

専門分野 基礎看護学 フィジカルアセスメントⅠ

第Ⅰ回：フィジカルアセスメント総論



2026年10月21日(水)

担当：小林 裕梨子

本日の目標

- 1.ヘルスアセスメントやフィジカルアセスメントの意義と目的を理解する
- 2.ヘルスアセスメントとフィジカルアセスメントおよびフィジカルイグザミネーションはどのような関係にあるか理解できる
- 3.フィジカルアセスメントに必要な基本技術を理解できる

フィジカルアセスメントの基礎知識

ヘルスアセスメントとは(health assessment)



○健康の査定

人々の健康状態を身体的・精神(心理)的・社会的な視点から系統的に情報を収集し、総合的に査定(アセスメント)すること

看護におけるヘルスアセスメントは、人間を自然環境や社会の中の生活者としてとらえ、対象は身体的に、また心理・社会的に健康であるといえるか、問題があるとすればそれは何かを明らかにする行為のことをいう

フィジカルアセスメントの基礎知識

健康(=health)とは…



- ◆『健康とは、完全な肉体的、精神的及び社会的福祉の状態であり、単に疾病または病弱の存在しないことではない』 看護概論P109より
- ◆『健康とは、病気でないとか、弱っていないということではなく、肉体的にも、精神的にも、そして社会的にも、すべてが満たされた状態にあることをいう』 日本WHO協会訳



健康は、身体的側面だけではなく、精神的、社会的側面も含めた総合的なもの、有機的なものであるといえる

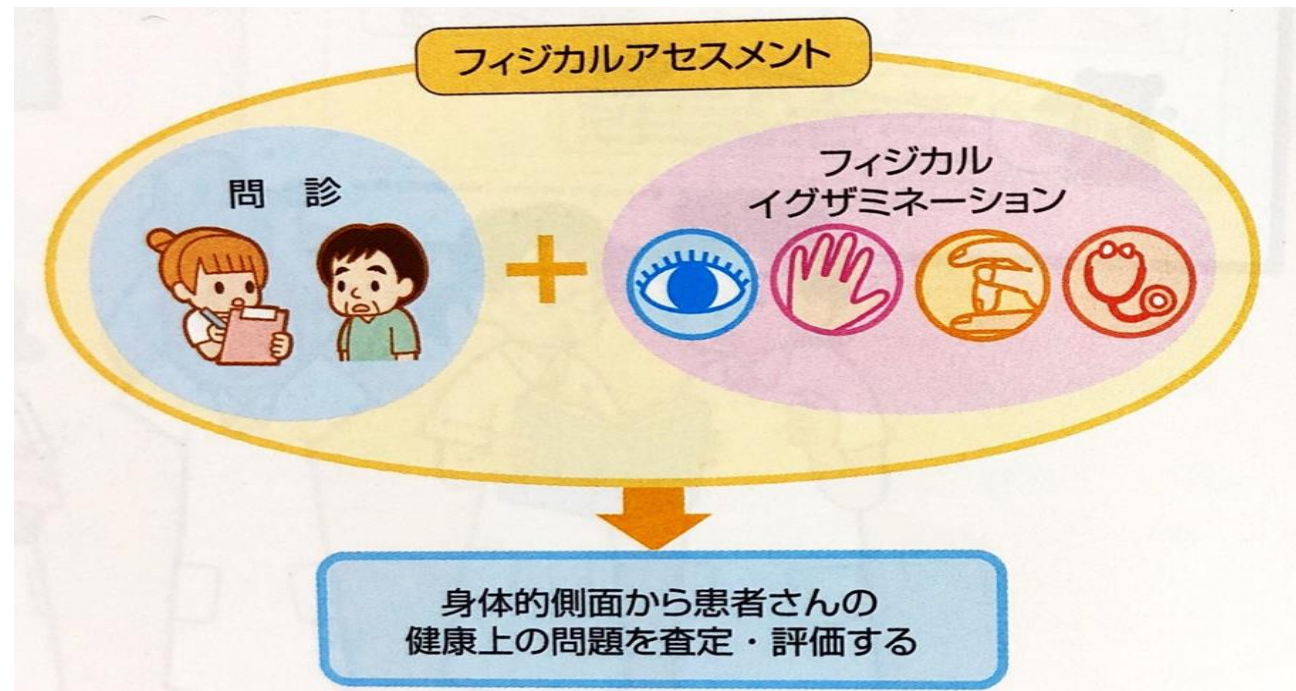
フィジカルアセスメントの基礎知識

ーフィジカルアセスメントとはー



○身体的側面の査定

対象の訴えを聞いたり(問診)、観察をして情報収集を行い、**身体機能**
を評価すること



看護に必要な情報を収集する手段のひとつだよ!



