

関節拘縮や筋緊張のある方へのアプローチ方法に関する研修を開催しました

2026年10月24日(土)に宮城県看護協会が主催の関節拘縮や筋緊張がある方へのアプローチ方法に関する研修会がスキルスラボで開催されました。公立黒川病院の理学療法士、菅原一禎氏を講師にお招きし、関節拘縮や筋緊張のある方への体の触れ方や動かし方について学びました。当日は、県内の訪問看護事業所や医療機関で訪問看護に従事する看護師18名が参加し、日々の看護実践に役立つ知識や技術を学ぶ機会となりました。

研修ではまず初めに講師が準備したスライドや資料を用いて関節拘縮や筋緊張のある方の特徴について学びました。次に参加者は二人一組となり、座位や臥位におけるリラクゼーション方法を実践しました。具体的には、胸郭の可動域を高める方法や、骨盤周辺のストレッチによって筋肉の緊張を和らげる方法を互いに体験しました。実施する側と受ける側の両方を経験することで、身体の変化や感覚を実感しながら理解を深めていました。また、椅子などに座った状態で後ろにもたれかかった患者さんを起こす際、どの方向に力を加えるとよいかについても実践を通して学びました。参加者からは、「すぐにでも現場で活用できそう」といった感想も聞かれ、実践的な学びの機会になりました。

最後に、クッションを利用したポジショニングについて演習を行い、様々な形状のクッションを使って患者さんが楽な体位を保つにはどのように保持したら良いか、実践形式で学びました。

