

## 半年間で腰痛ゼロ！？ 抱えないケアが普及した理由

### 現場をつなぐフォロワーの影響力

社会福祉法人みやこ老人ホーム  
特別養護老人ホーム みやこの苑



## はじまり：ノーリフティングケアって何？おいしいの？ 概念ゼロからのスタート

2014年 機能訓練指導員（理学療法士）として入職

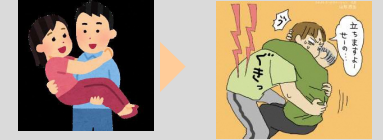
環境



手動ベッド、普通型車椅子ばかり

教育

全介助できて1人前!?



その前に腰を痛める職員多数

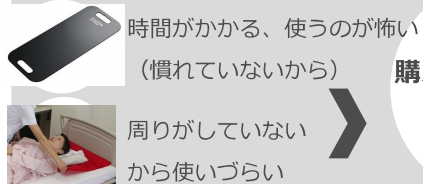
当時は福祉用具を活用する概念がなく**身体への負担が大きい**

2016年 電動ベッド、車いす、移乗ボードなど福祉用具の整備開始



## 苦悩：福祉用具整備のみでの効果

### 整備するも



時間がかかる、使うのが怖い  
(慣れていないから)  
周りがしていない  
から使いづらい

購入直後は職員も  
活用するが

使用しても職員間で方法が異なり  
**利用者の打撲外傷も絶えず**

### 数年後



**持ち上げ、抱えるケアは継続**



はじめは独りよがり**ハード面ばかり揃えた**が腰痛者は減らなかった

## 出会い：ノーリフティングケアの存在を知る



西日本国際福祉機器展にて  
取り組んでいる施設を知る



2019年 施設内にて白石先生による  
ノーリフティングケア講座開催

コロナ流行も重なり熱意が薄れかけていた2021年5月



施設長より「メ切り3日前だがノーリフティングケア事業に  
参加してみるか」と問われ、2つ返事で応募に至る



## 結論：本事業に参加して腰痛発生者が減った理由

参加時、常に腰が痛い職員4名 ▶ 再調査後、0名

01. リスクマネジメントの導入 P D C A サイクルが行える土壌の醸成
02. ケアを推進する仲間(フォロワー)の働きかけによる現場の意識改革
03. チームで問題点を見つけるようになり改善策が出やすくなる職場へ



