

分野	授業教目名	単元名	単位数	時間数	履修時期	担当教師
基礎看護学	日常生活援助技術Ⅱ	活動・休息・睡眠の援助技術	1	17/30	1年次前期	高野 佳子
テキスト(発行所)		基礎看護学③ 基礎看護技術Ⅱ (メヂカルフレンド社)				
テキスト以外の教材、参考図書		看護技術 プラクティス 第3版 監修 竹尾恵子 (学研)				
学習のねらい	活動と休息のバランスをとりながら、安全で安楽な生活のために必要な生活支援技術の基礎について学ぶ					
学習目標	1. ボディメカニクスを活用し、安全で効率的な活動や移動を支援する基礎的な技術を習得する 2. 対象の状況を考えて、安全・安楽に実施するための方法と視点を理解し実施する 3. 活動と休息のバランスとそれらが生活に及ぼす影響を理解する 4. ボディメカニクスに基づく生活支援技術を構成する基礎的な理論と基本動作を知る					
学習スケジュール						
回数	主題	学習内容	履修形態 他			
1回	活動と休息の実際と生活に及ぼす影響 体位変換の目的と留意点	活動と休息の意義 廃用症候群	講義			
2回	ボディメカニクスに基づく生活支援技術を構成する基礎的な理論と基本動作① 仰臥位から側臥位へ 水平移動	トルクの原理、作用・反作用 摩擦	演習(実習室)			
3回	ボディメカニクスに基づく生活支援技術を構成する基礎的な理論と基本動作② 仰臥位から長座位、端座位へ 立ち上がりの技術	慣性モーメント、V字バランス 重心移動・てこの原理	演習(実習室)			
4回	ボディメカニクスを活用した動き 関節可動域訓練 安楽な体位・ポジショニング	良肢位 支持基底面積 重心位置	演習(実習室)			
5回	移動手段と方法(1)	車椅子への移乗・移動	演習(実習室)			
6回	移動手段と方法(2)	歩行の介助、歩行器・杖 ストレッチャー	演習(実習室)			
7回	休息・睡眠の援助	生活リズム 睡眠と睡眠環境	講義			
8・9回	事例を用いた看護の実際	様々な場面や状況に合わせた 移動や移送方法を考える	演習(実習室)			
単位認定	1. 日常生活援助技術Ⅱは、本単元17時間と「食事の援助技術」13時間との合計30時間で1単位の科目である。そのうち24時間以上の出席があること。 2. 「活動・休息・睡眠の援助技術」40点と、「食事の援助技術」30点、実技試験30点(別途提示する)の合計100点満点のうち、60点以上で合格とする。 本単元は、以下の内容で評価を行う。 1) 筆記試験 35点 2) パフォーマンス課題 5点 3. 1と2の条件を合わせて、日常生活援助技術Ⅱの1単位を認定する。					
受講上のアドバイス	介護ロボットが登場するなど科学技術の進歩により、人の移動動作を機械が助ける時代も到来しそうですが、人の動作はプログラムされた単純な動作だけでなく、複雑かつ微妙な調整も必要です。どんなに時代が進んでも、人の活動を支える看護場面では、人と人との気遣いや細やかなやりとりが求められると思います。 一方で、人の活動を支える場面では、患者・看護師双方に負担が大きく、看護師の『きつい』労働の一つにも挙げられます。物理学や人間工学を基盤としたボディメカニクスの知識を用いて、出来るだけ負担を少なく、効果的な援助方法を習得することを目指します。「人にやさしい、自分にも優しい」看護の技術を学びましょう。 本単元は、演習を中心に展開されます。動きやすい服装と体力をもって参加してください。体験を通して学ぶためには、予習としてテキストやプリントを事前に読んで、イメージを持って参加すると効果的です。せっかく学んだ技術がさびないように、何度でも練習を繰り返して、使える技術にしていきましょう。 ボディメカニクスに基づく生活支援技術について、1年次、2年次と発展的に技術を習得し、臨地で活用している自分を目指して、楽しく学びましょう。ポートフォリオに自分の成長の材料がたくさん残せるようにがんばりましょう。					