

**➤ 1時間でわかるADL動作分析**

# 入浴動作を考える①

～跨ぎ動作・シャワー・移動～

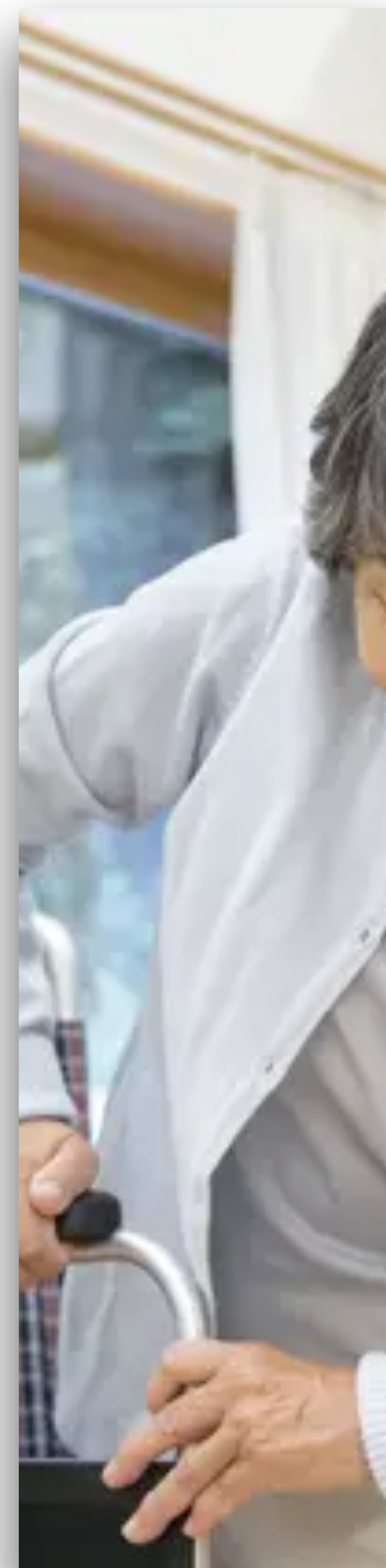
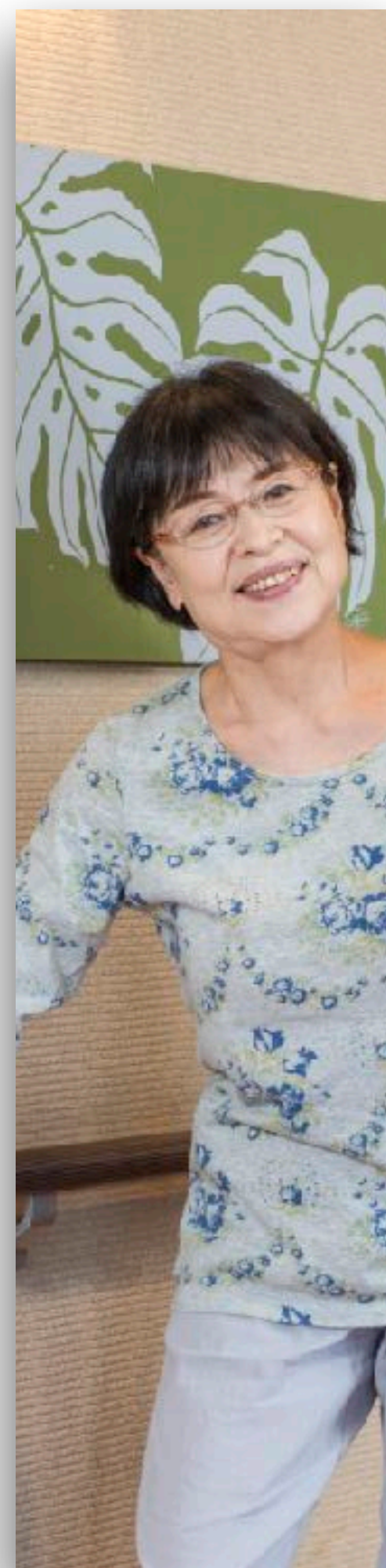
1. 入浴の必要性とは
2. 入浴方法
3. 跨ぎ動作の難易度
4. 臨床での評価の視点

講師：脳外臨床研究会 作業療法士 山本秀一郎



# 入浴はどこに入る？

- ① 座位 ② 食事 ③ 整容 ④ 立ち上がり ⑤ 立位 ⑥ 移乗 ⑦ 歩行 ⑧ トイレ自立 ⑨ 屋外歩行



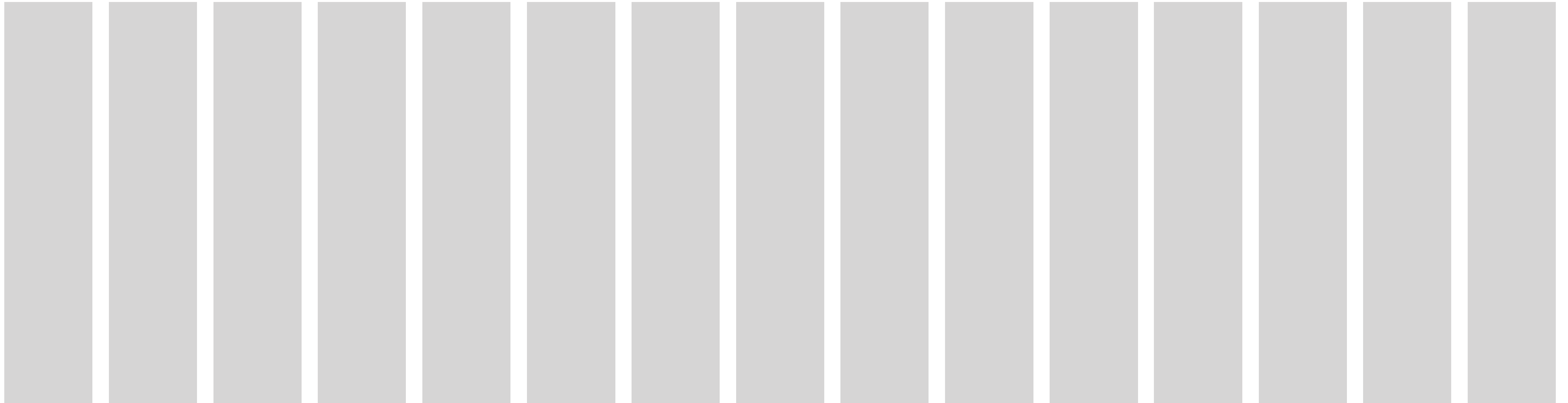
# 何ができると入浴できる？

入浴するために必要な工程とは？何工程あるの？

# 何ができると入浴できる？

入浴するために必要な工程とは？何工程あるの？

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15



# 何ができると入浴できる？

入浴するために必要な工程とは？何工程あるの？

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
移動	脱衣	移動	浴槽のまたぎ	浸かる	出る	浴槽のまたぎ	移動	洗体	洗髪	移動	拭く	着衣	髪を乾かす	移動
歩行	更衣	ら足	跨ぎ	床への着座	床立ち上がり	跨ぎ	ら足	洗体	洗髪	ら足	清拭	更衣	清拭	歩行

# 入浴のための評価



# 入浴のための評価

- ① 歩行
- ② 足歩行(装具・靴なし)
- ③ 更衣 (脱衣・着衣)
- ④ 床への着座
- ⑤ 床からの立ち上がり
- ⑥ 跨ぎ動作
- ⑦ 洗体
- ⑧ 洗髪
- ⑨ 清拭



# 入浴は必要？清拭ではだめ？

入浴の目的とは？





**入浴は必要？清拭ではだめ？**

# 入浴は必要？清拭ではだめ？

衛生状態が保たれず皮膚炎や感染症を引き起こす可能性がある。

# 入浴は必要？清拭ではだめ？

衛生状態が保たれず皮膚炎や感染症を引き起こす可能性がある。

清潔を保つ

清拭

シャワー浴



# シャワー浴になると？

入浴するために必要な工程とは？何工程あるの？

1

移動

歩行

2

脱衣

更衣

3

移動

ら足

4

浴槽のまたぎ

跨ぎ

5

浸かる

床への着座

6

出る

床立ち上がり

7

浴槽のまたぎ

8

移動

9

洗体

洗体

10

洗髪

洗髪

11

移動

12

拭く

清拭

13

着衣

14

髪を乾かす

15

移動

# シャワー浴になると？

入浴するために必要な工程とは？何工程あるの？

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
移動	脱衣	移動	浴槽のまたぎ	浸かる	出る	浴槽のまたぎ	移動	洗体	洗髪	移動	拭く	着衣	髪を乾かす	移動
歩行	更衣	ら足	跨ぎ	床への着座	床立ち上がり			洗体	洗髪		清拭			

