

「ノーリフティングケア」 ～抱えない介助の導入を目指して～

厚木精華園日中支援課
梅沢 直美 武田 翔 新山 寛
橋本 忠義 伊藤 紀子 岸本 美樹

1. 背景 -テーマ選定の経緯-

厚木精華園は高齢知的障がい者の施設で、入所者の約8割が車椅子や歩行器を使用して生活をしている。生活介護事業を担う日中支援課では入所利用者とともに、7名の重症心身障がい者が通所し、機械浴を使用した入浴支援も行っている。常に車椅子で生活している利用者が多い中、介助者は利用者を人力に頼って抱え上げているのが現状で、腰痛が深刻な問題となっている。

また、利用者にとっても抱えられて体が痛いだけでなく、関節拘縮や骨折を招く身体的負担や「きつい仕事をしてもらい申し訳ない」という負い目を感じさせ、精神的負担も大きくなる。

介護する側・される側双方において安心安全な、持ち上げない・抱えない・引きずらない介助の導入を目指すことにした。

2. 目的及びその対象について

本研究の目的を「安心安全な移乗の導入」とした。対象者は、日中支援課が主に支援している重症心身障がい者(在宅利用者)と機械浴を利用する利用者とした。

3. 導入に向けた取り組み

(1) 介護施設産業展示会参加

昨年度に開催された第7回ケアテックスという介護施設産業展に参加。その中でスライディングボードが目にとまり現在入浴支援時に活用している。

(2) 関連情報の収集

「高齢者」「腰痛」「抱え上げない」といったキーワードをもとに情報を収集した。また、下記(3)の

理学療法士からも助言を得て書籍を検索した。実際に検討した文献については文末[文献]に示した。

(3) 専門職からのコンサルテーション

当園の理学療法士に、研究の意図を説明のうえ、助言を得てきた。また理学療法士との話の中で七沢療育園ではすでにノーリフティングケアを実行していることを知ることができた。

上記の(1)～(3)に取り組みつつ、日中支援課で取り組める方法を模索した。研究を進めていくにあたり「抱え上げない」「腰痛予防」「利用者の安心安全」をキーワードとしてメンバー内で共有した。研究活動援助事業メンバー以外の職員とも情報を共有しつつ、意見・知見を募り、研究を進めた。

4. 導入

(1) ノーリフティングケアとは

電動リフトなどの福祉器具・福祉用具を用いて、介助する側・される側双方において安全で安心な、持ち上げない・抱え上げない・引きずらない介助をノーリフティングケアと呼ぶ。安全で安心な介助を提供する為には、身体の間違った使い方をなくし、対象者の状態に合わせて福祉器具や福祉用具を有効に活用し取り組むことが必要となる。

(2) ノーリフティングケアの効果

ノーリフティングケアの効果については介助する側・される側双方に利点がある。介助される側への効果として、力任せの介助による負担をなくすことで、心身共に安心が得られ精神的に落ち着くことができる。また、四肢の緊張が緩和されることで関節の動きが増え、拘縮等の悪化防止に

繋がる。

スタンディングリフトという福祉器具を使用し、自身に残っている機能の維持・向上に繋がる。また、生活にメリハリができ、認知症予防になる。

介助する側への効果として、抱え上げる動作がなくなる為、腰痛になる可能性が減少する。また、腰痛が減少するということは離職数の減少にも繋がる為、人手不足の解消や職員の精神的負担の軽減にも繋がる。加えて、福祉器具を使用することで職員 2 人での支援が 1 人で行えるようになり、業務の効率化も図れる。

① スライディングボード

移乗介助時に利用者を抱え上げるのではなく、ボードの上を滑らせて移乗するのに使用する。

スライディングボードにも種類があり、座位が取れる人取れない人にも使用出来る。日中支援課では重症心身障がい者と生活 1 課が利用する機械浴でスライディングボードを活用した。

ア 座位が取れる人のスライディングボード

職員 1 人が前方から両脇を支え、後方の職員が利用者の腰を持ち同時にスライドさせる。スライディングボードはベッドと車椅子に橋を架けるように置いて使用する。利用者を抱え上げなくて済むが、車椅子のアームレストを上げなければ使用できない。

