

第2回福岡地域連絡協議会 ノーリフティングケアフォーラム2024

楽しもう!!ノーリフティングケア!!



#しろくまSTYLE

社会福祉法人白熊会
特別養護老人ホーム 白熊園

導入前…

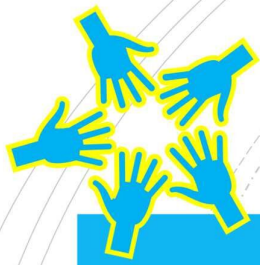


導入後の変化

導入後!



全然違～う!



普及までの道のり①

移乗困難者レスキュー
通称：**IKR**発足！

Point!



導入に向けまず考えたことは
ノーリフティングケアの伝達方法
トップダウン ボトムアップ
両方同時進行で実施する



IKR (移乗困難者レスキュー隊) 活動！！

コアメンバー



コアメンバー



コアメンバー・IKRメンバー
同時進行にてノーリフティング
ケアの技術を次々にアウト
プットしノーリフティングケア
の浸透を図っていく

入社半年



↑ ユニットリーダー

IKR



IKR



Point!



介護歴が浅い職員
が指導役に徹する



ユニットリーダー↑



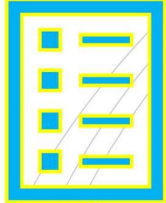
新ノーリフティングケア委員会メンバー



IKR
(移乗困難レスキュー隊)
増員！！

毎月ノーリフティングケア勉強会を実施！！

Point!
IKRを増員し普及スピードUP！！



普及までの道のり②
月1回の
ラウンドチェック！

評価日： 年 月 日

ノーリフティングケア施設ラウンドチェック表

項目	確認ポイント	○	△	×	○	△	×	○	△	×
コミュニケーション	各自のケアの中心課題を	○	○	○	○	○	○	○	○	○
移乗	移乗(リフト・ボード)	○	○	○	○	○	○	○	○	○
立ち上がり	立ち上がり	○	○	○	○	○	○	○	○	○
食事	食事	○	○	○	○	○	○	○	○	○
入浴/着脱	入浴/着脱	○	○	○	○	○	○	○	○	○
デスクワーク	デスクワーク	○	○	○	○	○	○	○	○	○
自所	自所	○	○	○	○	○	○	○	○	○
ゴミ捨て	ゴミ捨て	○	○	○	○	○	○	○	○	○
物の運搬	物の運搬	○	○	○	○	○	○	○	○	○
車検	車検	○	○	○	○	○	○	○	○	○
項目	結果	結果	結果	結果	結果	結果	結果	結果	結果	結果
ベッド周囲	大	○	○	○	○	○	○	○	○	○
トイレ	大	○	○	○	○	○	○	○	○	○
洗面	大	○	○	○	○	○	○	○	○	○
リビング	大	○	○	○	○	○	○	○	○	○
浴室	大	○	○	○	○	○	○	○	○	○
更衣室	大	○	○	○	○	○	○	○	○	○
汚物室	大	○	○	○	○	○	○	○	○	○
自所	大	○	○	○	○	○	○	○	○	○
介材室	大	○	○	○	○	○	○	○	○	○
廊下	大	○	○	○	○	○	○	○	○	○
バブリック	大	○	○	○	○	○	○	○	○	○
ステーション	大	○	○	○	○	○	○	○	○	○
エレベーター	大	○	○	○	○	○	○	○	○	○

評価日： 6月6日

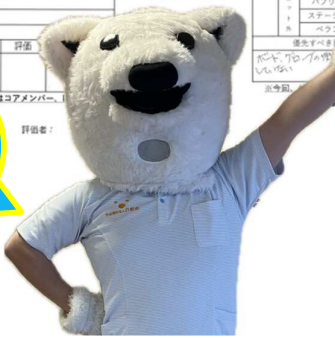
ノーリフティングケア施設ラウンドチェック表 (7月)

