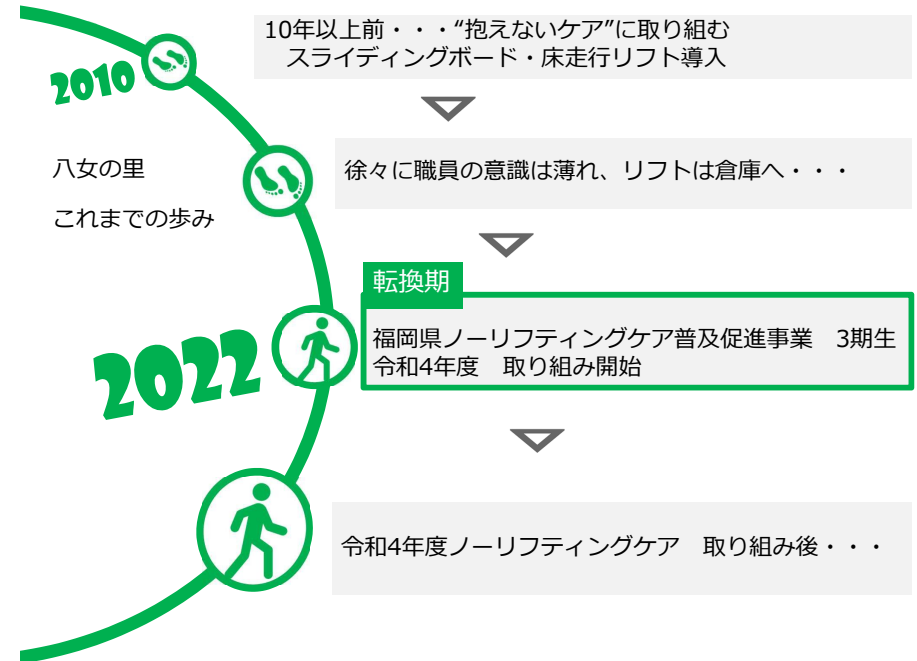
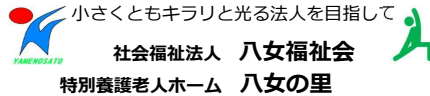


## 環境から変えていくノーリフティングケア

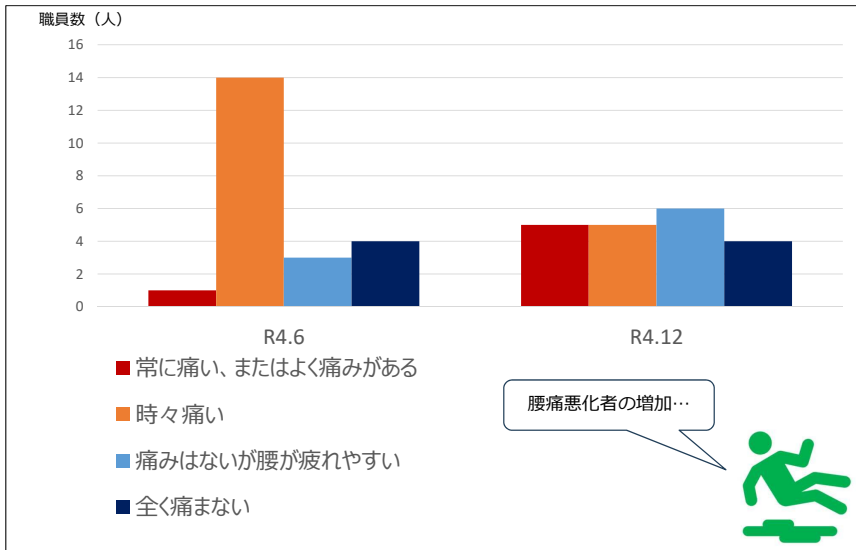
~小さな挑戦 “これならできる”~

令和5年度 福岡県ノーリフティングケア普及促進事業  
モデル施設 実践報告



### 取り組み 1 年目

### 腰痛調査の結果



### 取り組み 1 年目

### 分析

なぜ1年目 取り組みを頑張ったのに腰痛が悪化したのか？

<腰痛が悪化した職員へインタビューを実施>

新型コロナウイルス感染症対応の負担が大きかった

- 職員の対応するフロアを固定したため、フロアを超えた職員同士のフォローが難しくなり、一人にかかる負担が増加した、という意見が多数だった。

- その後、新型コロナウイルスは5類になり、職員の対応するフロア固定はいくらか緩和を行った。

- ただし、5類になっても、ウイルスが無くなった訳ではないし、インフルエンザ等の他の感染症の脅威もあり、基本的な感染症への対応は続く...



