

# ノーリフティングケア2年目の取組み 出来る事からやってみる！



社会福祉法人 清風会  
特別養護老人ホーム 石並園

## 石並園の特徴 (入所100床、ショート9床)

海と山に囲まれた自然豊かな歴史ある施設。  
果樹園のフルーツ、海の物、山の物など美味しい食材がいっぱいです。



### 課題

- 築54年の老朽化した建物 と 20年程前に増築した建物 とにフロアが分かれている。
- 更にその先にレクリエーションセンターが有り、利用者のケアの為の動線が長くなっている。
- 敷地が広く、移動に時間・人手がかかる。
- 古い建物の為、居室や入口が狭く、ノーリフティングケアに必要なスペースが取れない。
- 電動ベッドの数が少なく、約6割が手動ベッドである。(昨年より改善)
- 車椅子も台数は揃っているが跳ね上げ式車椅子が少なく、スライディングボードを使用する環境が整わない。(まだ十分に使用可能な為、買換え計画が立たない)
- 職員が高齢化している。
- 新規採用が殆ど無い(常に募集中)。
- 昨年度、クラスター発生、入所、ショートを一時停止した為、入所者減少。  
以前の水準に戻らず、収支悪化、ノーリフティングケアの予算が取れない。

## 全職員に向けてのノーリフティングケア



全ての作業においてリスクの拾い上げ

### 課題



目安箱  
設置はしたけど  
空っぽ...

全職員を対象とした試みをする度に不満が増加  
腰痛アンケートでさえも負担を感じている職員。  
結果を出せていない為、  
**負担感を減らす為の業務改善に取り組む！**

まずは全職員を対象にせず、  
「腰痛対策チーム」を纏めることを優先

全職員へのテスト実施は来年度へ

### 課題

全職員対象にテキストを配布し、一読してもらい、回答を見ながらの実施(来年度の準備期間)

## 腰痛レベルによる対応策決定と予防体操の徹底

腰痛レベル別に日頃の対応策などをまとめ、個々に配布。

重度者には個別に面談し、予防のポイントなどを説明した。

手すり、椅子などを利用した大股前屈(太ももの前側)のストレッチング



作業後には  
ストレッチね



20~30秒間姿勢を維持し、左右それぞれ1~3回伸ばします

腰痛分類 (石並園) あなたの腰痛分類はどのレベルですか？

※ ご自分の腰痛のレベルを知り、日々の対策を実践しましょう！

腰痛レベル	腰痛レベル別対応策	腰痛レベル別対応策	腰痛レベル別対応策
軽度	腰痛発生時の対応策	腰痛発生時の対応策	腰痛発生時の対応策
中等	腰痛発生時の対応策	腰痛発生時の対応策	腰痛発生時の対応策
重度	腰痛発生時の対応策	腰痛発生時の対応策	腰痛発生時の対応策

ラジオ体操、これだけ体操継続中  
腰痛予防対策を、より意識して貰えるように  
に声掛けも継続中。

また、業務の合間、不良姿勢後のリセット  
を意識できるように  
「ストレッチ・リセット体操」を掲示予定。

# Googleフォームデビュー

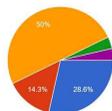
## 介護職員事前アンケート(12月分)

① 現在の状況(腰痛の程度)について  
36件の回答



- 「痛」 常に痛い、またはよく痛みがある
- 「痛」 時々痛い
- 「痛」 痛みがひどい(日常生活が支障をきたす)
- 「痛」 全く痛くない

② 一番痛い時の痛みを5とすると、日ごろの痛、①で「痛」を選択した場合に回答してください。  
28件の回答



- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

全職員に対して、技術の伝達が進んでいないのが原因です。

腰痛アンケートに関しては結果に大きな変化なし

定期的なアンケート実施によって、腰痛を軽減する為に様々な取り組みをしている事を実感して貰う為の土壌づくり。

### 今後の活用品

- 理解度テスト
- 課題・リスクの拾い上げ
- 業務改善案の募集など

QRコードをiPadで読み込んでます。集計が楽に。今後、活用方法を広げてます。



# 技能実習生含む新人教育スケジュール

令和5年10月より技能実習生の受け入れ開始。それに合わせて新人研修スケジュールを修正し、**ノーリフティングケアの項目を追加**教育担当職員にもノーリフティングケアの技術伝達

技能実習生には理解度テストを実施、その後、月2~3回のペースで技術伝達を継続中。

今後、入職した他の職員にも技術伝達の機会を確保していく予定

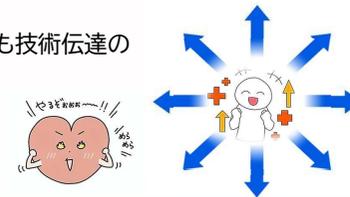
1日目:座学(基本を学ぶ)