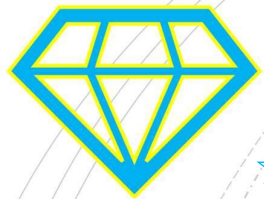
項目	確認ポイント	○	△	×	○	△	×	○	△	×
コミュニケーション	各自のケアの中心課題を	○	○	○	○	○	○	○	○	○
移乗	移乗(リフト・ボード)	○	○	○	○	○	○	○	○	○
立ち上がり	立ち上がり	○	○	○	○	○	○	○	○	○
食事	食事	○	○	○	○	○	○	○	○	○
入浴/着脱	入浴/着脱	○	○	○	○	○	○	○	○	○
デスクワーク	デスクワーク	○	○	○	○	○	○	○	○	○
自所	自所	○	○	○	○	○	○	○	○	○
ゴミ捨て	ゴミ捨て	○	○	○	○	○	○	○	○	○
物の運搬	物の運搬	○	○	○	○	○	○	○	○	○
車検	車検	○	○	○	○	○	○	○	○	○
項目	結果	結果	結果	結果	結果	結果	結果	結果	結果	結果
ベッド周囲	大	○	○	○	○	○	○	○	○	○
トイレ	大	○	○	○	○	○	○	○	○	○
洗面	大	○	○	○	○	○	○	○	○	○
リビング	大	○	○	○	○	○	○	○	○	○
浴室	大	○	○	○	○	○	○	○	○	○
更衣室	大	○	○	○	○	○	○	○	○	○
汚物室	大	○	○	○	○	○	○	○	○	○
自所	大	○	○	○	○	○	○	○	○	○
介材室	大	○	○	○	○	○	○	○	○	○
廊下	大	○	○	○	○	○	○	○	○	○
バブリック	大	○	○	○	○	○	○	○	○	○
ステーション	大	○	○	○	○	○	○	○	○	○
エレベーター	大	○	○	○	○	○	○	○	○	○

最初は課題が多かった...



