



# POTT研修をきっかけに 老健施設での取り組み

介護老人保健施設くびきの

看護主任 平原恵美

# POTT研修までの経過

2019.3月 介護主任が長野POTT研修に参加

利用者さんの変化  
「きっかけの事例」

老健の現状  
介護量の増加、職員不足  
寝たきりは食事介助が当たり前の意識

職員の意識の変化

研修会の企画

## 成功体験

「もっと他にもできることがあるのではないか!？」「他の利用者さんも同じように出来ないか」と職員のモチベーションが上がる。また、機能をどう活かしていくかを考えるきっかけになり、職員の意識の向上につながる。

2019.7・8月 施設内でPOTT研修開催

2020.3月 併設病院で院内成果発表で実践報告

# きっかけの事例

A氏 90歳代 女性

○既往歴 脳梗塞後遺症、認知症、運動器不安定症

○経過

H16年脳梗塞を発症、H29年帯状疱疹を発症し寝たきりの状態になり老健入所となる。H30年嘔気・嘔吐あり食事量も減り、意識消失、併設病院入院となる。精査行うが原因特定出来ず、再入所となる。入所後はベッド上安静、食事もベッド上で全介助にて食べられていた。その時によって食事量にムラがあり、食後の嘔気、嘔吐を繰り返していた。

## <POTT研修より>

- ・足側を上げてから、頭側をギャッジアップ。
- ・枕の下にバスタオル入れ調整する。
- ・食事介助時サイドテーブルを使用することにした。
- ・左側からサイドテーブルを差し込む。（右手の可動域を広くするため）

⇒現在は、嘔気・嘔吐見られず、自力摂取可能となり、昼食時はリクライニング車椅子に離床し食事を食べられる。

# POTT研修までの経過

2019.3月 介護主任が長野POTT研修に参加

利用者さんの変化

職員の意識の変化

研修会の企画

他の利用者さんの食事姿勢の見直しや、介助の取り組みを行って  
いきました。しかし、大勢の経験や知識に違いがある職員に対し、  
統一したケアを伝達していくのは困難でした。  
そこで、外部から講師を呼んで、全職員対象に老健施設内で  
POTT研修を受けられないかと考えた。

2019.7・8月 施設内でPOTT研修開催

2020.1月 看護主任（平原）が富山POTT研修に参加

2020.3月 併設病院で院内成果発表で実践報告

職場のスタッフ全員がPOTTの理解を共有する必要を感じた。



# 実際の様子

(2019. 8月)

研修会は、看護師・介護士・PT・OT・ST・管理栄養士・ケアマネなど、45名程度参加があり、全職員が参加出来ました。

併設の病院にも協力をお願いし、普段使用している車椅子やベッド、オーバーテーブルを使用したので、実際の援助のイメージがしやすかった。

バスタオルを使用することは、特別な福祉用具を使わなくても手軽に手に入り、在宅や施設でも使いやすく実践に繋がりました








# スキルチェック表

### POTTスキルチェック(ベッド用基礎)

実施 年月日  
氏名

使い方: 研修前、直後、練習後に、評価点を入れましょう  
評価: 3=できる 2=ほぼできる 1=少しできる 0=できない

- ポジショニング準備と声かけをする**
  - ベッドの高さを、介助者の大腿中央に設定
  - 臀部下線をベッド可動輪より上に移動
  - 両脇にクッションを密着させる
  - 足底をクッションに接地させる
- ベッドを掌上し、体の圧を軽減する**
  - ベッド操作: ①足! ②上体! ③足!
  - 正確なクライニング位を確認する
  - 手を当て背抜き・足抜き・踵抜きをする
- 頭頸部を軽く前屈させる**
  - 頭と胸骨の間隔は4横指程度
  - 食べ物が見えることを確認する
  - 姿勢全体を確認し、安楽にする
- 両上肢を安定させ、テーブルを設置する**
  - 両肘をバスタオル等で安定させる
  - テーブルの高さを調整する
  - テーブルと股間隔は握りこぶし程度
- 食事が見える位置に置き、介助する**
  - 介助は視線を合わせ、効き手で介助
  - 食べ物は原則舌正中に入れる
- 食事中の観察をする**
  - 姿勢の崩れがあれば修正する
  - 食べ方、飲み方、むせ、食事時間等
- 食後のポジショニングをする**
  - ベッド操作: ①足! ②上体! ③足!
  - ベッドは15度程度掌上とし背・踵・足抜き
  - ねぎらいの言葉をかける

| 評価  |   |
|-----|---|
| 実施前 | 点 |
| 1回目 | 点 |
| 2回目 | 点 |

評価  
20点以上:合格!  
19~14点:もう少し!  
13点以下:練習!