2日目以降(技術研修)



まずは若い人、新人職員から  
既存スタッフは昔からのやり方を変えたくない!という意識が強い為、変化を見てもらう作戦です。



# 「統一したケア」への試み



新人教育プログラムの中に「統一したケア」を追加

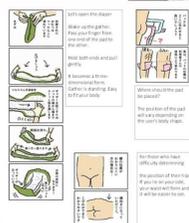
介護スタッフが統一したケアを実施するという意識を持ってくれる良いきっかけに。

ポジショニングに対する勉強不足の意見有り

基本的なケアについてもマニュアルを配布、実習生以外にもスタッフにも読んでもらえるよう英語版、日本語版を用意

- ノーリフティングケアに取り組む為、既存スタッフに「お願い」
- ① 電動ベッドの高さを合わせること
  - ② オムツ交換の際は必ず、柵を外すこと

しかし...  
なかなか、実施できていません”(-”-”-”)



# ラウンド開始(課題把握へ前進)

毎月第一月曜日は「チームの勉強会」(就労後)の日

唯一、チームメンバーが揃う日(全員は無理)  
その日に合わせて、業務時間内に**ラウンドを実施**

一つずつ改善中



全職員に意識を浸透させる事は現時点では難しい為、拾い上げたリスクを、**「ノーリフティングだより」**で掲示し、少しずつ職員の意識改革を進める

## 福祉用具購入計画

全ての希望に予算が取れず、来年度 チャレンジ予定！

### 補助金で電動ベッド申請(13台追加予定)

今後はインカム、跳ね上げ式車椅子、フレックスボード、スライディングシートなど様々な希望からチームで話し合い、何を優先するかを決めていく予定。

現在ある床走行式リフトを有効活用する為のスリングシートなども希望しています。

感謝

#### 来年度は福祉用具購入計画を立て、優先順位を共有



2年前までは、一部の関心のある職員だけが知っている「ノーリフティングケア」という言葉も全職員が知るところに。

技術伝達が進んでいないという課題はありますが、来年度は実際に使用できる場面を増やし、負担が減ったと実感してもらえるようにしたい！

## 地域連絡協議会(現地開催・見学会)

(当園では課題を共有、参加施設の方々から助言を頂きました。)

感謝

- 個浴を試みてはどうか
- 誘導に4人は負担が大きい。移乗方法を変更してはどうか
- スリングシート of 紐部分に鎖が使われている。使用しない方がよいのでは。
- 何を優先するか、「やめる」決断も大切など他にも多数

たくさんの助言！お宝です！！

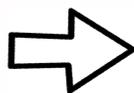
皆さんからの助言を纏め、みんなで回覧、本当に有難い意見ばかり。まずは、入浴について個浴を試みたい！という意見が出ました。



機械浴の浴槽を使ってリフト浴テスト  
最大上げても、お尻が浴槽に当たり、入る事は出来ませんでした。  
個浴用の浴槽の購入必須です(今年度は予算なし)  
結果:現時点では無理



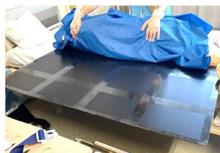
## 移乗方法の変更チャレンジ中！



#### 現在

ベッドから床走行式リフトを使用し、2人介助でストレッチャーへ、2人体制でそのまま浴室へ。誘導の為、2台ストレッチャーが行き来し、誘導係に4人職員が必要な事から常に人員不足。

TRY!  
ベッドからリクライニング式車椅子にフレックスボードで移乗、浴室まで移動、特浴用ストレッチャーに段ツール使用し、移乗、これによって誘導に必要な人数の削減が可能になる！を目指す



段ツールを従来の幅より広く作り直し、試行錯誤(ベッドとストレッチャーの間の隙間が広い為)段ツールを使用しての移乗方法をみんなで勉強中

これも地域連絡協議会にて助言いただいた方法です。自分達では慣れてしまって当たり前になっていました。

## 来年度の目標

- リスクを拾い上げられる体制を作る
  - ・ 定期的なラウンド実施
  - ・ 目安箱やgoogleフォームからの意見募集
- 段階的に技術を習得できる体制を作る
  - ・ 理解度テストを定期的に行う
  - ・ 個別に利用者の計画に応じた介助方法を学んでいく
  - ・ 教育計画を立て、達成度を確認していく
- 利用者に応じたノーリフティングの視点を計画に反映させる
  - ・ 焦らず一人ずつ、アセスメント(移乗介助選択シート等)を定期的に行う
- 高さを合わせる、柵を外すなど基本のケアを大切に
- 新人職員に対し、入職時に腰痛チェックリストを実施する。

