

# ～入居者・職員の笑顔のために～

社会福祉法人 光輪会  
特別養護老人ホーム 常照苑くすのき通り  
ノーリフティング推進委員  
松尾 るり

## 基本理念

常照苑  
くすのき通り



「 わたし達は、  
利用者に  
自分の親や自分自身が提供されたい  
と思う  
サービスをおこないます 」

介護職員数 20名

うち **EPA介護福祉士候補者（インドネシア） 5名**

### **EPA介護福祉士候補者**

経済連携協定（EPA）に基づき、インドネシア・ベトナム・フィリピンの看護・介護の有資格者が来日し、施設等で仕事・勉強の支援を受け、介護福祉士の資格を目指す制度。労働力不足解消を目的とするものではなく、「常照苑の福祉の理念と介護」が候補者を通して、よその国に広がっていく事を目指している

**候補者と日本人職員の待遇に何一つ違いはなく**

**「日本人も外国人もなく、常照苑の同じ職員！」**

## 【 取組前の状況 】

『職員にも入居者にも  
優しい介護を』

目指して・・・



楽助さん



乗助さん



スライディングシート



移乗ボード



フレックスボード



電動ベッド・低床ベッド



跳ね上げ式 車イス

抱えた方が早い

抱え上げ、中腰姿勢  
は当たり前

時間がかかる

10年以上前から取りかかっていたが 定着には至らなかった

## 【きっかけ】

7月 右大腿骨顆上骨折・・・発生 原因不明

退院が決まると・・・「移乗介助するのが怖い」

関連病院のPT  
アドバイザーの山田さんから  
入居者全員の移乗方法の見直しと指導を



自信を持って介助ができるようになった！！

8月 ノーリフティングケアモデル施設になってみませんか？  
よし！やってみよう！！

# 【ノーリフティングケアの取り組み】

「ノーリフティングケアの必要性と目的」を伝達

「リスクマネジメントについて」を伝達

↓  
チェックリストによる理解度チェック

↓  
リスクを文章で表現する事が難しい

コアメンバーと職員が、対面による意見交換を重ねる中で、噛み砕いて丁寧に説明し、職員が感じているリスクや不安を把握していった



## 【技術の伝達では・・・】

### STEP 1

推進メンバーとコアとなる職員へレクチャーをおこなう。  
技術アドバイザー - 山田さんより協力をいただきました。



### STEP 2

テキストにあるチェック票で評価

### STEP 3

フロアー職員へ指導・評価  
(推進メンバー・コア職員が実施)



入居者・職員共に一律のやり方ではなく個別の方法の構築が必要！！

## 【職員のセルフケア・・・】

短時間で  
簡単に  
みんなで作れるストレッチを



上下肢のストレッチ

朝礼・各勤務の申し送り時

施設全体で・・・  
施設長も 事務部長も  
事務職も 介護職も 管理栄養士も  
看護職も 環境整備も 通所職員も  
常勤も 非常勤も



移乗介助の基本：体重移動

職員全員が当事者意識を持つために取り組むことでルーティン化し  
継続できる！！

7

## 【取り組み後の変化】

① シート携帯が常態化（介助にシートが無いと不安）



これが楽やね。

② 時間を気にせず、ベッドの高さの調整  
（楽に移乗できる）



③ ソファのリフォーム  
（車いすの高さにあわせて移乗しやすくなった。）



④ 寝たきりの方のボードの使用常態化  
（2～3名で抱えない方が楽）



「ノーリフティングケアの目的・意義」を充分理解してやってみた！

楽だった！ 同僚に技術の確認をすぐできた！ 納得できた！！

これなら仕事を続けられる！！ 利用者も「楽だね」と言ってくれた。

## 【難しかった事・・・】

### EPA職員へは

ことばの壁は、ボディーランゲージで乗り越える  
国民性の違いは、気にとめる部分が違う事を理解し説明

### 日本人職員へは

新人レベル : 新たな技術・知識を新鮮に理解

ベテランレベル : 腰に負担が無い事に感動（腰に不安ある人）

時間をかけていい介護

OJTも個別対応

9

## 【意義を感じた事・・・】

### 腰痛のあるEPA職員のコメント

「日本で介護の勉強をした事に意義を感じる」

### 職員最終アンケートの結果

- 体操で意識付けしたり、お互いに声をかけ合うようになり体重移動やスピードに気を付けるようになった！
- 抱える介助が怖くなった！
- 心にゆとりができた！

10

動けない程の腰痛があったから  
介護の仕事が好きだから  
腰痛の人の辛さがよくわかる

### 【施設長からの励まし・・・】

ノーリフティングは誰の為・・・？⇒入居者と自分のため！！  
職員一人ひとりに応じた声をかけ、理解・協力をお願いした  
職員自身の身を守る事は・・・施設を守る事！  
従来の介護から脱皮し、スキルアップを！！

### 【少ないコアメンバーでどうして進んで行けた？】

- ◎「出来ないとあきらめず  
どうやればやれるかをしっかり考えて行動する施設の土壌」  
が「無理！」を「できる！」に変えた！
- ◎サポート体制を確立する事ができた！

11

### 【まとめ】

ノーリフティングケアが当たり前のケアとして定着  
しかし、慣れてくる事で我流にならないように  
定期的な振り返りを行い  
法人内での価値観の共有していく



PDCAサイクルをしっかりと  
回していく  
これがゴールではない！！

12

# Special Thanks

- 福岡県保健医療介護部高齢者地域包括ケア推進課の皆様
- NPO法人 NPO福祉用具ネットの皆様
- サンステップの皆様

そして

常照苑くすのき通りに入居されている皆様

心より、お礼を申し上げます