# シャワー浴のための評価

- ① 歩行
- ② 足歩行(装具・靴なし)
- ③ 更衣 (脱衣・着衣)
- ④ 床への着座
- ⑤ 床からの立ち上がり
- ⑥ 跨ぎ動作
- ⑦ 洗体
- ⑧ 洗髪
- ⑨ 清拭



# シャワー浴のための評価

- ① 歩行
- ② ら足歩行(装具・靴なし)
- ③ 更衣 (脱衣・着衣)
- ④ 床への着座
- ⑤ 床からの立ち上がり
- ⑥ 跨ぎ動作
- ⑦ 洗体
- ⑧ 洗髪
- ⑨ 清拭



# シャワー浴のための評価

- |                |   |                     |
|----------------|---|---------------------|
| ① 歩行           | → | シャワーチェア・段差の解消（車椅子）  |
| ② ら足歩行(装具・靴なし) |   |                     |
| ③ 更衣（脱衣・着衣）    | → | 座位保持の有無→座位困難（介助・清拭） |
| ④ 床への着座        |   |                     |
| ⑤ 床からの立ち上がり    |   |                     |
| ⑥ 跨ぎ動作         |   |                     |
| ⑦ 洗体           | → | 座位保持の有無→座位困難（介助）    |
| ⑧ 洗髪           | → | 座位保持の有無→座位困難（介助）    |
| ⑨ 清拭           | → | 座位保持の有無→座位困難（介助）    |



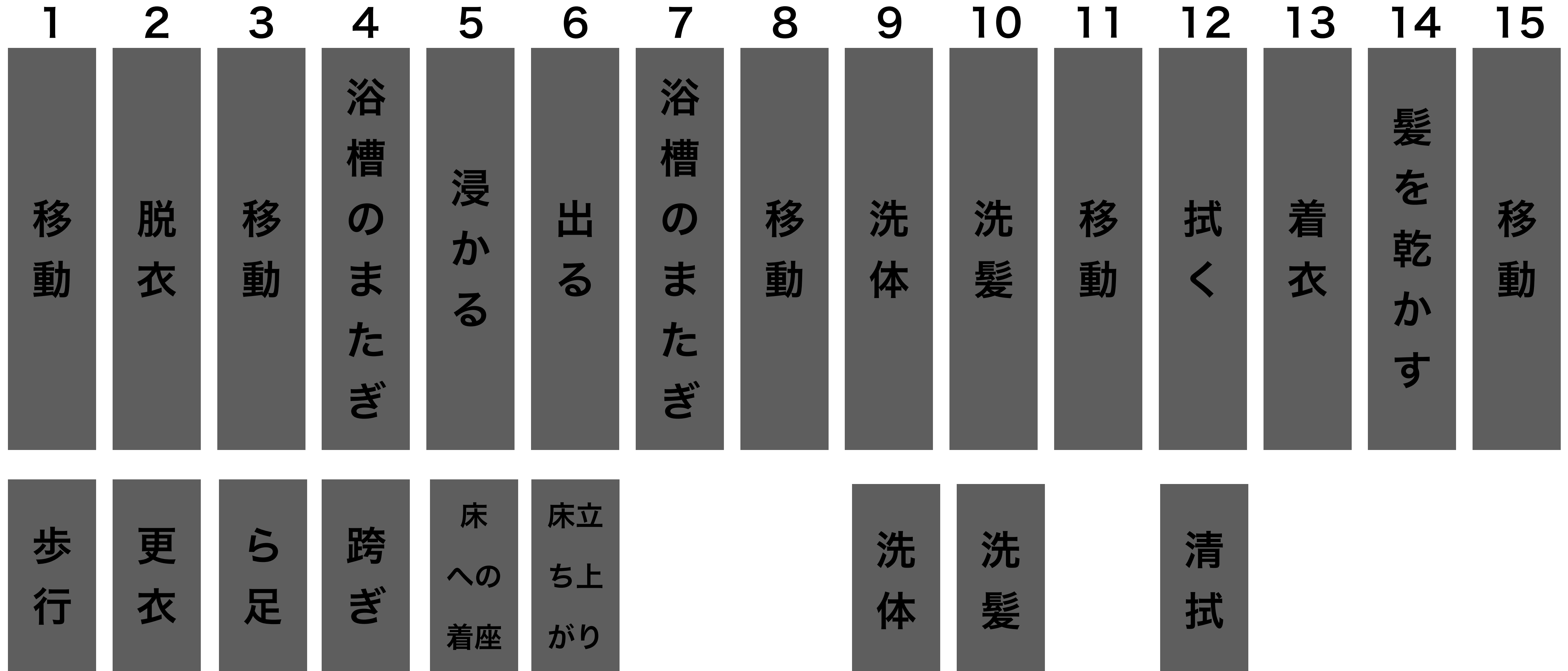
# 清拭になると？

入浴するために必要な工程とは？何工程あるの？

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
移動	脱衣	移動	浴槽のまたぎ	浸かる	出る	浴槽のまたぎ	移動	洗体	洗髪	移動	拭く	着衣	髪を乾かす	移動
歩行	更衣	足	跨ぎ	床への着座	床立ち上がり			洗体	洗髪		清拭			

# 清拭になると？

入浴するために必要な工程とは？何工程あるの？



# 清拭のための評価

- ① 歩行
- ② ら足歩行(装具・靴なし)
- ③ 更衣 (脱衣・着衣)
- ④ 床への着座
- ⑤ 床からの立ち上がり
- ⑥ 跨ぎ動作
- ⑦ 洗体
- ⑧ 洗髪
- ⑨ 清拭



# 清拭のための評価

- ① 歩行
- ② 足歩行(装具・靴なし)
- ③ 更衣 (脱衣・着衣)
- ④ 床への着座
- ⑤ 床からの立ち上がり
- ⑥ 跨ぎ動作
- ⑦ 洗体
- ⑧ 洗髪
- ⑨ 清拭

全介助



# 入浴は必要？清拭ではだめ？

入浴の目的とは？

清潔を保つ

清拭

シャワー浴

くつろぎ

リラックス

入浴

血管の拡張

副交感神経の賦活

# 入浴できるか？

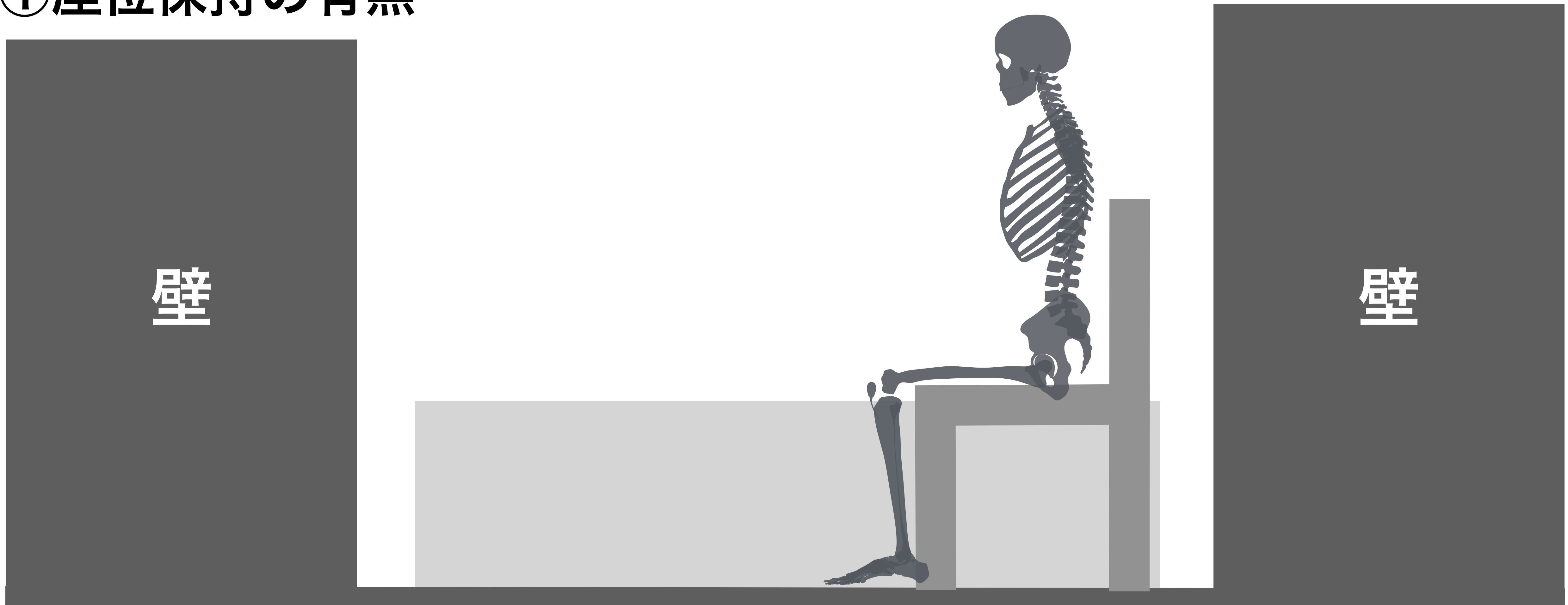
- ① 座位保持の有無
- ② 跨ぎ動作
- ③ 片脚立ち・屈伸・サイドステップ
- ④ 床への着座
- ⑤ 長座位保持
- ⑥ 床からの立ち上がり



