

# 職場改善に動き出した若い力

高齢介護職が安心して働き続けられる職場にしよう！

日本の介護の  
未来予想図かも

他に先駆けて  
一億総活躍社会を  
作っちゃおう？



職員の平均年齢  
**55.6歳**

介護職不足でも  
長く働いてくれる  
ベテラン職員

社会福祉法人 清風会 特別養護老人ホーム 石並園

# 始まりは一本のメールから

「締め切り間近ですがノーリフティングケアに参加してみませんか？」



やってみたい。協力するよ。



介護

看護

1年目の私がやって出来る  
ものなのか？  
でも絶対に施設にプラスに  
なる！やってみたい！



相談員

業務は大丈夫？  
出来るならしていいよ。



副施設長

施設長

残りのメンバーは？あの2人が良いのでは？  
と巻き込みました。



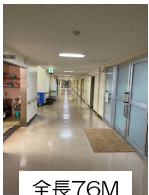
ケアマネ

# 当園の特徴 (入所100床、ショート9床)

- 昭和45年開設 (築53年)、建物も開設当初のまま (一部改築・建て増し)
- 複雑で長い移動動線
- 居室が狭く、福祉用具使用の為の十分なスペースが取れない
- 職員の高齢化が顕著であり、腰痛保持者が多い
- マニュアルが無く、ケア方法が統一されていない
- 100床に対し、電動ベッドが5台しか無い (現在+30台)
- 床走行式リフトを以前より特浴利用者に使用しているが古いスリングシート (金属チェーン) を使用。また電動ベッドが不足し、使用方法に限界が有る



多床室



全長76M



25Mの渡り廊下の先は  
52MのU字型長スロープ

# 事前準備として情報共有は必須！

情報共有のシステムが無い！

介護ソフトも導入前、  
介護職にはPC環境が  
整備されていない

**BEFORE** → **AFTER**

朝来たら  
変わってた～



聞いてないよ  
知らないよ



グループラインを作成し、  
情報共有の場としました。



- 福祉用具の情報
- 研修資料 (動画含む)
- スケジュールの確認
- アンケートのお願い
- 意見交換
- 議事録など



# 1回目研修「何がなんだか分からない！」

レベルが違う～ついていけないかも～

つかれた・・・

スタッフ不足で介護さんにあまり負担はかけられません！出来るでしょうか？

石並園は石並園のやり方いいから大丈夫！何もなくても大丈夫！出来ることから取り組もう！（講師）

よしっ！！前途多難な環境でも動けば**何かが変わる！**

# 今年度は基礎固めとしてチーム作りに特化

- ・ 月間カレンダーの作成配布（視覚化）
- ・ 目標、計画の一覧配布（研修後）、進捗確認
- ・ 研修後、議事録の配布（チーム+管理職）
- ・ 地域連絡協議会等で得た知識の共有（LINE）
- ・ 福祉用具使用対象者の選定・プランニング（現在進行中）
- ・ 福祉用具**管理システム**の構築（在庫・メンテナンス・使用管理）
- ・ ラジオ体操後の「**これだけ体操**」開始（12月1日～）
- ・ 全体研修（10月11日）
- ・ **技術伝達勉強会**（9月6日、12月20日）意見交換会（12月5日）

2階職員スケジュール

職員名	10/11	10/12	10/13	10/14	10/15	10/16	10/17	10/18	10/19	10/20	10/21	10/22	10/23	10/24	10/25	10/26	10/27	10/28	10/29	10/30	10/31
職員A																					
職員B																					
職員C																					
職員D																					
職員E																					



# 全体研修は転換点！フレックスボードはゲームチェンジャー！

令和4年10月11日

令和4年10月11日



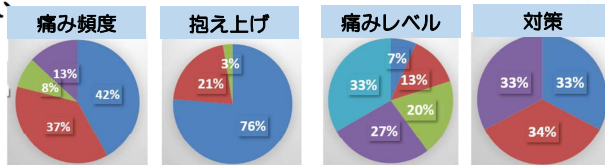
フレックスボード移乗を見た人はみんな「すごい！」とびっくり。「どうせ無理」という雰囲気だったのが一気に「面白かった」「使ってみたい」という声が聞こえるように。