フィジカルアセスメントの基礎知識 ーフィジカルアセスメントの目的ー



フィジカルアセスメントは、身体機能の把握のために行う



看護師として大切なことは…

実際の看護援助に結びつけること

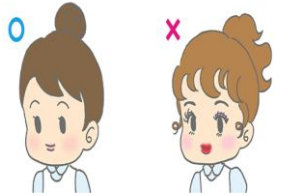
対象に必要な看護ケアを明確にし、根拠に基づく看護ケアを
実践し、実施した看護ケアの評価につなげていく

ヘルスアセスメント、フィジカルアセスメント を行う上で大切にして欲しいこと

- 人権を守る
- 理性と感性を総合的に活用する
- 既成の概念に固執しない
- 継続的に観察し、情報を蓄積・更新する
- 対象者の疾病と生活に関する事項を総合的に把握する

ヘルスアセスメント、フィジカルアセスメント 実施の際の留意点

- 身だしなみ 自分たちの価値観ではなく全年代が清潔だと感じる清潔感!
- 感染予防 標準予防策の徹底!手指消毒の5つのタイミング確認!
- コミュニケーション 患者さんを尊重した言葉遣い、表情、態度!緊張をほぐし安心できるような声掛け!
- 説明と同意(+理解) 必ず目的や方法、所要時間を説明。理解を得た上で必ず同意を得る!フィジカルイグザミネーションの結果を伝える!プライバシーを守る!
- 羞恥心への配慮 正確に短時間で観察を行えるよう、必要な部分はしっかり露出!それ以外はバスタオルで覆い羞恥心に配慮を!
- 患者さんに触れる際の配慮 聴診、打診時には手を、聴診時には聴診器を事前に温め、冷感による筋緊張などの影響を避ける!