**跨ぎができるかチェック**

# 跨ぎができるかチェック

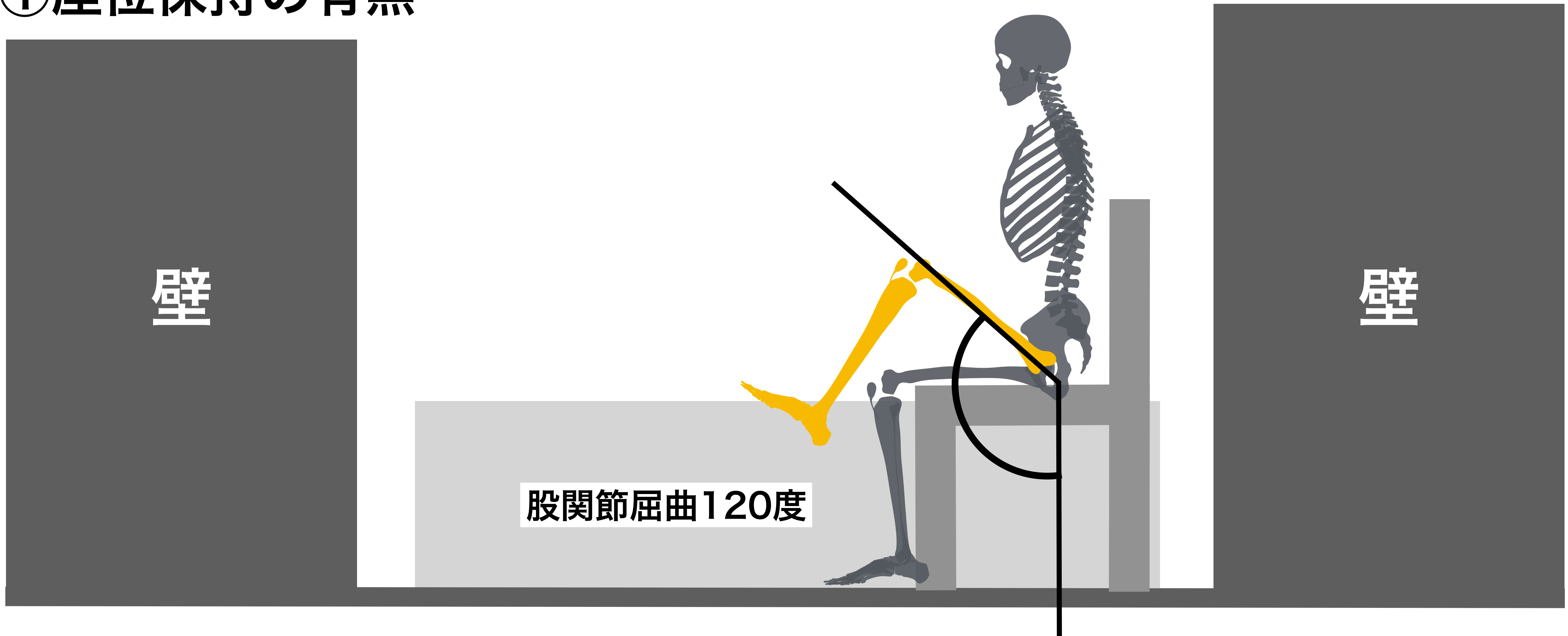
## ①座位保持の有無





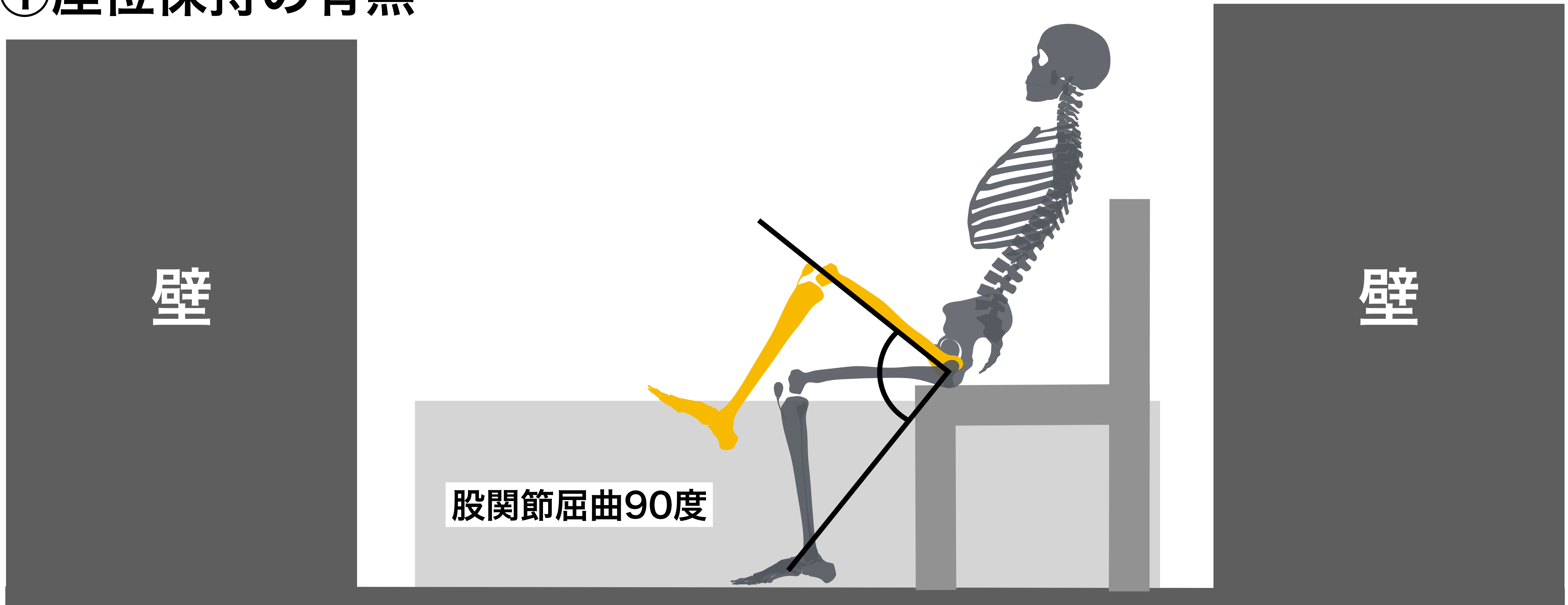
# 跨ぎができるかチェック

## ①座位保持の有無



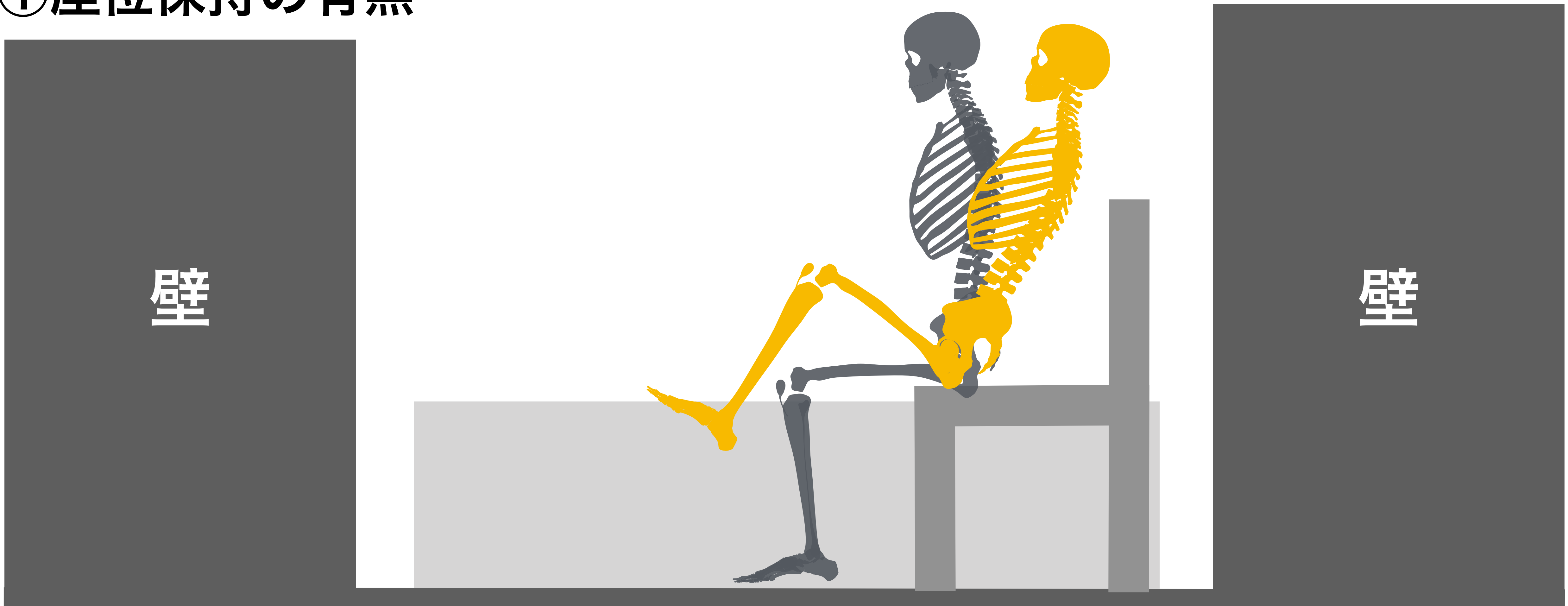