長年続いているラジオ体操に加えて12月～「これだけ体操」開始

最年長80歳！

## 第一回腰痛アンケート結果



高齢のパート勤務の方が多く、腰痛保持者が多い。腰痛を常にかけている人の割合は常に、時々合わせて**80%を超えている**

抱え上げ介護については殆どが76%、一部が21%であり、抱え上げない場面は特浴時のみとなっている。

痛みレベルは4、5合わせて60%となっている。

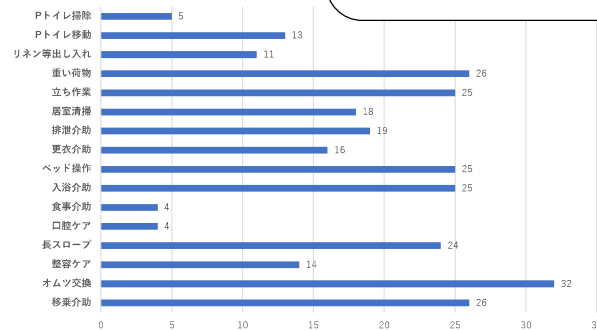
対策としては、**個人的に**整形外科、整骨院、骨盤ベルトなど。

# 全職員に向けては啓発活動中

- ・ 目安箱、アンケート等の結果周知（各フロアに掲示）
- ・ ノーリフティングだより（1～3号まで）
- ・ 腰痛保持者に対しての技術伝達、体操指導



## 腰の痛みを感じる場面

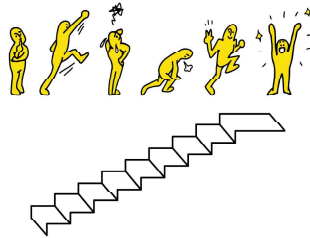


手動ベッドが多い為、オムツ交換がダントツトップ。続いて重い荷物、立ち仕事、入浴介助、移乗介助など。石並園ならではの、では**全長52Mの長スロープ**の移動時に腰痛を感じている方が多くいました。**手動ベッドの操作時**も多くの人が上げています。

## 目指す方向（来年度）

全職員にノーリフティングケアが「利用者・職員双方に優しいケア方法である」事を実感して貰う。  
また職員から積極的な改善案が出るような職場環境を作っていく。

1階（重度） 電動ベッド	今年度、4名の利用者（同室者）にスライディングシート、フレックスボード使用 来年度は他の利用者にも順次使用の計画中
2階（軽度） 手動ベッド	殆どが手動ベッドの為、福祉用具が使用可能な場面を模索中 まずは「腰痛にならない身体の使い方」の徹底
新館（軽度） 手動ベッド	殆どが手動ベッドの為、福祉用具が使用可能な場面を模索中 まずは「腰痛にならない身体の使い方」の徹底



## 残された課題・不安

健康管理に対する職員一人一人の意識を変えていくことが大変。  
業務の合間に資料に目を通す時間が確保できない



技術伝達の時間を確保したいが、他のスタッフの負担が増えるのではと躊躇してしまう。

業務多忙の為、業務マニュアル、意思統一の場が無い。  
管理方法を統一していく事（マニュアル作り、マニュアルの徹底）が大変。



プラン作成のポイントなど悩みながら作っている。他の施設のプラン担当者と意見交換をしたい。



リハ職不在の為、常にこれでよいのか不安。  
進捗状況の管理もやり過ぎると担当にプレッシャーを与えてしまうのではと悩む。  
手探りで進めているけど間違っていないだろうか？



## 影の功労者・寮母長！

10人のケアチーム（リーダークラス）にも感謝感謝！



石並園の為になるのなら  
どんなに忙しくても大丈夫です。  
研修参加も配慮します。  
若い人が学んでくれるのは  
嬉しいです。



支えちゃうよ！

## 今後もどんどん仲間を増やそう！

技術伝達、福祉用具の管理、腰痛保持者の減少、ノーリフティングへの理解など直ぐには達成できなくても、仲間を増やしていきながら、確実に一歩一歩進めていきたいと思います。



今後ともご指導ご鞭撻のほど  
よろしくお願いいたします。



今では管理者から  
新人さんまで関心  
が高くなってきて  
いるのを日々、  
感じています。  
心強い応援です！