



雇用促進事業団
職業能力開発大学校研修研究センター

介護技術

介護サービステキスト

雇用促進事業団

職業能力開発大学校研修研究センター

目次

序章 高齢社会と介護	1
1 専門の職業としての介護	3
2 総合的に介護ニーズに対応するために	3
3 高齢者の生活の自立支援と介護	6
4 介護技術とは	6
5 介護を担う人材と態度	7
第1章 介護環境の整備	9
オリエンテーション	10
第1節 介護用具・福祉用具	11
1 ベッド・サイドレール	11
（1）介護で使用されるベッドの種類	12
（2）ベッドの構造	12
（3）ベッドの取扱い方・選び方	12
（4）サイドレール	12
2 マットレス	13
（1）マットレスの種類	13
（2）マットレスの条件	14
3 寝具・寝衣類	14
（1）リネン・毛布類の種類	14
（2）リネン・毛布類の取扱い方	15
（3）寝衣	16
4 排泄用具	17
（1）ポータブルトイレ	17
（2）尿器	18
（3）便器	19
5 移動補助具	20
（1）歩行介助具	20
（2）車いす	21
（3）その他	23
6 その他の介護用具の取扱い方・選び方	23
（1）ゴム製品の取扱い方	23
（2）ステンレススチール製品の取扱い方	25
（3）ガラス製品の取扱い方	27

(4) プラスチック製品の取扱い方	28
(5) ホーロー製品の取扱い方	28
(6) 洗たく袋	28
(7) 入浴補助具	29
(8) 健康チェック用品	29

第2節 寝床の整備（和式布団、ベッド）31

1 快適な寝床の条件	31
(1) 快適寝床内気候	31
(2) 快適な寝心地の寝具の条件	31
2 敷布団（和式）とベッドのどちらを選ぶか	32
(1) 敷布団の長所・短所	32
(2) ベッドの長所・短所	33
(3) 必要物品	34
(4) リネン類の取扱い方	35
(5) リネン類のたたみ方	35
3 ベッドメイキング	48
(1) ベッドメイキングの目的	48
(2) ベッドメイキングの留意事項	48
(3) ベッドメイキングの基本	49
(4) 使用物品	49
(5) ベッドメイキング	50
(6) 和式ふとん（畳の上）	52
4 シーツ交換	54
(1) シーツ交換の目的	54
(2) 留意事項	54
(3) 使用物品	55
(4) シーツ交換	56
(5) 和式ふとんのシーツ交換	59

第3節 住環境の整備61

1 住環境基準	61
(1) 音環境	61
(2) 光環境	62
(3) におい	64
(4) 室内気候	64
2 住み慣れた住居に住み続けるための配慮と工夫	66

オリエンテーション72

第1節 人の成長発達と変化73

1 成長発達の過程73
2 老年期とその変化78
 (1) 老化による身体面の変化78
 (2) 老化による精神機能の変化78

第2節 健康と健康不調80

1 健康の概念80
2 健康の不調80
3 健康と介護者の役割80
4 健康と観察81
 (1) 観察事項81
 (2) 観察時の留意点81

第3節 健康な生活の基本なる状態の観察82

1 睡眠の生理と変化時の観察82
 (1) 睡眠と身体の働き82
 (2) 睡眠の種類82
 (3) 眠りと目覚めの観察83
2 知能・精神機能・感情の変化と観察84
 (1) 知能の加齢的变化84
 (2) 知的な面の観察87
 (3) 精神機能における変化87
 (4) 感情の変化と観察88
3 感覚器官とその機能の変化の観察88
 (1) 視覚の変化と観察88
 (2) 聴覚の変化と観察90
 (3) 知覚の変化と観察91
4 体温・脈拍・呼吸・血圧・皮膚・意識の状態と観察92
 (1) 体温の測定と観察の実際92
 (2) 脈拍の測定と観察98
 (3) 呼吸の状態と観察100
 (4) 血圧の測定と観察101
 (5) 皮膚の状態と観察103
 (6) 意識の状態と観察104