フィジカルアセスメントの基礎知識 ーフィジカルアセスメントに必要な技術ー



重要なのは観察力！

正確に、『診る、見る、視る、看る』 診る力がなければ看れません！
査定する…『診る』

正しい知識、技術、判断力
自主的な援助・支援

対象者の生命や安全を守り、
ケアの質が高められる

対象者を観察し、正確に情報を収集する
そして、査定をしながら看護の援助を実践できるようになろう！！

フィジカルアセスメントの基礎知識 ーフィジカルアセスメントに必要な技術ー



○定量的観察

測定や検査データなどフィジカルイグザミネーションから得られる情報

➡ 誰が行っても同じ結果になる

○定性的観察

観察者の認識で情報の広がりや深さが異なるもの

➡ 看護師により質が変化する

フィジカルアセスメントの基礎知識 ーフィジカルアセスメントに必要な技術ー



○情報収集

① 主観的情報: Subjective date

- ◆自覚症状の程度
- ◆対象者が自覚している心身の状況
- ◆対象者の直接的な言動的要素

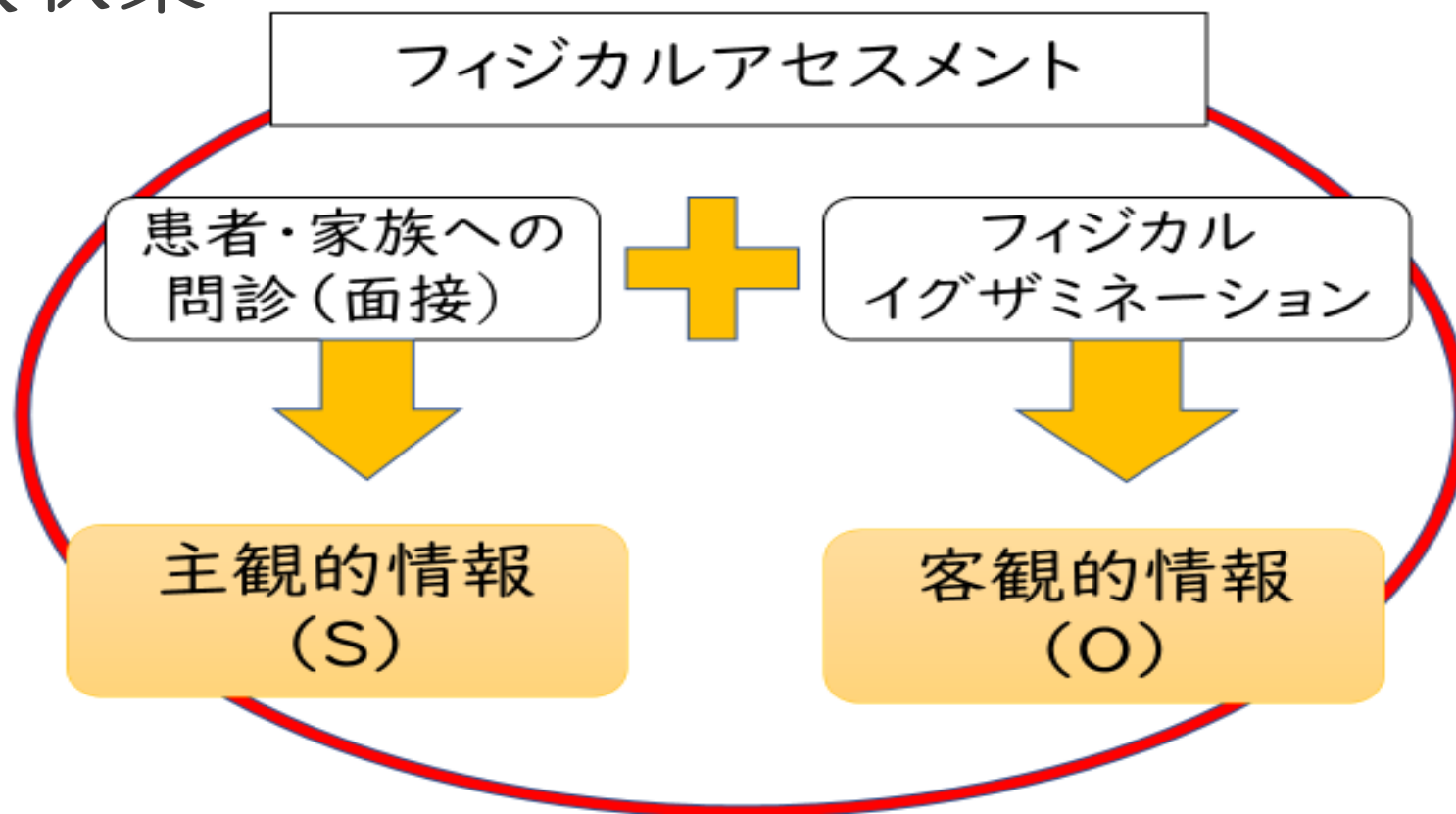
② 客観的情報: Objective date

- ◆フィジカルイグザミネーションにより得られた身体的情報(バイタルサイン、検査データ、表情など)
- ◆看護師が五感によって客観的に収集した情報
- ◆観察、測定された情報

フィジカルアセスメントの基礎知識 ーフィジカルアセスメントに必要な技術ー



○情報収集



フィジカルアセスメントの基礎知識 ーフィジカルアセスメントに必要な技術ー



○フィジカルアセスメントの流れ



◆身体診察の順序(身体侵襲の少ないものから)

視診→触診→打診→聴診

◆腹部のアセスメントの場合

視診→聴診→打診→触診

対象に負担をかけないようにコミュニケーションをとりながら安全・安楽に行おう!

