ノーリフティングケアの取組みに関して

社会福祉法人夢の会
特別養護老人ホーム夢の里
（地域密着型介護老人福祉施設）

1．はじめに

当施設は、介護受ける人・介護看護を行う人双方に安全で安心な 「抱え上げない」「持ち上げない」「引きずらない」ケアを行うノーリフティングケアを、下関市ノーリフティングケア実施モデル事業所として令和2年10月から準備、令和3年4月より本格的に導入を開始してきました。

これまで介護現場では当然のように人を抱える、支える介助を行ってきましたが、腰痛を訴える職員が多く、病院や整骨院に通ったり、腰痛ベルト等を使用しながらケアを行い、最後にはケアができなくなり志はあっても退職を余儀なくされることもありました。

この様な状況をどうにかしていきたいと法人で検討している際にノーリフティングケアを知り、職場の環境改善と職員処遇の改善から導入を決定しました。

2．準備

（1）ノーリフティングケアを行って行く事の共通理解

「ノーリフティングケアとは何か」「なぜノーリフティングケアをするのか」

まずはノーリフティングケアを知ってもらい、職員一人一人に理解してもらう事から始めました。

安全で安心な介護看護を提供する為に
身体の間違った使い方をなくし、ケアを受ける人の状態にあわせて福祉用具を有効に活用し取り組むことも必要

↓

① 介護者の腰痛・けがの予防
② ご利用者の自立支援と二次障害の予防

↓

介護を受ける人・介護を行う人双方の健康的な生活を目指す

↓

ノーリフティングケア

「抱え上げないケア」
「持ち上げないケア」
「引きずらないケア」

→

◎ご利用者の利益
・皮膚損傷がなくなる拘縮予防になる
・不快感がなくなる

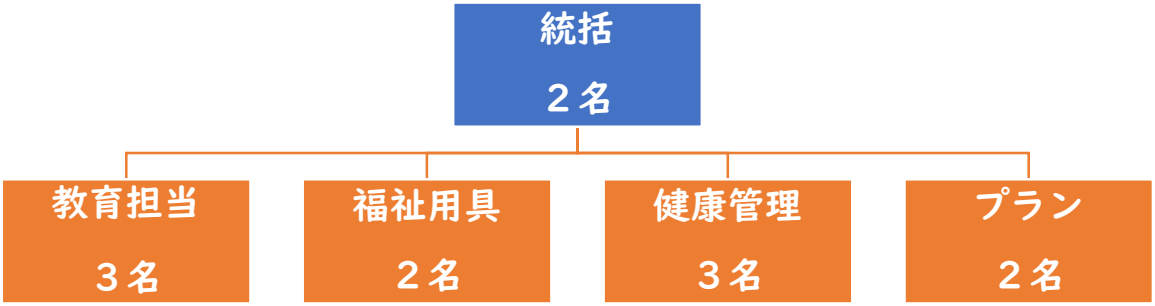
◎介護者の利益
・痛みや身体的負担が軽減する
・介護が統一化される

繰り返し勉強会を行いながらノーリフティングケアを行う事によるメリットを伝えていった結果、時間はかかったが理解が得られるようになっていった。

(2) ノーリフティングケア委員会の設置

社会福祉法人夢の会にて今後すべての事業所に導入を予定していますが、まず人員の育成等を考え特別養護老人ホーム夢の里にてノーリフティングケアを実施する事になりました。

