

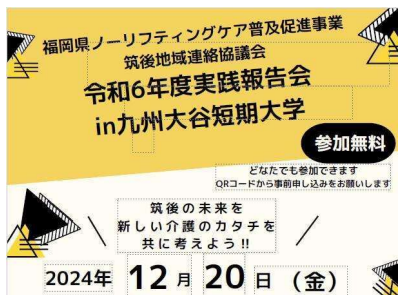
「これまでのあたりまえを変えるため」
～着実に進めたい！
ノーリフティングケアの一步～



特別養護老人ホーム えびね荘

ノーリフティングケア普及促進事業 参加へのきっかけ

- ・令和6年度のノーリフティングケア実践報告会に参加し、各施設の取り組みと**学生のノーリフティングケアに対する意識の高さ**を目の当たりにし、**就職先を選ぶ際の判断基準**となっていることに**危機感を覚えた**。
- ・**ゲストの怪我や職員の腰痛保持者の増加**。
- ・**職員が長く健康に働ける環境作りとゲストへの質の高い安全なサービスを提供したい**。



施設の概要

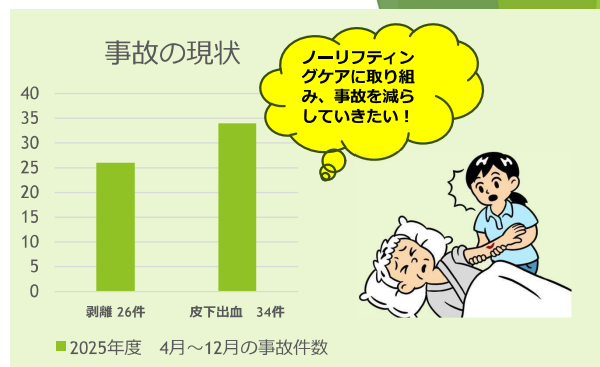
社会福祉法人 関南会
特別養護老人ホーム えびね荘

開設：平成9年10月1日
事業：特別養護老人ホーム 50床
(令和8年1月1日時点の平均介護度4.24)
短期入所生活介護 12床
通所介護 定員30名
ケアハウス 15部屋
居宅介護支援事業所

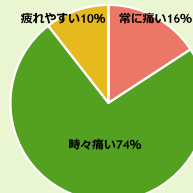


取組前の状況

- ・皮下出血や剥離が減らない。
- ・ゲストの重度化や皮下出血・剥離が減らないため、抱え上げでの二人介助対応が増え、職員の腰痛増加の原因となっている。
- ・介護技術は、個々の経験によるものが強く、統一できていない。

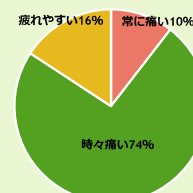


令和7年6月 腰痛アンケート (介護職員19名)



- 常に痛い、またはよく痛みがある 3名
- 時々痛い 14名
- 痛みまでは感じないが腰が疲れやすい 2名
- 全く痛まない 0名

令和7年12月 腰痛アンケート (介護職員19名)



- 常に痛い、またはよく痛みがある 2名
- 時々痛い 14名
- 痛みまでは感じないが腰が疲れやすい 3名
- 全く痛まない 0名

「まだまだ結果は出てないが、これから改善につなげていきたい。」

ノーリフティングケア委員会発足

統括マネージャー：施設長、介護主任
 健康管理担当：看護職員
 教育担当：介護リーダー
 アセスメント・プランニング担当：施設CM
 福祉用具導入計画・管理担当：相談員
 技術指導者：介護リーダー



委員会メンバー

職員へ目的と必要性の研修



なんでノーリフティングケアをしないといけないの？

ノーリフティングケアの取り組みについて詳しく説明、全職員へ理解を促す

リスクの抽出から低減策の検討・実施

◎食事介助に関する意見

- ・食事介助の時、座って介助することができないので負担になっている
- ・食事介助の際、視線を合わせる為中腰となり、腰への負担がかかる 等



Before



After

改善行う

食事介助は、視線を合わせ座って行うように決めていたが、いつの間にかすぐに動けるようにと、基本的なことができていない現状があった



改めて、食事介助は座ってするよう徹底する！！

リスクの抽出から低減策の検討・実施

◎洗濯に関する意見

- ・おしぼりをつけているバケツを下から持ち上げ、洗濯機に入れる動作が腰に負担がくる
- ・おしぼりのバケツを洗濯機へ持ち上げる時、腰が痛い
- ・おしぼりを水でつけた後に洗濯機にバケツを移す時、腰にくる 等



