

あわじ荘
ノーリフティンぐケア
の取り組み

ノーリフティングケアとは

利用者様の身体を人の手で持ち上げたり、抱え上げたり、ベッド上で引きずって移動しない介助方法です。車いすやベッドから移乗する際に、リフトなどの福祉機器を適切に使うことにより、介護する側・される側の双方の負担が軽くなるメリットがあります。

利用者様への質の高い介護サービス提供が可能となり、また、介護職員の腰痛予防や介護負担軽減、やりがいやモチベーションアップにもつながっています。

腰痛予防対策指針

国は平成25年6月に、適用範囲を福祉・医療分野における介護・看護作業全般に広げるなど、改訂を行いました。

職場における腰痛予防対策指針での重量制限

男性・・・重量制限は体重のおおむね40%以下

女性・・・重量制限は男性の制限の60%

人を抱え上げる作業など腰に負担のかかる作業については、リフトなどを積極的に使用し、原則、人力では行わせないようにする。それが困難な場合には、負担を減らすための福祉用具を導入するなどの省力化を行い、腰への負担を軽減する。

あわじ荘のノーリフティングケアの目的

- 職員の誰もが安心して安全に働ける職場
- 対象者も安全で安心してケアを受けられる職場
を作ること

令和4年4月
ひょうごノーリフティングケアモデル施設
に認定されました



ノーリフティングケア推進のための視点

職員教育・技術指導

福祉用具の

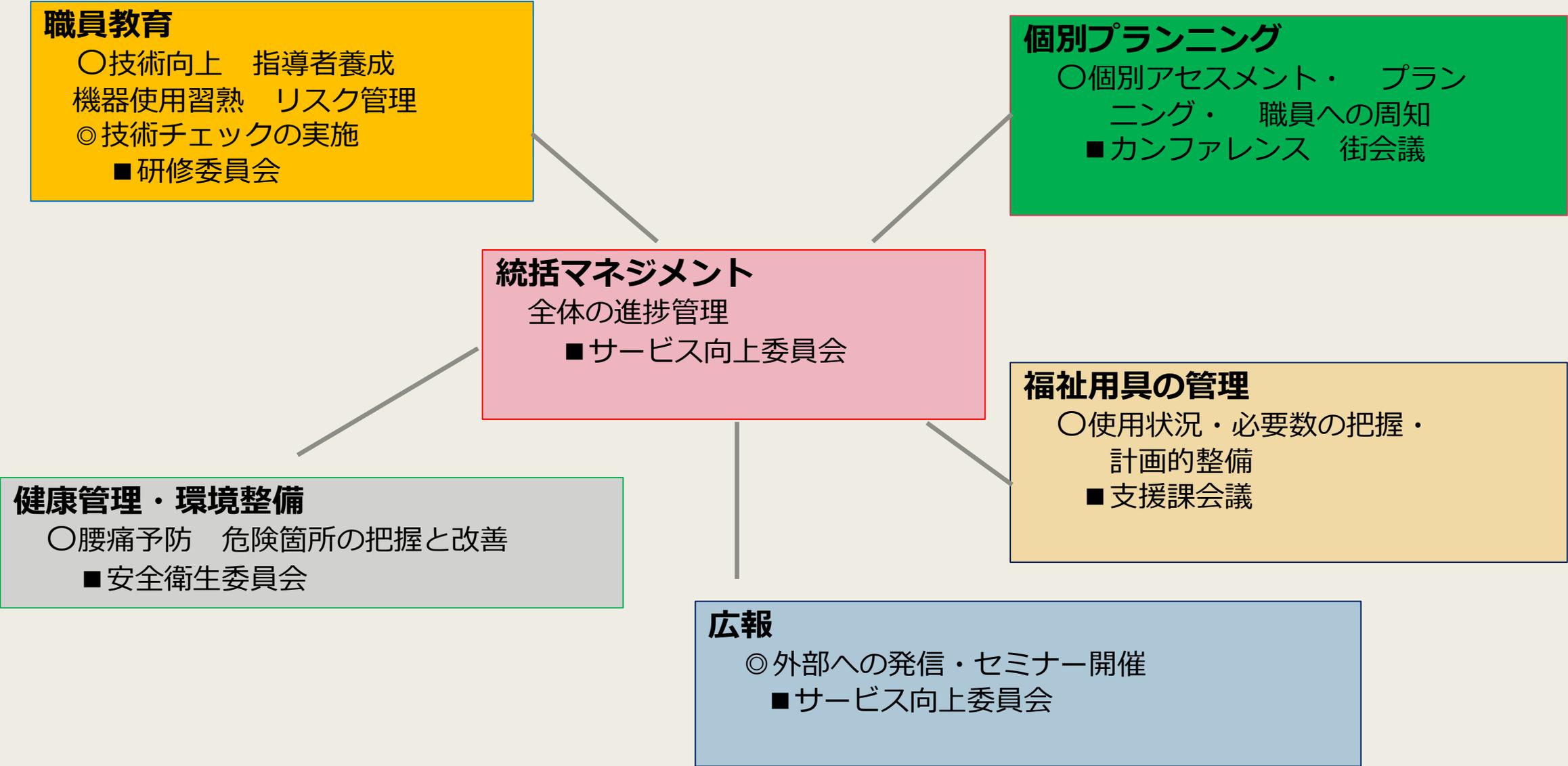
導入・管理・整備

個別アセスメント・
プランニング

職員健康管理・

環境整備

あわじ荘ノーリフティングケア推進体制



職員教育

- ・ ノーリフティングケアの理念
- ・ 適切なケアの技術
- ・ 福祉用具の使用方法の習得