ノーリフティングケアを行っていく為、委員会を設置し以下の各担当者を任命し全体のコーディネートを行いました。

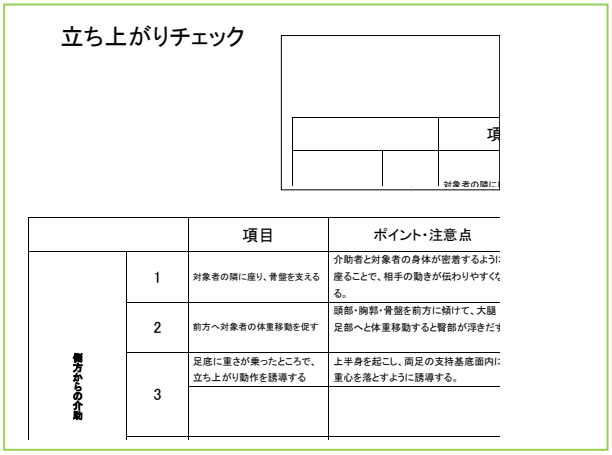


① 統括　　全体のコーディネートを行う
② 教育　　ノーリフティングケア技術の
③ 福祉用具　福祉用具の導入、メンテナンスを行う
④ 健康管理　職員の健康管理を行う。(腰痛状況確認他)
⑤ プラン　　ご利用者様に合わせたノーリフティングケアプランの作成を行う。

それぞれの担当が連携し導入を行った。

(3) 技術の習得・確認

ご利用者様の安全を確保する為、職員一人一人のノーリフティングケアの技術の習得は必要不可欠な問題であった。確実に習得する時間を作っていき、習得の段階を確認していく事は難しい状況であったが、まず、委員会のメンバーが確実に習得し、サブメンバーへ確実に伝え、委員会メンバーとサブメンバーで他職員に伝えていく方法を行いました。また、いつでも振り返りができる様に、動画での学習、ペーパーでのチェックができる様に習得・確認を行ってきました。



（4）プランの作成

ご利用者様の個別のプランに関しては、リハビリ職員と介護職員、看護職員が一緒になり、24時間シートを変更する事としました。

24時間シートの見直しはこれまでも行ってきていましたが、ノーリフティングケアの考え方を基に見直しを行う事で、2人での移乗介助のご利用者様が1人介助で行える様になったり、今までベッド上で長い時間過ごしていたご利用者様が、日中ベッドから離れて生活ができる様になる他様々な変化が検討され、実践できるようになりました。

3．機器や用具の準備

（1）車椅子・ベッド

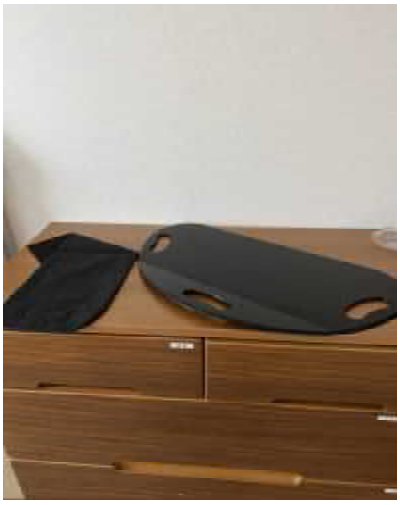
ノーリフティングケア導入以前から施設でのレンタルを行っており、購入が少なかった為混乱はなかった。改めてノーリフティングケアの目線から車椅子の見直しをご利用者様全員に行いました。

（2）その他の福祉用具

新たに導入を行った福祉用具は以下の通りです。

① 床走行式リフト　一式
② 固定式リフト（浴室）　一式
③ スライディングシート　各種
④ スライディンググローブ　各種
⑤ スライディングボード　各種
⑥ ポジショニングクッション　各種
⑦ 立位介助ロボット　各種

床走行式リフト



スライディングボード他

固定式リフト（浴槽・個浴）

各ユニットに必要に応じて配置。

（3）準備にあたって

「ノーリフティングケアは身体の間違った使い方をなくし、ケアを受ける人の状態にあわせて福祉用具を有効に活用し取り組むことも必要」との考え方を基にして、リハビリ職員、介護職員及び看護職員が共同して福祉用具を検討し導入を行いました。

