

イラスト
でわかる

要介護者と旅行へ行く介助者の方のために！

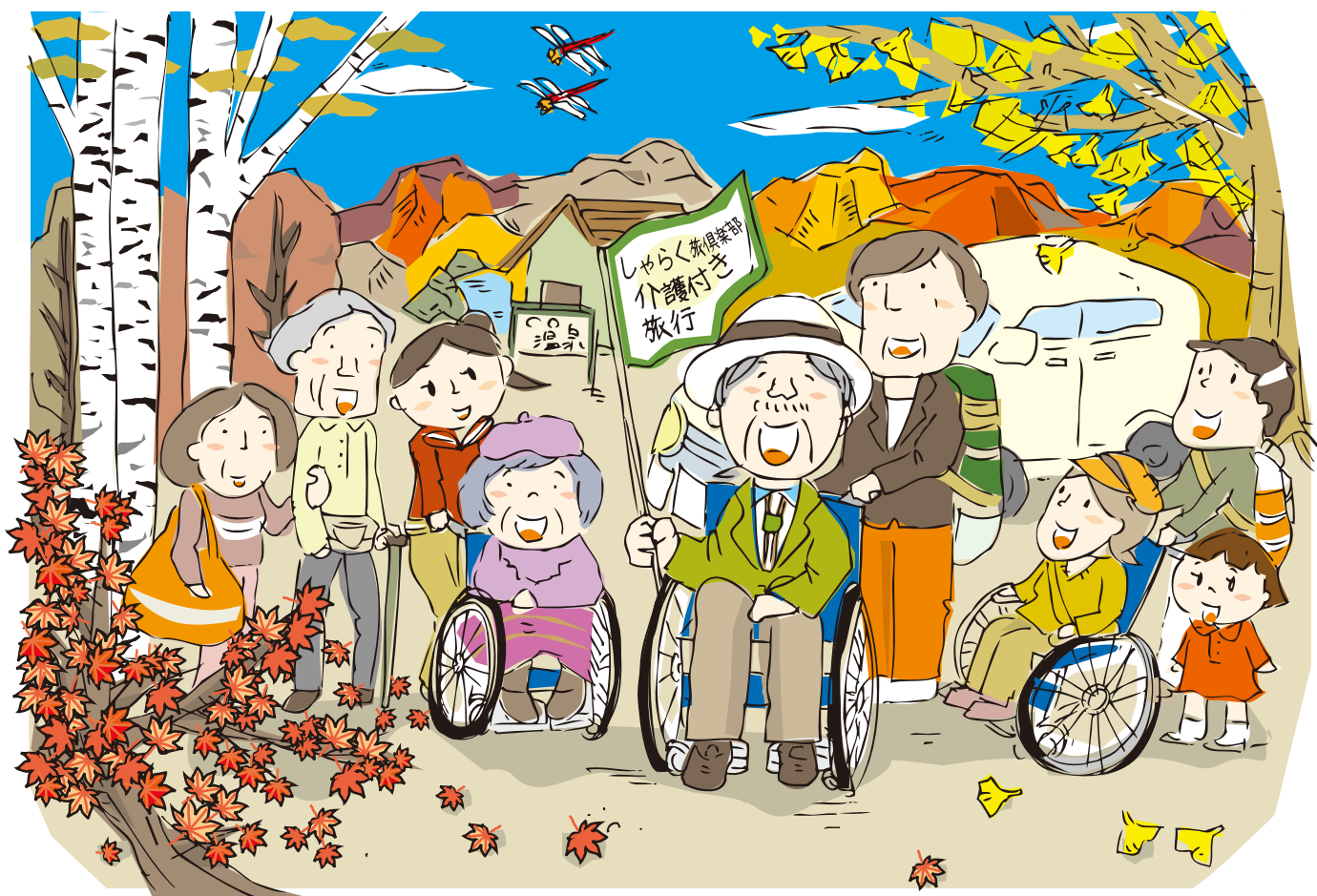


高齢者旅行の実績 900 名以上！「しゃらく旅倶楽部」のノウハウが詰まった！

高齢者の「旅行」で使える家庭の介護

旅の介護本

「自立度高め」「一部介助」「全介助」の事例から学ぶ



Non Profit Organization
特定非営利活動法人 しゃらく

目次

02 筆者紹介 / 目次

04 はじめに「旅は最高のリハビリ」

自立度の高い方の旅介護

旅行事例

【事例】

06 九州新幹線 1泊2日の鹿児島旅行

1. 移動

09 ①平地歩行 

②段差越え 

③階段 

2. 食事・排せつ・入浴

10 ①食事 

注意するポイント

11 ②排せつ 

注意するポイント

12 ③入浴（片麻痺のある場合） 

一部介助の方の旅介護


旅行事例

【事例】

14 香川屋島・金毘羅山・鷲羽山

15 【コラム】看護師の一言コラム

1. 一部介助の方の杖歩行

17 ①平地歩行 / ②段差越え 

18 ③階段（杖歩行） 

2. 食事・排せつ・入浴

19 ①食事 

20 ②排せつ

【コラム】多目的トイレについて

21 ③入浴（片麻痺のある場合）

執筆・監修・協力

※全てのページが両者の執筆によるものではありません。



おぐら たけし
小倉 毅

介護の
専門家

1972年兵庫県神戸市生まれ。順正短期大学、日本福祉大学、吉備国際大学大学院（社会福祉学修士）卒業。（介護福祉士、社会福祉士、介護支援専門員など）

その間、特別養護老人ホーム ビラ・オレンジ、松山総合福祉専門学校、飯田女子短期大学を経て、現在は中国短期大学に勤務。日本生活支援学会理事。

著書に『社会福祉援助技術（編著・大学図書出版）』、『改訂版社会福祉概論（編著・ふくろう出版）』、『ケアが街にやってきた-医療的ケアガイドブック-（共著・かもがわ出版）』、『児童家庭福祉（編著・大学教育出版）』などがある。岡山市在住。



さかもと やすき
坂本 泰樹

医学の
専門家

1954年大分県生まれ。高校時代 AFS 奨学生として1年間米国ニューヨーク州へ留学。金沢大学医学部を卒業後、九州大学泌尿器科に入局、九州大学大学院卒業。医学博士。

生殖免疫学研究のため、米国ニューメキシコ大学、シンシナティ大学へ留学。国立別府病院部長、九州大学医学部講師などを経て、JR九州病院に勤務。趣味は海外旅行とスポーツ。約50カ国を訪問。著書に『機内にお医者さんはいませんか？空飛ぶドクターの海外旅行と健康管理』（悠飛社）。現在は勤務医を辞め、旅行医学の個人事業「カノヤ・トラベルメディカ」を運営する。

