

少しずつ歩み続けた ノーリフティングケア

～2年目の実践と変化～



社会福祉法人 朝倉恵愛会
特別養護老人ホーム 宝珠の郷



取り組み1年目の課題

- コロナ禍でも継続して活動出来る手法の検討
- ノーリフティングケアの視点をケアプランに取り入れる (全利用者)
- 研修計画、教育の継続性
- 情報発信、普及活動



コロナ禍でも継続して活動出来る手法の検討

項目	実施内容	実施日	実施場所
【介-012】フレックスボードを使用した移乗(ベッドから車椅子)	福祉職員と介護士がフレックスボードを活用し、移乗の負担軽減を図る。利用者様も安心して利用できる。実施後、職員間の情報共有を図る。	2023.11	宝珠の郷
実施内容	フレックスボードを活用し、車椅子とベッド間の移動をスムーズに行う。利用者様の負担を軽減し、職員も楽に作業できる。		
実施内容	フレックスボードを活用し、車椅子とベッド間の移動をスムーズに行う。利用者様の負担を軽減し、職員も楽に作業できる。		
実施内容	フレックスボードを活用し、車椅子とベッド間の移動をスムーズに行う。利用者様の負担を軽減し、職員も楽に作業できる。		
実施内容	フレックスボードを活用し、車椅子とベッド間の移動をスムーズに行う。利用者様の負担を軽減し、職員も楽に作業できる。		
実施内容	フレックスボードを活用し、車椅子とベッド間の移動をスムーズに行う。利用者様の負担を軽減し、職員も楽に作業できる。		
実施内容	フレックスボードを活用し、車椅子とベッド間の移動をスムーズに行う。利用者様の負担を軽減し、職員も楽に作業できる。		
実施内容	フレックスボードを活用し、車椅子とベッド間の移動をスムーズに行う。利用者様の負担を軽減し、職員も楽に作業できる。		
実施内容	フレックスボードを活用し、車椅子とベッド間の移動をスムーズに行う。利用者様の負担を軽減し、職員も楽に作業できる。		

- **各階にリンクスタッフを増員**
各階にリンクスタッフを1名ずつ増員。それにより、通常業務内や有事の際でも技術指導が可能になった。
- **マニュアル作成**
写真を添付し、手順が分かりやすいようにした。また、QRコードを読み込むと動画で確認できるようにすることで、委員会メンバーがいなくてもわからないところを確認できるようになった。



ノーリフティングケアの視点をケアプランに取り入れる

- 職員全員がそれぞれの利用者様にあった適切な福祉用具を使用できるようにアセスメントし、ケアプランに反映させた。半年に1回、見直しを行う。
- 福祉用具管理表を作成し、福祉用具の種類・数の把握を行い、ケアプランへ反映している。



研修計画、教育の継続性

■ 新職員教育計画を作成

教育計画を作成することで、今後の教育をスムーズに進めていくことができるようになった

新職員ノーリフティングケア教育計画	
プロジェクト名	【研修計画、目標設定】
1. 実施目的	【ノーリフティングケアの重要性と目的の理解】
2. 実施内容	【腰痛防止の意識、姿勢】
3. 実施方法	【実地研修、ビデオ視聴、グループワーク】
4. 実施時期	【令和5年度10月～令和6年度3月】
5. 実施場所	【院内研修室、介護実習棟】
6. 実施担当者	【研修センター、各部署リーダー】
7. 評価方法	【事前事後テスト、アンケート】
8. 評価時期	【令和6年度3月】
9. 評価者	【研修センター、各部署リーダー】
10. 評価結果	【評価結果を踏まえた今後の研修計画】
11. 備考	【研修計画の進捗状況、変更点】

■ 技術研修の実施

昨年の反省を踏まえ、全職員が確実に終了できるように技術研修後に技術チェックまで行い、不合格者には再度日程を調整し、全員合格してから次のステップへ進むようにしている。



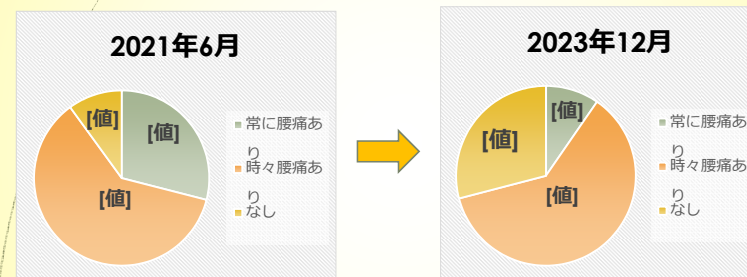
■ 福祉用具の設置

入浴、排泄介助場面でのノーリフティングケアの導入、浴室用のスライディングボードを設置し活用している。



研修計画、教育の継続性

■ 腰痛アンケートの比較



* 腰痛調査は年2回実施。(6月・12月)

