

ノーリフティングケアの取り組み ～やってみれば意識は変わる～



ノーリフティングケア 取り組みのきっかけ

令和5年4月 ノーリフティングケア普及促進事業に
応募前であったが **自主取り組み** をスタート。

取り組みのきっかけ

- ・ 利用者の **介護量** の増加(移乗・ポジショニング・体位変換・排泄介助)
- ・ 職員の **負担** の増加(抱え上げ・力ありきの介助の増加)
- ・ 皮下出血等、移乗などが要因の **事故** の発生
- ・ **腰痛予防** の取り組みを検討していた

これに対して現場から
ノーリフティングケアに取り組んでみてはとの声が上がると

- 利用者と職員の負担軽減
- 事故の予防
- 腰痛予防に取り組み長く働ける職場づくり
- ノーリフティングケアの浸透とケアの統一化

この4点を目標に
取り組みを開始する

2023年6月時点での施設の状況

- ・ 入所 : 29名
- ・ 短期入所生活介護 : 10名
- ・ 平均介護度 : 3.9
- ・ 入居者平均年齢 : 83歳
- ・ 介護職員 : 22名 (男性7名 女性15名)
- ・ 腰痛あり : 15名

入浴時以外での福祉用具の
使用は、ほぼない現状であった

福祉用具の現状

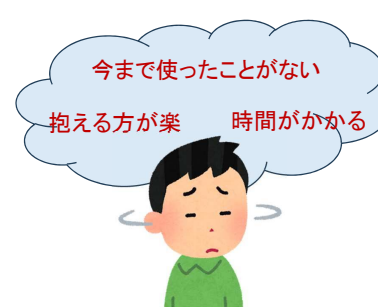
- ・ スライディングシート : 2枚
- ・ スライディングボード : 1枚
- ・ グローブ : 0組
- ・ リフト : 0台
- ・ ベッドは全て電動ベッド
- ・ 浴槽の数: ストレッチャー浴槽 2、一般浴槽 3
- ・ 浴室リフト 1



応募前の取り組み状況

- ・ 令和5年4月 **ノーリフティングケア推進委員会** を設立。
- ・ 物品が一定数必要と考え、必要なシートとボードを購入。
- ・ 対象者を選定、スライディングボード・シートを各ユニットへ導入。

これらの取り組みを行うも、ボードやシートを **使用する** 職員
もいれば **使用しない** 職員もいて浸透しなかった



なぜ浸透しなかったのか

ノーリフティングケアに
対する理解や必要性、
興味がない職員が多かった

取組み体制を再構築

施設だけの取組みでは上手くいかない中、
現場の声を聴いた**施設長がノーリフティング普及促進事業に応募**
研修を受けながら改めて取組みを開始する

・統括マネージャー : 施設長
・健康管理 : 看護師
・教育担当 : 介護主任
・プランニング : ケアマネージャー
・福祉用具 : 機能訓練指導員



職員教育

リスクマネジメント

腰痛予防

福祉用具

この4つに関して
委員会メンバーが情報の共有を
とり中心となって
取組みを行った

リスクマネジメント

利用者に関するヒヤリハットはあげられているが
職員目線のヒヤリハットはほぼない

なぜか？

職員目線のヒヤリハットをあげる場がなかった
環境が整ってないのでそもそもヒヤリハットをあげる意識もない

そこで
PC上の日々の記録の中に職員目線のヒヤリハットをあげる場を準備
全職員が**報告・閲覧**できるようにした
腰痛へつながるヒヤリハットがあがりその中で**リネンの運搬業務**に着目
現状の確認と聞き取りを行った
リスクマネジメントについて目的・必要性を直接説明し理解度チェックを実施

