



社会福祉法人土佐香美福祉会

ノーリフティングケア の取り組み

～ 継続は力なり ～

特別養護老人ホーム ウェルプラザ高知

2021.1.31 機能訓練指導員 松村 美和

介護主任 木椋

博規



特別養老老人ホーム ウエルプラザ高知



施設紹介

施設概要 特別養護老人ホームウエルプラザ高知

【全室個室8ユニットケア80床】 平均介護度4.37

✿大津フロア：重度の方が中心に生活 平均介護度 4.6 介護職員・介護助手 10.4名

✿一宮フロア：高度の認知症の方が中心に生活 平均介護度 4.4 介護職員・介護助手 10.1名

✿朝倉フロア：中・重度介護、認知症の混合 平均介護度 4.4 介護職員・介護助手 10.4名

✿旭フロア：中・重度介護、認知症の混合 平均介護度 4.1 介護職員・介護助手 10.4名

介護主任：2階1名 3階1名

・看護職員：5名 ・機能訓練指導員（理学療法士）：1名

ウエルショートしなね短期入居生活介護事業所

【全室個室2ユニットケア20床】 平均介護度2.8 介護・看護職員：13名

ウエルデイしなね通所介護事業所

【定員28名】 平均介護度：2.0 介護・看護職員9名

ノーリフトケアの導入

始まりは2016年（平成28年）・・・

始まりは2016年（平成28年）・・・

2016年2月 高知県ノーリフティングリーダー研修を受講

6月 高知県福祉・介護就労改善推進事業ノーリフティング研修受講

同月 推進チームを立ち上げる

はじめはノーリフトという言葉も知らなかったですが、
県主催の研修への参加を促され参加することに。



前施設長

- ・ 職員の離職
- ・ 職員の腰痛
- ・ 介護現場での身体的負担

などの問題を抱えていた



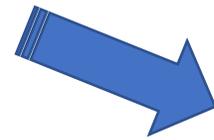
◀第1回ノーリフティング推進チーム立ち上げ▶

主任・リーダーから介護職員へ



職員会などで全員へ伝達

抱えない、持ち上げない、引きずらない介助方法を伝達していく



これやったら楽にできそう！

職員の意識が変化



自分たちができるところから
まず取り入れていこう

全職員にグローブを支給(H28年度 助成金)

ウエストポーチを携帯し、必要時すぐ使用できるようにした



腰痛にならない作業姿勢の習得

ケアの際、ベット(電動ベッド)の高さを介助者の身体に合わせる
台車を作成し、屈まない環境にした



スライディングシートを各居室に設置



現在ある福祉用具

🌻 グローブ

マルチグローブ 56枚

移座えもんグローブ 12枚

(医務職員も携帯し使用)