露出に耐えられる環境・温度の調節、プライバシーの保護、なるべく自然光で行うよ



フィジカルアセスメントの基礎知識

ーフィジカルアセスメント(ヘルスアセスメント)に必要な技術ー



1. 健康歴の聴取

○問診とは

- ◆患者さんとの会話を通して、主訴や既往歴、生活歴などの情報を得る方法である
- ◆信頼関係を築く場でもある
- ◆会話の中で必要な情報を引き出せるようなやり取りをする
- ◆身体的なことだけでなく、心理的、社会的なことも含めて患者さんの生活背景を把握し、患者さんの問題を焦点化して、その後のフィジカルアセスメントに繋げる

▶表 2-2 豊かな情報を得るための問診上の工夫

質問の仕方	• 患者の一番気になっていることからたずねる。 • 自覚症状や徴候に関して、より多くの関連情報が得られるように焦点化する。 • 誘導尋問をしない。
コミュニケーション技法	• うなずき・相づち・繰り返し・言い直しなどのテクニックを用い、相手に「聞いてもらっている」感じを与える。
オープンエンドクエスション	• より多くの情報やより深い情報を得たいときに、「～についてもう少し詳しく教えてください」などの発問をして、自由に語ってもらう。ただし、対象者に十分な体力と気力がないと心身に負担をかけることになるので、状況を見て用いる。
クローズドクエスション	• 適切な場面で用いると効果的である。 • 痛みや呼吸困難のあるときや緊急性が高くアセスメントを急ぐときは、「はい・いいえ」で答えられる質問を準備する(症状の有無、程度、持続時間などに関する質問)。

フィジカルアセスメントの基礎知識

ーフィジカルアセスメント(ヘルスアセスメント)に必要な技術ー



1. 健康歴の聴取、問診

基礎情報	氏名、性別、年齢・生年月日、婚姻状況・家族、職業、緊急連絡先など
主訴	対象者が現在最も困っている点、主な訴え、医療機関受診の目的など
現病歴	症状出現から現在にいたるまでの経過、対処行動
既往歴	過去の健康歴。過去にかかった病気、手術歴など
生活背景	生活環境や家族歴、対象の成長過程や価値観の理解に役立つ
生活状況	基本的な日常生活活動と1日の過ごし方

なぜその情報を得る必要があるのかを意識してね(**根拠**)

何に繋がるのか
考えながら、必要な情報を聞いていこう



フィジカルアセスメントの基礎知識 ーフィジカルアセスメントに必要な技術ー



1. 健康歴の聴取

○問診

症状に関する問診の7項目



5W1Hを常に意識しよう

部位、性状、量・程度、経過
発生状況、影響する因子
随伴症状

Who	どのような患者が？	誰が
What	どんな症状を？	なにが(症状)
When	いつから？どんなときに？	いつ(経過、発生状況)
Where	どこが(部位)？	どこで(どこが)
Why	⇒フィジカルアセスメント	なぜ(査定)
How	どれくらい痛いか？どのように？	量・程度、因子など

フィジカルアセスメントの基礎知識

ーフィジカルアセスメントに必要な技術ー



1. 健康歴の聴取

○問診時の観察

表情

どんな表情をしているか？
話している時の反応は？

身体の動き

話すとき、話を聞くときの
挙動はどうか



視線 👁👁

視線はあうか？
どこに視線をおいているか？

フィジカルアセスメントの基礎知識 ーフィジカルアセスメントに必要な技術ー



1. 健康歴の聴取 ○問診の留意点

◆ 専門用語を用いない

◆ 答えを誘導するような質問をしない

◆ 無理に聞き出したり、立て続けに質問したりしない

尋問にならないよ
うにしようね

会話の流れから自
然に必要な問診が
できるようになって
いこう



フィジカルアセスメントの基礎知識 ーフィジカルアセスメントに必要な技術ー



急変対応時に迷わない(焦らない)ためのアプローチ

看護師に求められる臨床判断(クリニカル・ジャッジメント)とは？

刻々と変化する患者の複雑な状態に対して、看護の視点から「気づき」
「解釈」し、適切な対応(必要な人への明確な報告、必要な初期対応な
ど)や適切な看護ケアを決定する、一連の思考・実践プロセスのこと

フィジカルアセスメントの基礎知識 ーフィジカルアセスメントに必要な技術ー



急変対応時に迷わない(焦らない)ためのアプローチ

VABCDEとは

対象の急変や生命の危機をベッドサイドで迅速に見抜き、**次のアクション(介入・報告)を決定するための“フィジカルアセスメント”“初期評価”の臨床思考プロセス**のこと