さらに、追い打ちをかける介護職員の**人手不足**問題・・・

22人



取り組み 1年目

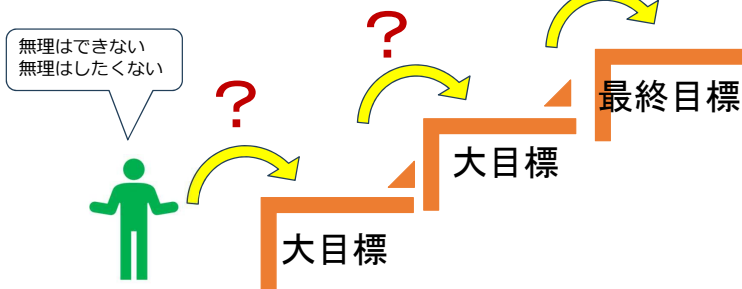
20人



取り組み 2年目

ノーリフティングケアを取り組む中で**モチベーションを保つ**ためにも腰痛調査での結果を出さないといけない。ただし、人手が少ない中で、**できる取り組みは限られる**。

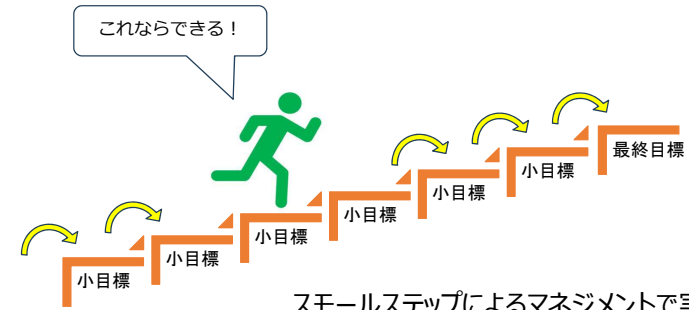
大きな目標を達成するために、無理をして取り組みを継続できるか分からない。



そこで、一つ一つの目指す目標を**低く**設定した「**スモールステップ**」。  
簡単な内容から少しずつ達成し、確実に前に進んでいく。

2年目の合言葉は・・・“**これならできる**”

