上巻目次

核となるもの

01 アウェアネス介助の哲学
——世界とはどのようなものか？

基礎知識

02 感じる解剖
——人間とはどのようなものか？

03 安　楽
——楽なのはどのようなときか？

04 感　覚
——どのようにして感じているのか？

05 感じる神経
——どのようにして動きが起こるのか？

06 動きの中枢と日常生活の動き
——どのように動いているのか？

07 接触と動きの生理学・心理学
——体と心はどのような関係なのか？

08 動きの進化発生学
——どのようにして今のような存在になったのか？

09 ヒトの移動の発達
——どのようにして歩けるようになるのか？

一般理論

10 システムとサイバネティクス
——どのように動きがコントロールされているのか？

11 コミュニケーション理論
——どのように「意味」を伝えられるのか？

12 抗重力システム
——重力場の中で生きていくためにどのようにしているのか？

13 動きと感覚の学習
——どのようなものがアウェアネス介助論に影響したのか？

14 成長、老化、学習
——年齢につれて学習はどのように変わるのか？

下巻目次

核となるもの

15 アウェアネス・スルー・タッチ
——アウェアネス·スルー·タッチとはどのようなものか？

基本的動きとその介助

16 歩　行
——どのように歩いているのか？

17 立っている、しゃがむ、立ち上がる、座る
——どのように立ち、座るのか？

18 座　位
——どのように座っているのか？

19 端座位の移動
——座っているとき、どのように移動しているのか？

20 移　乗
——どのように車椅子へ移乗しているのか？

21 起き上がり
——どのように起き上がっているのか？

22 側臥位の移動
——どのように横を向いて移動しているのか？

23 寝返り
——どのように移動としての寝返りをしているのか？

24 仰向けでの頭側移動
——どのように寝たまま移動しているのか？

25 仰向けでの横移動
——どのように寝たまま移動しているのか？

26 ポジショニングと臥位の支援
——寝ている人や座っている人にどのような支援ができるのか？

アウェアネス介助の応用

27 嚥下と食事の動きの支援
——食べることの支援はどのようにするのか？

28 褥瘡と動きの支援
——「動きの支援の欠乏症」とはどのようなものか？

29 排泄と動きの支援
——排泄の支援はどのようにするのか？

30 療養病棟での実践
——アウェアネス介助論をどのように使えるのか？

■ご注文は、お近くの書店にお申込みください。または、以下にご住所・お名前・お電話番号をご記入のうえ、小社まで FAX または郵送にてお申込みください（振込用紙を同封して書籍をお送りいたします。送料は無料です）。お電話、小社ウェブサイトからのご注文もお受けいたします。

書店用		
	アウェアネス介助論 **【上巻】解剖学・生理学と基礎的理解** B5 判／定価：6,720 円（本体価格 6,400 円＋税） 770 頁／ ISBN 978-4-9903014-5-3	**注文** 冊
	アウェアネス介助論 **【下巻】接触と動きと介助の実際** B5 判／定価：6,720 円（本体価格 6,400 円＋税） 765 頁／ ISBN978-4-9903014-6-0	**注文** 冊
ご住所 〒 電話番号　（　　）		お名前

医学・看護学書出版社 シーニュ www.thesigne.jp
〒156-0041　東京都世田谷区大原 2-24-2　TEL／FAX 03-5300-2081

CARE WITH AWARENESS

アウェアネス介助論

―気づくことから始める介助論―

上巻　下巻

著：澤口裕二（医師・士別市立病院 療養病棟担当診療部長）

人間はすべての感覚を使い
動き生きているから、
介助はすべての感覚を使い
動く芸術になりうる。

上下巻で合計 1500 ページ以上
イラスト 2000 点以上
実践ムービー DVD 4 枚（約 7 時間）

【上巻】
解剖学・生理学と基礎的理解
B5判／770頁　付録：DVD2枚
定価：6,720円（本体価格6,400円＋税）

【下巻】
接触と動きと介助の実際
B5判／765頁　付録：DVD2枚
定価：6,720円（本体価格6,400円＋税）

著者紹介：澤口裕二（さわぐち・ゆうじ）

医師・士別市立病院 療養病棟担当診療部長。

消化器外科医であったときに、褥瘡の治療とケアのために介助に着目し、動きの重要性を認識した。キネステティクスの存在を知り、その教科書をドイツ語の勉強をして翻訳した後、フェルデンクライス・メソッド、アレクサンダー・テクニーク、センサリー・アウェアネスのセミナーに参加し、動きと感覚について学習を進めた。現勤務先の療養病棟で動きの支援を実践・研究。