- ・ 自身の健康を守ることの大切さ

基本的な技術習得



くり返しくり返し・・・

福祉用具の導入・管理・整備

- 福祉用具の計画的導入

 - どんな用具が腰痛予防に効果があるかを調べる

 - 自分の施設に導入した場合の効果を考える

 - 職員の健康

 - 利用者の健康、心身機能の維持

 - 時間や費用の節約になるか

- 福祉用具使用の習得研修

- 導入の効果検証（腰痛発生者数、腰痛による休職や離職の数、利用者の心身状態）

- メンテナンス

- 更新

導入した福祉用具



スタンディングリフト



床走行式リフト



跳ね上げ式車椅子



ロールボード
フレックスボード
スライディングボード



スライディングシート
スライディンググローブ



個別アセスメント・プランニング

- ご利用者の身体状況のアセスメント
- 移乗や移動の方法と使用する福祉用具
- ベッドや車いす、クッションなどの選択
- 体位変換の方法、頻度



ケアプランに記載し、日課に組み込む

ナリフティングケア アセスメント

利用者氏名: _____

令和 年 月 日 現在

	対象者の状態	現在の移乗方法	望ましい移乗方法	使用用具等
寝返り	自立	全介助	全介助	用具なし シート
	手足体幹全て動かない			
	手は物を握める			
	膝を立てることができる	見守り 一部介助・全介助	上肢で柵などを握り、引くように協力動作をしてもらう	用具なし シート
	自立	見守り 一部介助・全介助	脚で蹴るように協力動作をしてもらう	用具なし

寝返り項目から、
①『対象者の状態』の内一つを選択する(○で囲む)

②『現在の移乗方法』を自立・見守り・一部介助・全介助のいずれかを○で囲む

③望ましい移乗方法を確認の上...