🌻 スライディングシート

移座えもんシート(L) 34枚

移座えもんシート(S) 3枚

スマイルシート 2枚

🌻 車椅子

普通型跳ね上げ 35台

ティルトリクライニング 15台

リクライニング 4台

🌻 移乗用ボード

移座えもんボード

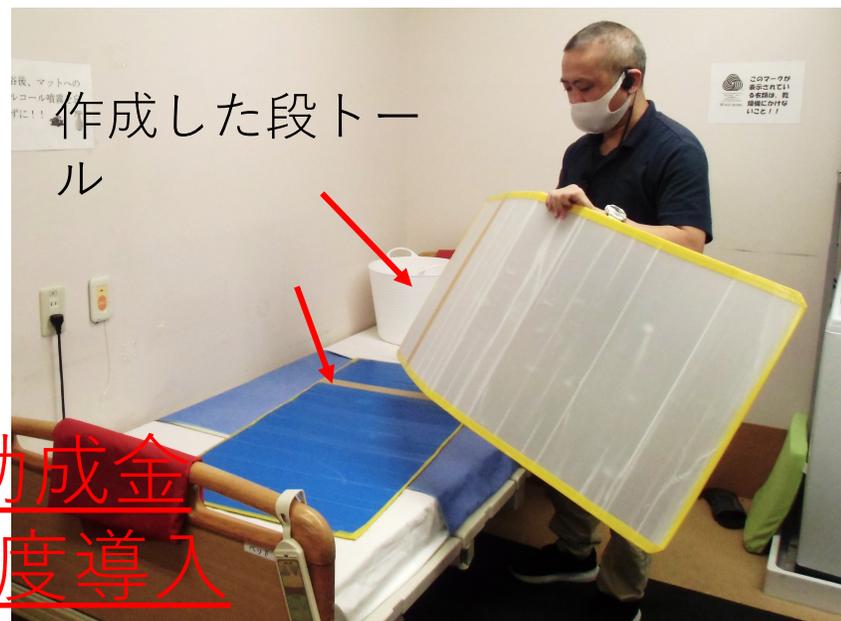
モルテンボードBタイプ

モルテンボードSタイプ 4枚

マスターガイドS

フレックスボード

のせかえくん



高知県介護福祉機器等導入支援事業助成金
平成28・29・30年度・令和1年度導入

ウエルプラザにあるリフト

床走行式リフト



H27年 1台
R1年 1台

スマイルリフト



H27年 1台
R1年 3台

スカイリフト



H27年 1台

ミニリフト



H29年 4台

高知労働局職場定着助成金[介護福祉機器等助成]

2017年（平成29年）4月に「ノーリフティング委員会」立ち上げ

福祉用具の使用状況や不具合などの確認、職員のケアの状況や、施設内・外の研修についての確認を行う

副施設長
健康管理担当
衛生管理者

統括主任

推進リーダー
介護主任

環境整備担当
個別アセスメント担当
機能訓練指導員（理学療法士）

個別アセスメント担当
各フロアリーダー5名
介護リーダー1名

ノーリフティング委員会のメンバー

研修体制



ステップアップのための研修

- ・高知家統一基本ケアセミナーは、全職員が平成30年度に15項目を受講
(平成28年度に技術の5項目を7割の職員が受講済み)
平成31年1月 指導者養成テストを受け7名が仮免合格
- ・ノーリフト基本技術研修・指導者養成
平成30年度介護主任・フロアリーダーが受講終了
令和元年度ユニットリーダー受講
- ・ノーリフトコーディネーター研修
平成29年度 ベーシックコース2名受講
令和元年度 ベーシックコース2名受講
- ・ノーリフトティングミニ研修を1時間実施
(毎週水曜日、各フロアごとに実施)



新規・中途採用職員の研修

対象	日時	内容	担当
採用職員 (新卒・中途)	研修期間 入職日および翌日 ↓	ノーリフトケアの実技を含めた研修を実施。腰痛を起こさないケア時の姿勢や、施設で使用している福祉機器の基本的な使い方を説明	介護主任 機能機訓練指導員
	フロアに配属	フロアおよびユニットリーダーから指導を受け、個々の利用者に対するケアの実践を重ねる	フロアリーダー 介護主任



現場でのケアに戸惑いや不安を起こさないように

ノーリフトミニ研修を毎週水曜日に実施



主な内容は

介助時の姿勢(体の使い方)

福祉用具の使い方

利用者の身体をアセスメント

これらをチェックし苦手な技術を練習

ノーリフトケアの定着

福祉用具を使用し抱えない介助へ

移乗動作（ベッドから車椅子）

2名での抱え上げからリフト・ボードを使用するように変更

導入前の移乗方法



導入後の移乗方法



排泄介助

2名介助が必要な対象者に、リフトを導入し、職員1名で対応 **ミニリフト**



スマイルリフト



スカイリフト



情報の共有・ケアの統一



施設サービス計画での位置づけ

カンファレンス



毎月実施しているカンファレンスでもノーリフトケアの内容を評価も含め話し合っている。新たに作成した身体機能評価表、ADL表を使用することで、具体的な方法が明確になり、各職種が情報共有しやすくなった。

身体機能評価(アセスメント)表

動作能力					福祉機器の使用および特記事項				
基本動作	寝返り	一部介助	手すり	無		体位変換	必要	<input type="checkbox"/>	マルチグローブ
								<input type="checkbox"/>	スライディングシート
	起き上がり	全介助	手すり	無		電動ベッド	不要		
	立ち上がり	全介助	手すり	無		ホジショニング	不要	ホジショニング表	無
	座位	介助により座位保持可能				車椅子	普通型	施設物品	跳ね上げ可 フットサポート取り外し可
	身体の傾き		有	右側	前屈				
立位	介助により立位保持可能				クッション	有	<input checked="" type="checkbox"/>	座面	施設物品
	身体の傾き						<input type="checkbox"/>	背面	
移乗動作	全介助	1名介助			福祉用具	車椅子⇄ベッド			
	足の踏みかえ	不十分	車椅子ブレーキ	不可		トイレ	ミニリフト		
					浴室	床走行式リフト			