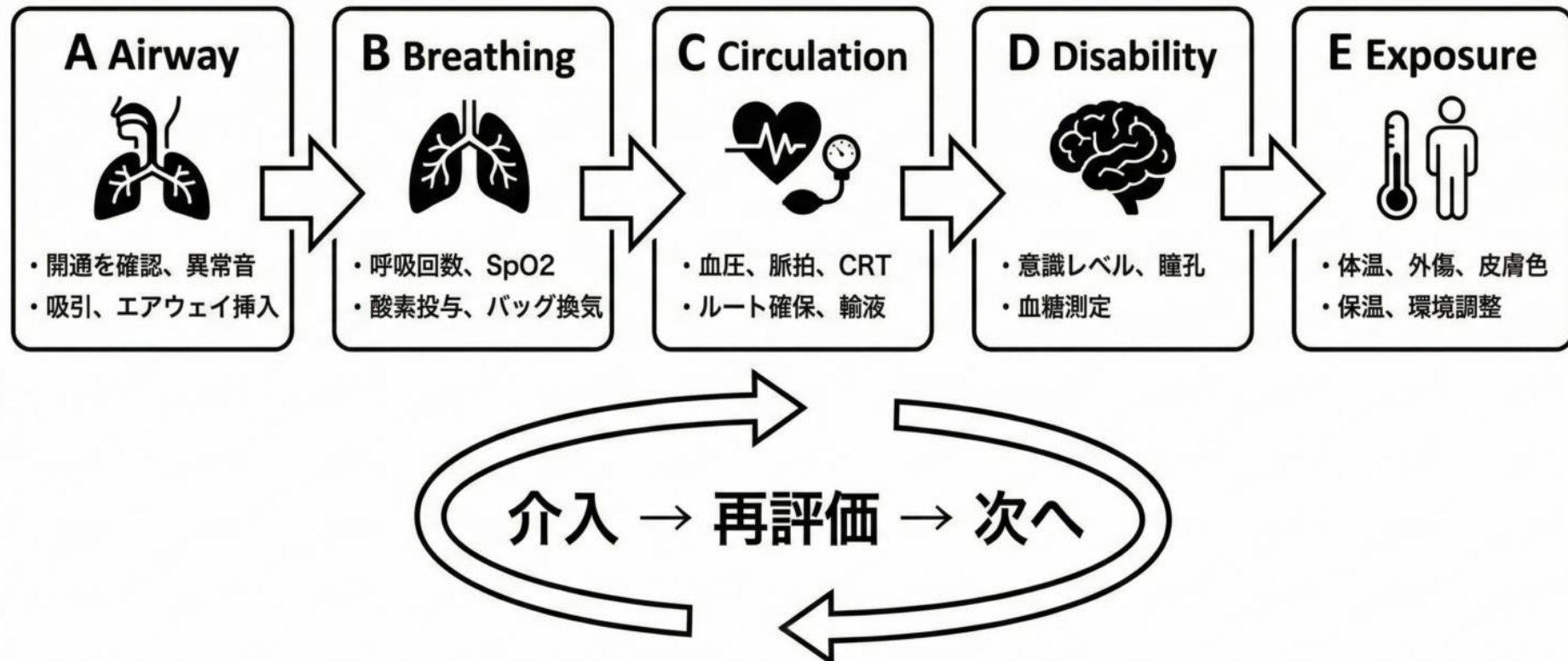
SQ(Semantic Qualifier)問診モデルとは

対象の主訴(訴えそのものの言葉)を、臨床推論に役立つ普遍的な医学用語(SQ)に変換して評価・整理する問診および診断へのアプローチのこと

フィジカルアセスメントの基礎知識 ーフィジカルアセスメントに必要な技術ー



急変対応時に迷わない(焦らない)ためのアプローチ:ABCDEアプローチ



フィジカルアセスメントの基礎知識 ーフィジカルアセスメントに必要な技術ー



2. フィジカルアセスメント

フィジカルイグザミネーションでとらえた情報を他の情報を合わせてアセスメントし、異常の早期発見や看護援助、評価につなげていくところが、看護におけるフィジカルアセスメントといえる