評価・チャレンジメモ

作成:POTTプロジェクト

### POTTスキルチェック(車椅子基礎コース用)

実施 年月日  
氏名

使い方: 研修前、研修直後、練習後に評価点を入れましょう  
評価: 3=できる 2=ほぼできる 1=少しできる 0=できない

- 座面・背面シートのたわみを補正する**
  - 車椅子の種類、たわみ状況を確認
  - バスタオルや座面ベース等で調整
- 移乗の声かけ、姿勢を整える**
  - 座面の正中で奥に座るよう調整する
  - 背部をサポートし、脊柱伸展位の姿勢とする
  - 大腿部と座面の接触状況確認、圧抜き、滑り防止
- 足底を接地させる**
  - 床に足台を置き、足底を乗せる
  - 股関節・膝関節・足関節を90度、踵を少し引く
- 正面を向き、頭頸部は軽度前屈(4横指)**
  - 上肢を動かしやすい位置に調整する
  - 両肩の高さを揃え、軽度前傾姿勢を取る
- 全体を観察し、左右対称的な姿勢をとる**
  - 安楽でリラックスした姿勢
  - 姿勢の崩れがあれば修正する
- テーブルを配置、両上肢を乗せる**
  - 食事が見え、手が届く位置に食事を配置
  - 姿勢全体を確認、必要な介助や助言
- 食事中・後のポジショニング**
  - 姿勢の崩れや疲労に注意、同一姿勢は1時間以内

| 評価  |   |
|-----|---|
| 実施前 | 点 |
| 1回目 | 点 |
| 2回目 | 点 |

評価  
20点以上:合格!  
19~14点:もう少し!  
13点以下:練習!

評価・チャレンジメモ

作成:POTTプロジェクト

## 職員の感想

- 実際に自分が体験してみても「背抜き」の感覚が分かった。
- 利用者さんの気持ちが分かった。やってみて良かった。
- 「あの利用者さんにもやってあげたい」とイメージが出来た。

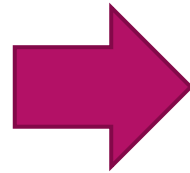
先生方にラウンドしてもらい、利用者さんの状態の評価、職員が行ったポジショニングを確認など直接アドバイスをもらう。



# 成功体験から、広がる取り組み

## POTT研修を受ける前

- ▶ 介護負担が大きい  
食事の準備、介助、後片付け
- ▶ 職員の不足  
食事介助を行う職員がいない
- ▶ 自立支援が行えない  
在宅に帰れない
- ▶ 職員のモチベーション低下



## POTT研修を受けてから

- ▶ 介護負担の軽減  
利用者自身ができること
- ▶ 職員の役割意識  
援助のポイント
- ▶ 自立支援につながる  
在宅、他の施設への退所
- ▶ もっと出来ることがあるのでは！！

成功体験から「もっと学びたい。もっと伝えたい」という意識が生まれ、研修では、基本的知識を学び、実際に体験をすることで利用者さんが感じていることを実感出来た。日々のケアで実践することで利用者さんの反応を直に感じ、更なる知識や技術の習得につながる。ただの伝達講習ではなく、実践からの成功や失敗からの学び、人に伝えていくことが、自らの学びや、定着させていくためには重要。

POTT研修後、食事への意識が変わり、先日亡くなられた利用者さんについて話し合った時も「103歳という高齢であったが、亡くなる少し前まで食事を食べる事が出来ていた。ずっとベッド上の食事だったが、POTT研修のおかげで姿勢の大切さに気付き、ポジショニングを見直した。そして、ベッドから車椅子へと移していくことも出来き、本人も嬉しそうだったし、家族も喜ばれて、職員も嬉しくなりました。取り組めて良かった。POTTをやって一番良かったと思える方でした。印象に残っています。」などの意見がありました。。

職員一人一人、印象に残っている利用者さんは違うかもしれませんが、それぞれの取り組みが成果に繋がっています。

# 研修後の取り組み

POTT研修の前から、施設ではノーリフティングの技術を取り入れています。スライディングシートやグローブを利用して背抜きを実践していたので、研修内容は理解し受け入れやすかったと思います。

現在は、ノーリフティングの考え方と、POTTの考え方の良いところを取り入れながら、褥瘡予防、拘縮予防、食事のための姿勢など、その方、その状況に合わせたポジショニングを行っています。リハビリから「ただクッションやバスタオルを入れるのではなく、その根拠を理解しながら行っていくことが大切」と指導も受けています。

食事の時だけでなく、普段からの姿勢保持にも注意するよう意識づけられてきました。新しいことを始めようとするとうる覚えが起る現場だったのですが、2019年12月リフトの導入はスムーズで、POTTでの姿勢の大切さの学びや、リハビリ職員の関わりが大きくなり、職員の意識が変わっていったことが分かりました。

職員の意識が、褥瘡予防、拘縮予防、食事、必要なポジショニングを考えるように変化した。





# 今後の課題

## ○時間と共にやり方が自己流

研修から1年が経ち、学んだことが時間と共に薄れ、自己流になってきています。定期的な研修やチェック表などを活用し、他の職種からの指導も受けながら継続していきたいと考えています。

## ○他施設・併設病院にもPOTTを広めていく

院内の成果発表会でPOTT研修を紹介した結果、併設病院でも学びたいと意見が上がった。利用者のケアの継続性を考え、在宅や他施設でもPOTTを実践できるように浸透させていきたい。