A D L 評価(アセスメント)表

【寝返り】	自立	【体位変換】	不要		【 具体的 援助 内容 】		
【起き上がり】	一部介助	<input type="checkbox"/> 仰臥位	<input type="checkbox"/> 右側臥位	<input type="checkbox"/> 左側臥位			
【立ち上がり】	全介助	【移動動作】	全介助				
	ふんばり 可	【移動手段 ①】	自走式車椅子	施設物品			
【移乗動作】	全介助	②					
【福祉用具】	マルチグローブ	ミニリフト	スライディングボード				
	その他()						
環境	ベッド高さ	25cm					
必要物品	コールマット	布団・マットレス					
	その他()						
【入浴】	<input type="checkbox"/> 個浴	<input checked="" type="checkbox"/> リフト浴(ヤエスストレッチャー)	<input type="checkbox"/> 特浴	<input type="checkbox"/> その他()	【 具体的 援助 内容 】		
	全介助						
身体を洗える 部位	<input type="checkbox"/> 頭	<input type="checkbox"/> 髪	<input type="checkbox"/> 顔	<input type="checkbox"/> 首		<input type="checkbox"/> 背部	<input type="checkbox"/> 胸部～腹部
	<input type="checkbox"/> 肩 (左・右)		<input type="checkbox"/> 腕(左・右)			<input type="checkbox"/> 手(左・右)	
	<input type="checkbox"/> 臀部(左・右)		<input type="checkbox"/> 膝上(左・右)		<input type="checkbox"/> 膝下(左・右)	<input checked="" type="checkbox"/> 陰部	
【衣類着脱】	一部介助						

ケアプラン・計画書に具体的に記載

<ケアプラン>

	(クッションを使用し)	
	③両腋窩にクッションを挟むことで拘縮の進行を防ぐ。	介護職員
	④スライディングボードを使用して移乗介助を行う。	介護職員
H31.2.1 ~ H31.4.30	①排泄時は身体の前傾を介助し、足の上にしっかり重心を寄せ立位をとる。	介護職員

<機能訓練計画書>

をとり体の緊張を緩める
③ 移乗動作
・体の前傾を介助し足の上 にしっかり重心を寄せ立位 をとる
・ベッド⇄車椅子間はスライ ディングボードを使用

- 機能訓練指導員
③ 介護職員
機能訓練指導員



福祉用具の使用や介助方法を記載

入居者の生活環境

- ・ 離床する機会が増えた
- ・ 座位姿勢が安定した
(腰部が深く安定した位置に座れることによる)
- ・ 移乗時に無理な力が入らず、リラックスしたまま移乗ができる
- ・ 内出血や事故が減った
- ・ 床走行式リフトを使用できない方にも安全に負担が少なく移乗できる



職員の環境

- 2名から1名で安定した介助が行えるようになった
- 低い姿勢から抱えることがなくなり、身体的な負担が減った
- 介助に対して不安がなくなった
- 身体（腰）への負担の軽減
- 2名で抱える介助と比較し身体的負担が少ない
- 妊婦の職員でも移乗介助が行えた



