

知らないって損！

ノーリフティングケアのすすめ

5期生

社会医療法人水光会



小規模多機能型居宅介護 花みずき

施設概要

- 福津市
人口69,141人(R6.11.30)
- 登録定員 29名
- 平均介護度 2.08
- 平均年齢 88.5歳
- 「通い」「訪問」「泊まり」

を組み合わせで在宅生活を支援



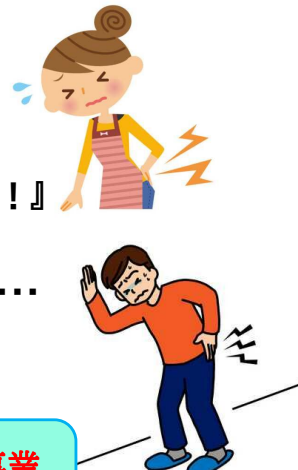
職員

- ・介護職員 12名
- ・看護師 1名
- ・ケアマネジャー 1名
- ・事務員 1名

- 職員の平均年齢
50.25歳

ある日の出来事...

- 職員が勤務中ぎっくり腰で動けなくなる...
『心配』&『シフト変更・係変更必要かも!!』
- またある日には、併設病院から退社中の
20代男性職員が壁に手をつき、すり足歩行...
「腰が痛くて...」
- そんな中、市役所から1通のメール



福岡県ノーリフティングケア普及促進事業
令和6年度新規取組施設を募集します！

『少しでも職員さんの腰痛が軽減するのであれば...』

よし！ 応募してみよう！！

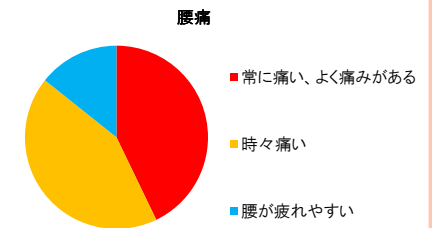
事前調査をしてみると...

- 腰痛保有者 : 85.8%
(内訳) 「常に痛い」「よく痛みがある」: 42.9%
「時々痛い」: 42.9%

- 鎮痛剤服用、シップ貼用、
コルセット着用の職員もいる

- 福祉用具
標準型車いす 4台のみ
常時車いすご利用者はレンタル品
を持参

- 移乗ボード
施設所有なし
ご利用者1名: レンタル品を持参



A さま

花みずき 腰痛予防対策委員会

花みずきでは、腰痛レベルを以下のようにまとめました。

重度	『常に痛い』、『痛みの程度4~5』 仕事に支障をきたす、病院受診レベル。
中等度	『よく痛みがある』、『痛みの程度3』 市販の痛みどめ、コルセット装着レベル。
軽度	『時々腰が痛い』、『痛みの程度1~2』 腰が重い感じがする、腰が疲れやすいレベル。
なし	症状なし。

あなたの腰痛レベルは、以下の通りです。

	レベル	備考
R6.6月	重度	『常に痛い』、痛みの程度4、腰椎すべり症(手術・ボルト) →委員会より腰痛がつかない時は速速なく申し出てください。



花みずきでの介護 移乗編

- いままで・・・ ボードは抱え上げ介助の途中休憩場所として使用していた



橋渡しの役割として使用していた



スライディングボード使用方法、身体の使い方習得

- 現在・・・



座骨をスライド

あ、そうやって使うんだ・・・



力を使う量が全く違う!

花みずきでの介護 上方移動編

- いままで・・・

2人がかりで気合いを入れて



スライディングシート使用

- 現在・・・

1人でも楽々！感動！

今までこんなに大変だったのはなんだったんだろう...



花みずきでの介護 左右移動編

- いままで・・・

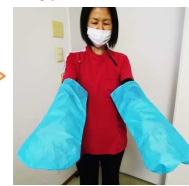
2人がかりで気合いを入れて



グローブ使用

- 現在・・・

1人でも楽々！除圧もできる



リスクマネジメント

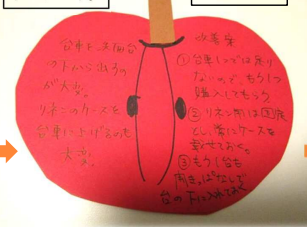
職員一人一人が普段の業務の中で
身体の使い方、負担になる姿勢、
事故防止などを意識するよう・・・

たくさんの意見が集まりました！



リスクの芽

改善案



意見の多いもの、すぐできそうなことから改善に取り組み
・対応済.....16件(64%)

これまでに25件の意見が集まりました
・ご利用者に影響する事..... 5件
・直接介護で職員に影響する事... 7件
・間接介護で職員に関わる事..... 15件

改善例 その1

- ①ホールのご利用者が立ち上がりも見えるように鏡を設置！

ホールの状況がわからない

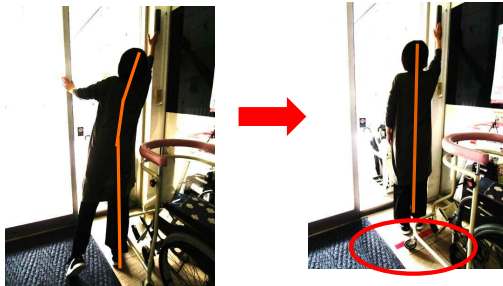


- ②事務机・キャスター付き昇降椅子を入れる事で、記録中の中腰姿勢を解消！



改善例 その2

③人が入れるスペースを確保することで、不良姿勢を改善！



物の置き場所をテープで示した

④台車を追加購入し、固定配置することで、配送物の抱え上げを解消！



技術指導

苦勞した事：業務の合間の実技指導に難色を示す職員も…



「え？」
「今じゃないとダメなん？」

しかし、
技術指導を繰り返すうち、
「**楽にできるようになったよ！**」
と嬉しい言葉ももらえるように…



私たちの強み

小規模施設だからこそ情報共有がすぐできる！

<今まで>

『抱え上げ介護』しか知らず、その
ケア方法を統一して行っていた

↓
スライディングボード、スライディング
シートの使い方を学んで、
『**楽にできるね！**』と共感

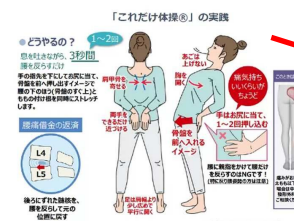
↓
『統一したケアがすぐできる』



まとめ 改善例：1年目でここまで できた

- ①「ノーリフティングケア」について**知れた**こと
- ② ノーリフティングケアの技術を**習得**できたこと
- ③ 福祉用具が**整備**できたこと
 - ・スライディングボード：0 → 1枚
 - ・スライディングシート：0 → 3枚
 - ・グローブ：0 → 6セット
- ④ 就業時の体操が**定着**したこと
- ⑤ **腰痛保有者が減った**こと：85.8 % → 66.6 %

(内訳) 「常に痛い」「よく痛みがある」：42.9 % → 33.3 % (退職者2名あり)
「時々腰が痛い」：42.9 % → 33.3 %
「痛みはないが重い」「症状なし」：14.2 % → 33.3 %
- ⑥ 職場**環境が改善**できたこと



2年目の目標
・年間スケジュールに
沿った技術指導の継続
・腰痛保有者の減少
(50%以下に)
・ご家族への指導
・福祉・宗像地域で取り組み
施設が増えるといいな…