

介護のヒヤリハット 研修ワークシート ①転倒・転落

所要 約15分／少人数の勉強会・申し送り前の5分研修にも使えます | わすれもの介護相談室

進め方（司会の方へ）

1. 読む（2分）	下の事例を、参加者に黙読または音読してもらいます。この時点では原因・対策を見せません。
2. 書く（5分）	Q1・Q2を各自で記入。正解を当てる場ではないので、思いつくままで構いません。
3. 出し合う（5分）	1人1つずつ発表。同じ意見でも「うちの場合は」と足してもらいます。
4. 見る（3分）	裏面の解答例を配る、または読み上げます。出なかった視点だけを拾います。

事例を読みましょう

トイレに向かう途中、利用者がベッドから立ち上がり転倒しかけた。
職員がすぐに支えたため、ケガには至らなかった。

Q1. なぜ起きたと思いますか。原因を3つ書いてください。

Q2. 明日から自分の職場でできる対策を、2つ書いてください。

解答例と、ひとこと解説 ①転倒・転落

※ 正解ではなく「よくある型」です。出なかった視点だけを拾ってください。

Q1 原因の例

- ナースコールを押す習慣がついていなかった
- ベッド周囲に手すりや歩行補助具がなかった
- 職員が巡視するタイミングが遅れた

Q2 対策の例

- 定期的な巡視と声かけを徹底する
- ベッド周囲の環境整備（手すり・スリッパの位置）
- トイレ誘導の時間を決めて、予防的に動く

ひとこと

「自分で行きたい」という気持ちを止めないまま、**転ばせない工夫**を足せるかが分かれ目です。
なお、動きを止める方向（ベッド柵で囲む・立ち上がりを制限する）へ進むと、身体拘束にあたる場合があります。線引きに迷ったときは、施設の指針と運営指導の基準を確認してください。

この資料について 法定研修の要件を満たすことを保証するものではありません。実施時間・記録の様式は自治体によって運用が異なるため、所属法人および指定権者の基準をご確認ください。

ヒヤリハット事例検討 実施記録

①転倒・転落 | コピーして毎回お使いいただけます

実施日		時間	
実施場所		司会	
テーマ	ヒヤリハット事例検討 ①転倒・転落		
参加者			
出た意見・気づき			
次回までに行うこと			

気づきの欄は、きれいにまとめなくて構いません。「次に同じ場面が来たら、どう動くか」が1行あれば、それが次の申し送りになります。

わすれもの介護相談室 <https://kakeru2914.com/> | ほかの場面（誤薬・誤嚥・挟み込み・入浴・認知症の方の行動・預かり金・送迎）は記事本文で公開しています。