

ノーリフティングケアへの第一歩

「気づき」から始まる意識変化
長く働ける職場環境を目指して



医療法人 清友会
介護老人保健施設
クリーンパル・ゆう

施設の概要

施設構造：3階建て（2階3階が入所棟・1階は通所）

浴室は地下

入所定員：100床+ショートステイ（空床利用）

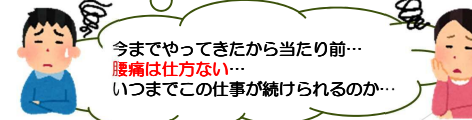
職員数：介護 29名（男性：9名 女性：20名）

看護 14名（パート含む）

歯科衛生士：1名 リハビリ：5名

施設の現状

- ・日常的に「持ち上げ」や「抱え上げ」介助がある
- ・腰痛を発症している職員が多い



ノーリフティングケア導入のきっかけ

- ・職員の腰痛保持者が多く、それによる休職や離職者もいた。
- ・いつまで仕事を続けられるか、介護管理者自身も不安を持っていた…

このままではいけない!

同グループの先輩施設「桜の丘」さんに相談
「ノーリフティングケアフェス」を紹介してもらう

知ってはいたけど…
踏み出せて
いなかった…

介護長・介護主任・リハビリ主任
リハスタッフで参加

これは!!

「ノーリフティングケア普及促進事業の
取り組み施設に応募させてほしい!」と
施設長・事務長に相談
⇒了承を得て応募

新規取り組み施設
として活動開始!



ノーリフティングケア委員会の発足からこれまで

《主要メンバー》

- ・統括マネージャー：介護長
- ・健康管理：看護師長
- ・プランニング：介護主任2名（各フロア1名）
- ・福祉用具：作業療法士
- ・教育：理学療法士

運営会議での
活動報告

情報伝達や研修の
開催が難しい…

《委員会メンバーの選定》

各フロアの介護副主任・看護主任と副主任 4名

現場の声が聴きたい…

《サポートメンバーの選定》

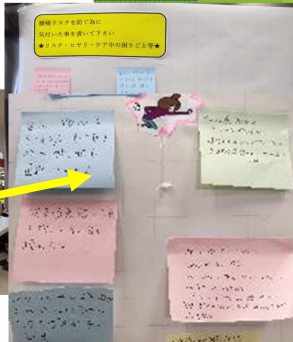
各フロアの介護職員（中堅スタッフ）

協力メンバーを増やすこと
で職場全体への意識づけに
もなっていく!



①「気づき」の大切さを知る

(委員・職員向け)
リスクマネジメント資料配布
理解度チェックの実施



リスク抽出の開始

リスク(問題点)

掃除担当のスタッフの方が重い荷物(掃除機等)を持って階段を登っているのが大変そうです



対応策

すぐにエレベーターを使用するようにお願いした。
(最初は躊躇されたが...)



「無理をしなくてもいいんだ！」
という「気づき」が、
リスク抽出の**第一歩**
となりました。

②「気づき」から実行までの流れを作る

Before



After



対応を委員で検討

カートの中段に板を設置



食器カートからコップを取り出す時に中腰姿勢で負担がかかってしまう
「コップは意外に重たい…」

評価の方法は検討中



中腰姿勢にならずに出し入れができるようになりました

③日頃から「腰痛予防」への意識づけ

6月の腰痛アンケート 「腰痛あり」68%

朝の申し送り前にラジオ体操を開始

ラジオ体操が徐々に定着
⇒**体重移動**も追加

朝からスッキリする！
きもちいい！！
体があたたまる！



「朝の体操」が利用者様の為だけでなく、スタッフにとっても大事な時間になってきた。



④職員の腰痛状況の確認

腰痛レベル分け

重度	じっとしていても痛む
中等度	身体を動かした時に痛む
軽度	腰が疲れやすく重たい感じがする
なし	症状なし

独自の腰痛アンケートによる腰痛状況確認

半年に一度個人面談での聞き取り

委員(統括・健康管理担当)が個別の状況を確認



腰痛レベルに合わせ、業務の見直しや必要時にアドバイスをしています。

⑤情報の提供・「教育」の機会を作る

職員向け「目的と必要性」「リスクマネジメント」について研修を実施

委員メンバーへ技術動画視聴の案内

委員メンバーへの実技研修

職員へ技術動画視聴の案内
(視聴後から職員向け実技研修実施予定)

感染症や職員欠員などが続き、予定通りに進まない状況…

職員全員に効率よく、スキマ時間利用などで技術研修を進めていきたい!!



⑥福祉用具の管理と見える化

福祉用具数の把握・使用状況の確認

①番号での管理



②配置場所の見える化



③必要な福祉用具の検討



スタンディングリフトのデモ機を体験



跳ね上げ式車椅子の購入

今まで無かったグローブを購入
シートも追加購入



定期的なラウンドで使用状況の確認や必要とされる福祉用具の検討を続けていきます。

⑦アセスメント表の見直し

Before

起き上がり	自立	立ち上がり	自立
	見守り		見守り
	一部介助		一部介助
	全介助		全介助
立位保持	自立	移乗	自立
	見守り		見守り
	一部介助		一部介助
	全介助		全介助
移動	自立	杖	
	見守り		シルバーカー
	一部介助		歩行器
	全介助		車椅子

After

起き上がり	自立	立ち上がり	自立
	見守り		見守り
	一部介助		一部介助
	全介助		全介助
立位保持	自立	移乗	自立
	見守り		見守り
	一部介助		一部介助
	全介助		全介助
移動	自立	見守り	車椅子
	独歩		自走
	杖		見守り/一部介助
	歩行器		全介助

定期的カンファレンスで福祉用具や介助方法の評価を行い、ケアプランに反映できるように検討しています。

「取り組みから変化したこと」

変化したこと

- 職員の「腰痛予防」に対する意識の変化が見えてきた
- 身体の使い方を意識する職員が増えた
- 「変えること」に対して柔軟になってきた

取り組んでよかったこと

- 「腰痛」の現状把握・対応策の検討・実行が迅速に取り組めるようになった
- 業務改善しやすい環境になり、「介護」の仕事に明るい兆しが見えるようになってきた

誰もが無理なく安心して働ける職場・チャレンジができる職場になっていけるよう、これからも頑張ります!