職員の余力や時間が少ない中で、まずは導入しやすい**環境改善**に力を注ぐ！  
**小さな成功体験**で、モチベーションを**維持**できる！



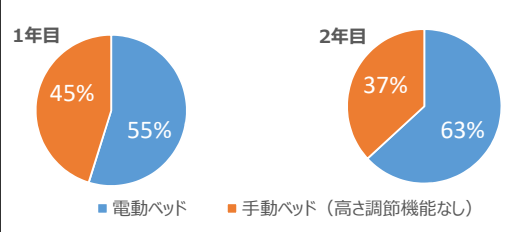
スモールステップによるマネジメントで実践→

「これならできる」実践①

電動ベッドで環境改善



10台導入した電動ベッドの割合

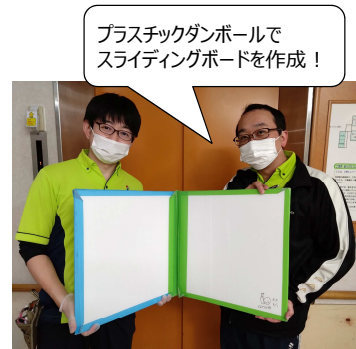


まずは10台導入



「これならできる」実践②

手作りボードで環境改善



始めは手作りでも、数を揃えることを優先し、必要な居室ごとに配置。



リクライニング式車椅子からのベッド移乗



移動したい方向と職員の方の方向が合っていない。

下の写真のように立ち位置を変えて、前後の体重移動を使う。



足を前後に開いて

環境が整った後は、技術を実践。

最初からパーフェクトを求めすぎず、時間をかけて学ぶ。

## 「これならできる」実践③

## WEBアンケートで時短

### ノーリフティングケア簡易腰痛調査

最近1か月の状態についてお答えください

.com アカウントを切り替える

\* 必須の質問です

氏名 \*

回答を入力

職種 \*

介護職員

看護職員

その他

最近1か月の疲労感について \*

1日休んでも疲れがとれない

翌日にも疲れが残る

一晩寝ると疲れがとれる

問題を感しない

### リスク調査

私たちの労働環境を見直しましょう。ケア以外の業務も含めて、現在、困っていること、不安なこと等を調査します。ノーリフティングケアの取り組みのひとつとなります。

.com アカウントを切り替える

\* 必須の質問です

氏名 \*

回答を入力

こんな業務が、つらい、痛い・・・  
こんな時こんな道具があったら・・・  
皆さんの意見を自由に記入して下さい

回答を入力

送信

Google フォームでパスワードを送信しないでください。  
このコンテンツは Google が作成または承認したものではありません。不正行為の報告、お問い合わせ、ポリシー

Google フォーム

アンケートは端末で入力

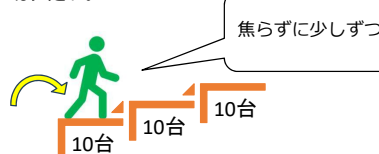
やったことがない最初は不安でも、すぐに慣れました

## 「これならできる」実践④

## ケア以外でも環境改善



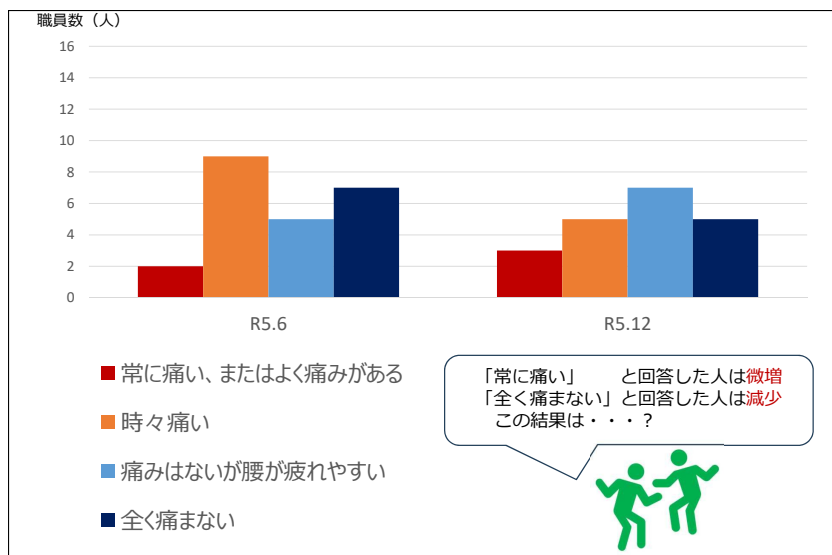
ノーパンクタイヤ自体のコストがかかっても、普通タイヤがパンクした場合の修理費用と頻度を比較したら採算が取れる！それならばメンテナンスにかかる時間短縮のメリットは大きい。



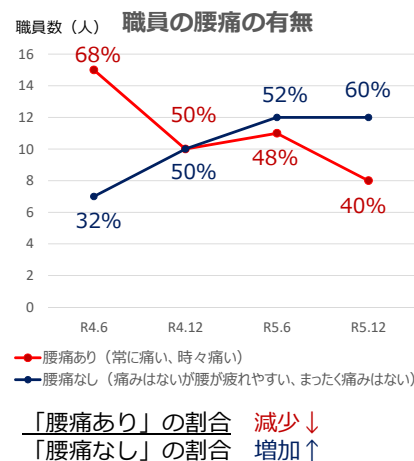
これまで使っていた長方形の普通のシーツをボックスタイプのシーツに変更。すべての居室の交換に数日かかっていたベッドメイキングが1日で完了するようになった。



## 2年目 取り組み後の腰痛調査 結果



## 視点を変えて分析



ノーリフティングケアの効果は数値に表れていた。

## まとめ

“これならできる”は

スモールステップで生まれる  
小さな成功への合言葉

取り組む時間や人手が少なければ  
「環境改善」から取り組もう！

きっと、どの施設  
も同じような悩みを  
かかえています

私たちと一緒に  
小さな1歩を踏み  
出そう！



みんなで作ろう、安心安全な職場