

看護における基本技術 I 活動と休息

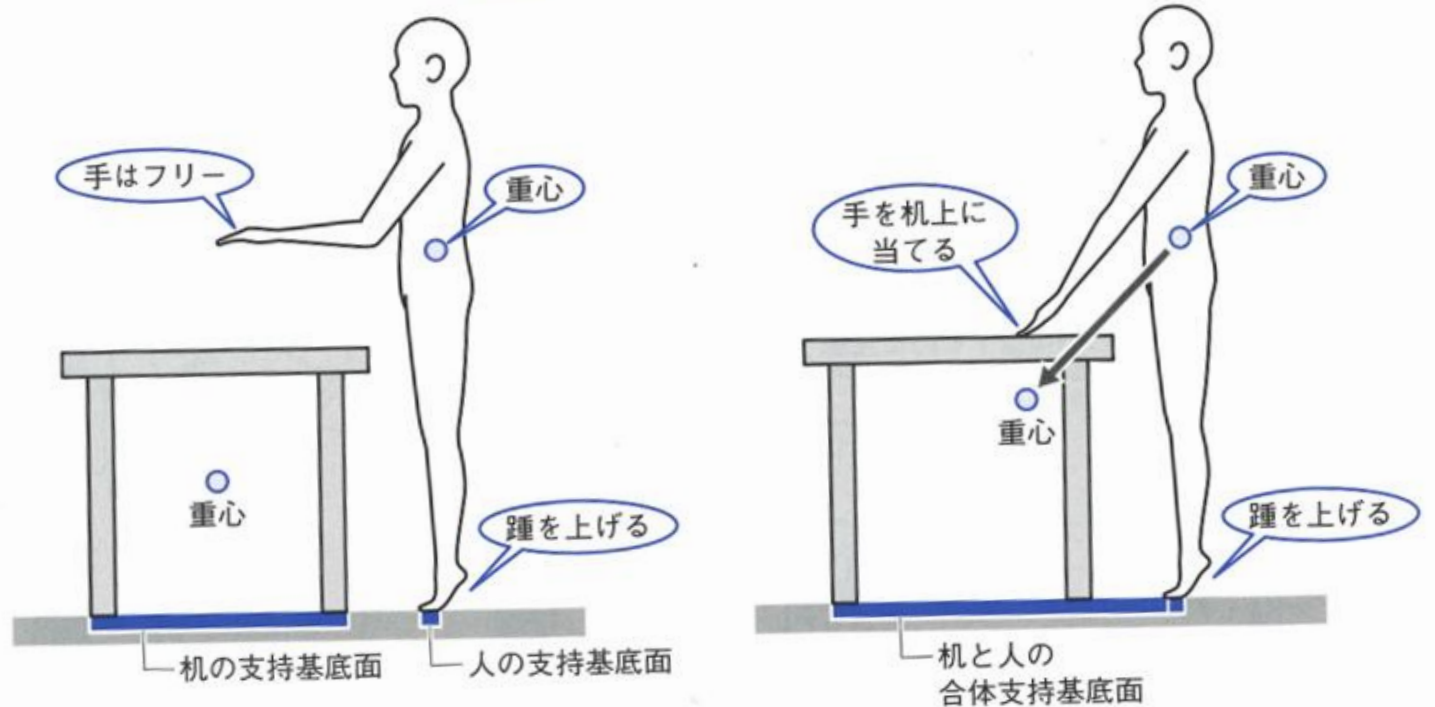
第1回：活動 追加資料



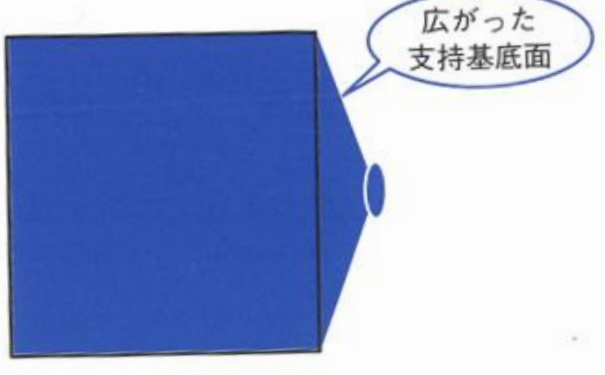
2026年6月12日(金)