# 跨ぎができるかチェック

## ①座位保持の有無



# 跨ぎができるかチェック

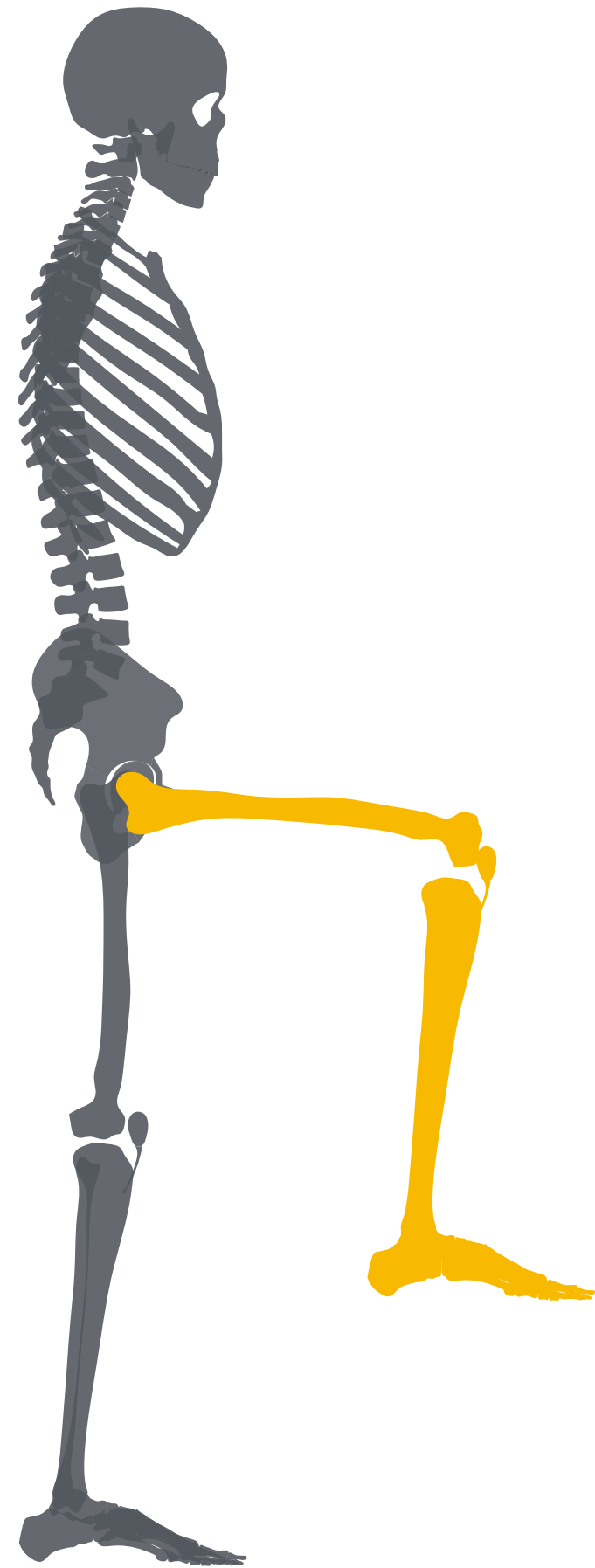
## ①座位保持の有無



# 跨ぎができるかチェック

## ② 跨ぎ動作はどっち？

① 股関節屈曲パターン



② 膝関節屈曲パターン



# 跨ぎができるかチェック

## ② 跨ぎ動作



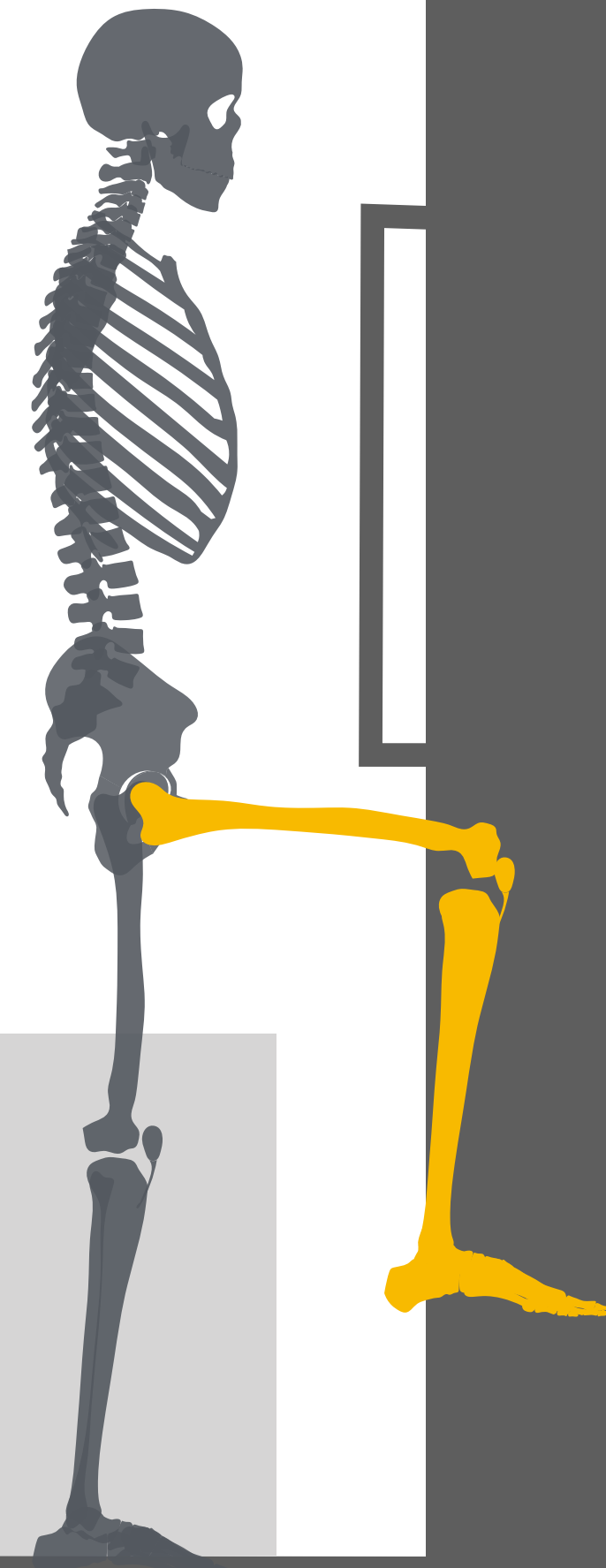