トランペット演奏、乗馬、川下り、コンピュータ（第 2 種情報処理技術者）、社交ダンス、写真その他の趣味も最大限に利用して、本書をまとめた。

上巻 解剖学・生理学と基礎的理解

ISBN978-4-9903014-5-3/B5 判 /770 頁
定価 6720 円（本体 6400 円＋税）付録 DVD2 枚付き

■あなたが気づけば世界は変わる！

「気づくこと」（アウェアネス）を中心に自然科学、行動科学などの諸科学を介助のツールとして理解できるおもしろさを提供します。哲学に始まり、進化発生学、解剖学、生理学や、キネステティクス、フェルデンクライス・メソッド、アレクサンダー・テクニークまで。

■ボディメカニクスからサイバネティクス（情報理論）へ

従来のボディメカニクス中心の介助ではなく、「接触と動き」を媒体とするサイバネティクス中心の介助について解説します。

下巻 接触と動きと介助の実際

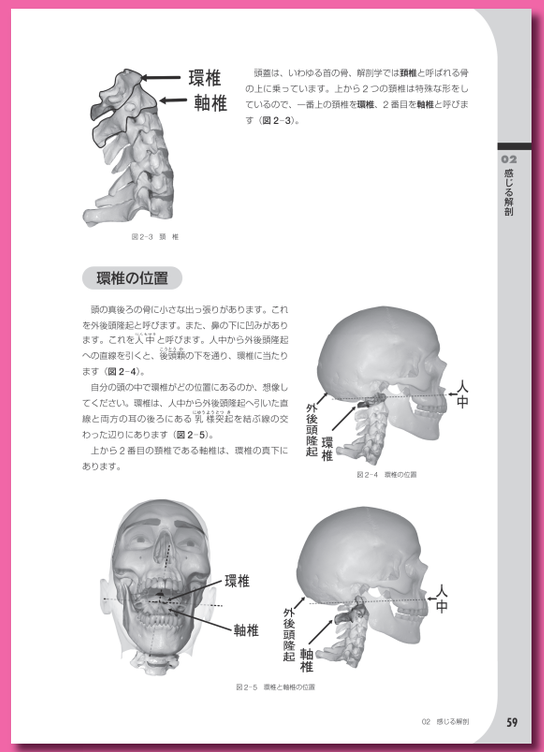
ISBN978-4-9903014-6-0/B5 判 /765 頁
定価 6720 円（本体 6400 円＋税）付録 DVD2 枚付き

■「接触と動き」の探求

介助の技能を熟成するための知識（実践写真と解説）を提供し、体験を提案します。アウェアネス・スルー・タッチに始まり、歩行、立っている・しゃがむ・立ち上がる・座る、座位、移乗、起き上がり、寝返り、ポジショニングの介助や、食事の支援、褥瘡ケア、排泄の支援まで。

■介助することは「学び」を提供すること

形から入る介助教育や力による介助ではなく、何を感じているかに「気づくこと」（アウェアネス）から入る介助を解説します。介助を受ける人が体験を通して「学習」できる介助です。


02 感じる解剖

環椎
軸椎

頭蓋は、いわゆる首の骨、解剖学では**頸椎**と呼ばれる骨の上に乗っています。上から２つの頸椎は特殊な形をしているので、一番上の頸椎を**環椎**、２番目を**軸椎**と呼びます（**図 2-3**）。

