

ワンポイント介護

やっていませんか？介護のNG①

☆顔を近づけすぎない

介助を始める前には、これから行う動作（立ってもらう・歩いてもらうなど）の内容を相手にきちんと理解してもらい、自然な協力を引き出す必要があります。そのためには、相手の顔を見て、はっきり声かけをすることが大切です。

しかし、「伝えよう」という意識を強く持ちすぎて、必要以上に顔を近づけすぎると、かえって相手は緊張してしまい、逆効果になることもあります。適度な距離を保って声をかけましょう。

☆話す声の大きさ、速さに注意

「こちらの意図がうまく伝わっていないようだ」「ていねいに話しているのに、なかなか内容を理解してくれない」。そんなときは、声の大きさや速さを考えてみてください。

個人差はありますが、年齢を重ねると聴力も次第に衰えてきます。自分ではしっかり伝えつつもりでも、高齢者はうまく聞きとることができない場合もあります。また、大きな声であっても、早口で話しかけたら、話しの内容を十分に理解することが難しい人もいます。相手の表情を見ながらゆっくり、ていねいに話しかけるようにしましょう。

☆無言は絶対に禁物

介護生活が長引くと、様々なことが慣れになってしまい、無言でケアをする人が少なくないようです。次に何をされるかが分からないと怖さしかありません。ひとつひとつの介助の前に必ず声かけを行うようにしましょう。

やさしい介護のコツ 参照