結果は徐々に
出てる！





☆用具を購入しました！

普及までの道のり③ 物品の購入！

皆の安全のため！
惜しみなく！



☆他、リフト等の福祉用具も購入検討中です



☆例えば…



忘れないように
貼ってあります！

普及までの道のり④

うっかりや事故を無くす為…

細かな工夫を！

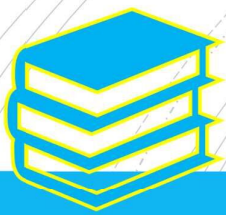
居室内に用具の
使用方法や…



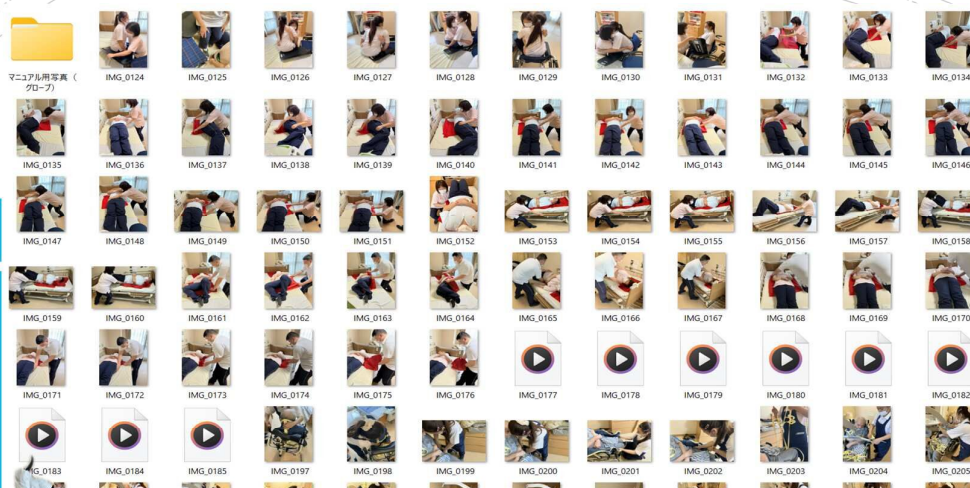
居室にある用具の
管理表に…

意識付けの為の
ポスターも！





普及までの道のり⑤ マニュアル作成



圧巻の素材の数々…！
入居様やスタッフのため作成しました！！

ノーリフティングケアマニュアルの作成

【起き上がり】(実践マニュアルSTEP4-②)①

安定した側臥位をとる。



頭・足・手の位置に注意して安定した側臥位にする。

②股関節を曲げて下腿をおろす。



股関節・膝関節をしっかり曲げてベッドから下腿をおろす。

③ベッドの端側のキャッチアップの準備をする。



股関節が十分に曲がって、大腿に重さがかっているか確認する。

④姿勢が崩れないように頭側をキャッチアップする。



手や身体を使って体幹や下腿、骨盤部分を支えながらキャッチアップして上体を起こす。

【スライディングシートでの上方移動】(実践マニュアル5-②)①

側方からの介助方法

①足部を介助者側に移動させ、シートを引き寄せて骨盤を介助者側に寄せる。

膝を立てて、背前に腕を回し、骨盤を固くする。



介助者の腕に重みがかり、肩関節が対象者の臀部に届かない。

②前方への体重移動を利用して滑らせる。

臀部を支えていない方の手は対象者を支えるか、介助者自身が不安定になる場合はベ

ッドを支えていない方の手は対象者を支えるか、介助者自身が不安定になる場合はベ

ッドを支えていない方の手は対象者を支えるか、介助者自身が不安定になる場合はベ

ッドを支えていない方の手は対象者を支えるか、介助者自身が不安定になる場合はベ

ッドを支えていない方の手は対象者を支えるか、介助者自身が不安定になる場合はベ

ッドを支えていない方の手は対象者を支えるか、介助者自身が不安定になる場合はベ

ッドを支えていない方の手は対象者を支えるか、介助者自身が不安定になる場合はベ

ッドを支えていない方の手は対象者を支えるか、介助者自身が不安定になる場合はベ

ッドを支えていない方の手は対象者を支えるか、介助者自身が不安定になる場合はベ

ッドを支えていない方の手は対象者を支えるか、介助者自身が不安定になる場合はベ

ッドを支えていない方の手は対象者を支えるか、介助者自身が不安定になる場合はベ

ッドを支えていない方の手は対象者を支えるか、介助者自身が不安定になる場合はベ

ッドを支えていない方の手は対象者を支えるか、介助者自身が不安定になる場合はベ

ッドを支えていない方の手は対象者を支えるか、介助者自身が不安定になる場合はベ

ッドを支えていない方の手は対象者を支えるか、介助者自身が不安定になる場合はベ

ッドを支えていない方の手は対象者を支えるか、介助者自身が不安定になる場合はベ

ッドを支えていない方の手は対象者を支えるか、介助者自身が不安定になる場合はベ

ッドを支えていない方の手は対象者を支えるか、介助者自身が不安定になる場合はベ

ッドを支えていない方の手は対象者を支えるか、介助者自身が不安定になる場合はベ

ッドを支えていない方の手は対象者を支えるか、介助者自身が不安定になる場合はベ

ッドを支えていない方の手は対象者を支えるか、介助者自身が不安定になる場合はベ

ッドを支えていない方の手は対象者を支えるか、介助者自身が不安定になる場合はベ

ッドを支えていない方の手は対象者を支えるか、介助者自身が不安定になる場合はベ

ッドを支えていない方の手は対象者を支えるか、介助者自身が不安定になる場合はベ

ッドを支えていない方の手は対象者を支えるか、介助者自身が不安定になる場合はベ

ッドを支えていない方の手は対象者を支えるか、介助者自身が不安定になる場合はベ

ッドを支えていない方の手は対象者を支えるか、介助者自身が不安定になる場合はベ

ッドを支えていない方の手は対象者を支えるか、介助者自身が不安定になる場合はベ

ッドを支えていない方の手は対象者を支えるか、介助者自身が不安定になる場合はベ

ッドを支えていない方の手は対象者を支えるか、介助者自身が不安定になる場合はベ

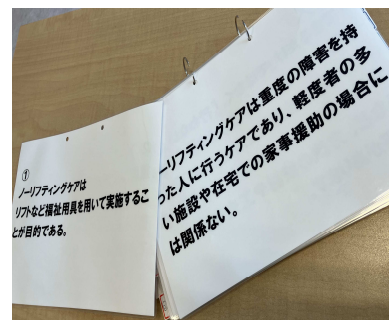
ッドを支えていない方の手は対象者を支えるか、介助者自身が不安定になる場合はベ

白熊園独自のマニュアルを作成中…
基本動作からスライディングシート、グローブ、シート、リフトの一部まで職員の写真でマニュアルを作成





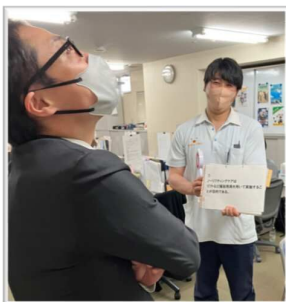
☆一問一答式！
楽しく学びます！



普及までの道のり⑥ ノーリフティングケア ○×クイズ!