リネンを運ぶとき腰が痛くなる
キッチンの床が濡れていてすべる



職種関係なくヒヤリハットがあがるようになった

職員教育

● **ノーリフティングケアの目的や必要性**について知ってほしい
→資料をもとに**直接説明し理解度チェック**を実施。

● **実際の身体の使い方**を知ってもらい実践してほしい
→**動画視聴と実技指導**で身体の使い方を説明、指導を行った。

● **利用者と職員の負担軽減**の為、福祉用具を活用したい。
→**スライディングシート**を活用できる対象の方が多かったので
使用方法の指導を行った。

実際にやってみると楽
〇〇さんにも使ってみたい

サッと動いたね

軽い！

など前向きな声が上がった



リネン運搬の現状

手で運んだり、台車を使用
量が多いと2~3往復
2階は1階まで降ろしている



重い

押すのに
力がいる



委員会で対策を検討

ワゴンを導入

1回でたくさん運べる
少しの力で動かせる
台車より小回りがきく



楽に運べる

実際の声

・使ってみると想像以上に楽だった ・力がいらぬい ・何往復もしないでいい

使ってみたら**ワゴン導入前の負担の大きさ**を実感した。

福祉用具

6月時点では福祉用具の**管理が曖昧**
職員の中には福祉用具の詳細について把握していない職員もいた

取り組みとして

福祉用具の一覧表の見直しを行い使用状況と管理の可視化を行った
実際に必要な福祉用具の検討を行った

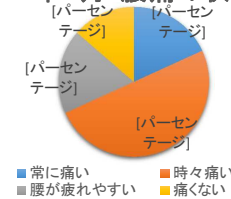
現場の声

- ・どんな福祉用具があるかわかりやすい
- ・福祉用具の活用について考えやすい
- ・グローブを増やしてほしい

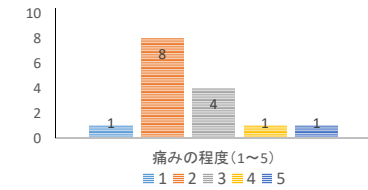


腰痛予防

R5年6月・腰痛の状況



腰痛の程度



6月の腰痛調査より
・腰痛がある職員は15人(68%)
・痛みの程度は5段階で2と3が多い

11月腰痛予防として全職員ができる**これだけ体操**を実施

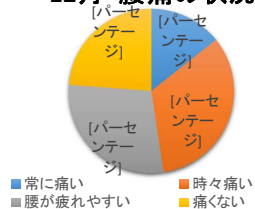
これだけ体操について朝礼と日誌で紹介
休憩前後や隙間時間に実施



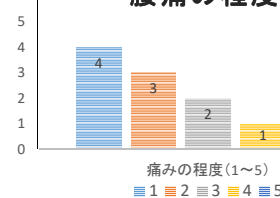
腰が伸びる
楽になった気がする

取り組みの評価として6カ月後腰痛の状況に着目

12月・腰痛の状況



腰痛の程度



12月の腰痛調査では
・腰痛あり10人(47%)
・痛みの程度は1と2が多い

腰痛の状況は6ヶ月間で改善がみられた

腰痛がある職員は **15人⇒10人へ**

施設としては福祉用具がたくさん増えたり、介護量が減った
職員が増えたなどの変化はない。

腰痛の状況は
改善している

なぜ改善したのか？

スライディングシートの対象者が2名から6名に増え、
職員の**使用率**も上がった。
腰痛対策のために**体操をする職員**が増えた。

取り組みのまとめ

- ノーリフティングケアの**目的と必要性**を理解してもらえた。
- **スライディングシート**を活用するようになった。
- 職員目線の**ヒヤリハット**報告の場ができた。
- リネン**運搬時の負担軽減**のため、ワゴンを導入した。
- **福祉用具の一覧表**を新しくした。

各取り組みはポイントを絞って行ったがすべてに対して
積極的・前向きな反応が返ってきた。

取り組み前はノーリフティングケアに対し**マイナスな印象**が多かったが
実際にやってもらうことでノーリフティングケアの良さに気づいてもらい
職員が進んで取り組みに参加してもらえたことが腰痛状況の改善へと
繋がったのではないかと。

体験・経験してもらうことが**意識の変化**に繋がる。