5 摂食の状態と排泄の観察	105
(1) 摂食の状態と観察	105
(2) 排泄の観察	109

■ 第3章 日常生活の自立のための介護技術 115

オリエンテーション	116
-----------------	-----

第1節 衣生活の援助 117

1 衣服着用の目的	117
(1) 保健衛生上の目的	117
(2) 社会生活上の目的	118
2 衣服を選択する条件	118
(1) 衣服着用に関わる生理的機能の低下	118
(2) 衣服着用に関わる運動機能の低下	119
(3) 高齢者の衣服	119
3 衣服の着脱・交換	121
4 衣服交換	121
(1) 衣服交換の目的	121
(2) 衣服着脱・交換の準備	122
(3) 着物のたたみ方・合わせ方・紐の結び方	122
(4) 寝衣交換（和式）	126
(5) 寝衣交換（プルオーバー型の上着）	134
(6) 寝衣交換（前あきパジャマ）	136
(7) 寝衣交換（ズボン）	137

第2節 食事の援助 139

1 高齢者と食事	139
(1) 摂食機能の変化	139
(2) 身体変化と姿勢保持	140
2 高齢者の食事援助の実際	142
(1) 自立に向けた食事の援助	143
(2) 食事介助の実際	146
(3) 高齢者と食生活	153

第3節 安楽な体位と移動動作 154

1 安全・安楽な姿勢と立位	154
(1) 立った状態（立位）でのよい姿勢	154
(2) 座った状態（座位）でのよい姿勢	155

(3) 寝ている状態（臥位）での正しい姿勢（体位）	156
2 移動動作の援助	157
(1) 移動のために用いられる器具	157
(2) 歩行の介助	158
(3) 車いすによる移動の介助	160
3 体の動かし方	167
(1) 「身体の動かし方」の手順に共通する注意点	167
(2) 臥床者の動かし方	168

■ 第4章 身体介護技術 175

オリエンテーション	176
-----------	-----

第1節 清潔の援助 177

1 手洗い	177
2 入浴	177
(1) 入浴時の注意点	178
(2) 実施方法	178
3 清拭	180
(1) 清拭時の注意点	180
(2) 清拭の実施方法	181
(3) 実施後	190
4 頭髪の清潔	190
(1) 洗髪（ベッドの上でケリーパッドを用いる方法）	190
(2) 洗髪以外の方法	193
5 その他の部位の清潔	194
(1) 口腔	194
(2) 目	197
(3) 耳	197
(4) 部分浴（手浴、足浴、陰部浴）	197
(5) 爪・ひげの手入れ	200

第2節 排泄の介護 201

1 介護の視点と留意事項—一人として尊重した介護者の対応—	201
2 排泄の自立と障害	202
(1) 排泄の順序と必要な動作	202
(2) 排泄障害と排泄の方法（自立度に応じた選択）	202
3 排泄介助の実際	212
(1) 臥床している人の排泄介助	212

(2) 立位でのおむつの当て方	219
(3) ポータブルトイレでの排泄介助	220
4 主な排泄障害と介護	221
(1) 便秘	221
(2) 下痢・水様便	222
(3) 便失禁	222
(4) 類尿	222
(5) 尿閉	224
(6) 尿失禁	224

