

山口県下関市

ノーリフティングケア

推進事業



NO!!!

LIFT宣言

～腰痛のない職場を目指して～

社会福祉法人 松美会



地域密着型特別養護老人ホーム  
アイユウの苑しおはま

介護主任 和田 祐介

# 施設概要

～社会福祉法人 松美会～  
拠点配置図

## ●名称

地域密着型介護老人福祉施設  
アイユウの苑しおはま

## ●事業内容

地域密着型介護老人福祉施設  
入所者生活介護

## ●ユニット・フロア数

2階 2ユニット（10床 / 9床）

3階 1ユニット（10床）

計：29床

## ●常時雇用する職員数

生活相談員・管理栄養士  
看護職員・事務員など含む

24人



社会福祉法人 松美会



# 導入のきっかけと取り組み

## 課題

### ① 腰痛を抱えている職員が多数いた (9/19名)

- 移乗介助にかかる職員の腰への負担が大きい。
  - ・車いす⇔ベッドor入浴用ストレッチャー
  - ・車いす⇔トイレ(特に2名介助)



1ユニットのご利用者 10名  
出勤者 3名 / 1日 の場合  
1日に職員が抱える回数 約 **32**回  
1か月間に職員が抱える回数 約 **704**回

### ② 『介護人材を確保するための取り組み』の実施

- 入職者 < 退職者 が多い。
  - ・この現状を打開し、福祉イメージを刷新する事を目的にNLCを取り入れた。



## 取り組み

プロジェクトリーダー  
【法人事務局長】

しおはま拠点

NLC拠点統括  
マネージャー

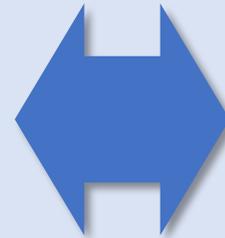
教育担当

環境整備担当

プラン担当

健康管理担当

法人内  
水平展開



法人拠点  
NLC導入

さこ拠点

ゆめタウン拠点

# NLC導入の方法と役割

## NLC 導入 と 浸透

### NLC導入 全職員へ浸透

#### ノーリフト宣言 (スタートアップ研修)

##### <職員への説明>

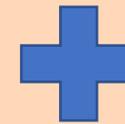
- ・しおはま拠点のNLC導入を説明する。
- ・導入にあたり『目的』『効果』について理解する。



### NLC技術教育 各職員へ浸透

#### NLC技術教育 動画とチェックリストを活用。

You Tube



【YOU TUBEを活用】  
各自で事前学習ができる。

【チェックリスト活用】  
技術テストを行いチェック  
リストの8割を正解で合格。

## NLC 各担当 の連携

### 健康管理担当

腰痛アンケートの結果から変化  
が大きい職員へ腰痛面談を行  
い原因の究明を行う。



技術  
再確認

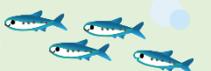
### 教育担当



プラン  
原案確認

### プラン担当

『ケアプラン作成者教育』  
NLCで福祉機器を使用する根拠、  
使用目的を明確化するために、福祉  
用具機器使用におけるプランニング  
をしている。



# 導入から実践・定着へ

移乗介助(ボード)



排泄介助(スマイル)



定例会



移乗介助(リフト)



移乗・立位保持(スカイリフト)

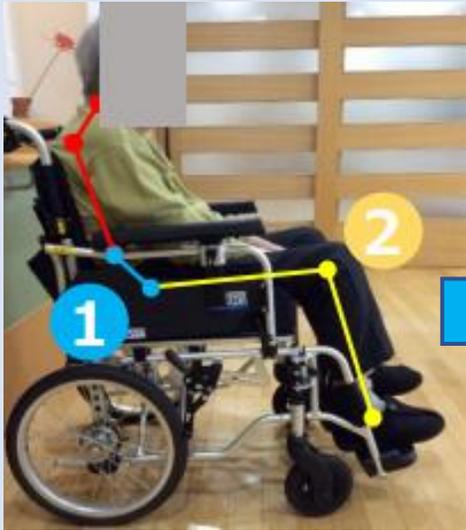


腰痛面談



# NLC導入後のご利用者様の変化

導入前



導入後



名前: A 様. 要介護 4. 年齢103歳. 使用機器:スマイル(トイレ使用)