④『使用用具等』から本人の身体状態や職員の介護負担から合ったものを選択してください(○で囲む)。

⑤項目『対象者の状態』から真横に内容を選択してください。以降の項目選択で上に上がったり下がったりすることはありません。

職員健康教育・労働環境改善

- 腰痛予防対策チェックリスト
- 腰痛検査
- 腰痛予防体操
- 腰痛を引き起こす作業や場所を検証する

業務環境の改善：①配膳方法の変更

変更前：席配置と配膳車のトレイの並びがバラバラ

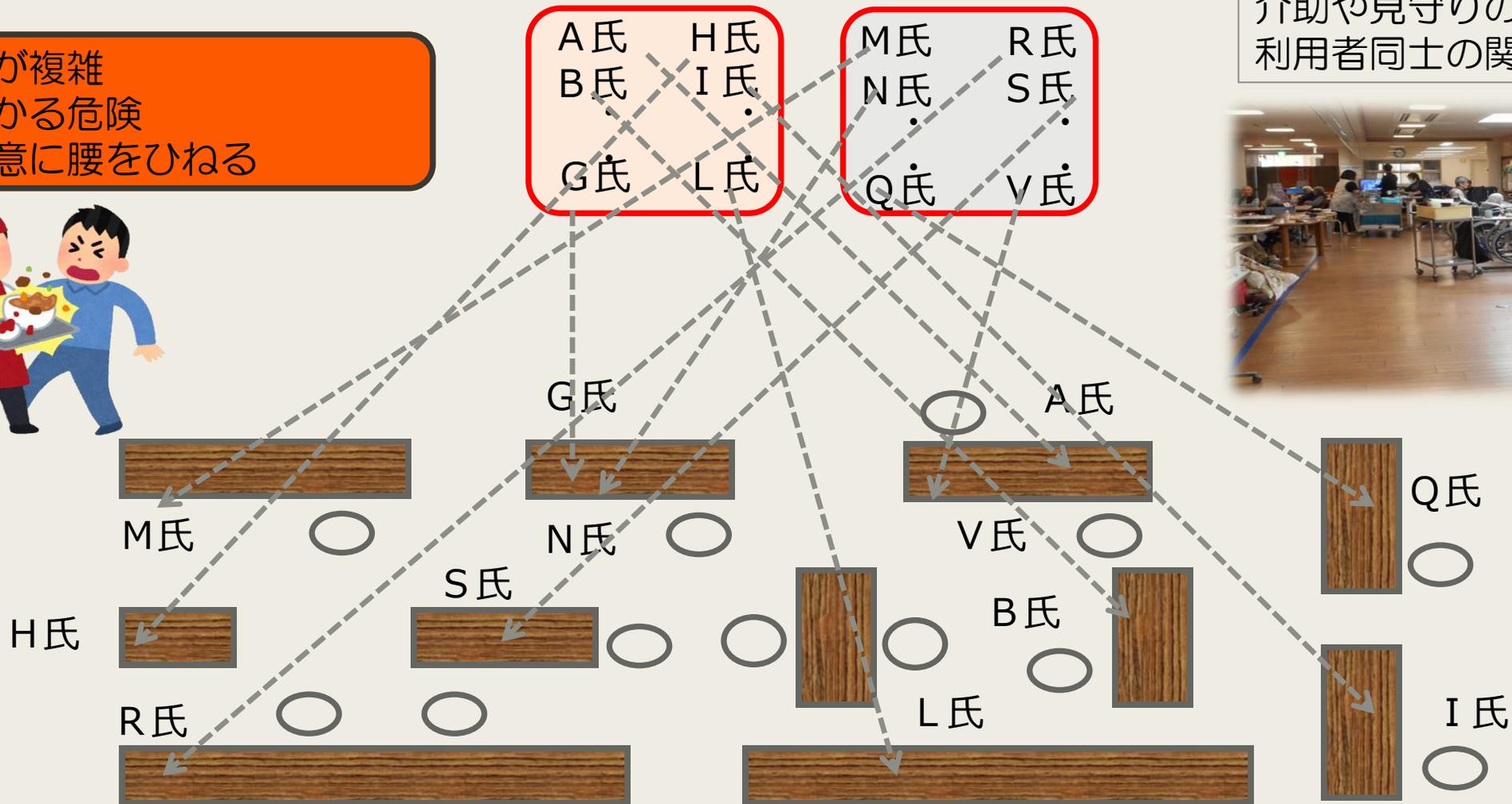
配膳車：居室順

配膳車 1

配膳車 2

席配置：流動的
介助や見守りの必要度
利用者同士の関係性

動線が複雑
ぶつかる危険
不用意に腰をひねる



変更後：厨房の協力を得て席配置に合わせてトレイを配膳車に載せる



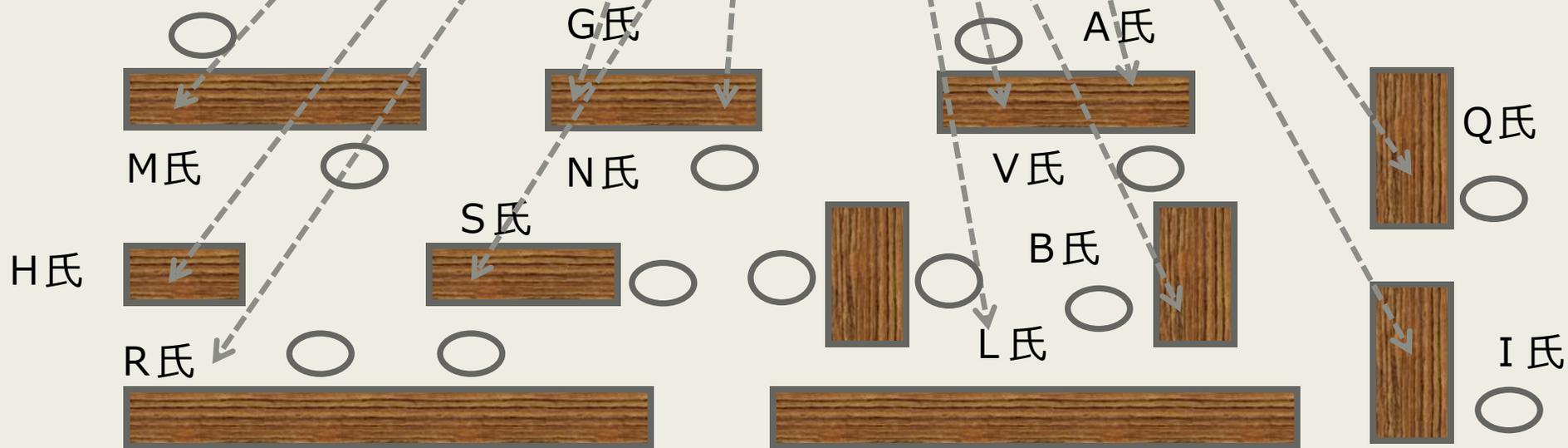
配膳車 1

M氏 G氏