全介助の方の旅介護

旅行事例

【事例】


22 「行けた！」富山へのお墓参り

1. 車いすでの移動介助



25 ①出発前の準備 / ②車いす介助の留意点 

【コラム】車いすの種類




26 ③平地での移動

- 1) 舗装された道
- 2) 不整地（砂利道など） 



27 ④段差・溝での移動

- 1) 車いすでの段差（上り） 
- 2) 車いすでの段差（下り） 
- 3) 車いすで溝を越える場合

28 ⑤横断歩道・坂道の移動

- 1) 横断歩道（車いす） 
- 2) 上り坂（車いす） 
- 3) 下り坂（車いす） 

29 ⑥階段移動

- 1) 階段の上り方（車いす） 
 - 2) 階段の上り方（車いす） 
- 【コラム】車いすでの電車の乗り方

30 ⑦エレベーター・エスカレーターでの移動


- 1) 車いすでのエレベーターの移動
- 2) 車いすでのエスカレーターの移動

2. 食事・排せつ・入浴

31 ①食事（特殊食は事前の準備をしっかりと）

②嚥下障害

32 全介助の方の排せつ（移動中）

- 1) トイレでの全介助
- 2) ベッドでの全介助（おむつ 

34 全介助の方の入浴（旅先 

ベッドからの起き上がりと車いすへの移乗

35 ①ベッドからの起き上がり

- 1) 自立度の高い方の起き上がり
- 2) 自立度の高い方の起き上がり（片麻痺の方）

36 3) 一部介助の方の起き上がり（片麻痺の方）

4) 全介助の方の起き上がり

37 ②ベッドから車いすへの移乗

- 1) 一部介助の方の移乗（片麻痺の方）
- 2) 全介助の方の移乗

38 【特別コラム】失敗しない旅のお供の車いす選び

40 忘れ物はありませんか？旅先で役立つ持ち物チェックリスト（介護編）

42 編集後記 / NPO 法人しゃらくについて

参考文献

- ◆「三訂 ガイドヘルパー養成研修テキスト 全身性障害者移動介護従事者養成研修過程」ガイドヘルパー技術研究会／監修 中央法規 2003年
- ◆「新・介護福祉士養成講座7 生活支援技術II」介護福祉士養成講座編集委員会／編集 中央法規 2009年

「旅の介護本」 高齢者の「旅行」で使える家庭の介護本

2012年3月 発行

【発行】特定非営利活動法人しゃらく 【発行人】小倉護 【編集・装丁】特定非営利活動法人しゃらく

※本冊子に掲載されている写真、イラストレーション、および記事の無断転載、使用を禁止します。



Non Profit Organization
特定非営利活動法人

しゃらく

兵庫県知事登録旅行業2-628号 (社)全国旅行業協会 正会員

しゃらく旅倶楽部

検索