

ノーリフティングケア導入による職員の意識変化

～介護老人保健施設 夢の里における取り組み～

夢の里ノーリフティングケアチーム



- 1 | プロフィール
- 2 | 業務改善の実施フロー
- 3 | 課題
- 4 | 取組内容
- 5 | 考察と今後の課題



1 | プロフィール

本施設のコンセプト

『地域に根差した利用者様中心の医療と福祉の実現』を法人理念とし、平成6年に開設。
超強化型老健として、地域やご家族との結びつきを大切にし、在宅復帰・在宅生活支援に取り組んでいる。



施設名	医療法人 地塩会 介護老人保健施設 夢の里
所在地	南国市岡豊町中島1521-1
職員体制	医師・施設長 1名 看護 (入所) 9名 (通所) 3名 介護 (入所) 36名 (通所) 10名 リハビリ (PT) 5名 (OT) 3名 (ST) 1名 介護支援専門員 4名 (介護、看護、支援相談員兼務) 管理栄養士 2名 歯科衛生士 1名 支援相談員 (入所) 3名 (通所) 1名
利用者数等	入所定員 94名 (認知症棟、一般棟) 通所定員 50名

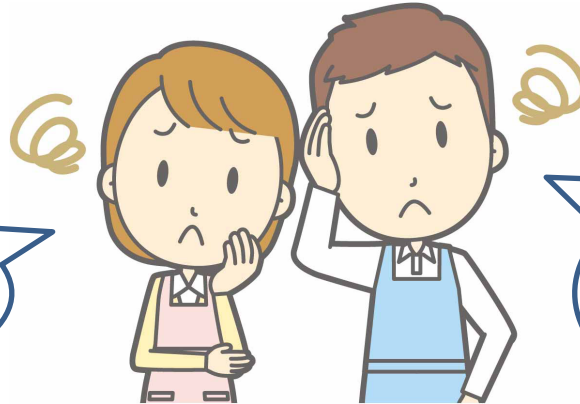


はじめに ～取組みのきっかけ～

ノーリフティングって何？
忙しいのに新しいことを始めるの？

スライディングシートとグローブ
が詰所にあるけど、正しい
使い方が分からない？？

この仕事をしていたら
腰痛は仕方がない・・・



スライディングボードを使う
より抱えた方が早い！
道具を使うのが面倒！！

重介助の人にだけリフト
を使いたいけど・・・

忙しいから道具を取りに行く
のが面倒！！



2 | 業務改善の実施フロー

8月

9月

10月

11月

12月

1月

チーム
立上げ

パイロット
事業参加

グローブ、シート、
ボード導入

リフト
導入

研
修

マイスター
養成研修

全体研修

技術教育リーダー
養成研修

リーダー講習

リーダーによる
伝達講習

調
査

腰痛センサー

タイムスタディ

パイロット事業
アンケート

腰痛調査
分析

リスク把握
アンケート

腰痛
センサー

タイム
スタディ

パイロット事業
アンケート

意識調査



課題
1

重介護者が増えたことによる介護負担の増加
➡**職場環境改善（腰痛予防対策）**

課題
2

『ノーリフティングケア』の知識不足
➡**知識と技術の習得**

課題
3

業務改善の必要性が浸透していない
➡**職員の意識改革**

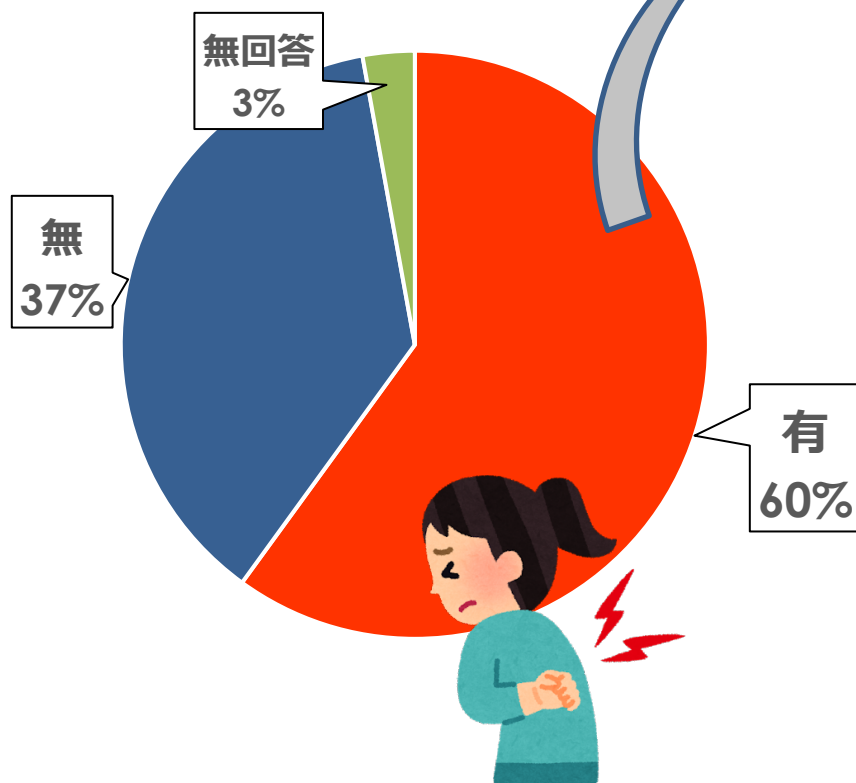


—取り組み **1 腰痛予防対策**

(1) 腰痛調査、腰痛センサー調査の実施と分析

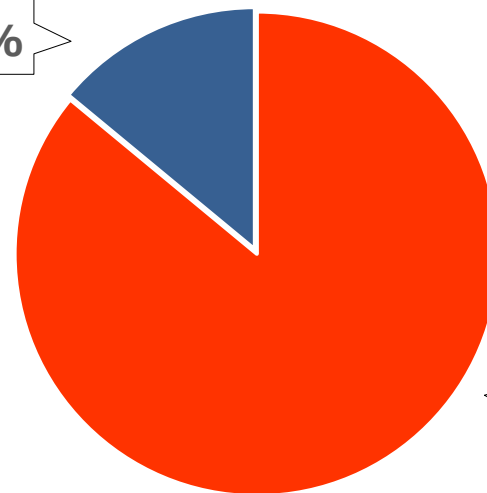
腰痛調査の結果...