☆苦戦する皆様のご様子…!

楽しく学んで
覚えるのが
しろくま
スタイル♡



しろくま
ORIGINAL!

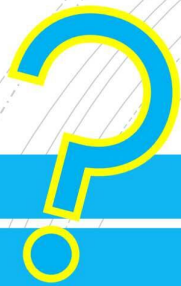
腰痛予防への取り組み



- ①取り組み
- ②腰痛アンケート結果
- ③終わりに



今までどのようにしてきたのか
お話ししましょう…



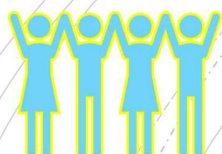
腰痛の原因は…??
謎を解明していく!



これが原因
なのかー!

環境ヒヤリハット集計表(令和5年8月末 集計分)

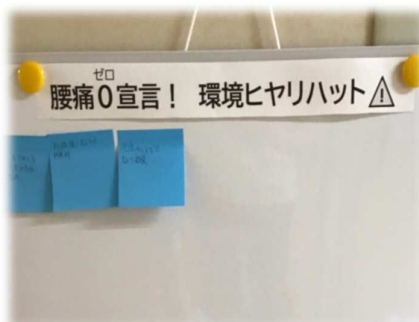
腰痛を痛める、痛めた要因	件数
移乗介助中	8件
ゴミ捨て(リネン、段ボールを含む)	8件
入浴介助中の移乗時	7件
中腰姿勢が続いたとき	4件
ベッド上での移乗やオムツ交換・処置の際	4件
キッチンでの洗い物の時	3件
急いでいる時・忙しい時	3件
掃除(道具や状況によるもの)	2件
移動介助の時(物的要因も含む)	2件
物の持ち上げ・持ち運びの際	2件
食事介助	2件



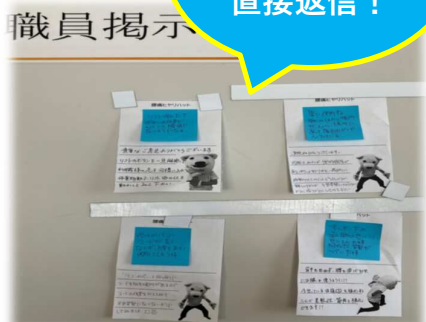
①腰痛予防への取り組み

腰痛予防体操実施!
&
腰痛ヒヤリハット!

★腰痛に関する
相談BOXも
あります!



上がった
ヒヤリハットを
直接返信!