# 跨ぎができるかチェック

## ② 跨ぎ動作

壁

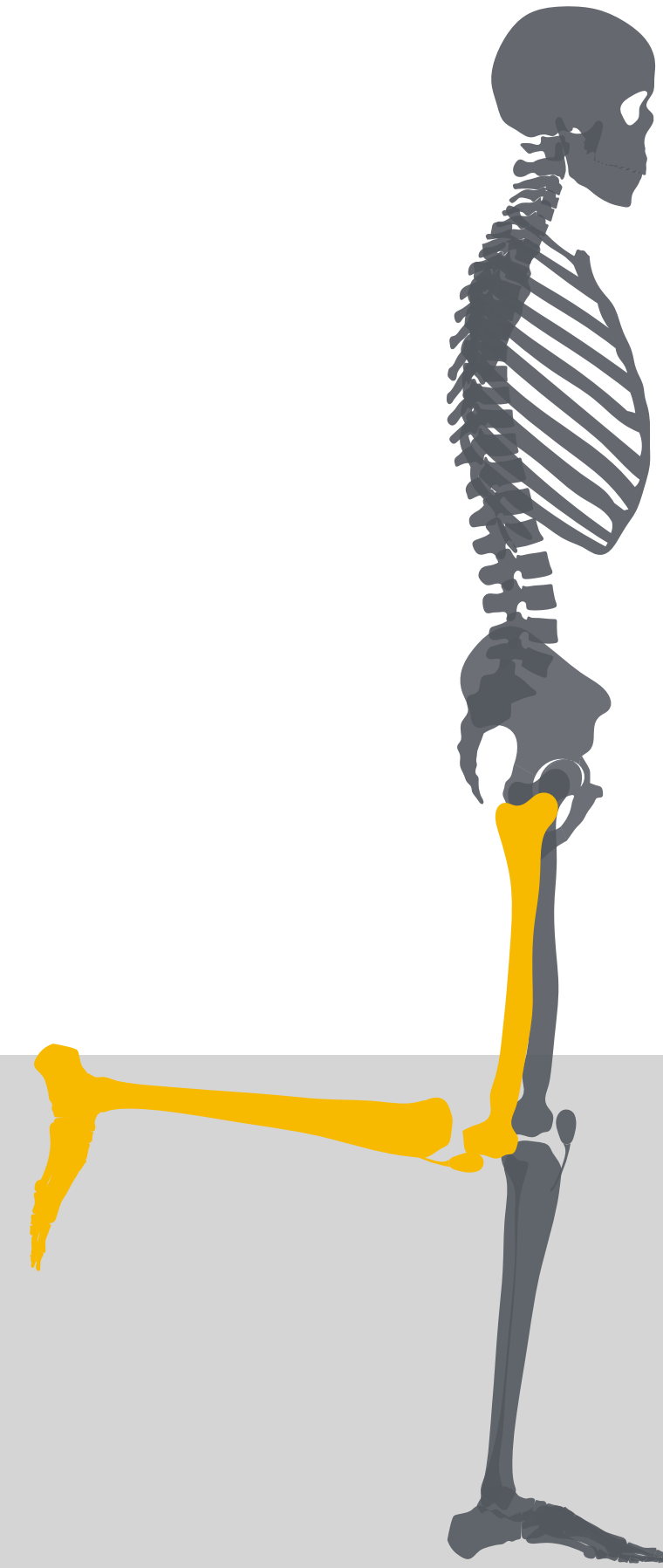


壁



# 跨ぎができるかチェック

壁

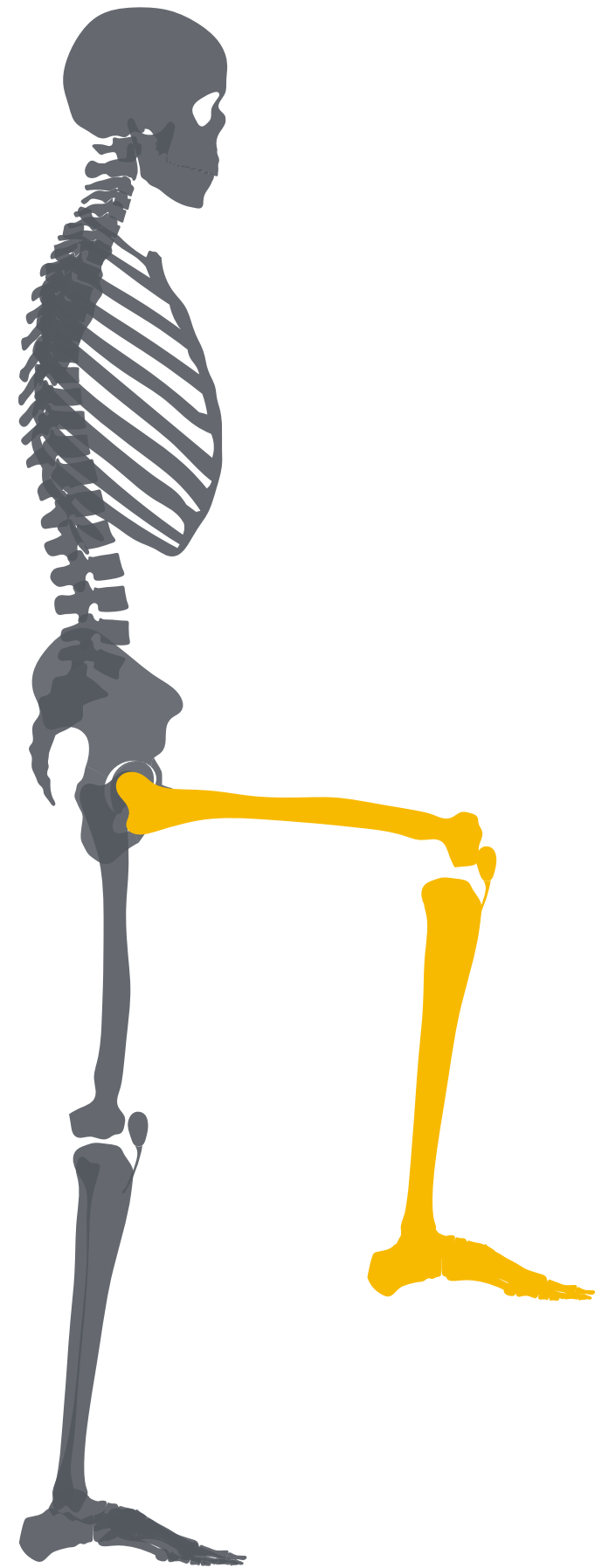


壁

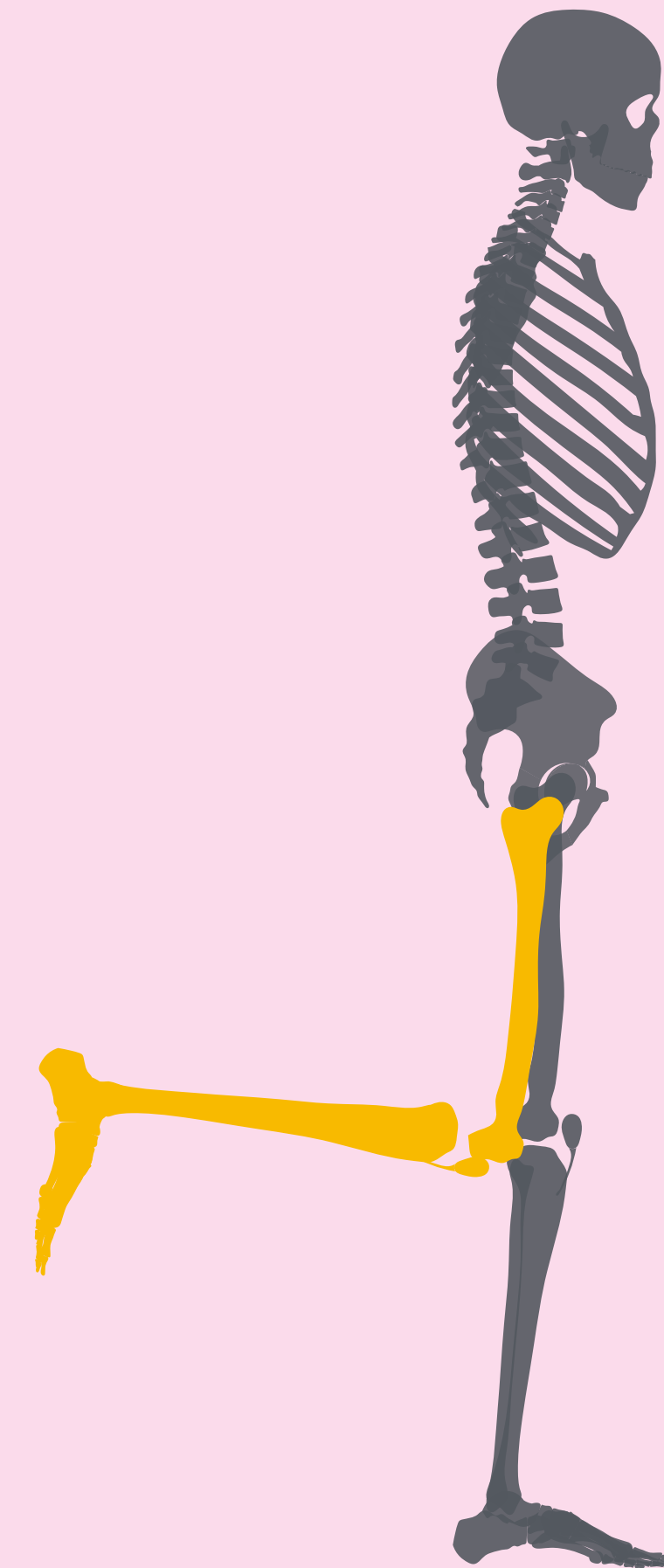
# 跨ぎができるかチェック

## ②跨ぎ動作はどっち？

