

リハビリ講座のご紹介

【座位姿勢と立ち上がり動作】

理学療法士 おぐす きょうか
小楠 郷加
作業療法士 かきはら ななみ
柿原 奈波

動画視聴はこちらから

当院のYouTubeチャンネルでは、身体機能に合わせた動作の手順や、安全に行うためのポイント、介助される方へのアドバイスなどを紹介しています。
興味のある方はQRコードからご覧ください。



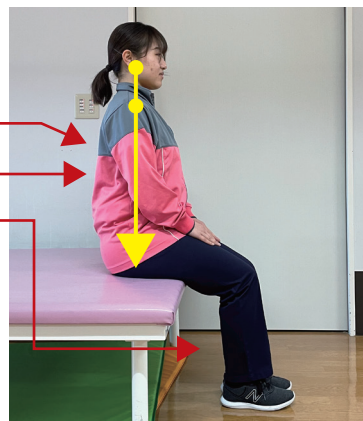
座位姿勢（良い姿勢）

背筋が伸びている

骨盤が起きている

膝は 90 度以上曲げている

骨盤が真っ直ぐになっており、耳・肩・股関節が一直線となった姿勢
脊柱への負担も少ない



※方法は対象となる方の症状や環境によって異なります。
お困りの際は院内療法士までご相談ください！

立ち上がり動作（右麻痺の場合）



立ち上がりの準備

- ・介助者は腰と脇の辺りに手を添える



立ち上がり

- ・非麻痺側で手すりを持つ
できるだけ高い位置を持つと立ちやすい！
- ・お辞儀をするように前屈みの姿勢をとる



立ち上がりのポイント

- ・麻痺側の足は崩れやすいため、ふらついた際にすぐ支えられるように、麻痺側へ立つ

全てのリハビリ講座は
こちらから視聴できます。



REHABILITATION **ADVICE**
リハビリテーション アドバイス