

## ノーリフティングケア ～施設や在宅への普及を目指して～



看護小規模多機能 しろくま野方



## 看護小規模多機能 しろくま野方

※サービス付き高齢者住宅20室併設

令和5年3月新規オープン。「通い」「泊り」「訪問介護」「訪問看護」を組み合わせた医療ニーズにも対応した在宅サービスを提供。

### 【概要】

定員：29名（宿泊室9室） ◎登録：13名（平均介護度：3.4）  
職員：介護職12名（平均年齢：44.5歳） 看護職4名 介護支援専門員1名

## ノーリフティングケア導入のきっかけ

移乗が2人介助の際に上半身と下半身を抱え上げるケアをしており、職員の身体的な負担が大きな課題。

同一法人の白熊園ですでにノーリフティングケアに取り組んでおり、

しろくま野方でも導入を決めノーリフティング委員会を設置



### ノーリフティング委員会

委員構成：管理者1名 看護師2名 介護士2名 計5名

毎月開催：毎月第2木曜 14時～

リスクの芽の検討、施設内ラウンド、教育など取り組み等  
毎週の職員会議や毎月の全体会議で情報発信

## 教育について

実技研修を受講した職員2名から  
職員への伝達研修実施  
推進員3名も選任しました

シフトの都合等もあり少人数での  
伝達研修を何度かに分けて実施



## リスクマネジメント

### リスクの芽ボックス

事務所に設置し、いつでも受付

あまり意見が集まりづらい…



つらい・きつい・危険な業務  
職員にアンケート実施

重いゴミ捨て

夜勤

2人介助の抱え上げ  
が負担

2人介助の抱え上げ  
で落としそう

集団感染症

課題が  
見えてきました

## リスクの芽「一番苗」の課題解決

9月に実施したリスクの芽 職員アンケートの結果から…見えてきた課題

オムツなどでかなりの重さのゴミ袋を毎日

50m砂利道を歩いて

ゴミ置き場に持って行くのが負担…台車で運びたい！



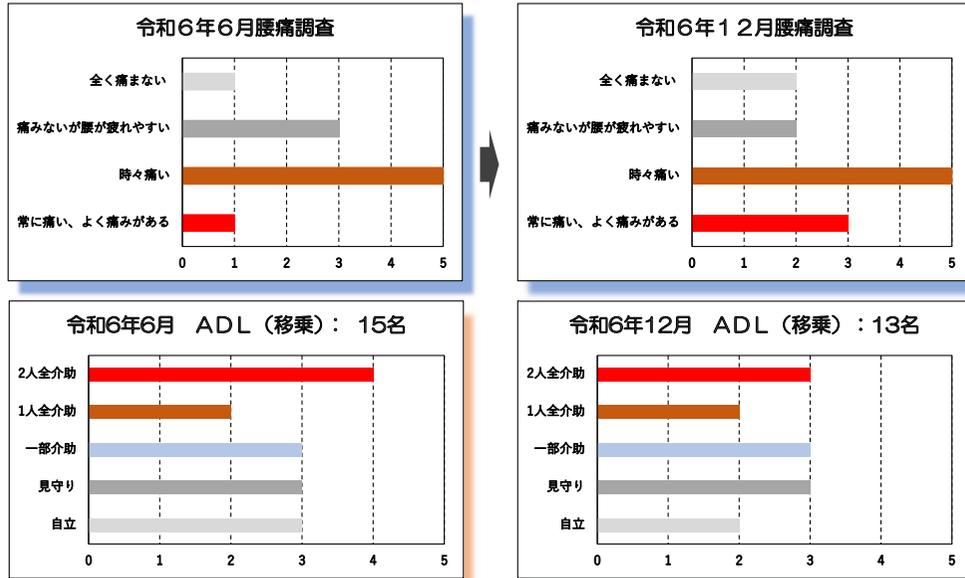
毎日重くて  
大変です…  
ゴミ置き場  
はまだまだ  
先です…



アスファルト舗装完成  
しました！感謝です！！

運ぶのが楽に  
なりました

## 腰痛アンケートの結果



6月から12月にかけて2人介助の移乗利用者は減っているのに腰痛職員が増えているのはなぜ？

## 腰痛アンケートの結果 ②

### ◎腰痛職員が増えている原因について

- ・ 以前から腰痛持ちで改善していない
- ・ 腰痛体操など腰痛予防の取り組みが不十分だったのではないかと
- ・ **新入職員で直接介助経験が少なく負担を感じている**
- ・ 2人介助の利用者人数は減ったが福祉用具を上手く活用できていない導入期間に腰を痛めてしまった

