



# 片腕1本でできる まったく腰に負担のかからない介護テクニック 「基礎編」

## menu

DVDについて

これまでの介護テクニックと  
片腕1本でできるまったく腰に負担のかからない介護テクニックの違い

片腕1本でできる  
まったく腰に負担のかからない介護テクニック「基礎編」13項目

1. まったく腰に負担のかからない体位交換
2. まったく腰に負担のかからない抱き起し
3. 座位での体位保持
4. 開足における手引きによる立ち上がり
5. 腰に負担のかからないまったく力を使わないベッドからの立ち上がり方(両腕フック式)
6. 腕が上がりにくい人の腕を上げる方法
7. 介護度の高い人に対する負担のかからない立ち上がり方(抱き寄せ)
8. 人が転倒する方向
9. 立位での体位保持
10. まったく腰に負担のかからない寝かせ方(ひざかかえ式)
11. まったく腰に負担のかからない車いすへの移乗
12. まったく腰に負担のかからない車いすに浅く腰掛けた時の移動方法(クロスハンド)
13. 狭いトイレでの腰に負担のかからない立ち上がり方



## エンディングメッセージ



代表取締役 根津 良幸

### 代表者略歴

1996年に社会福祉法人を設立し、特別養護老人ホーム統括施設長、デイサービスセンター長、グループホーム統括施設長を就任する。また介護認定審査会委員、老人福祉施設連絡協議会会長、高齢者虐待防止委員会委員を歴任する。  
現在は株式会社One to One福祉教育学院 代表取締役 として、また自身が脳梗塞に倒れ、2年間で介護度5~1、要支援2~1の7段階を体験し、介護・リハビリ生活を送った中から自分たち家族が生きるための術(すべ)として家族のために編み出した「片腕1本でできるまったく腰に負担のかからない介護テクニック」を腰痛で悩む介護現場職員や介護を必要とする家族のためにこの術を公開し始め、年間5,000名を超える日本一受けたい講座の講師として活躍中である。

製作・著作

One to One 福祉教育学院

〒150-0044 東京都渋谷区円山町5-2 第二伊藤ビル3階

TEL.03-6423-1515 FAX.03-3780-7173

http://www.onetoone-best.jp/E-mail: info@onetoone-best.jp

(ご注意) 無償でこのDVDの一部または全部を複製・改変・放送・有料上映することは法律で禁止されています。

DVD 34分

片腕1本でできるまったく腰に負担のかからない介護テクニック 公式サイト → 片腕1本 検索

one to one

片腕1本でできる まったく腰に負担のかからない介護テクニック 「基礎編」

# 片腕1本でできる まったく腰に負担のかからない介護テクニック 「基礎編」

小手先のテクニックではない本物のテクニック

one to one

