

# 移動・移乗【講義・演習】

～利用者の安心と安全・介助者の身体の負担軽減の両立～

▽日時／研修Ⅰ 技術の基礎基本を確認したい方向け

2026年5月25日(月) 10:00～16:00

研修Ⅱ ご自身の技術をさらに磨きたい方向け

2026年6月1日(月) 10:00～16:00

※2研修受講を推奨しております。

▽会場／千葉市社会福祉研修センター研修室

(千葉市ハーモニープラザ B 棟2階)

▽募集定員／各日16名(抽選※2研修同時申込の方が優先となります)

▽対象者／市内福祉施設・事業所において身体介護業務に従事されている方

▽受講料／無料

▽持参するもの／筆記用具・介護実技に相応しい服装

▽申し込み方法／別紙『研修受講申込書』に必要事項を記入し、

下記申込期限までにFAX・メールまたはHPからお申し込みください。

▽申込最終期限／2026年4月24日(金) 決定通知は4月27日(月)以降となります。

## 研修のねらい

【定番研修です】

「移動・移乗」におけるボディメカニクスの理論理解と、実際の移動・移乗技術の習得を目指します。

『なぜそうするのか』を考え、それを自身の身体で体験することで、現場で使える技術を身につけることを目指します。基礎基本が出来ていることが利用者一人一人への応用対応を可能にしますので、原理原則を重視した研修となります。

なお、本研修では参加される方の状況をビデオ撮影し、身体の使い方等についても検証する場面もございます。あらかじめご承知おきください。

## 予定プログラム

1. ボディメカニクスの基本(Ⅰ・Ⅱ 共通)
2. 技術の確認(Ⅰ・Ⅱ 共通)
3. 福祉用具の活用(研修Ⅰ) 事例検討(研修Ⅱ)
4. 介護者が「楽」であれば、利用者も「楽」
5. 未熟な技術に対して利用者が無意識に抱える「不信・不安」が、介助を一層困難にする

※ご参加された方の状況及びご要望により、上記内容を若干変更する場合がございます。予めご了承くださいませ。

主催 社会福祉法人千葉市社会福祉協議会

千葉市社会福祉研修センターHP <https://chiba-shakyo.jp/learning/seminar/>

TEL 043(209)8841 FAX 043(312)2943 担当 山村

メール [yamamura-t@chiba-shakyo.jp](mailto:yamamura-t@chiba-shakyo.jp)