Q 現在、腰痛はありますか？



Q この1ヶ月間で腰痛はありましたか？

無
14%

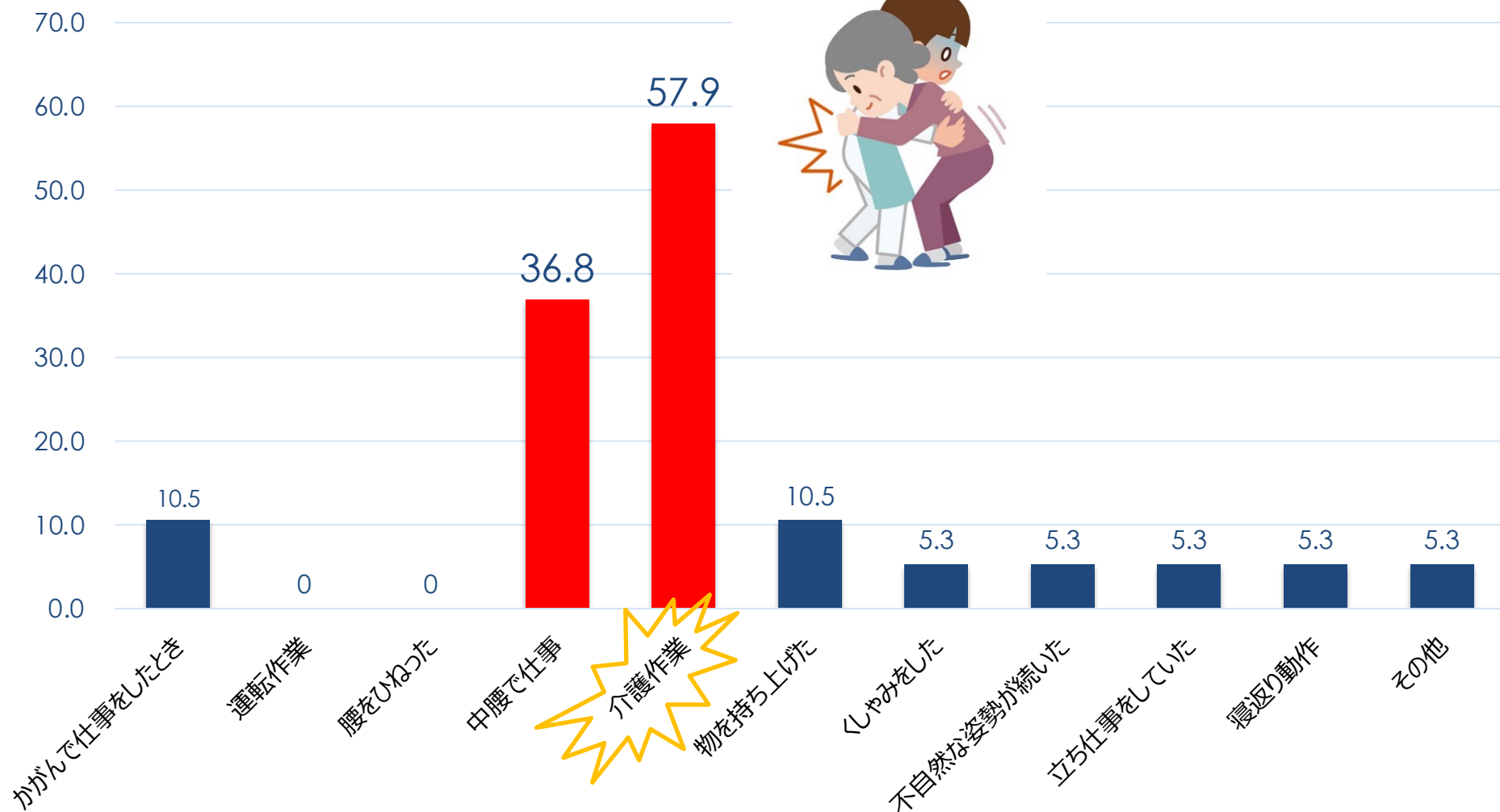


有
86%



4 | 取組内容

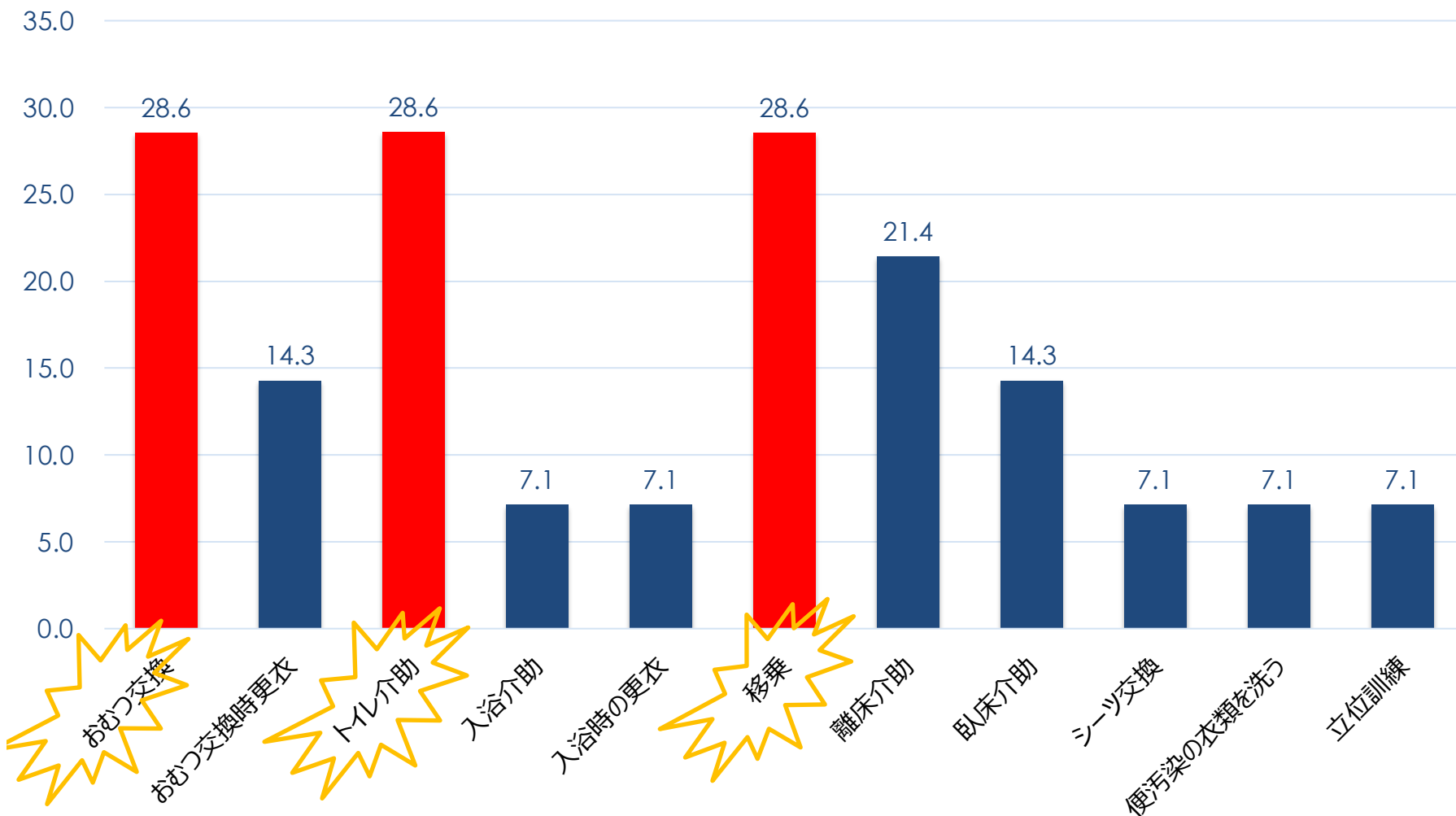
Q どんな時に腰痛が起こりましたか？





4 | 取組内容

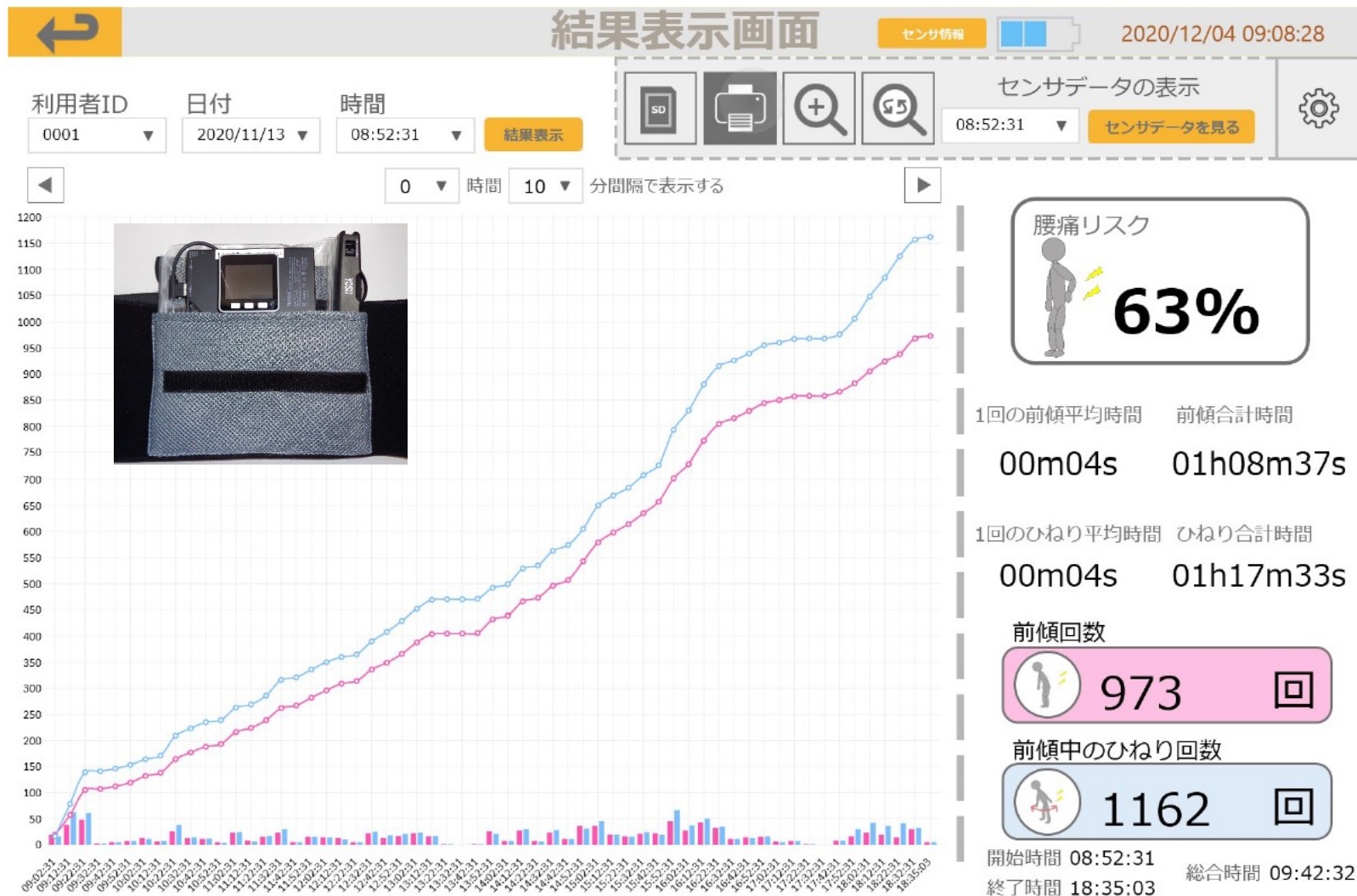
Q つらいと感じるケアは何ですか？





4 | 取組内容

腰痛センサーを使用した腰痛リスクの把握





—取り組み **1 腰痛予防対策**

(2) マイスター養成研修の受講（7/21、8/21）

受講者：療養支援部長、介護長、看護課長、ケアマネ

目的：ノーリフティングケアの基本的な考え方、労働安全衛生の視点で
ノーリフティングケアに取り組む為の組織作りについて学ぶ



施設長、療養支援部長の指示のもと
「ノーリフティングケアチーム」を結成



—取り組み **1 腰痛予防対策**

(3) 全体研修の実施（11/6、10）

講師：一般社団法人ナチュラルハートフルケアネットワーク様に依頼

受講者：施設全職員を対象、49名参加（参加率63%）

目的：組織としてノーリフティングケアに取り組む理由の説明

腰痛予防のための体の使い方を学ぶ

福祉用具を使うことだけが
ノーリフティングだと思っていた



