雄 一般社団法人全国福祉用具人材育成協会 代表理事
福祉用具プランナー管理指導者
- 平井 俊輔 社会福祉法人喜寿会 七美ことぶき苑 理学療法士
- 依田 学 株式会社仁済 代表取締役
福祉用具プランナー管理指導者

●印:委員長

執筆者(50音順・敬称略)

伊藤 亮子	第1章1～4
上田 喜敏	総論、Column I
武田 英敏	第2章3～4
寺光 鉄雄	本冊子の企画と活用について
平井 俊輔	第2章1～2、Column II
依田 学	第1章5～6、Column III



発行者 **公益財団法人 テクノエイド協会**

〒162-0823 東京都新宿区神楽河岸1-1 セントラルプラザ4階

TEL: 03-3266-6880(代表) FAX: 03-3266-6885

URL <http://www.techno-aids.or.jp>

この情報誌は、全国生活協同組合連合会からの助成金および埼玉県民共済生活協同組合から
社会福祉法人中央共同募金会を通じた助成金で作成しました。

無断転載を禁ず