ノーリフトケアの継続

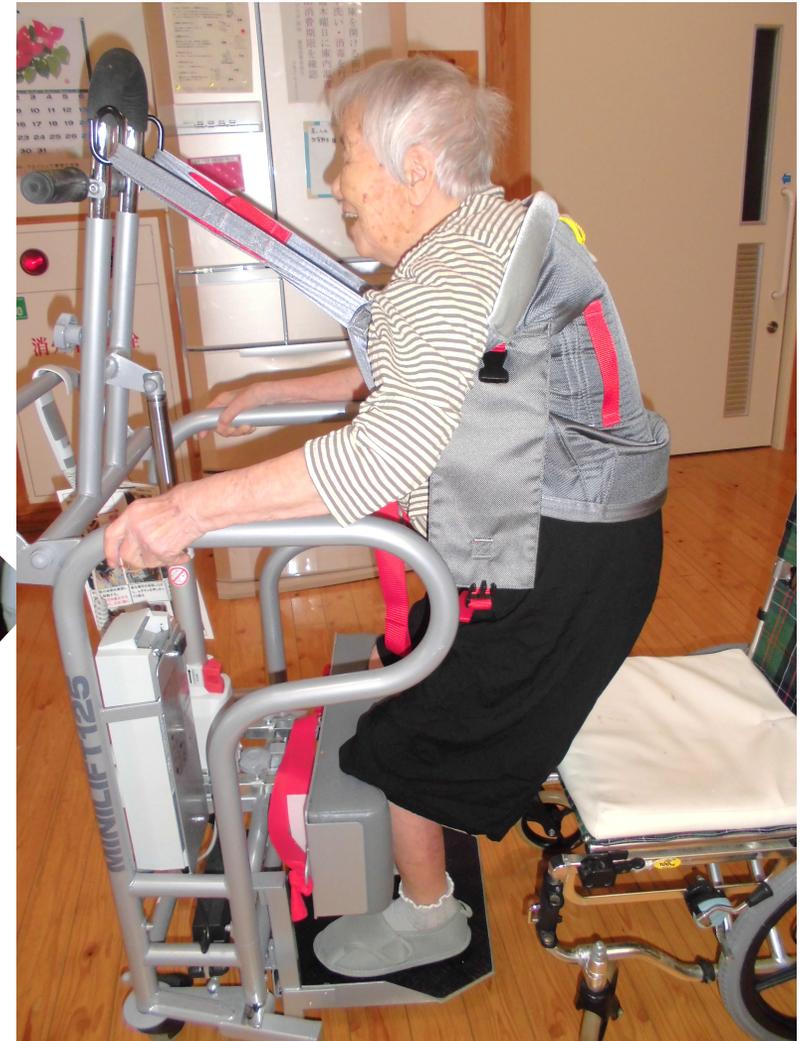
立位姿勢の変化



R1.4.11



R1.6.11



R1.7.29

R2.12.1 5

ミニリフトからスカイリフトへ変更し誘導を継続



そろそろベットへ移乗したい



移乗時には、スライディングボードを持って、待ってられます

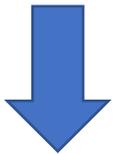
R2.4.29入居

入居時は膝などの関節の痛みがあり
食事や排泄動作など全介助が必要であった



痛みが強く立
位介助が困難

スマイルリフトで排泄介助



リフトの介助は
痛みなく可能

痛みが改善し自発的な動作が可能



R3.1.12

**食事自力摂取可能
立位動作 1 名介助で可
能**



受診内容	平成29年度	平成30年度	平成31年 令和1年度
内科	23	9	4
整形外科	58	31	25
皮膚科	111	62	41
循環器科	0	6	6
耳鼻科	13	15	18
泌尿器科	5	2	0
精神科	151	131	109
脳外科	16	11	8
形成外科	5	5	0
歯科	6	4	6
外科	7	4	0
救急外来	22	11	9
合計	417	291	229