Before



改善行う



After

おしぼりをワイドハイターに付け込み、重いバケツを毎回持ち上げていた

専用のオーバーテーブルを用意し、バケツを下から持ち上げないようにする

技術研修

身体の使い方



◎技術研修日程調整

- | | |
|-----|----------------------------|
| 11月 | ボードを使った移乗 |
| 12月 | 寝返り・起き上がり |
| 1月 | グローブの横移動
(介助者側・対側) |
| 2月 | シートでの寝返り・シートの敷き込み・シートの抜き取り |
| 3月 | シートの横移動・上方移動 |
| 4月 | 立ち上がり・座り直し |

除圧



寝返り



福祉用具の整備状況の変化、ようやく整ってきた福祉用具、しっかりと活用します！

令和7年6月取組当初

令和8年1月1日時点

- ・電動ベッド 63台
- ・移乗バー 5本 → 15本
- ・標準型車いす 38台
- ・リクライニング車いす 6台
- ・ディルト&リクライニング車いす 8台
- ・跳ね上げ式車いす 0台 → 13台
- ・スライディングシート 0枚 → 4枚
- ・スライディングボード 0枚 → 4枚
- ・グローブ 0組 → 26組
- ・リフト 0台 → 1台 (1/29に据え置き型リフトレンタル開始)



1/29に据え置き型リフトレンタル開始



前向きになった職員からの声

- ◎従来の介助方法が自分達の腰痛の原因であり、ゲストにとっても負担になっていた。
- ◎福祉用具を活用することで、介助者・ゲスト双方の負担を軽減でき、安全で安心なケアにつながることを実感した。
- ◎ボードやシートを使用することで、適切な介助を行えるようになった。
- ◎福祉用具を使用するため、環境の見直しにもつながった



抱きかかえての移乗は腰が痛い

ボードを使えば楽々安全

態勢がキツイ



一人で大丈夫！

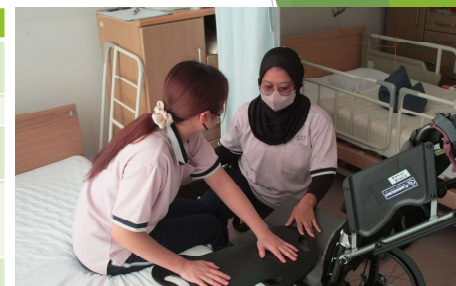
怖くない！



職員の意識が大きく変化！

プランニングから実践へ

利用者氏名	T・Y 様
アセスメント実施日	2025年9月17日
担当者名	神崎友宏
身体状況の概要	筋力低下あり、左半身不全麻痺にて起立・立位保持困難。両肩脱臼の既往あり。
移乗・移動の状況	移乗は全介助、車椅子は自走可能、介助時に両肩へ負荷がかからないように配慮が必要。
使用中の福祉用具	スライディングボード（移乗時）・介助グローブ（体位変換時）
推奨される介助方法	移乗時は1人介助でスライディングボード使用、体位変換時は介助グローブを使用、肩関節に負荷がかからないように注意。
体位変換の頻度・方法	2時間ごとに体位変換、介助グローブを使用し、肩関節への負荷を避けるよう工夫。
リスク要因	両肩の再脱臼リスクあり、誤った介助方法による負荷が懸念される。
職員への周知方法	技術指導者が福祉用具の使用動画を作成し、職員への視聴を促し、直接指導も実施。但し、動画視聴後の理解度が不明で、個別指導の時間確保が難しい。
ケアプランへの反映内容	「移乗時はスライディングボード使用、体位変換は2時間おきに介助グローブを使用して実施、肩関節の負荷を避けるよう注意」と明記。



スライディングボード練習



スライディングボード実践

総括

当初、「通常業務だけで現場は大変なのに・・・」「何故、これまでの介護方法を変えないといけないのか・・・」と職員の不安・不満の声が多く、後ろ向きな発言が聞かれていた。しかし、委員会メンバーの熱意・取り組み等が徐々に浸透し、これまであたりまえだった『抱え上げる介護』『重い物を無理して持ち上げていた文化』等の意識から変化が生まれ、新たなノーリフティングケアの考えを定着させていくことが出来た。

今後の課題

- ◎コアメンバーとその他職員の意識の差がまだまだ大きい・・・
- ◎定期的なリスクの抽出と低減策の検討・実施
- ◎ボードやシートを使用している事に苦手意識をもっている職員がいる
- ◎特定技能実習生の技術指導者育成

これからの取組計画

- ・技術教育体制を整える
- ・具体的な研修会の実施と理解度のチェックを行う
- ・定期的なラウンドの実施
- ・委員会の定期的な開催

これからも職員みんな
で頑張ります！