作業の時、中腰にならない
よう工夫するようになった



-取り組み **2 知識と技術の習得**

(1) 技術教育リーダー養成研修の受講 (9/8、10/12)

受講者：療養支援部長、リーダークラスの介護職員4名、看護師1名
リハビリスタッフ2名、ケアマネ1名

目的：ノーリフティングケアを理解し実践するリーダーの養成
施設での教育体制の整備



技術教育リーダーへの実技研修 (11/24、12/4)



—取り組み 2 知識と技術の習得

(2) 技術教育リーダーによるOJT



実技指導が終了した職員に
個人用のグローブを配布





4 | 取組内容

一取り組み 2 知識と技術の習得

(3) チェックリストの活用

スライディングシートでの寝返り

所属

氏名

				月	日	評価者（ ）	月	日	評価者（ ）	月	日	評価者（ ）
		項目	注意点・ポイント	チェック	課題点	チェック	課題点	チェック	課題点	チェック	課題点	
対側への寝返り	1	重さを受ける側の上肢及び頭部の準備	介助者の腰の負担に注意する									
	2	動き出す側の上肢を胸部に乗せる	上腕から胸の上に乗せる									
	3	動き出す側の膝を立てて、臀部の重さを足部に移す										
	4	介助者はシートを把持してしゃがみながら引く。続けて立ち上がりながら臀部の重さを足部に、胸郭の重さを頭部に移し、寝返りを促す	動作を区切りながら行わず、体重移動の流れで動きを出していく									