第5章 安楽への援助 **227**

オリエンテーション	228
-----------	-----

第1節 物品を用いた安楽な体位 **229**

1 安楽に用いられる物品	229
2 臥床者の安楽な体位	231
(1) 臥床位の場合	231
(2) 側臥位の場合	232
(3) 半座位の場合	233

第2節 マッサージ **234**

1 禁忌	234
2 実施時間の目安	234
3 準備	234
4 方法	235

第3節 部分浴 **236**

1 手浴（側臥位で行う方法）	236
2 足浴（就床したままで行う方法）	237
3 陰部洗浄	238
4 シャワー浴	239

第4節 褥法 **240**

1 褥法の種類	240
(1) 温褥法	240
(2) 冷褥法	240
2 褥法の援助	240

(1) 湯たんぽ	240
(2) 氷枕	240
(3) パップ	241
3 褥法をするときの共通の注意	241

第5節 睡眠への援助242

1 睡眠時間	242
2 老人の睡眠の特徴	242
(1) 入眠時間	242
(2) 夜間覚醒	242
(3) 環境への不適応	242

第6章 医療対応時の介護 245

オリエンテーション	246
-----------	-----

第1節 医療対応時の介護者の役割247

1 受診時の介護	247
(1) 受診前の準備	247
(2) 受診時の介護者の役割	248
(3) 検査が行われるときの対応	248
(4) 定期的な受診時の対応	248
2 健康の不調時の介護	249
3 緊急時の対応	249
(1) 在宅療養の場合	249
(2) 施設等への入所者の場合	249
(3) 連絡方法と救急移送	249
4 入院時の対応	250

第2節 起こりやすい緊急事態と応急処置251

1 誤 燕	251
2 呼吸困難および意識障害	254
3 骨 折	257
4 やけど (熱傷)	259
5 出 血	260

第3節 主に行われる医療処置と介護264

1 使われることの多い医療器具と介護	264
(1) 吸引器	264

(2) 吸入器（ネプライザー）	265
(3) 気管カニューレ	267
(4) 酸素吸入療法	267
(5) 経管栄養	269
(6) 浣腸	270
(7) 膀胱留意カテーテル	270
(8) ストーマ	271
2 与薬時の介護	275
(1) 薬の種類と保管	275
(2) 与薬の介助	276
3 皮膚の病気と褥創の介護	281
(1) 老人の皮膚の病的変化	281
(2) 褥創（床ずれ）の介護	283

第4節 終末期の介護288

1 終末期における介護の意義	288
2 老人の終末期の観察と介護	288
(1) 身体的状況の特徴と観察	289
(2) 心理的・精神的状態	290
(3) 終末期の介護	291
(4) 終末期の家族への援助	293

第7章 感染予防と介護 297

オリエンテーション	298
-----------	-----

第1節 感染症と対策の基本299

1 感染症とは	299
2 感染症の特徴	299
(1) 感染源	299
(2) 感染経路	300
(3) 潜伏期間	300
3 感染予防の原則	300

第2節 感染防止対策の実際302

1 院内（施設内）感染とは	302
2 感染防止対策	302
(1) ホーム入所時の対応	302
(2) 老人の健康状態の把握と施設従事者の健康	303

(3) 使用物品等の消毒と滅菌	303
(4) 手指消毒の重要性と方法	304
(5) その他	305
3 施設内での主な感染症の予防策	305
(1) MRSA感染症の場合	305
(2) 疥癬の場合	305
(3) B型およびC型ウイルス性肝炎の場合	306
(4) 緑膿菌の場合	306
(5) AIDS（エイズ）の場合	306
4 訪問看護介護時の感染予防上の留意事項	307
(1) 訪問前	307
(2) 訪問中と訪問後	307

■ 第8章 個別介護計画 311

オリエンテーション	312
-----------	-----

第1節 個別介護計画（ケアプラン） 313

1 ケアマネジメント	313
2 ケアプラン（介護サービス）	314
(1) ケアプランとケアカンファレンス	315
(2) ケアプラン（介護サービス計画）作成の手順	315
(3) ケアプランと「高齢者ケアプラン策定指針」	317
3 介護計画	318
4 高齢者ケアプラン策定指針による関係図と表	319

第2節 介護計画の実際 331

1 情報の収集	331
2 事前評価＝アセスメント（Assessment）とは	332
3 援助計画と介護目標	332
(1) 介護目標	332
(2) 介護上の問題とその解決策	333
(3) 実施（実践）	334
(4) 事後評価	334
(5) 評価と記録	334
4 介護記録	335
(1) 介護記録の目的	335
(2) 記録の文体	335
(3) 記録時の留意事項	336

監修・執筆・校正担当一覧	341
--------------	-----

参考文献	342
------	-----

索引	344
----	-----

付録	351
----	-----