担当：小林裕梨子

実験してみよう！



(a) つま先立ち



(b) つま先立ちで机に触れる

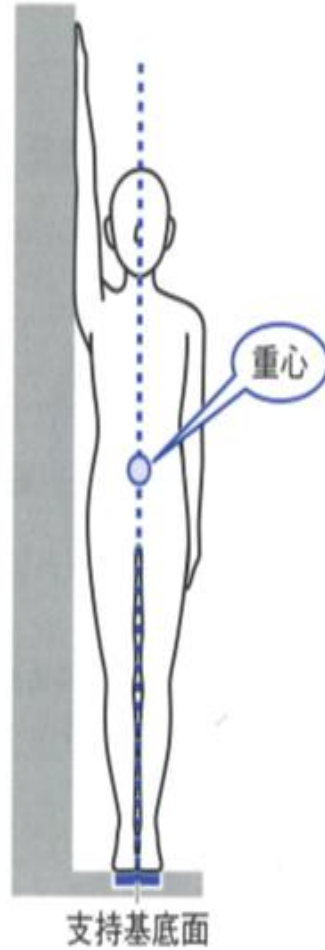
110-5 固定物に触ると安定する！ その理由は？

A. 壁があることで、臀部が後ろにいかず、重心線がすぐに支持基底面を外れてしまうため

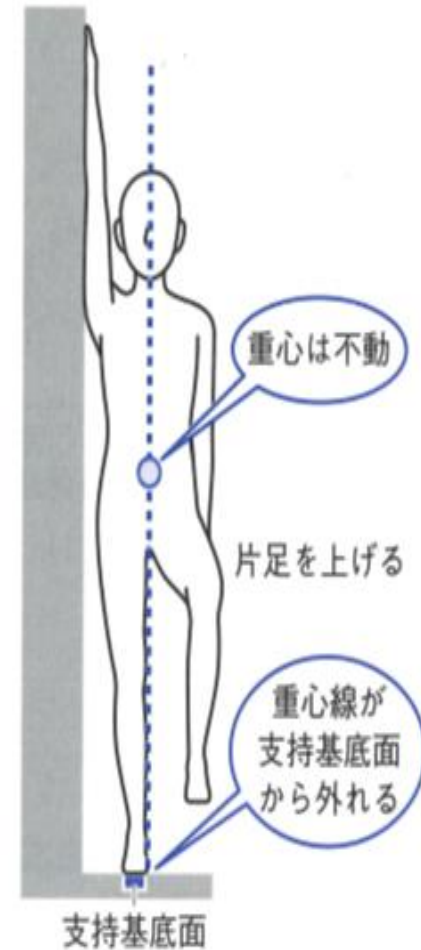
A.
片足をあげようとした時、壁があることで重心線が支持基底面から外れるため足があげられない

実験してみよう！

(a) 両足立ちは立てる



(b) 左足上げると立てない



(c) 立てる

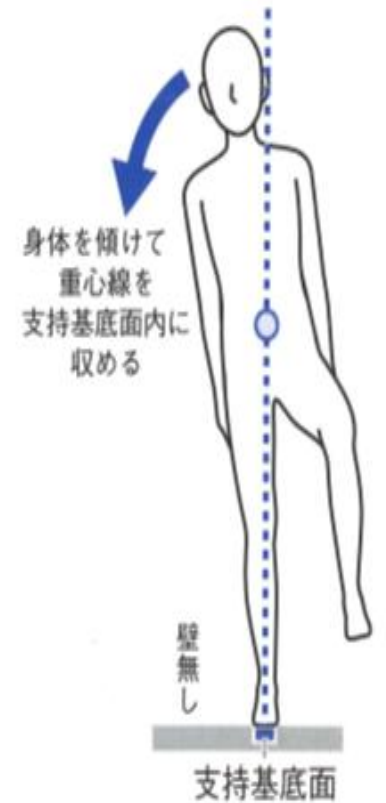


図10-8 片足を持ち上げられますか！