	5	安定した側臥位姿勢に整える	重さが分散されるようにする									
介護者側への寝返り	1	側臥位の準備姿勢をとる ※STEP4-①「寝返り」の項目を参照	寝返る側の上下肢及び頭部の準備をする									
			動き出す側の上肢を胸部に乗せる									
			動き出す側の膝を立てて臀部の重さを足底に移す									
			骨盤の重さを下肢へ、胸郭の重さを腰部へ移し、寝返りを促す									
			安定した姿勢に整える									
	2	対象者の骨盤に手をあてて、手前へ回転を促す	介助者の下側の手は奥へ送るようにして動きを出し、上側の手は手前に誘導して回転運動を行う									
	3	上半身を整える	対象者の肩に手をあて、骨盤の動きと同じ方向に動きを出し、安定した位置で整える									
4	安定した側臥位姿勢に整える	上下肢の位置や頭部の位置を整える										

※チェック基準

○合格 △もう少し ×不合格



—取り組み **2** 知識と技術の習得

(4) 必要物品の購入と管理方法の統一



グローブは制服のポケット
に入れて常に携帯!!



ボードの数を増やして必要
な居室すべてに設置



シートを使用する方の
ベッドすべてに設置



4 | 取組内容



リフトの導入

効果を実感し導入に向けて検討中!!