また、機器等の導入にあたっては、ノーリフティングケアの研修を受けた福祉用具業者の方のアドバイス等を受け機器を導入しました。

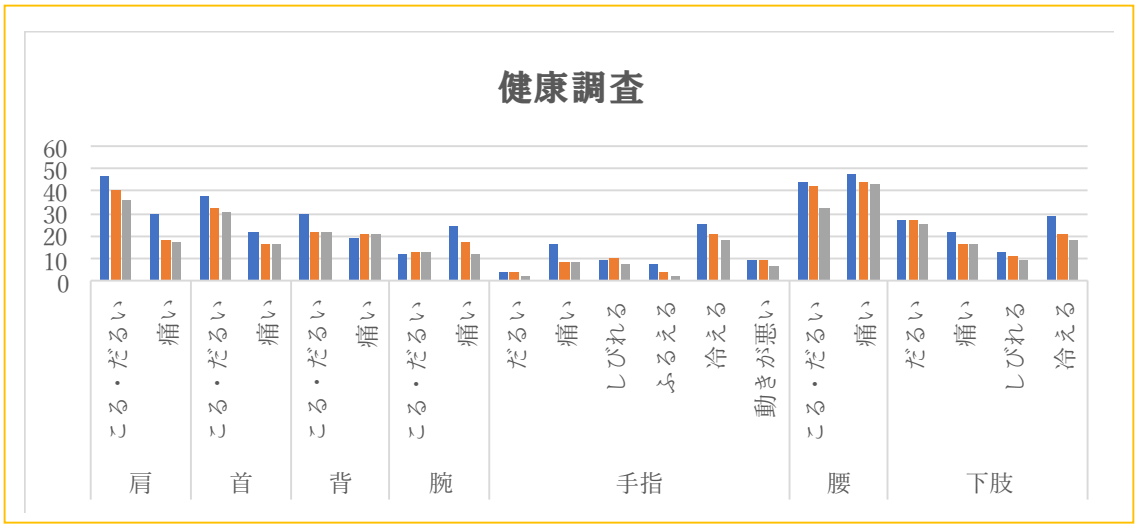
4．職員の変化

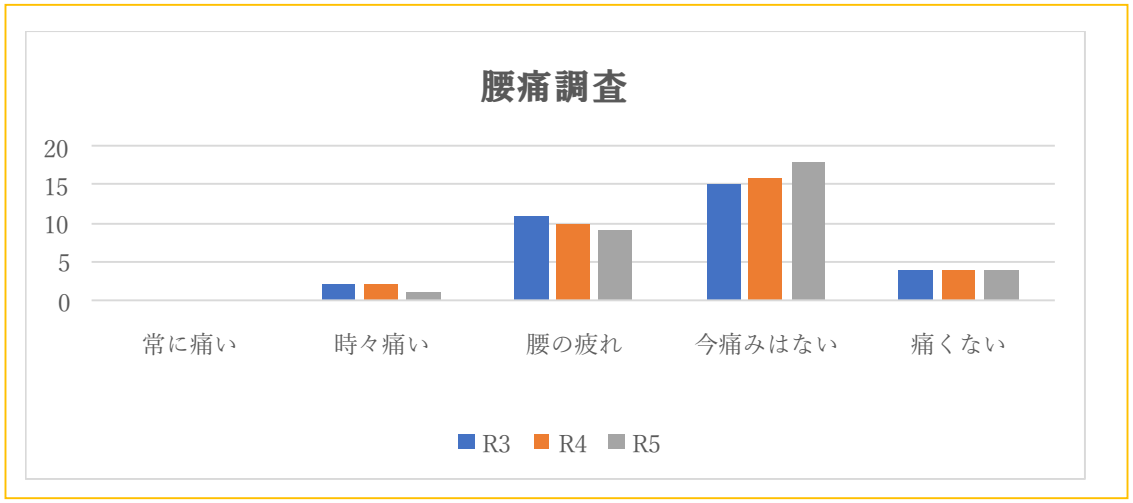
（1）導入に関して

導入初期には、「今までのやり方の方が早いから変えずに今までのやり方をする」という人も多く見られたが、技術研修を繰り返していくうちに徐々に減り、若い人を中心に導入が広がり、現在ではすべての職員がノーリフティングケアを行っています。

（2）腰痛予防

ノーリフティングケアを行うまでは、「腰痛で休む」、「腰痛で介護ができなくなったので仕事を辞める」という職員が一定数いましたが、現在では腰痛を理由の休職、離職はほぼなくなりました。