* ノーリフティング導入時と比べると、「常に腰痛あり」の職員が19%減少している。



研修計画、教育の継続性

■ 腰痛の分類と腰痛アンケート表

腰痛の分類と対策		
痛みレベル	主な症状	対策
重度	常に痛みがあり、仕事や日常生活に支障をきたす	<ul style="list-style-type: none"> 特に不安のある日は、上司へ体調の報告、また、コールセットを調整 急性の痛みがある場合は安静にする。 痛みが落ち着いたら、履帯体操などを行い筋力をつける。(無理には行わない) 専門医受診の要診も検討する。
中等度	仕事に支障をきたしているが、コールセット装着や痛み止めでの対応できている	<ul style="list-style-type: none"> 処置前後のストレッチ・体操を行う。 日々の履帯体操の実施 腰部に不安のある時は負担のかかる仕事の時にコールセットを装着する。 筋力をつける
軽度	仕事や日常生活に支障はないが、コールセットが重い感じや軽度の痛みがある	<ul style="list-style-type: none"> 処置前後のストレッチ・体操を行う。 日々の履帯体操の実施 規則正しい生活や運動習慣の確保など、生活習慣の見直し。 腰痛が軽減しないよう、筋力トレーニングや履帯体操の継続
なし	問題なし	

腰痛分類表を作成し、重度の腰痛保持者には分類表をもとに対象者に面談・指導を実施。

今まで用紙に記入していた「腰痛アンケート」をGoogleフォームで回答出来るように調査票作成。また、新たに「健康調査票」を作成した。次年度より、移行していく。



研修計画、教育の継続性

■ 腰痛ヒヤリハット抽出の改善

《1年目》

既存のヒヤリハット簡易シートへの記入は職員全体に定着していた。そのため、同じファイルに設置し呼びかけを行ったものの、腰痛ヒヤリハットの報告件数が思うように上がってこなかった。

《2年目》

各部署、毎日実施しているワンポイントタイムの際に些細な事でも良いので腰痛ヒヤリハットを1日1件、挙げてもらうように変更。更に様式も見直し、例題を挙げることで出してもらいやすくなった。



研修計画、教育の継続性

ヒヤリハット書式変更後

その結果・・・

	ヒヤリハット		事故※1
2021年度	13件	2021年度	16件
↓			
2023年度	161件	2023年度	7件

※1 転倒・転落(ずり落ち含む)・打撲・皮下出血・皮膚剥離

ピクトグラム作成

- 各利用者様が使用する福祉用具(車椅子の形態、移乗手段等)が、誰でも把握できるようにピクトグラムを作成中。現在、試作品を配置し職員からの意見を集めている。



情報発信、普及活動

腰痛予防体操の定着に向けて



- もともと流していた、2回/日のラジオ体操(就業前と午後の業務開始前)活用。インカム、全館放送にて呼びかけ。
- 施設長を巻き込み、昼礼時に声掛けをして頂くとともに、委員会メンバーが率先して取り組んだ。
- ラジオ体操のポスターを作成。職員の目に留まるように掲示板と職員ロッカーのドアに掲示した。



以前は、ラジオ体操をする人は1割もいなかった。現在、日によって違いはあるが、7~8割の職員が行うようになっている。

2年目の成果

- 腰痛予防対策として取り組んだラジオ体操が定着してきた。
- 計画的に行った職員への技術伝達研修は、着実に習得されており、日々のケアで少しずつ活かされている。
- 福祉用具を活用するようになってきている。
- 職員間でノーリフティングケア視点での会話が増えてきている(定着してきている)。

3年目に向けての課題

- 施設内ラウンドの実施
毎月第3金曜日にラウンドを行い、リスクのある箇所をピックアップしている。低減策の検討はできているが、実行まではできていない。
- 同系列の施設との技術評価や介助方法の統一化
- 今ある福祉用具の有効活用と新たな導入に向けてデモを活用、検討していく。
- 委員会活動の充実とノーリフティングケアが定着していくように、委員会メンバーやリンクスタッフの増員を検討。