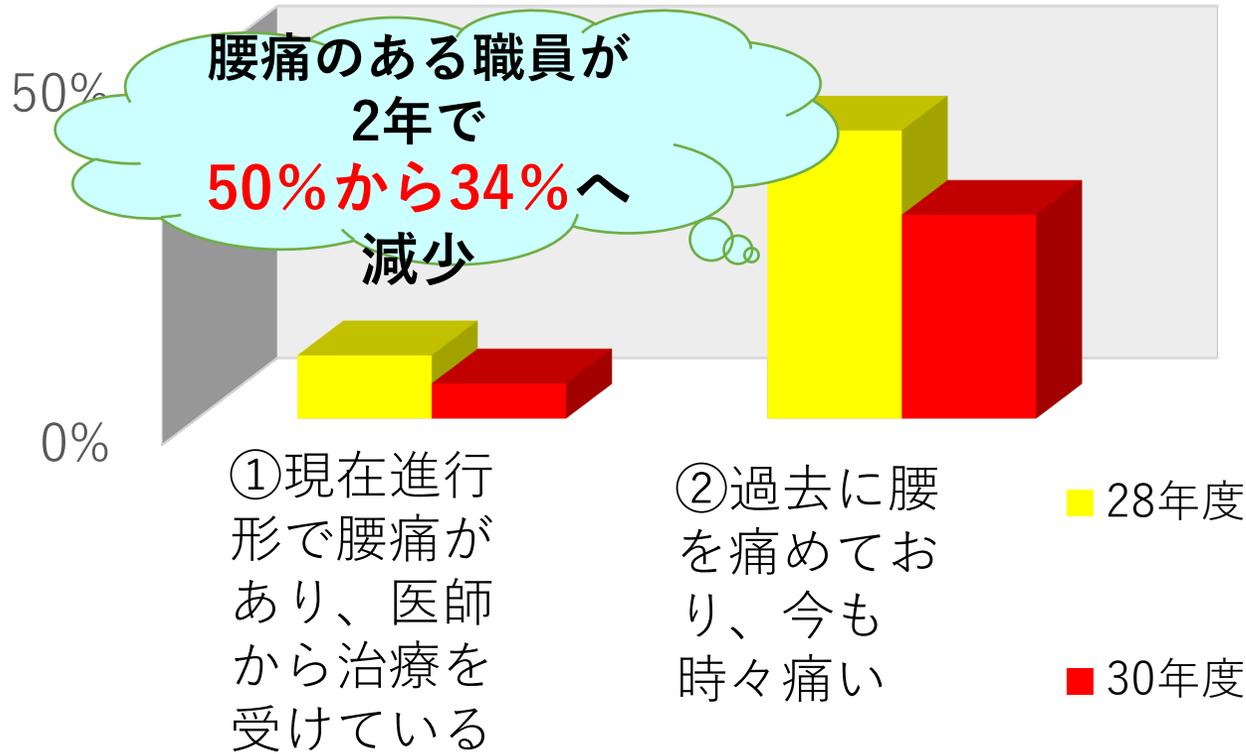
結果としての 外来受診減少

- ・ 外来受診数の減少
- ・ 褥瘡発生の減少

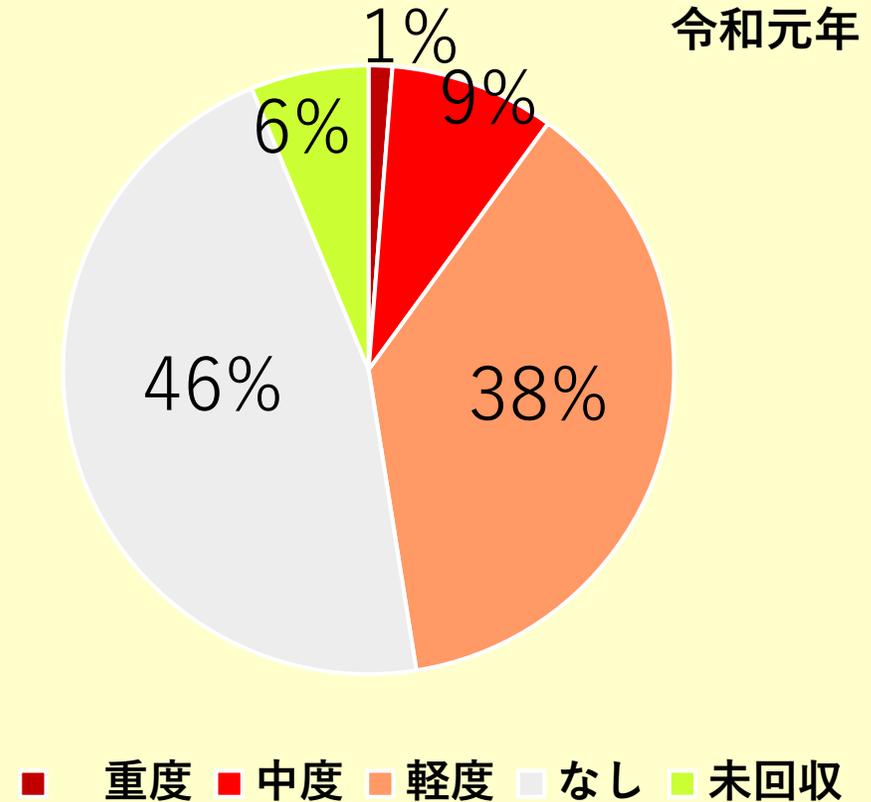
(平成28年5件・29年6件
30年は持ち込みの褥瘡が
1件あったが、それ以降の
発生はなく、現在の保有者
はゼロとなっている)