## 腰痛予防対策推進委員会の設立

統括マネージャー 施設長 サブ：相談員  
ノーリフティングケアの目的と委員会活動の目標を説明  
リスクマネジメントの導入

職員の健康管理 看護師長  
定期的な腰痛健康調査の実施と分析・対応  
令和3年5月 調査時 19名の内14名が腰痛あり 発生率74%

福祉用具計画管理 理学療法士  
福祉用具の管理と導入計画立案  
環境の整備

個別プランニング ケアマネージャー  
ノーリフティングケアの視点を取り入れた  
アセスメント・プランニングの実施

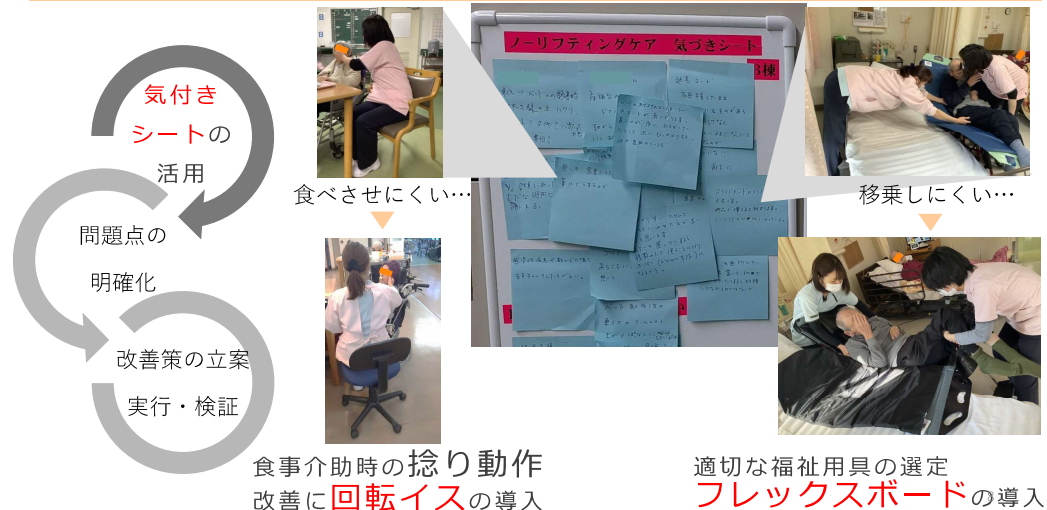
教育 理学療法士  
介護技術の教育計画をたてる



## 委員会発足によりチームとして動き出す



## 理由01: リスクマネジメントの導入 P D C A サイクルが行える土壌の醸成



## 理由02：ケアを推進する仲間(フォロワー)の働きかけによる現場の意識改革

### 当初

PT 1人で教育…現場とは温度差  
教えるが現場で活用できていない？

### 修正

教育担当を新たに介護職員2名追加  
「県事業フォローアップ研修」へ参加

### 改善

3名体制で教育



実技研修 大野城市 プラッツ本社にて

教育担当が自信を持って現場のスタッフへ技術指導を行なう事で  
ノーリフティングケアが広まっていった ⇒ 職場の空気が変わる



## 理由03：チームで問題点を見つけるようになり改善策が出やすくなる職場へ

気づき：大きかったフォロワーの存在

フォロワーとは？ ノーリフティングケアを推進してくれるスタッフ



『TEDムーブメントの起こし方』より引用

彼らの働きかけにより意識の変革が起こる

### 1人から始まり

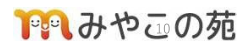
始めは抱えていた職員もノーリフティングケアを行なう  
職員が増えた事で一緒に取り組みだした

### 仲間が増え

委員会から問題提起を行うより職員間で問題点を話し合う機会が増加

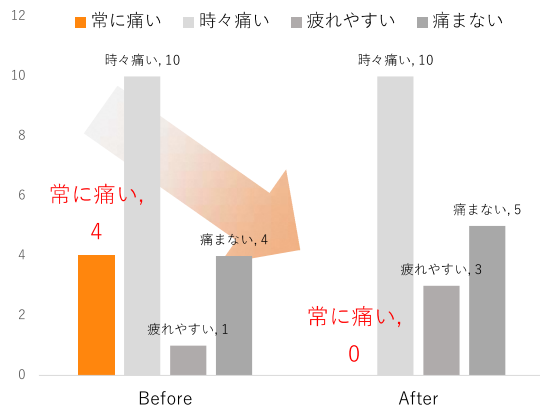
### 活発に意見があがり改善策が出る

介護技術の活用や福祉用具使用の対象者が増え、ケアの負担が減るようになった



## 参加後 (After)：腰痛発生者 74% ⇒ 56%

※常時痛みを感じている職員は参加時(5月)4名が12月時点で0名に



委員会を発足  
リスクマネジメントを実施

可能な範囲で必要な福祉用具を揃え  
介護技術教育を実施

持ち上げない、抱えない介助が  
出来るようになる



## まとめ：組織全体の理念・理想・目的を共有すること

福祉用具を整備するだけでは達成できなかったノーリフティングケア  
の普及が仲間(フォロワー)の存在により広めることができた

### 成果

職員とノーリフティングケアの目的を共有し、持ち上げない、  
抱えないケアが浸透しつつある

結果的に身体の負担が減り腰痛者を減少させることができた

### 課題

入浴、トイレ介助時などはリフト等の整備がなく全ての場所で  
持ち上げない、抱えないケアはまだ出来ていない