R2年1月4日～31日まで
デモ機をレンタル

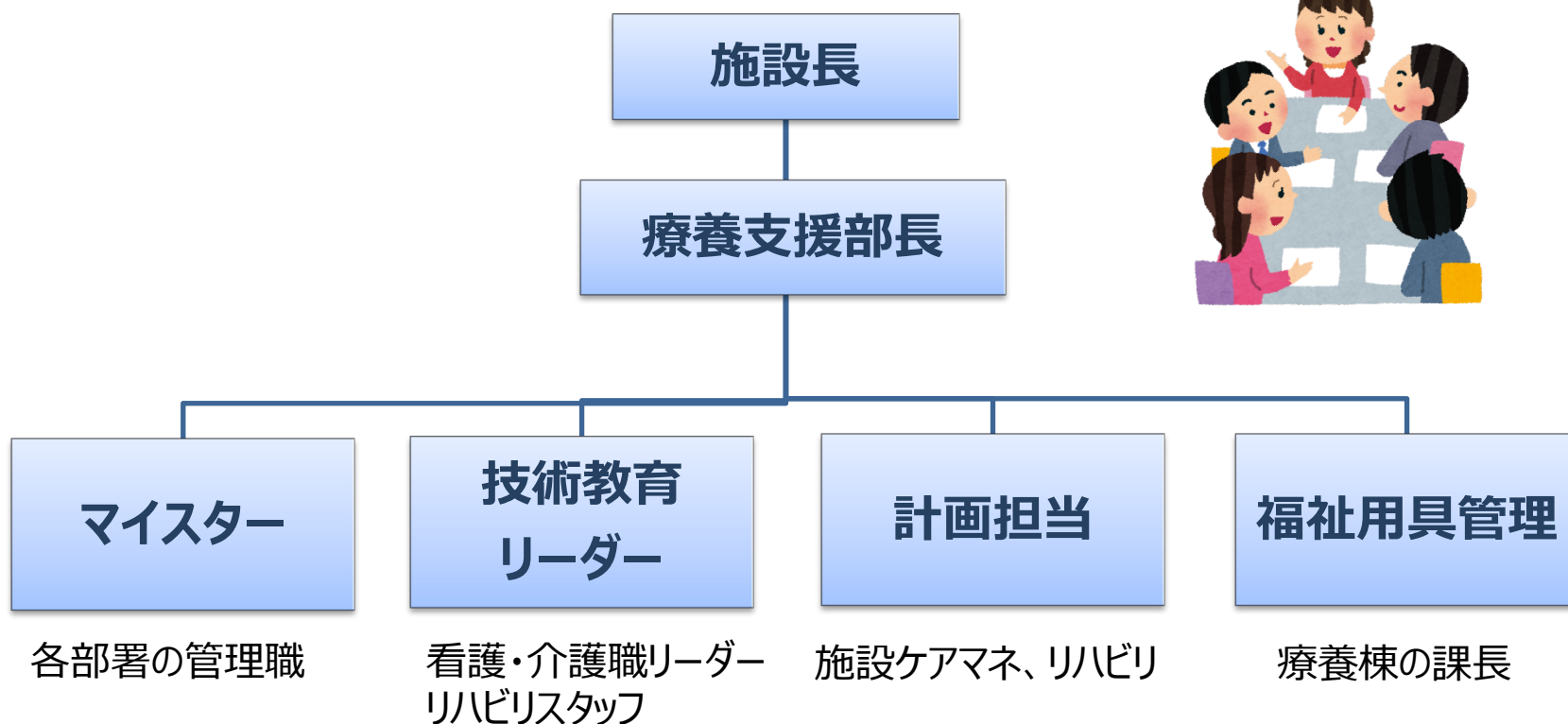




—取り組み 3 職員の意識改革

(1) ノーリフティングケアチームによる取り組み

ノーリフティングケア会議の実施（毎月第1金曜日、不定期開催あり）





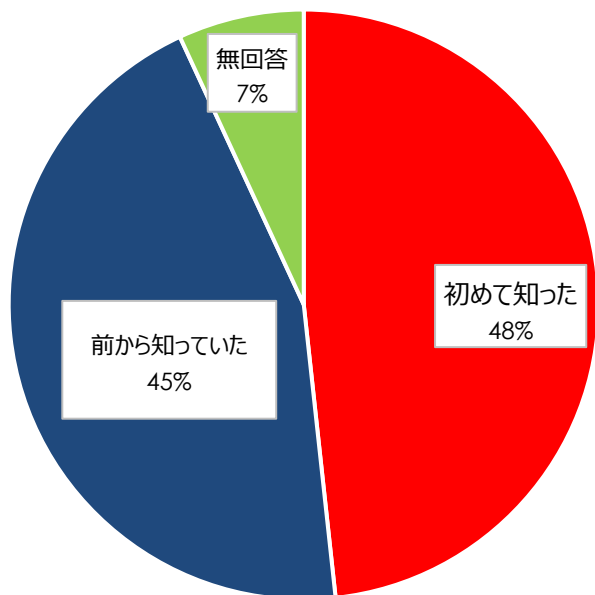
—取り組み **3** 職員の意識改革

(2) 職員への意識調査の実施（1/12～18実施）

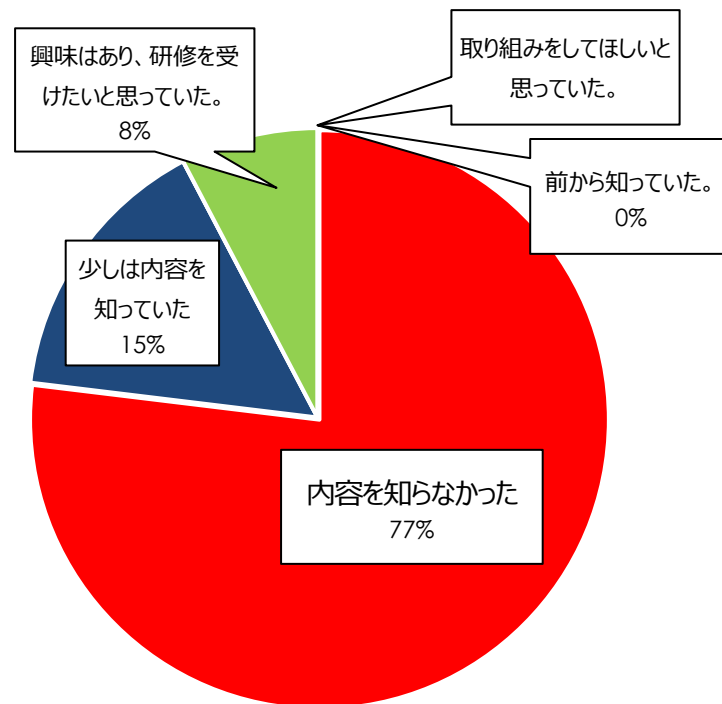


取組み前の現状は・・・

