



# 令和7年度 内部研修会 №.10

# 施設の取り組み 報告

～スキルアップセミナー～  
『体位変換・座り直しのコツ』  
～介護技術向上に向けた取り組み～

令和8年1月29日に施設内研修として、「介護技術の向上」を目的とした実技研修を実施しました。

今回は、『ベッド上での体位変換や車いすでの座り直し』をテーマに、安全かつ安楽に行うためのポイントを学びました。研修では、利用者様の負担を軽減しながら、職員自身の身体を守るための姿勢や手順を確認しました。ちょっとした手の添え方や体の使い方を工夫することで、動作が驚くほどスムーズになることを実感でき、日々のケアにすぐ活かせる内容となりました。

また、実際に職員同士で動きを確かめ合うことで、「この角度だと楽に動ける」「ここを支えると安心感がある」など、利用者様の視点に立った気づきも多く得られました。



今回の研修を通じて、介助の基本を丁寧に行うことの大切さを改めて感じました。今後も職員一人ひとりが技術を磨き、安心して過ごせる環境づくりに努めてまいります。

医療法人社団 青山会  
復井診療所 介護老人保健施設オパール



令和8年2月3日  
研修企画委員会