平成28年以降、腰痛アンケート調査を実施 現在も年2回実施し、結果の分析、業務の改善へ

身体状況について①



腰痛ありの人の重症度（現在）
令和元年





中腰にならない業務へ改善



床へ物を置かないように棚を設置



こうした職員の職場環境を定期的に・・・

- 先ずは、衛生委員会で・・・
- つぎにノーリフティング委員会で・・・
- そして、KH委員会で・・・

K…暮らしやすさ(利用者)

H…働きやすさ(職員)



労働安全衛生マネジメントシステム “P D C A”サイクルの確立

P (Plan 対策の計画)

- ①具体的な目標
- ②リスクアセスメント
- ③優先順位、対策を作成

D (Do 実施)

- ④対策の実施

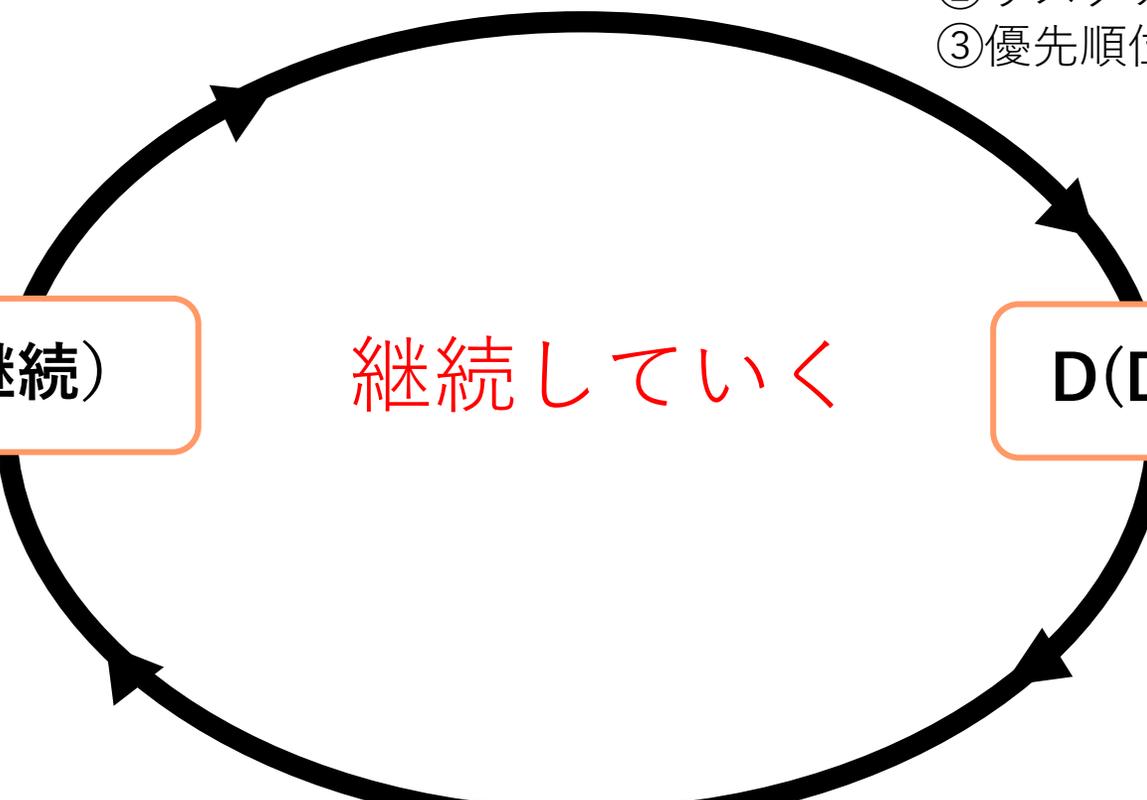
C (Check 見直し)

- ⑤対策の実施状況を評価
- ⑥対策の効果を評価

A (Act 継続)

- ⑦評価結果と新たな問題
に応じた対策

継続していく





ノーリフティングケアで入居者、職員は笑顔になります

