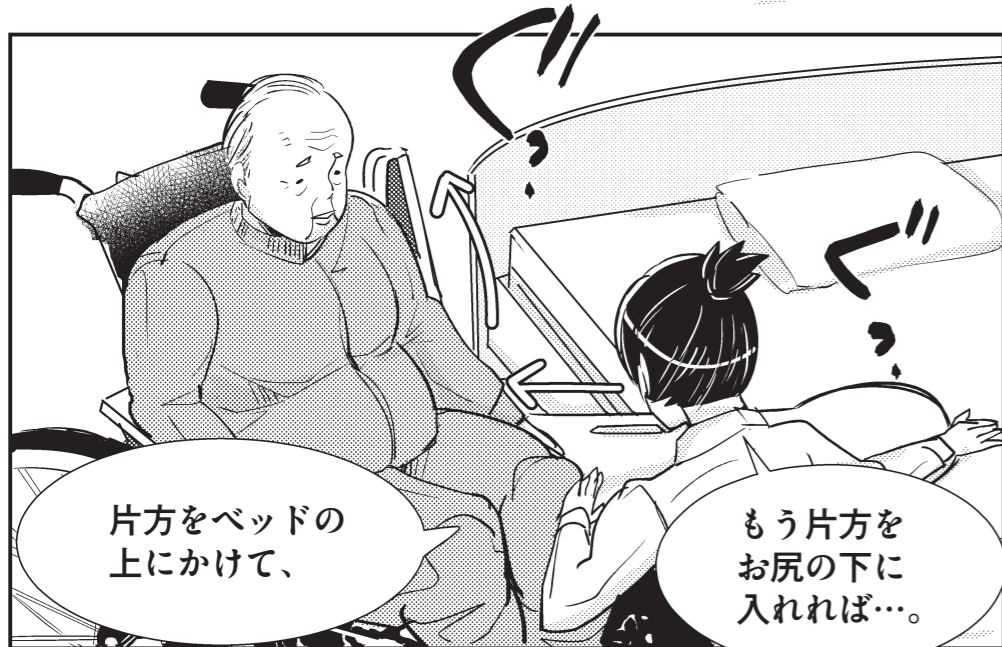


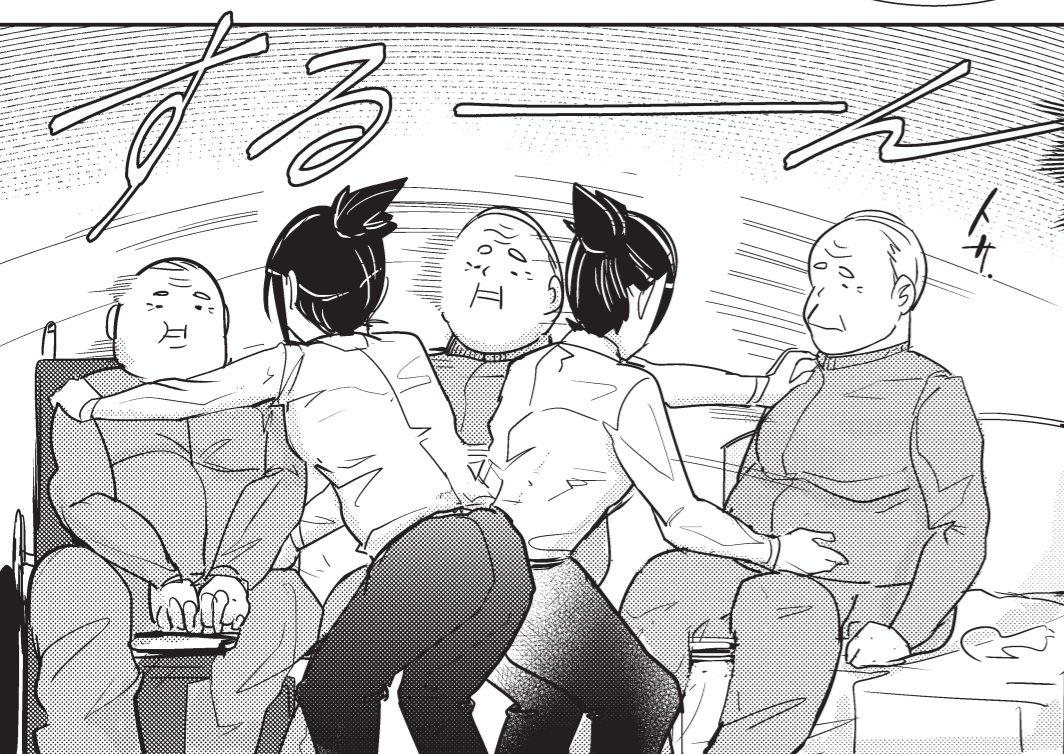
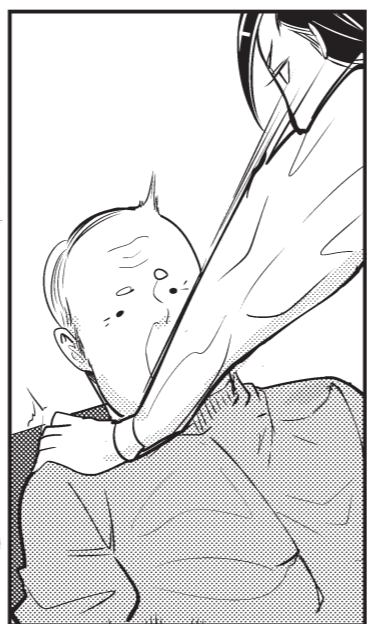


一人介助のときは  
補助具を活用するのよ！  
たとえば  
スライディングボードなら



片方をベッドの  
上にかけて、

もう片方を  
お尻の下に  
入れれば…。



そんな簡単に  
できるんだ…。

大丈夫!?  
しっかりして!



急性腰痛症…  
いわゆる、  
「ぎっくり腰」  
だね。



今後は腰部の負担を  
軽減する姿勢を  
身につけようね。



身体の大きな  
利用者の場合、

保護具や補助具も  
積極的に活用  
しましょう。



あと、体調が悪い時は  
無理せず報告すること!

私たちはチーム  
なんだから。



最後に……  
ルールは守る  
のよ!

身をもって  
施設のルール  
の重要性を学びました。