（3）アセスメントに関する意識

ノーリフティングケアを行うにあたって、利用開始日にリハビリ職、介護職及び看護職でアセスメントを実施、ご利用者様の状況を詳しく知りたいとの意識が高くなり、ケアの質の向上、統一化ができる様になりました。

5．ご利用者様の変化

ノーリフティングケアを実施したことにより職員だけではなく、ご利用者様に関しても。良い効果が生まれました。点で持ち上げられる不快感の解消、引きずらないケアを行う事による皮膚摩擦の軽減、抱き上げられる事の不快感の解消他改善が見られました。また、離床機会の増加、ノーリフティングケアを行う時間で会話が増加、他の利用者様とのコミュニケーションの増加等様々な変化がありました。

一例をあげると

（例1）ノーリフティングケアでは以前の介護と違い時間がかかる事もあるが、その時間を有効に使った

（認知症利用者様の起き上がり介助）

中程度の認知症のご利用者様でしたが、移乗の介助を行う際にベッドのギャッチアップ機能を利用して起き上がりを介助、以前ケアと違い起き上がるまでに時間がある為、職員がゆっくりと話かける時間がとれた為、これから何をされるのかがご利用者様が確認できるようになって拒否が少なくなりました。会話の時間が増えた事によって笑顔の時間も多くなり、他のご利用者様との会話等も多くなりました。

（例2）3人で移乗の介助を行ってきたが、スライディングボードを使用して2人での介助が可能になった

（重度麻痺のある方の移乗介助）

リクライニング車椅子を利用し離床を行う方。3人の職員で抱え上げを行って移乗介助を行ってきたが、3人の職員が集まるタイミングが少なく、ベッドから離れて過ごす時間が少なかった。

ロングスライディングボードを使用して移乗の介助を行う事になり、2人の職員での移乗介助が可能になった。この為、ベッドから離れて過ごす時間が多くなり他のご利用者様との話ができる様になって積極的に意思を伝える様になってきました。

この他にも、おむつを使用していたご利用者様が、座っている姿勢が徐々に安定していき、トイレでの排泄が可能になったり、車椅子に座っている姿勢が安定して来て食事の姿勢が安定し、楽しく食事を摂ることができる様になったりと様々な変化が見られました。

6．導入後の反応

（1）職員

はじめは「機械を使うなんてケアとして如何なんだろう」「時間がかかるだけでどうせやらない」「難しい」等の負の反応が多かったですが、自身が以前のケアとノーリフティングケアを技術の習得の際に体

験する事で、「難しくない」「今までのケアより楽」「以前のケアに比べて痛くない、不快でない」等に変化し、今では普通にノーリフティングケアを行っています。

（2）ご利用者

はじめは、「何をされるのだろう」「機械は怖い」「どうしたらいいの」等の反応でしたが、「痛くない」「不快でない」「他の人と話ができる」「部屋で長く過ごさなくていい」等の反応に変化し、徐々に普通になってきました。はじめは職員が慣れていないのもあり、不安感が強かったですが、自然にノーリフティングケアを行える様になってからは、ご利用者様も普通に受け入れてもらえるようになってきました。

（3）ご家族

ノーリフティングケアを導入します。ノーリフティングケアはこのようにしていきます等の口頭での説明は行ってきましたが、導入を開始したのがコロナ禍の最中で、面会の制限等を行っており、体験や実際に見てもらう事が難しく今後の課題になっています。

7．まとめ

導入に際しては、ノーリフティングケアが定着するのか？ 職員、ご利用者様に受け入れてもらえるのか？
等の不安がありましたが、いざ行ってみると、はじめこそ戸惑いがありましたが、今では自然に受け入れられています。お部屋をのぞけばベッドが動いている、会話をしながら移乗介助を行っている等全く違和感なく行われています。
コロナ禍で遅れましたが、法人内の他特別養護老人ホーム、グループホーム、小規模多機能施設、デイサービスや、今後開設される看護小規模多機能施設等での導入を目指していきたいと思います。
また、ご家族にも積極的に体験をしてもらい、自宅での介護にも役に立ててもらえたらと思います。