図 2-3 頸 椎

環椎の位置

頭の真後ろの骨に小さな出っ張りがあります。これを外後頭隆起と呼びます。また、鼻の下に凹みがあります。これを人中と呼びます。人中から外後頭隆起への直線を引くと、後頭骨の下を通り、環椎に当たります（**図 2-4**）。

自分の頭の中で環椎がどの位置にあるのか、想像してください。環椎は、人中から外後頭隆起へ引いた直線と両方の耳の後ろにある乳様突起を結ぶ線の交わった辺りにあります（**図 2-5**）。

上から２番目の頸椎である軸椎は、環椎の真下にあります。

図 2-4 環椎の位置

図 2-5 環椎と軸椎の位置

02 感じる解剖 59

●上巻内容見本（2章「感じる解剖」p59）

哲学、解剖学、生理学、進化発生学など、さまざまな角度からヒトの動きや感覚について解説。

上下巻合わせて1500頁、2000点のイラストで見せる新しい介助書！

図 6-19 自分で起こした ATNR

生後６か月を過ぎると、ATNR は見られなくなりますが、この反応が存在しなくなるのではありません。反応の準備はできているのですが、上位中枢に抑制されて発現が抑えられているのです。必要なときには、この反応が出てきます。高いところにあるものを見て、手に入れようとすると、ATNR が出てきます（**図 6-20**）。

成人のふだんの動きの中にも、この反応は存在します。野球選手が高いボールを捕ろうとするときに、頭の向いた側の上下肢が伸展し、反対側の上下肢が屈曲します（**図 6-21**）。ATNR が出ています。クロールの動きにも ATNR が出てきます（**図 6-22**）。すばやい反応が必要なときは、上位中枢のコントロールを受けて動くよりは、下位の中枢レベルの指令のままに動いたほうが速くなります。

図 6-20 高所へ手を伸ばすときの ATNR

一般に「一流選手は反射神経が優れている」といわれます。しかし、**一流選手も下手な選手も、神経の伝達速度に違いはありません。**速さの違いは、感じてから動くまでの神経の中継点の数にあります。

下手な人は、動く前にいろいろなことを考えます。ボールはどんな回転をしているか、どんなコースを飛んでいるか、自分の走る速さではどこまでいけるか、これを捕ればどれだけ称賛されるか　。これらは大脳皮質のたくさんのシナプスを通過して考えられます。それからどう動

2010年７月26日、シアトル・マリナーズのイチロー選手がホームランになる打球を跳んでキャッチ

図 6-21 野球選手の ATNR

図 6-22 クロールの動きの ATNR

364 基礎知識

●上巻内容見本（6章「動きの中枢と日常生活の動き」p364）

図中 1：「なるべく自分で動いてくださいね」と言いながら、麻痺がなければ行うであろう動きを手伝います。

図中 2：起き上がる人の左手を右に持ってくると、右に転がりやすくなります。

図中 3：起き上がる人の右の踵の裏に介助者の右手を当てます。

図中 4：起き上がる人の右足をベッドの縁に持ってきます。

図中 5：起き上がる人の左の踵の裏に介助者の右手を当てます。ベッドの縁に持ってきます。

図中 6：起き上がる人の骨盤の左腸骨に手を当て、骨盤が右大腿骨頭の上で回るか確認し、骨盤の位置を調整します。

図中 7：起き上がる人の左膝に手を当て、下肢の伸びやすい方向を確認します。

図中 8：「ウン、この方向に下肢が伸びると骨盤が動く」とわかります。

図中 9：起き上がる人の右手の位置を調整します。

図中 10：起き上がる人の右肘が胸郭の下に近くなるようにします。

21 起き上がり

21 起き上がり 1209

●下巻内容見本（21章「起き上がり」p1209）

実際の介助の様子を記録した写真も多数掲載。実践に役立つ！

実践ムービー 30 本が収録された DVD 4 枚付き

（上巻 Disc 1・2 ／下巻 Disc 3・4）

Disc2-09「歩行の進化」

Disc3-24「催眠術、ん？」

Disc4-38「端座位の移動」