Q ノーリフティングケアを知っていましたか？



Q ノーリフティングケアの取り組みについてどう思っていましたか？



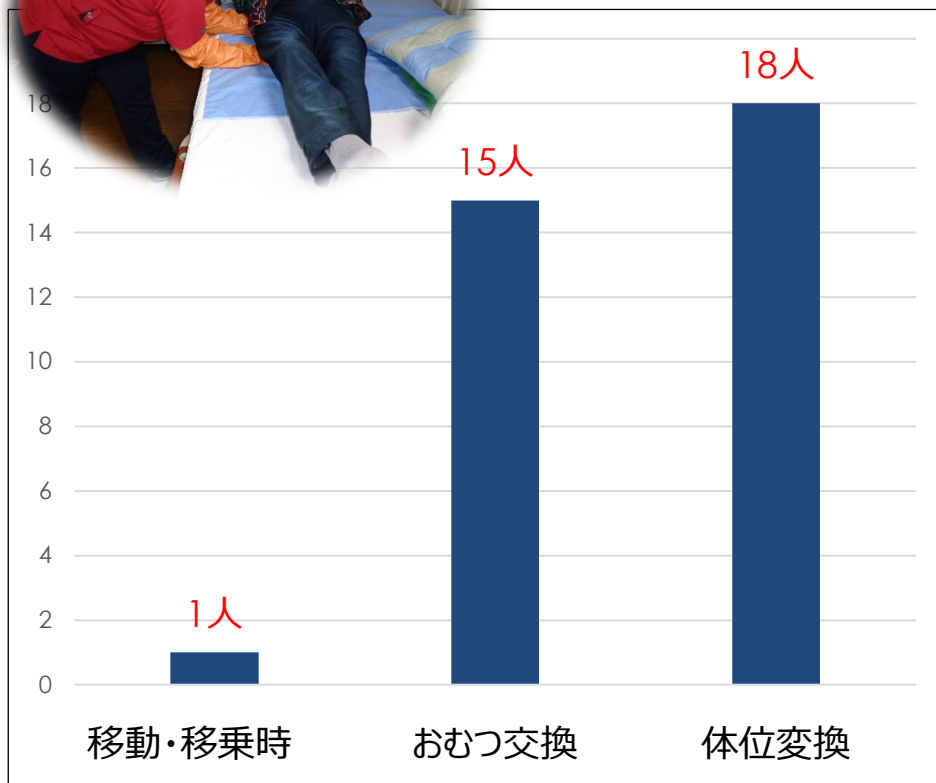
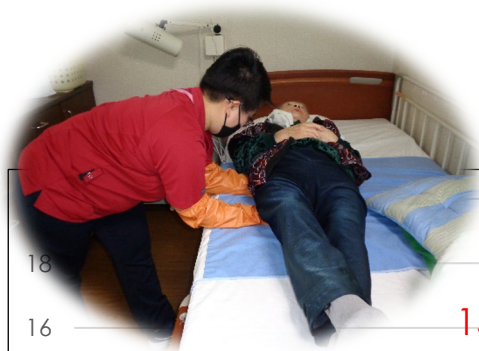


4 | 取組内容

Q 福祉用具をどの場面で使用するようになりましたか？

(介護職員29名、複数回答あり)

グローブ



シート



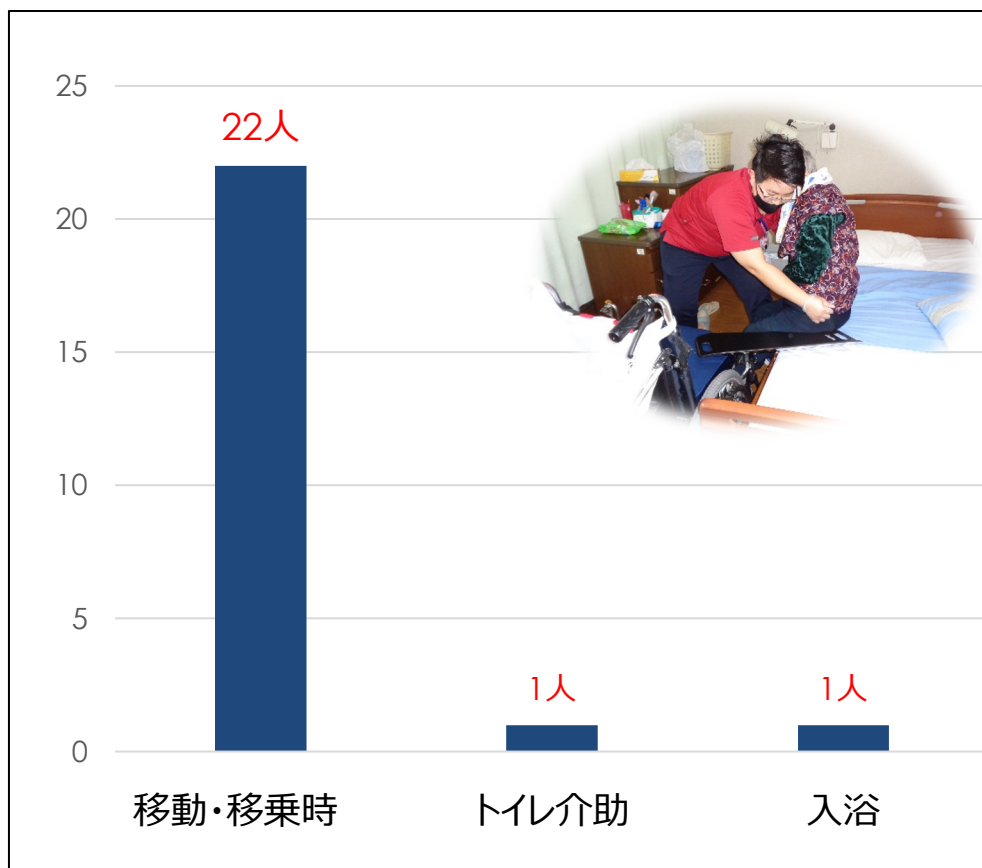


4 | 取組内容

Q 福祉用具をどの場面で使用するようになりましたか？

(介護職員29名、複数回答あり)