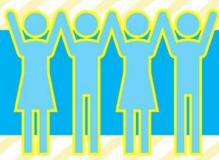


腰痛予防体操part 1



腰痛予防体操part2





腰痛予防体操の様子！

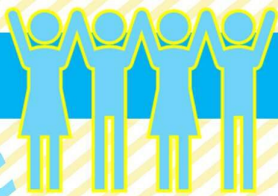


ユニットの介護職員は
もちろんのこと…

看護職員や事務職員、
厨房職員もやっています！



時間を決めて熱心に
やっています！



終業後にも腰痛体操！

「終業後、更衣室に行く前に」体操！
- 全身のストレッチ -

7. 壁から10cm離れて立ち、両手の手のひらを壁につけます。

2. 壁を伝いながらゆっくり腰を上げます。顔は上げたまま、できるだけ背を伸ばしましょう！

「終業後、更衣室に行く前に」体操！
- 肩から肩甲骨にかけてのストレッチ -

7. 足を肩幅に広げ、膝を伸ばしたまま、膝はまっすぐにします。手を上げます。お尻は床を離さず、背を伸ばしましょう。

2. この体のまっすぐな方を前を下げるように負荷をかけましょう。10秒キープしたら反対側の膝にストレッチしましょう。

「終業後、更衣室に行く前に」体操！
- 世界一楽なスクワット -

N やあさん、君の世界一楽なスクワット！

両足を肩幅に開いてまっすぐ立ち、背筋を伸ばして胸を張る。踵に体重を乗せて軽く膝を屈伸。最初は10回くらいから始めて、慣れたら少しずつ深くしていきます。

①

②

③

①腰痛予防への取り組み

★用具使用と体勢の徹底！



周知徹底し、
着実に浸透！

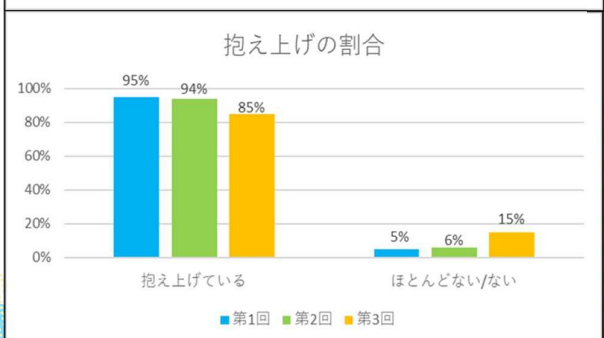
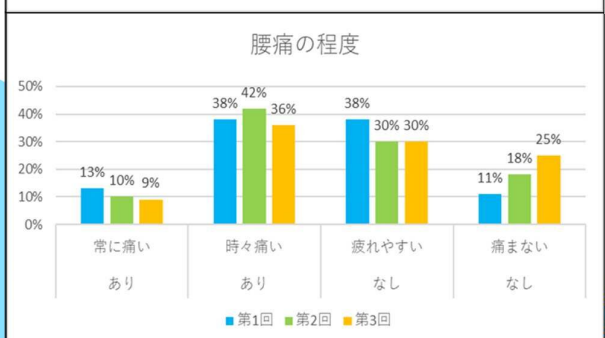
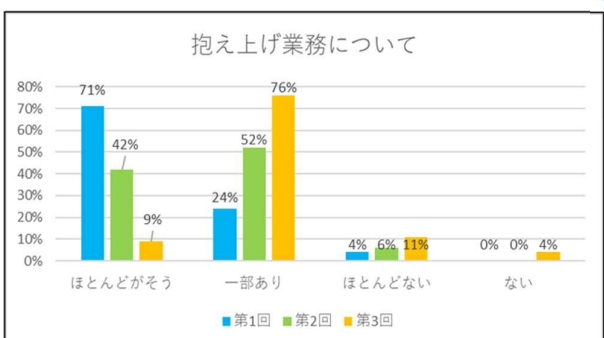
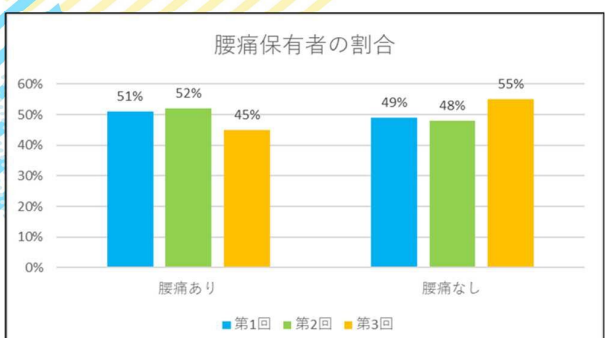


腰痛予防のため
購入した物品



②腰痛アンケート結果

★介護職員への腰痛アンケート



為せば成る！
着実に結果は
出ている！



③終わりに

- ・ 始めた当初からの変化…
- ・ 2年目に入って…
- ・ これからの目標！！

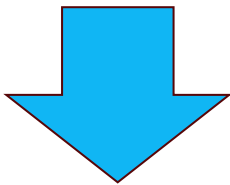
白熊園の
未来やいかに…！



始めた当初からの変化…

始めた当初の職員の声

「使いにくい」「抱える方が早い」「持って行くのが手間」



リフトはまだですか？
なんで今まで使わなかっただろう

職員の声が
ポジティブに！！



2年目に入って・・・

新しいリスクの抽出

• 課題1 

福祉用具の定着

• 課題2 

もっともっと
良くしていくために
しろくまは
考え続けます…！



これからの目標！！

 福祉用具定着100%

 ヒヤリ抽出UP！

 抱え上げ業務Down！



ご清聴ありがとうございました♡