H氏 N氏
R氏 S氏

配膳車 2

V氏 Q氏
B氏 I氏
L氏 A氏

無駄な道線の削減
ゾーンごとに配膳できる
事故の防止

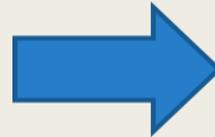


業務環境の改善：②下膳カートの変更

変更前：トレイ置きが低い
食器入れが深い



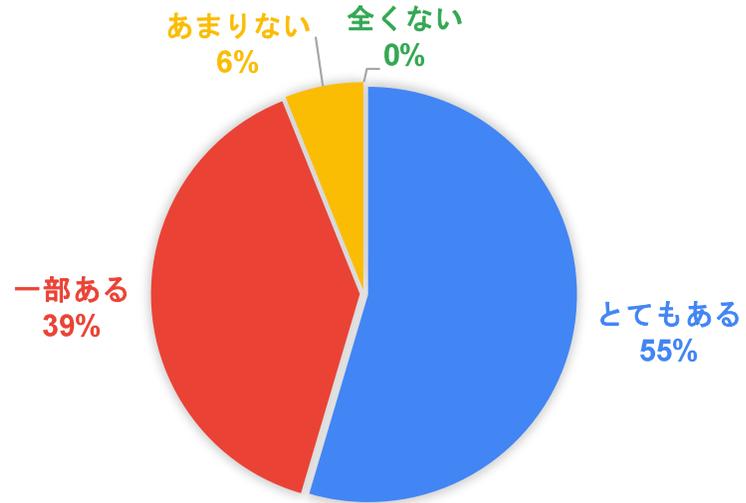
変更後：ワゴンと箱を購入
かがむ姿勢を回避



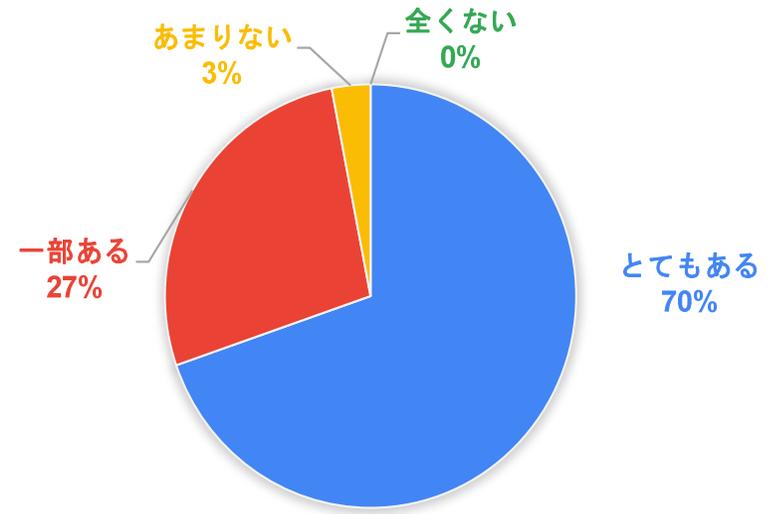
職員の意識（令和5年6月アンケートから抜粋）

n=33

ノーリフティングケアは腰痛予防に効果があるか



ノーリフティングケアは利用者ケアに効果があるか



ノーリフティングケアに取り組むにあたり

- ひとつでも取り組めるところから！
- 自分の健康を守って、仕事ができるように
- ご利用者が安心して生活できる環境をつくる