スライディングボード



メリット（自由回答）

- ・体位変換が楽になった
- ・ベッド上の移動が簡単になった
- ・安全、安心の介助ができる
- ・介助者の負担が減った



デメリット（自由回答）

- ・慣れるまで時間がかかる



4 | 取り組み内容

スライディングシートがないと困る。
もっと早く知りたかった。

グローブをポケットに入れて持ち
歩くようになった。



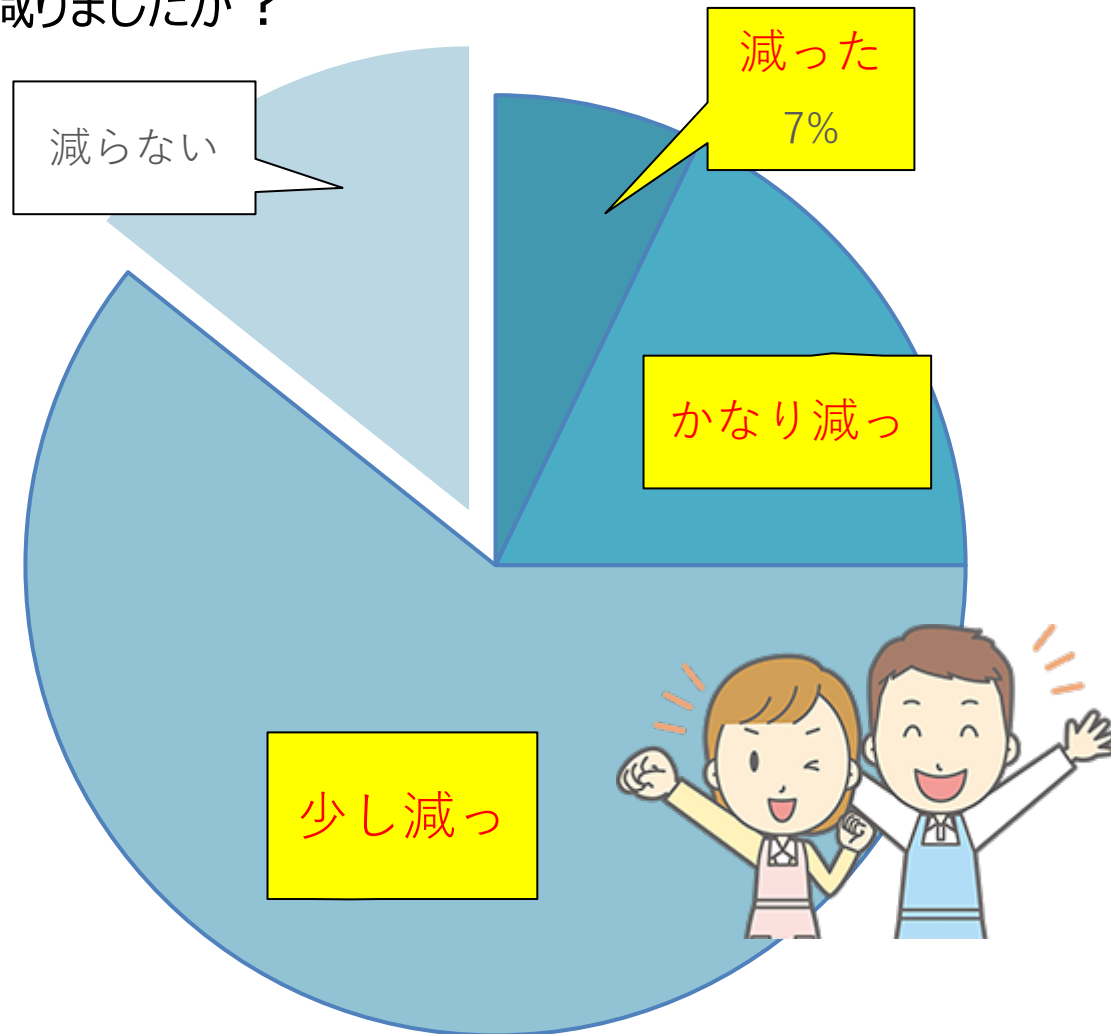
今まで怖くて使ってなかったけれど、
スライディングボードが上手に使える
ようになった。