フィジカルイグザミネーションとは？

『身体診察』や『身体審査』と直訳される

対象者の身体に関する客観的な情報を得る手段

具体的な方法として視診、触診、打診、聴診という4つの技術がある

フィジカルアセスメントの基礎知識

ーフィジカルアセスメントに必要な技術ー



3. フィジカルイグザミネーション: 視診 ✨👁️👁️

視診では、全身の外観、身体各部の形態(大きさ・形)や皮膚粘膜表面の状態や色調などを観察する

❁ 視診のポイント

- ◆ 観察する部分をしっかり露出し、他の部分は覆う
- ◆ 部屋の温度に注意する
- ◆ 適切な明るさのもと行う
- ◆ 左右対称性、色、位置、性状をみる

フィジカルアセスメントの基礎知識

ーフィジカルアセスメントに必要な技術ー



3. フィジカルイグザミネーション:触診

- ◆触診は、皮膚粘膜の表面なのか、体腔内深部(臓器)なのかといったように、みる部位や目的によって触診の方法が異なる
- ◆タッチングという1つの看護介入行為にもなり、間接的に信頼関係の構築も促進させる作用もある

❁触診のポイント

- ◆爪は短く、手は温めておく
 - ◆感染対策(手袋、ゴーグル、マスク、手指消毒など)
 - ◆表面の触診では知覚異常を、浅い・深い部位の触診では圧痛を確認しながら行う
- ※圧痛がある場合は最後!

フィジカルアセスメントの基礎知識

ーフィジカルアセスメントに必要な技術ー



3. フィジカルイグザミネーション: 打診



◆打診は、身体の表面を叩いて振動を与え、生じた音を聞きとり内部の状態を知る方法

◆体くう内の空気を含む臓器(肺、胃、腸)の状態や実質臓器と空気含有部分の区別、腹水の有無がわかる

❁打診のポイント

- ◆たたく指: 利き手の中指の爪のすぐ下付近でたたく
- ◆たたく部位: 利き手でない手の中指の爪のすぐ下の関節(遠位指節間関節上DIP)をたたく
- ◆たたき方: 手首の力を抜き、スナップを利かせ、垂直に2回ずつ、トントンと確実にたたく
- ◆鼓音、清音(共鳴音)、濁音の3つの基本の音がある

フィジカルアセスメントの基礎知識

ーフィジカルアセスメントに必要な技術ー



3. フィジカルイグザミネーション:聴診



◆聴診は、聴診器を用いて身体内部の音を聴取し、身体の中の変化を判断する

◆呼吸音、腸音、心音などの音の性状を聞きとる
音の性状とは、「高さ」「強さ」「質」「長さ」のこと

❀聴診のポイント

- ◆イヤークピースを正しくフィットさせる
- ◆膜式とベル式を使い分ける
- ◆対象者に当てる部分は温めておく
- ◆静かな環境で行う

フィジカルアセスメントの基礎知識 ーフィジカルアセスメントに必要な技術ー



○聴診器について 『聴診器の構造』



チューブ(導管)

回して膜型とベル型
に切り替える

チェストピース部
膜型 ベル型

イヤータブ(耳管)

イヤピース

フィジカルアセスメントの基礎知識 ーフィジカルアセスメントに必要な技術ー



○聴診器について 『膜型とベル型の違い』

膜型



皮膚に密着させる

高調な音（呼吸音、腸蠕動音、正常心音）を聞くときに用いる

ベル型



軽く当てる

低調な音（異常心音など）を聞くときに用いる

フィジカルアセスメントの基礎知識 ーフィジカルアセスメントに必要な技術ー



○聴診器について 『聴診器の付け方』



自分からみて
「ハの字」になる
ように持つ

[テキスト:基礎看護技術 I P142～、
看護がみえるVol3.
P22～]

フィジカルアセスメントの基礎知識

ーフィジカルアセスメントに必要な技術ー



3. フィジカルイグザミネーション:使用する器具

◆聴診器:身体内部の音を聞く

呼吸器、循環器、消化器のアセスメント

◆ペンライト:光に対する瞳孔の反射をみる

脳・神経系のアセスメント

◆打腱器:腱反射をみる

筋・骨格系のアセスメント

◆角度計・定規:長さや関節可動域を測定する

筋・骨格系のアセスメント

◆舌圧子:口腔内をくまなくみる

口腔内、咽頭、喉頭部のアセスメント

◆眼底鏡、耳鏡、鼻鏡:狭く除きにくいところの構造をみる

◆音叉(おんさ):聴覚や振動の知覚をみる

耳鼻咽喉のアセスメント

フィジカルアセスメントの基礎知識

ーフィジカルアセスメントに必要な技術ー



3. フィジカルイグザミネーション:使用する器具



筋・骨格系のアセスメント
ゴニオメーター、打腱器



耳鼻咽喉のアセスメント
耳鏡(オトスコープ)