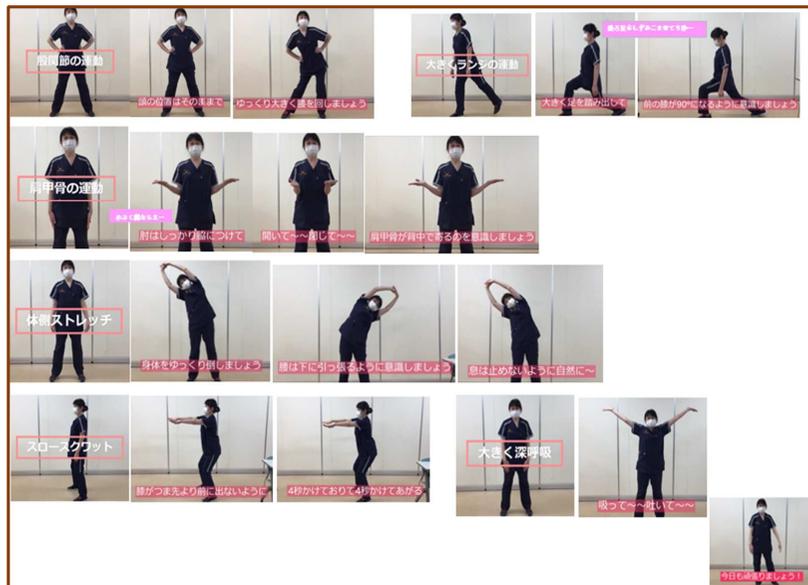
【福祉用具】

福祉用具	R6.6	R6.12	増減
フレックスボード	2	3	+1
スライディングボード (つばさ)	2	2	±0
スライディングシート	0	3	+3
スライディンググローブ	8	9	+1

R6.6時点で移乗ボード等はあったが新規利用者に上手く活用できておらず抱え上げ移乗で対応していた期間があった事は大きな原因の一つではないかと

腰痛体操等による腰痛予防対策を浸透させること福祉用具を活用し新規利用者のケアに素早く取り入れるよう**受け入れ体制**の改善なども今後の課題

## 腰痛予防体操について



3分で出来る腰痛体操(股関節の運動・肩甲骨の運動・体側ストレッチ・スロースタット)休憩室に掲示し就業前や休憩時間に各々取り組んでもらう

## 自宅での対応事例について

リクライニング式車椅子を使って送迎  
自宅の玄関に段差があり、  
**車椅子を持ち上げ身体に負担**があった



## 対応事例について②

背面の形状によって利用者・介助者共にやりにくさがある



ベッド→車椅子は  
大丈夫だが…

車椅子→ベッドでは  
ボードを差し込む時  
に利用者が苦痛…



差し込んだボードも  
ショルダーガードで  
反り上がり…  
スライドするにも  
介助者が抱え上げの  
ように負担が…

【未だ検討中】背面フラットでショルダーガード可動式をデモ試してみた  
スムーズ移乗は出来たが座位時ずり落ちし別の問題発生で上手くいかず…

## 職員アンケートの結果

これまでの取り組みや現在感じている事などを12月にアンケート実施

- ・抱え上げが減ったので良かった
- ▲フレックスボード使用した移乗は楽になったが  
現在のリクライニング式車椅子は  
**背面の形状によって利用者・介助者共にやりにくさ**がある
- ◎入浴時の移乗方法がスムーズにできないか  
(ストレッチャーの活用等)
- ・利用者の背中などに**圧がかかる体感**ができた
- ・背抜きやポジショニングが大切と感じた
- ・**グローブは使いやすい**(水平・上方移動)
- ・吊り上げリフトを使用してみたい
- ・以前使用した福祉用具で良いものがあった

入浴時の移乗介助は優先順位が高く解決が急がれる課題

## アンケート課題の解決案

ストレッチャーとスライドボードを使用しフラットな水平移動  
でスムーズな移乗が出来ないか検討していく



浴室への移動に車椅子は使用せず  
ストレッチャーを使用し水平移動



浴室内でもストレッチャー同士で  
高さを揃え水平移動

## 今後の課題

【施設内でのこれまでの取り組みについて】

フレックスボード導入で職員が負担軽減を体感し、利用者の負担を理解しケアを活かそうとする意見も出てきたり法人の協力で早期の課題解決を図る事が出来たがまだまだ取り組む課題は多い

【課題】

### ①腰痛職員を減らす

福祉用具の活用だけでなく腰痛予防の取り組み・指導を浸透させる事と排泄や入浴などに加えて厨房業務でも負担軽減を図る方法を周知していく

### ②移乗介助の課題を解決し抱え上げないケアの環境づくり

現利用者のケアの課題を解決すると共に新規利用者受け入れ時のアセスメント等の見直しを検討し抱え上げないケアが当たり前の環境づくりを行う

### ③ノーリフティング委員会の発信力強化

委員が研修で学ぶ事に精一杯で得た情報・知識等を施設内へ周知・共有する事が不足していたので教育も含め委員会から定期的な情報発信を行っていく

### ④在宅支援への取り組み

看護小規模多機能事業所として基本となる在宅支援の際にご家族にも理解を深めてもらい自宅でも行えるノーリフティングケアを支援していきたい