

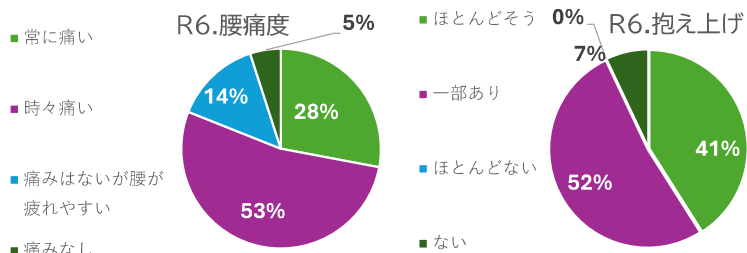
広げようノーリフの輪 ～抱え上げZEROを目指して～



社会福祉法人 ひじり会
特別養護老人ホームひじり園うきは

1年目の取り組み: 当たり前の見直し、職員の意識改革

昨年12月の腰痛調査で抱え上げがほとんどと回答した職員と腰痛者との面談をもとに委員会で課題分析



2年目の課題は？

- 入浴介助は特に抱え上げが多く腰痛を感じる職員が多い
- 福祉用具の使用に不安感を持つ職員がいる
- 身体介助以外の場面でも持ち上げ等腰痛発生リスクあり
- ユニットによって入居者の介護度や介助量に偏りがある

【施設の概要】

- ・法人理念: 地域のために 地域とともに
- ・本事業参加の目的
ノーリフティングケアという新たな思考を取り入れ
選ばれる施設を目指すため

- ・施設の特徴: ユニット型特養
- ・入居者数: 70名(うち短期20名)
- ・平均介護度: 3.85(特養)
- ・職員数: 38名
- ・職員平均年齢: 49.1歳



【2年目の取り組み】

技術指導



福祉用具の活用

新人教育
技術指導者の育成

腰痛予防対策

福祉用具使用の定着
ケアの統一



不良姿勢の改善とセルフケア
継続的なリスクの抽出と対応

目標: 抱え上げと腰痛者を減らす

【福祉用具の活用】

1年目:抱え上げ→スライディングシートの使用



特浴やリクライニング車椅子への移乗は負担が大きいけど
シートの使用は少し不安感があって一部の人にしか使えていない

2年目:新しいスライディングボードを導入 負担の大きい特浴を見直すことに



対象ユニット全職員がボードの使い方を練習をすることで不安を解消し、技術の定着を図った

【技術指導】

1年目:個別指導中心→技術がなかなか広まらず

2年目:集合研修+個別指導(動画の活用、ユニット勉強会等)



月1回の集団研修は毎回基本から

ユニット勉強会

グループに分かれての練習

ボードを使える職員を増やしていったことで… ケアの統一のための工夫



ベッドへの表示

移動	移上
独歩	自立
車椅子 (自走)	見守り 一部介助
寝椅子	介助 福祉用具 (ボード)
杖	介助 福祉用具 (シート)
シルバー カー	介助 福祉用具 (ボード)
入浴	入浴 特浴
個浴	トイレ(自立)
椅子浴	トイレ(介助)
特浴	PT

アセスメント項目の追加

特浴とリクライニング車椅子への移乗の抱え上げがゼロに！



腰への負担がないから腰痛持ちの私でも問題なく移乗ができる

入居様様の拘縮の進行防止にもつながっていると思う



「2Fにもボードがほしい」
との職員の声を受け

次の課題はボード使用対象外の方の抱え上げを減らすこと

現在2種類のボードを試用中！



今年度は委員に外国人職員と新人職員が加入！

新人職員向けや指導者の育成のための研修も実施



指導者の育成



腰痛予防

新人研修

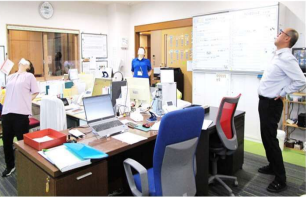
ボード体験



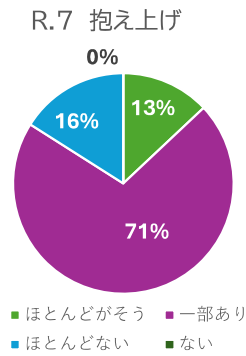
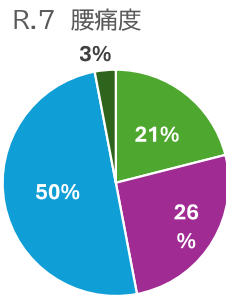
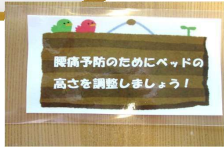
【腰痛予防対策】

- ①月1回のラウンドの実施
- ②職員配置の見直し
- ③腰痛予防体操の継続
- ④掲示物での意識付け

- 常に痛い
- 時々痛い
- 痛みはないが腰が疲れやすい
- 痛みなし



(業務に入る前に)
 ・体操やストレッチはしましたか？
 ・腰痛がある人は腰痛予防ベルト等の準備はできていますか？
 ★作業環境を整え、姿勢に注意して
 今日も1日元気に頑張らしましょう！



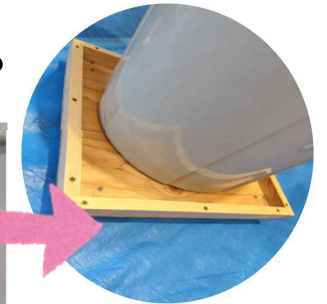
腰痛調査結果(12月)

- 1年間で腰痛者が**34%減少**
- 抱え上げがほとんどと回答した職員が**28%減少**し、ほとんどないと一部ありに移行
- 環境改善や福祉用具の使用により腰痛が和らいだ、腰への負担が減ったとの意見あり
- ベルトの使用や体操等セルフケアを行う職員が増加

定期的に腰痛リスクや気づき・意見を集める



昨年より多くの意見が出ており内容も具体的に変化している



洗濯バケツ用の台車を作り持ち上げなし！



台車の導入により重い荷物の持ち運びも負担なし！

抱え上げゼロを目指すための

介護予防への取り組み



来年102歳になっても歩けるように



元気でいられるように



自分の足で立ち上げられるように

リハビリや自立支援により

介護負担の軽減やQOLの向上も期待できる！

【取り組み2年目の成果】

- 新しい福祉用具の導入や活用により抱え上げが減った(特浴抱え上げゼロ達成！)
- 「抱えた方が早い」という職員の意識が「抱えない方が楽」に変化した
- 腰への負担を軽減し、腰痛者の割合を**34%減らす**ことができた
- 毎年数名いた腰痛等を理由とする休職者が**今年はゼロ**であった
- 技術習得や個人での腰痛予防対策等ノーリフの輪が広がってきている

今後も抱え上げゼロを目指します！