①骨盤の後傾が改善された。

NLC導入前

①のラインと赤ライン・・・腰が後ろに倒れて円背姿勢。

NLC導入後

福祉機器(スマイル)を使い腰の動き、股関節の動きが改善される。

①の腰が起き上がっている。

②以前より車いすに深く腰掛けができる。

NLC導入前

①で腰が寝ている事でフットレストの足の位置も遠くなる。

NLC導入後

①で腰が起きている事でお尻がしっかりと奥まで座ることができ、フットレストに足が乗っている。

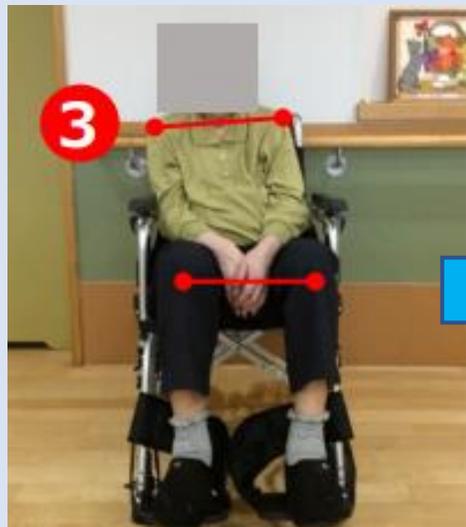
③右対称に体重が乗っている。

NLC導入前

両肩を結んだ線が右側へ傾いている。

NLC導入後

両肩を結んだ線が平行に近いことから左右均等に体重がかかっている。座位姿勢が安定する。



# NLC導入前・後の心理的变化

記載内容として『(+)...期待できる要因』『(-)...不安な要因』を表しており導入前・後の変化を記載している。

ご利用者様	導入前	(-)福祉機器を使用しての排泄介助で、前かがみになると「これは監獄に入れるものですか？」 「これは処刑台ですか？」と不安の声。
	導入後	(+)福祉機器にも慣れて、ご利用者様から「これがあるからトイレにいけるようになった。 (+)「本当にありがとうね。」という声が聞こえるようになった。
ご家族様	導入前	(-)いつも2名介助で排泄介助をしている姿をいつもすみませんとの声。 (-)人と人とのぬくもりがある介助の方が良いのではないのでしょうか？
	導入後	(+)家族として福祉機器を体験し、本当に楽だと感じました。安心感も安定感あり、これだと座っただけで眠れそうなくらいの感じでした。
職員	導入前	(-)福祉機器の使用は非人道的ではないか。      (+)移乗介助が楽になる期待。 (-)新しい事に取り組む事への不安。            (+)新しい取り組みへの期待。 (-)業務に時間がかかってしまう不安            (+)新職員の就職への期待。
	導入後	(+)教育を受けて、ご利用者様に合わせた介助方法にできないかとのアイデアも出ている。 (+)職員間でよく腰痛が良くなったと耳にするようになった。 (+)福祉機器を使用する事で抱えず一人で対応できるようになり業務が楽になった。

その結果...



職員、ご利用者様、ご家族様からのNLCへの取り組みに対してよい評価をいただけている。  
職員、ご利用者様の負担が減り、ご家族様も安心していただける結果につながっている。



## NLCはコミュニケーションが大切

技術も大切だけど、何よりも同じ目的を共有する事が一番大切。  
NLCだけでなく、コミュニケーションによって良くも悪くもなることを学んだ。コミュニケーション手法もしっかりと身に着けることが必須である。

# NLC実践前と実践後の比較 (腰痛アンケートの結果から)

## ① 普段感じる身体的痛みの強さ

	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
実践前	1	3	4	4	2	1	4	0	0	0	0
実践後	5	1	5	4	0	2	2	0	0	0	1
比較	4	-2	1	0	-2	1	-2	0	0	0	1

## ② 普段感じる身体的痛みの部位

	首	上肢	腰	膝	下肢	無し
実践前	7	4	17	5	2	1
実践後	6	3	13	2	1	4
比較	-1	-1	-4	-3	-1	3

## ③ 体に負担があると感じる行為

	移乗	入浴	オムツ交換	体位変換	トイレ	その他	特になし
実践前	10	2	8	4	5	0	0
実践後	5	1	8	2	1	1	4
比較	-5	-1	0	-2	-4	1	4

← **軽減** →

腰椎ヘルニアを有病あり  
腰痛面談にて対応。

### 『痛みの強さ』

全体的に痛みが軽いほうへ人数がスライドしていると感じられる。

### 『4』『6』の回答

職員の痛みが減ってきている。

### 『0』の回答

痛みを感じない職員が増えている。

### 『腰』『膝』

体の痛みの軽減を感じている部位で一番多い。

### 『特になし』

痛みを感じないと答えた職員も増えた。

### 『移乗』『トイレ』

体の痛みの軽減を感じている部位で一番多い。

### 『特になし』

痛みを感じないと答えた職員も増えた。

# 下関市NLCの広報活動

## 山口新聞掲載



山口新聞の半面にNLCの取り組みについて掲載された。

## 市報掲載



山口県下関市の市報にも掲載される。下関市ノーリフティングケアモデル事業所の役目をお伝えしている。

## 市HP 取り組みの成果について



山口県下関市HPにも掲載されている。下関市ノーリフティングケアモデル事業所として取り組みの結果、ご利用者様、職員の変化について報告する。

## NLC施設見学



複数の市内施設から施設見学の申し込みあり!! 複数他施設様よりNLCの取り組みをご説明する。NLC導入の説明、福祉機器やNLC技術の体験会も実施。

## 中国地区老人福祉施設研修会



山口県相互研修大会発表の中から推薦を受ける!! 中国地区老人福祉施設研修会に動画発表をさせていただいた。

# NLC導入後の解決事例と今後の課題

## 解決事例

### ①. 介助時に張りを感ずるケース(首・腰)

- ・移乗介助など移乗ボードを使い、不良姿勢を取っているケース。
- ・移乗する時に力任せな介助になってしまっていたケース。



### 【対策】

- ・しっかりと膝をつき、不良姿勢にならない介助方法を確認。
- ・移乗方法の再教育を行い対応する。

### ②. ごみ捨てで負担を感じるケース

- ・ゴミ捨てカートから重たいゴミ袋を抱えないといけないケース。

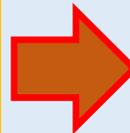


### 【対策】

- ・ゴミの量を分けて、軽くする。ゴミ捨ての回数を増やす。

## 今後の課題と取り組み

- ・就業前後の体操の定着化。
- ・NLCコーディネーター資格保有者の増加。
- ・NLC技術における再評価。
- ・福祉機器など習熟・研修参加など。



## その結果



- ・全職員のNLC技術の再認識。
- ・NLCの意識が高まり、更に質が上がる。
- ・職員のモチベーションが上がる。



社会福祉法人 松美会