### ①股関節屈曲パターン



### ②膝関節屈曲パターン

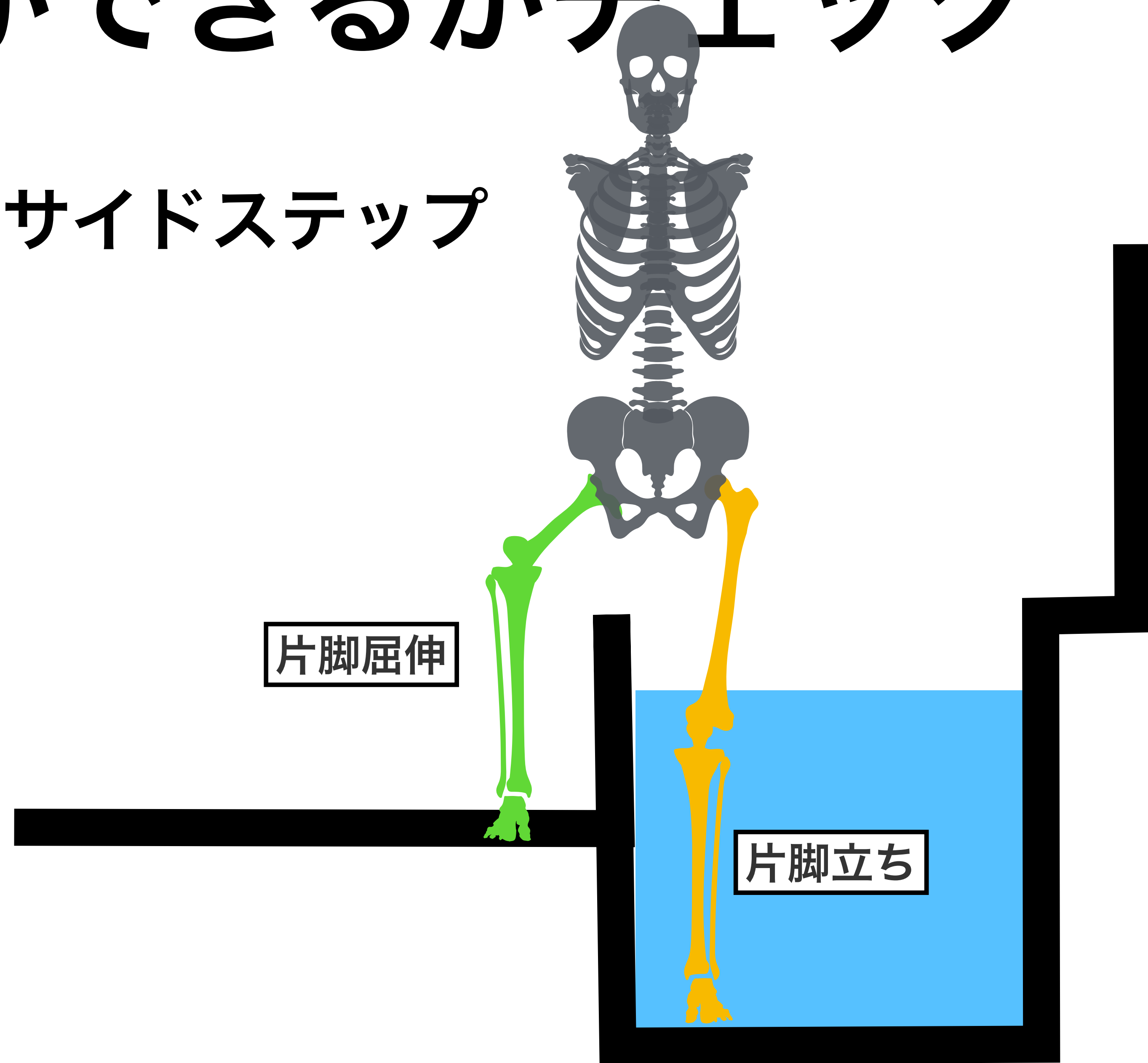


ハムストリングスの  
収縮



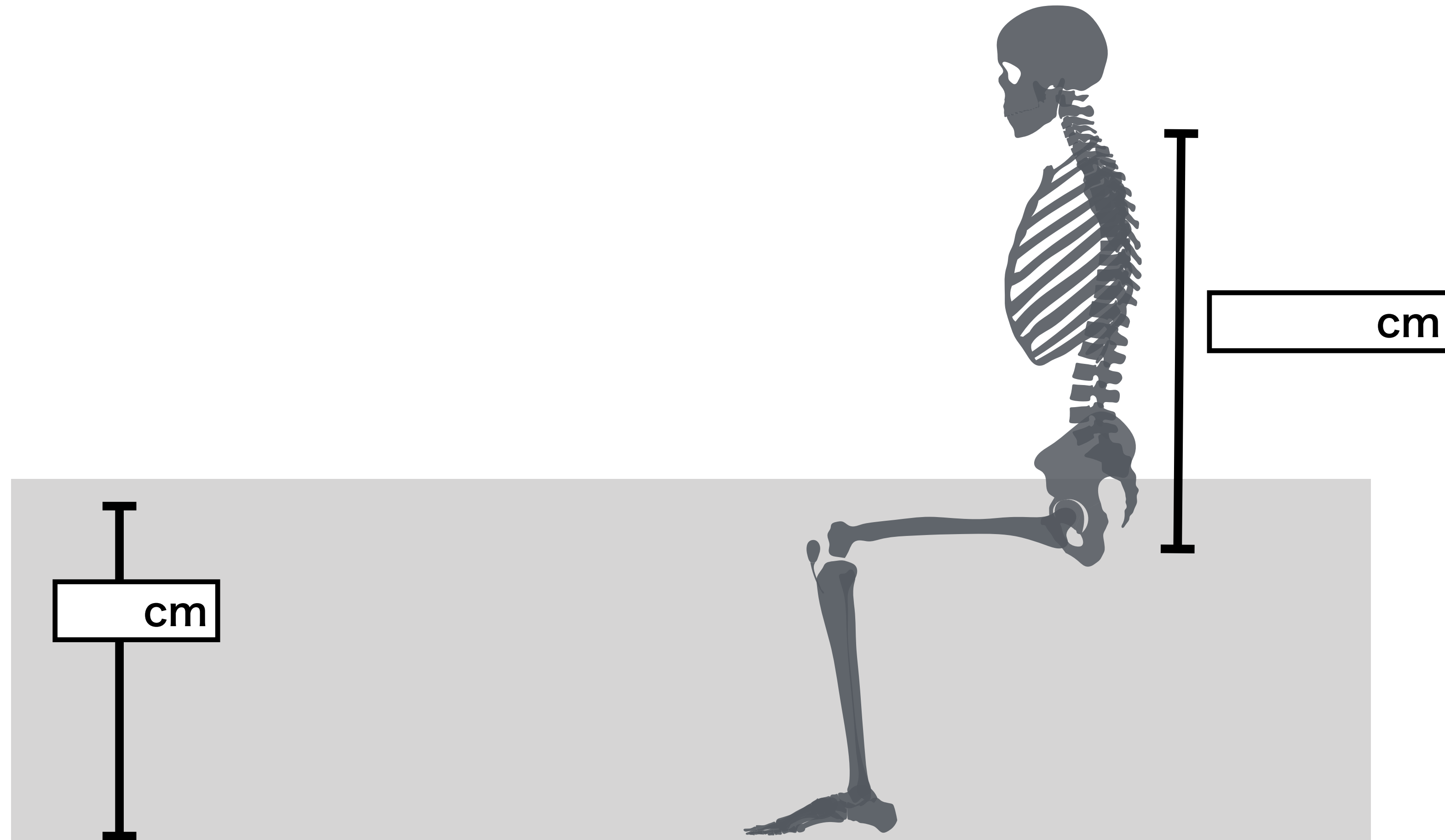
# 跨ぎができるかチェック

## ③片脚立ち・屈伸・サイドステップ



# 入浴できるかチェック

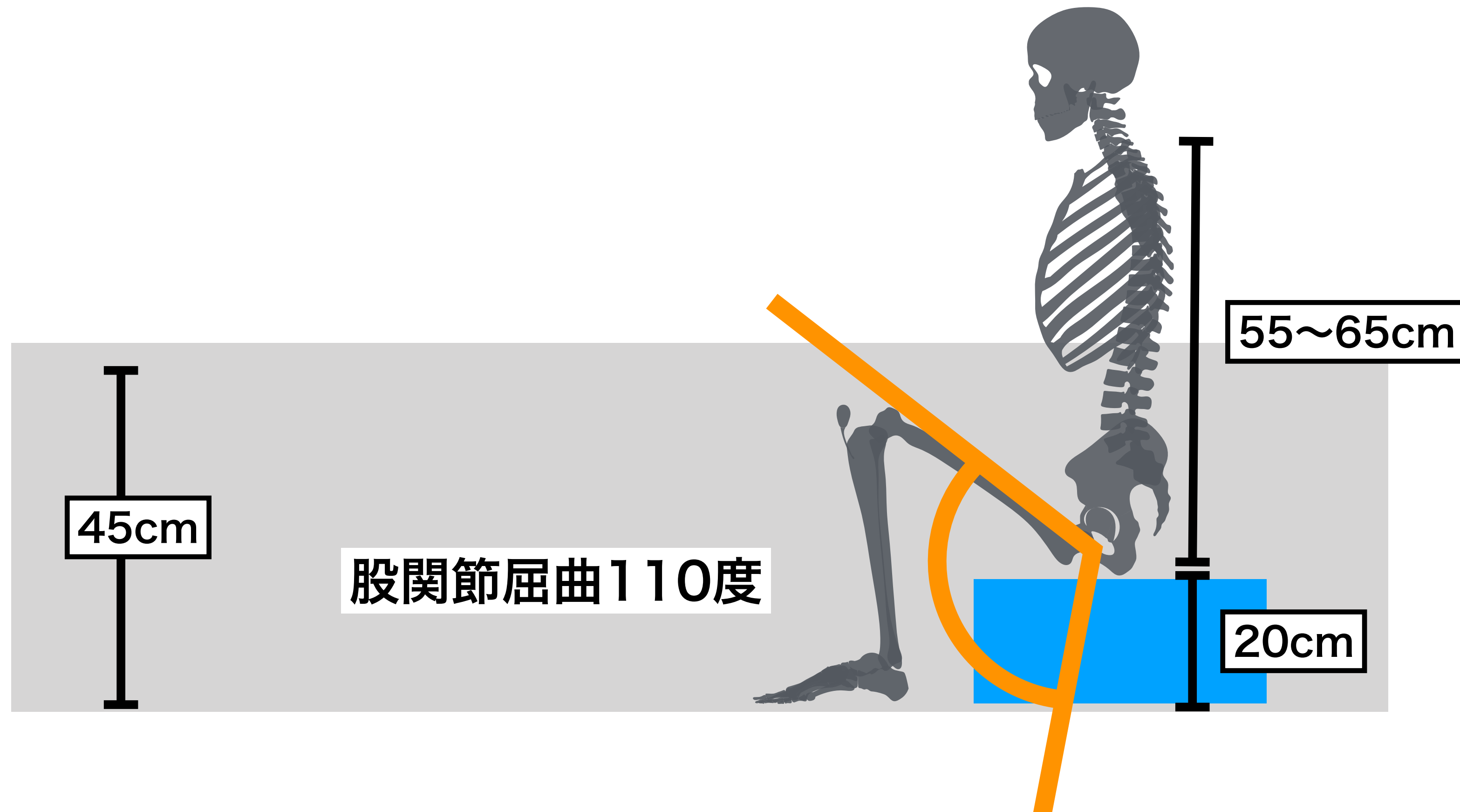
## ④ 床への着座



# 入浴できるかチェック

## ④ 床への着座

和式の浴槽の基本サイズは、深さ60cm、長さが80～120cm程度になります。  
洋式の浴槽の基本サイズは、深さ45cm、長さが120～180cm程度になります。



# 入浴できるかチェック

## ④ 床への着座

和式の浴槽の基本サイズは、深さ60cm、長さが80～120cm程度になります。  
洋式の浴槽の基本サイズは、深さ45cm、長さが120～180cm程度になります。