脳・神経系のアセスメント
ペンライト

フィジカルアセスメントの基礎知識

ーフィジカルアセスメントに必要な技術ー

使用する器具



3. フィジカルイグザミネーション:パルスオキシメーター

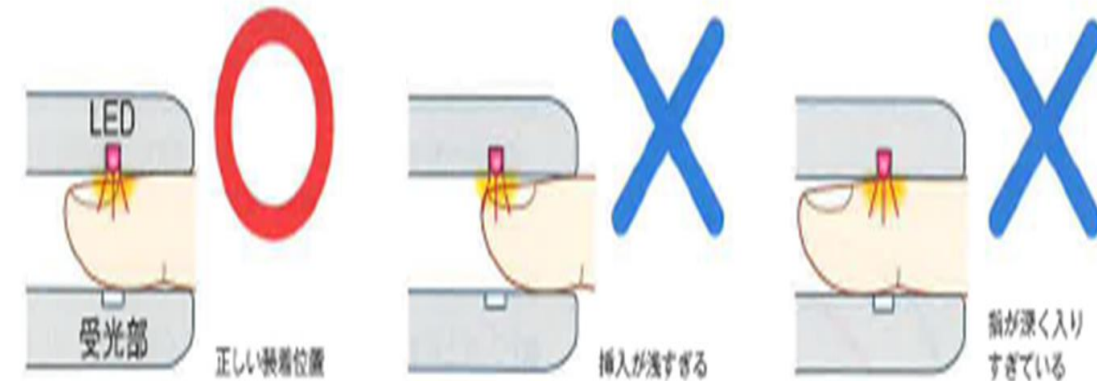
動脈血採血を行わずに動脈血酸素飽和度(SPO2)とほぼ一致するため、呼吸管理の重要なモニターとして用いられる

◆測定部位:指先、耳朶(耳たぶ)、前額部

◆測定値:正常値97~100%

酸素化不良90%以下

■パルスオキシメーターでの測定での注意点



フィジカルアセスメントの基礎知識 ー全体の印象、全身状態の把握ー



五感を駆使しよう!



『看』手と目を組み合わせて
手を目の上にかざし

よくみる(見る、看る、視る、診る)こと



頭からつま先まで!