色々なリフトを試してみて、
施設に合うものを使いたい



4 | 取り組み内容

Q 腰痛は減りましたか？



8割以上の職員が腰痛の軽減を実感！！



4 | 取り組み内容

Q ノーリフティングケアに興味をもったきっかけは？

リーダー
職員

一般
職員

8月

9月

10月

11月

12月

1月

チーム
立上げ

パイロット
事業参加

グローブ、シート、
ボード導入

リフト
導入

マイスター
養成研修

2位
20%

全体研修

1位
27%

2位
18%

3位
20%

技術教育リーダー
養成研修

1位
60%

3位
15%

リーダー講習

リーダーによる
伝達講習

実践

腰痛センサー

タイムスタディ

パイロット事業
アンケート

腰痛
センサー

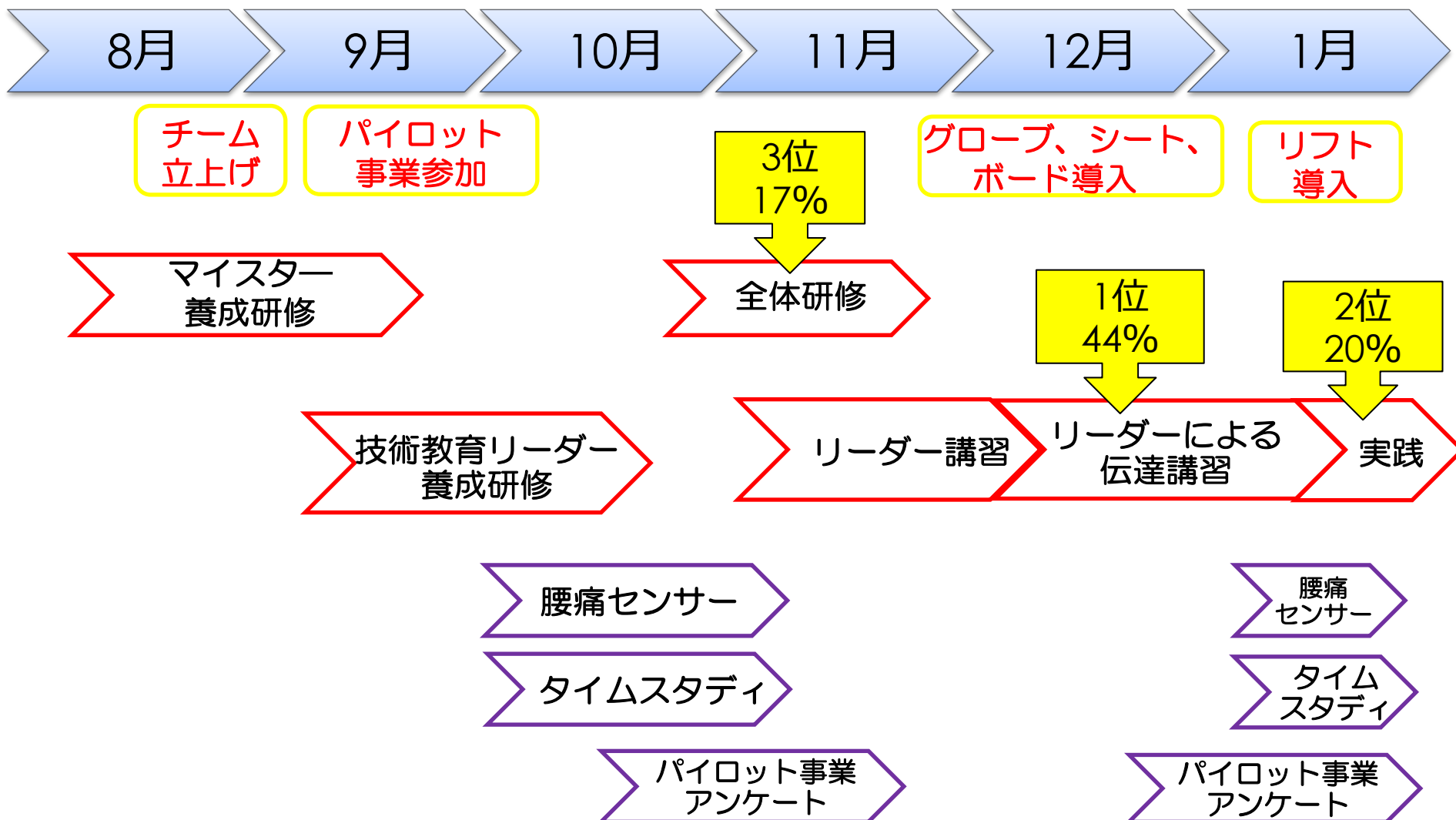
タイム
スタディ

パイロット事業
アンケート



4 | 取り組み内容

Q 身体の使い方が変わった時期は？





考察

- ①チームでの取り組みによる効果
➡介護職が中心となったチーム作り
- ②段階的な研修と福祉用具の導入
➡ノーリフティングケアが効果的に浸透
- ③短期間で集中的な取り組み
➡明確な目標と期間設定



今後の課題



①チーム活動の活性化

➡新たな技術リーダーの育成

②腰痛予防リスクマネジメントの実施

➡職員の気づきや発信の促し

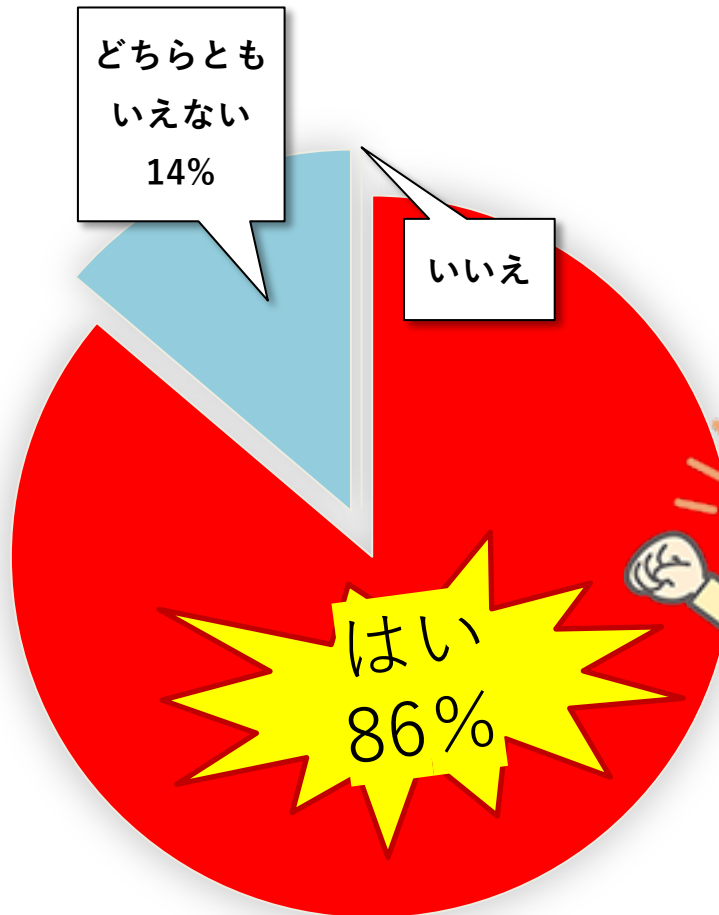
③年間計画の作成

➡継続的な研修とOJT
腰痛調査の実施と分析





Q 今後 ノーリフティングケアの
研修に参加したいですか？



Q ノーリフティングケアを続けて
いきたいですか？