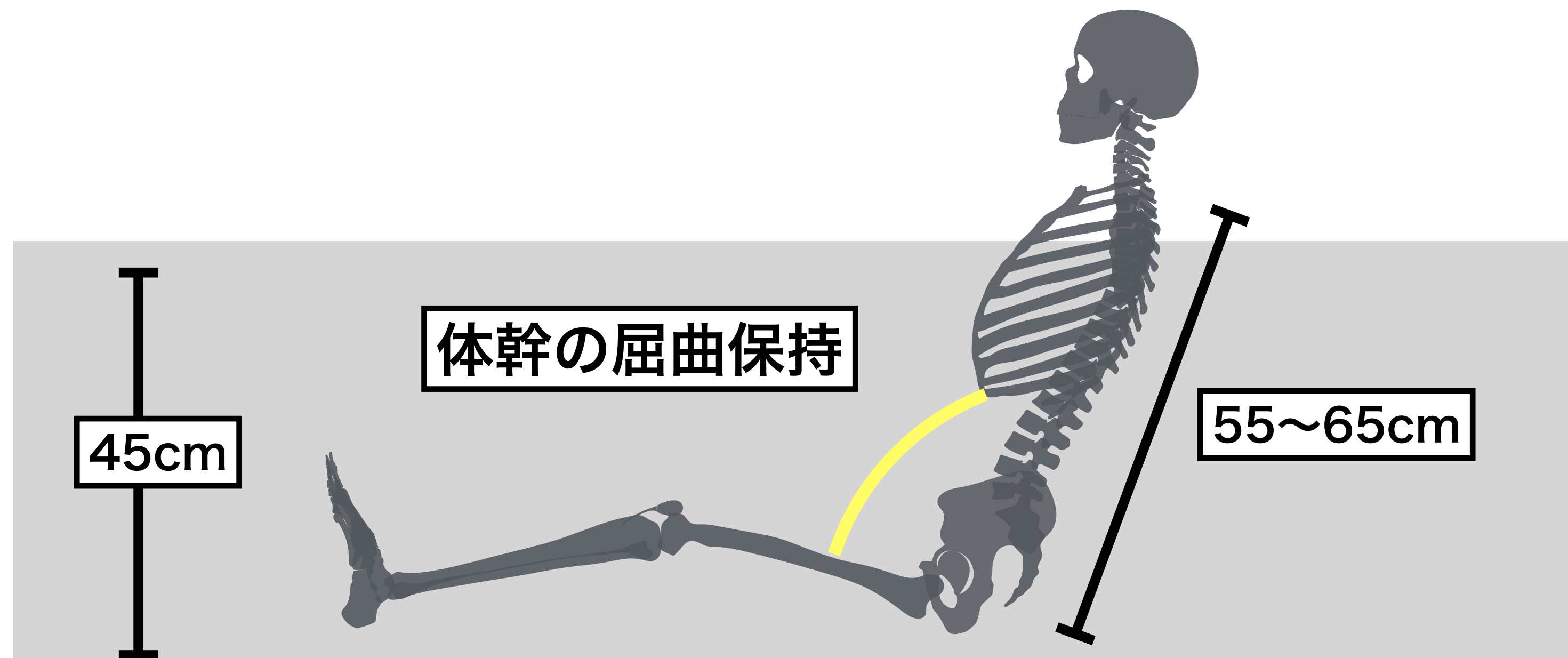
# 入浴できるかチェック

## ④ 床への着座

和式の浴槽の基本サイズは、深さ60cm、長さが80~120cm程度になります。

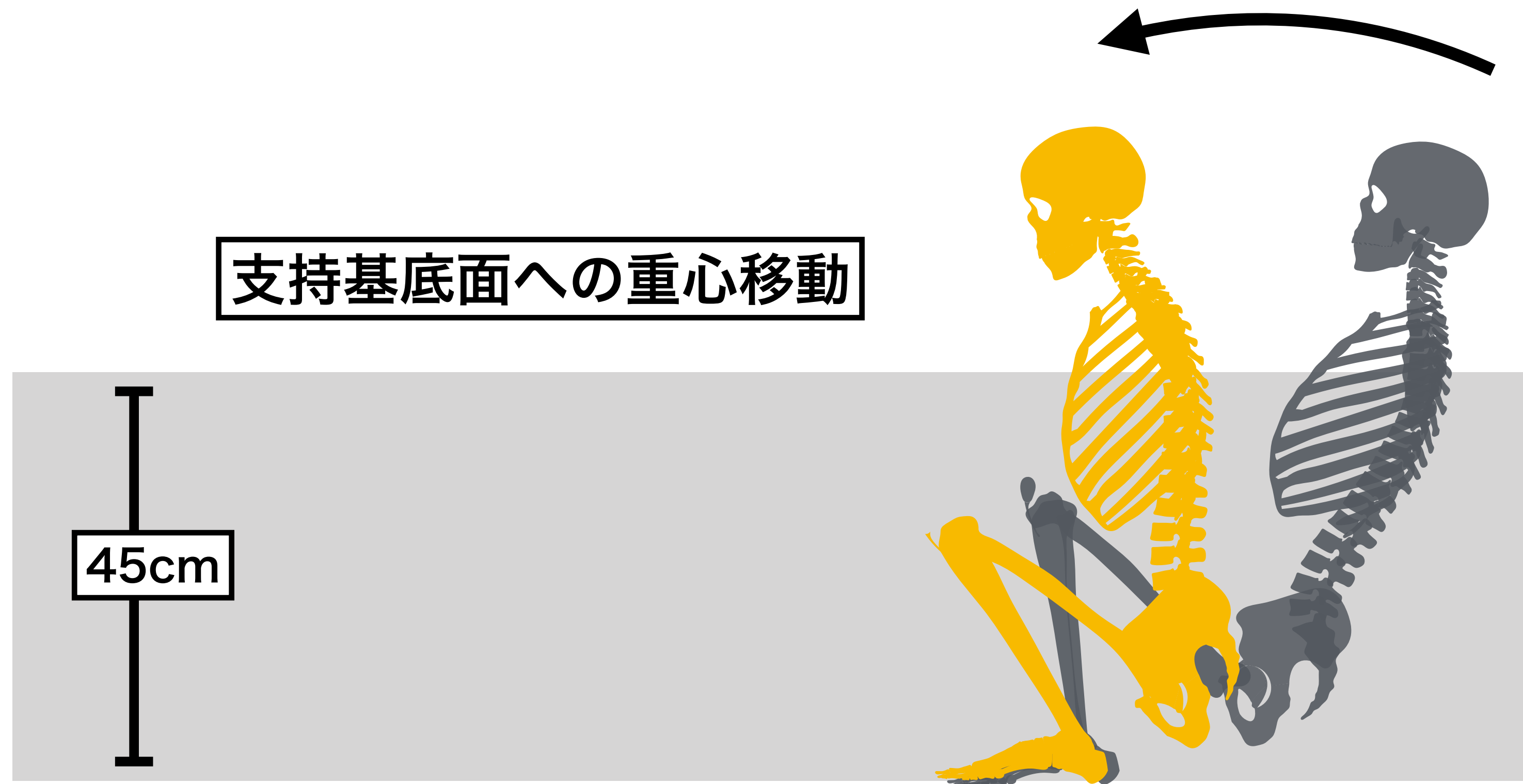
洋式の浴槽の基本サイズは、深さ45cm、長さが120~180cm程度になります。

## ⑤ 長座位保持



# 入浴できるかチェック

## ④ 床からの立ち上がり



# 入浴最低条件

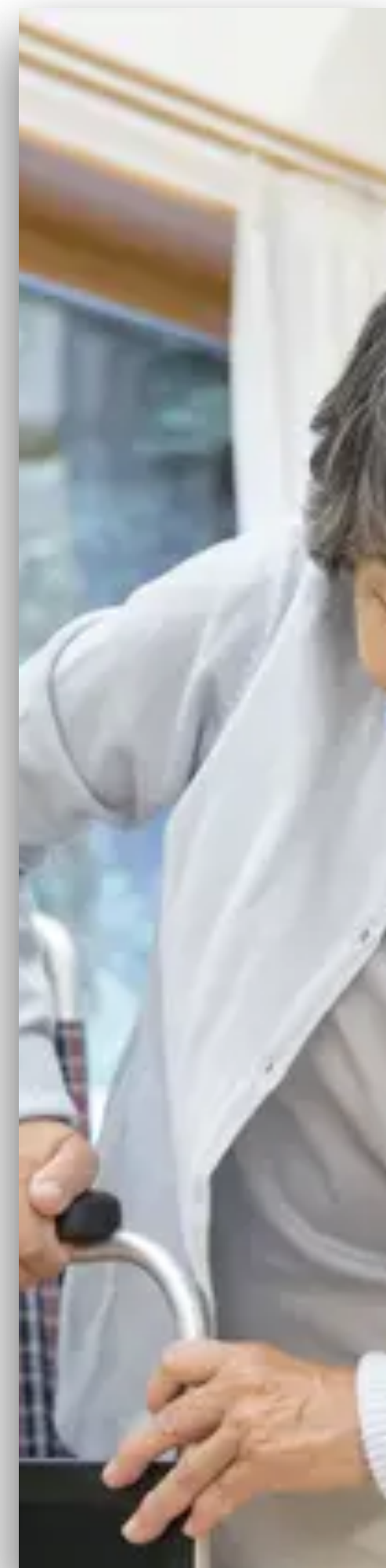
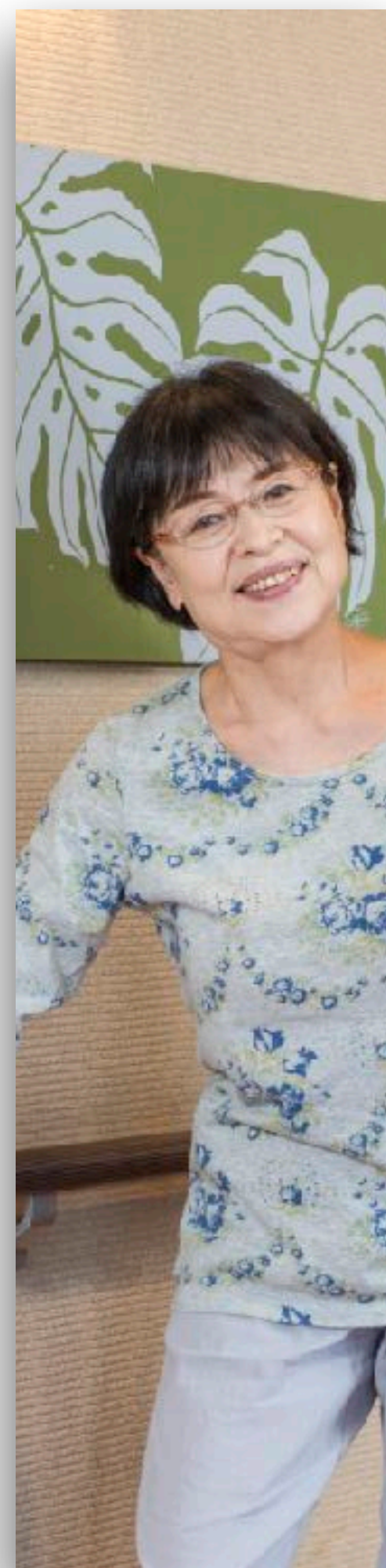
# 入浴最低条件

- ① 股関節の可動域が90以上ある
- ② 端座位保持がかなり安定している
- ③ 長座位保持(腹筋)ができる
- ④ 正面からの起き上がりができる
- ⑤ 床への立ち座りができる



# 入浴はどこに入る？

- ① 座位 ② 食事 ③ 整容 ④ 立ち上がり ⑤ 立位 ⑥ 移乗 ⑦ 歩行 ⑧ トイレ自立 ⑨ 屋外歩行



自宅退院

# 何ができると入浴できる？

入浴するために必要な工程とは？何工程あるの？

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
移動	脱衣	移動	浴槽のまたぎ	浸かる	出る	浴槽のまたぎ	移動	洗体	洗髪	移動	拭く	着衣	髪を乾かす	移動
歩行	更衣	ら足	跨ぎ	床への着座	床立ち上がり	跨ぎ	ら足	洗体	洗髪	ら足	清拭	更衣	清拭	歩行