対象者に関心を常に寄せ続け、

小さな気づき＝観察から援助に繋げる

観察力、判断力、実践力、対象を大切に思う意思

フィジカルアセスメントの基礎知識 ー全体の印象、全身状態の把握ー

1. 『全体』とは何をどのようにみるのか

① 意識状態

はっきり開眼しているか、挨拶に対してどのような反応をするか

② 栄養状態

体型や身長を大まかに観察し、痩せや肥満が無いかな

③ 姿勢・体位

自力での立位・座位保持の可否、脊柱の彎曲異常や不安定、身体のどこかをかばう姿勢、起坐位のみしかできない など

④ 歩行・動作

自力歩行か否か、補助具の使用の有無、歩行のテンポやスムーズさ、歩行の状態、行動における運動の機敏さ

フィジカルアセスメントの基礎知識 ー全体の印象、全身状態の把握ー

1. 『全体』とは何をどのようにみるのか

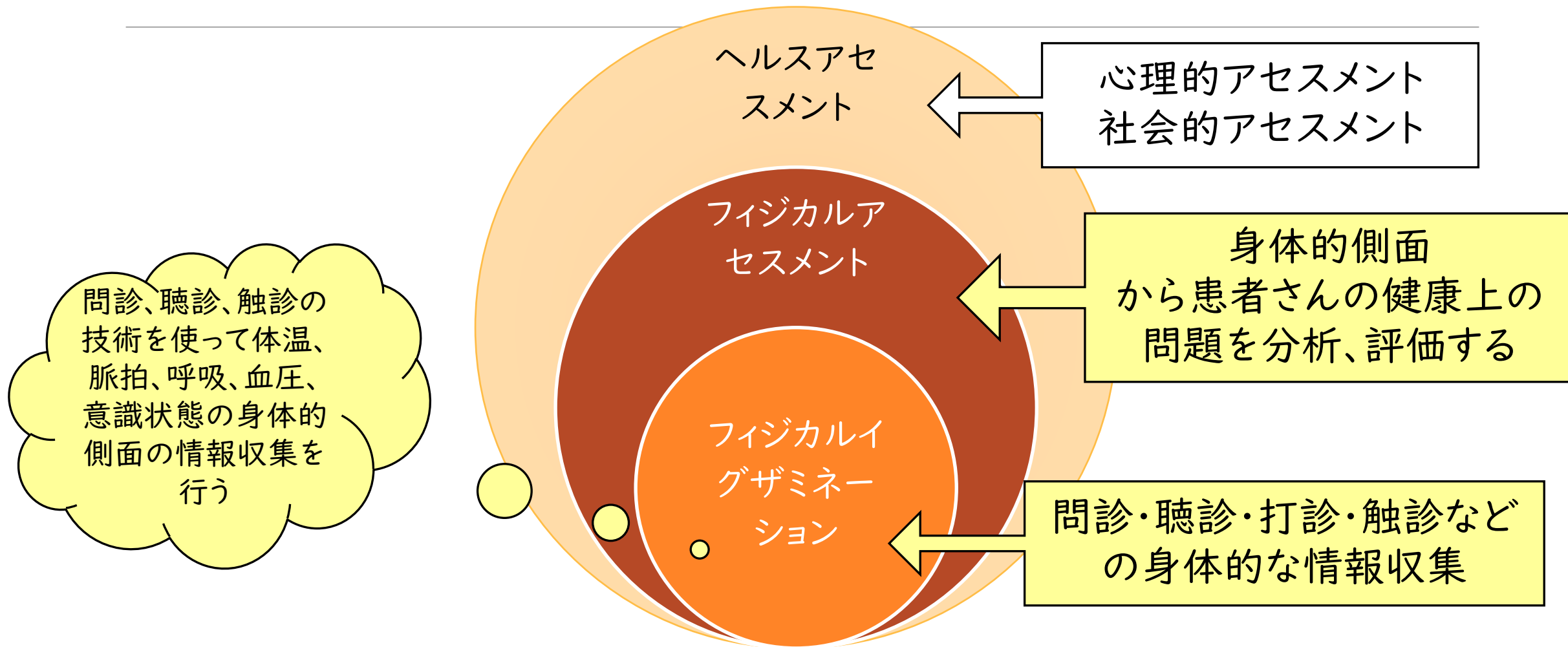
- ⑤ 不自然な動きの有無：振戦や舞踏病様運動の有無
- ⑥ 表情・顔貌・顔色：形態的变化、会話中の表情の動きなど
- ⑦ 活気・声のトーン：発語の仕方、声量、声のトーンなど
- ⑧ 全身の清潔・整容と衣服の状態：皮膚の清潔や整容、衣服の状態
その人の習慣や好み・こだわり、セルフケアの充足状態を表す
- ⑨ におい：セルフケアの充足状態を反映、口臭・体臭の状況によっては原因が全身疾患に及ぶことあり（生命危機の状況である場合もある）
- ⑩ 視覚・聴覚：動作や仕草、会話中に聞き返す・気づかないなどの有無
- ⑪ コミュニケーション：発音、発語の異常の有無、会話内容から理解力やメッセージの発し方が適切か否か、言葉遣い



まとめ

ヘルスアセスメントとフィジカルアセスメント

(health assessment) (physical assessment)



参考・引用文献

- 茂野 香おる他:専門分野 I 基礎看護技術 I , 第19版電子版, (株)学習研究社
- 岡庭 豊:看護がみえるVol.3 フィジカルアセスメント, 第1版, (株)メディックメディア
- 茂野 香おる他:系統看護学講座 専門分野 基礎看護学[1]看護学概論, 第17版電子版, (株)学習研究社