ア 手順①



ア 手順②



イ 座位が取れない人のスライディングボード

手順①のように利用者の体の下にスライディングボードを敷く。

手順②のように職員 1 人が肩と腰を押し、もう 1 人の職員が腕などの巻き込みがないようにアシストする。

イ 手順①



イ 手順②



令和 2年度 研究活動援助事業③

② リフト

リフトには移動式と設置式、レール走行式の 3種類ある。利用者の状況や支援する環境を考慮して使用する必要があり、今回は移動式を使用した。移動式はタイヤが付いている為、自由に動くことができ、1台で何人もの利用者を移乗介助出来る。対象者の体格に合った形状のスリングというシートを使用するので、どの利用者でも対応可能と意見が挙がった。今回は、ネックサポート付のシートを使用した。以下の写真は車椅子からストレッチャーへの移乗風景である。

手順①



手順②



手順③



③ 2人ではなく3人介助

理学療法士から2人介助ではなく、3人介助での抱え上げのアドバイスを受ける。3人介助で行うことで1人ひとりの力が少なくて済み、腰への負担も軽減出来る。また、利用者は腰をしっかり支えられることで安心感が生まれるというメリットがある。

手順①



手順②



手順③



令和 2年度 研究活動援助事業③

④ マッスルスーツとは

「腰痛」というキーワードに視点を当て、ノーリフト・テイングケアの研究と同時に進めた。

マッスルスーツとは、装着する人の体に掛かる負担を軽減し、腰の負担軽減に繋がり、医療や福祉業界で活躍し始めている。

ア マッスルスーツを装着して

重い物を持ち上げる時の足腰の負担が軽減されているのは実感できた。しかし、装着後の動作に不便さを感じたり、利用者からも職員につかまりづらいというデメリットがあった。

マッスルスーツ着用時の様子



トイレ介助時の様子



トイレ介助時の様子



イ マッスルスーツ着用での結論

装着した人が急に力持ちになるわけではなく、急に介護技術が上がるわけではないので、効果的に使う為には、正しい使い方を知り、練習する必要があることがわかった。

5. まとめ

ここまで本研究の経緯・経過・成果を述べてきた。今回の研究活動援助事業を通じて、メンバーで共有できた、成果、課題、そして今後の展望に関する所感を示し、まとめとする。

(1) 成果

- ① 実際に福祉器具を使用し、現在まで移乗時における怪我はなかった。これは安全に移乗できている証拠と言える。
- ② スライディングボードを使用している間、利用者の表情は穏やかで抱えて移乗している時より緊張していないように感じた。また、利用者から「ずっと移動するのやっ」と要望があるほどだった。
- ③ 職員にとっても腰が痛いという訴えが減り、入浴介助が苦痛ではなくなったと意見が挙がった。入浴に関して言うと、抱えて移乗せずスライディングボードで移乗することで時間短縮に繋がり、入浴時間に余裕が生まれた。
- ④ 理学療法士にアドバイスをもらった3人での移乗は、2人で行うより安定し利用者を

落とすリスクは軽減されたが、介助者同士が密接するので「抱えにくい」という意見が挙がった。

- ⑤ 今回、リフトはレンタルして実際に利用者に使用することはできなかったが、職員が試しに使用したところ「シートに包まれているので安心する」という感想が聞かれた。

(2) 課題

第 1 に福祉器具や福祉用具は費用がかかる。スライディングボードのような福祉用具は安く購入することが可能だが、移動式のリフター等は高額になる。また利用者負担で安値でレンタルすることは可能だが、レンタルした利用者の保険を使用するのでレンタルした本人しか使用することができない。

第 2 に福祉器具を使用するにあたってハード面の環境が整っていることが必要である。日中支援課ではマット上からの移乗に使用するには作業室の天井の耐久性の問題があり天井走行式の介助リフターが設置できないという問題があった。

第 3 にいかにノーリフティングケアを浸透させることができるかである。ノーリフティングケアを浸透させるには、職員一人ひとりが福祉器具を使用し利用者職員双方にとって良い移乗をするという意識統一が必要である。職員がチームとなりチーム全体で取り組むという意識を持ち、何の為に福祉器具や福祉用具を活用するのかと目標設定しなければ、「抱えた方が手っ取り早い」「準備に時間が掛かる」と力任せの移乗となりノーリフティングケアが定着しない恐れがある。

(3) 今後の展望

電動リフト等を使用した移乗介助はヨーロッパ等海外では当たり前のこととして定着している。ノーリフティングケアが定着している国々では、身体の変形拘縮がほとんどないと言われている。海外の関係者が、力づくの介護を行う日本の現場を視察した際、「これは虐待だ。」とショックを受けたと言われている。

ノーリフティングケアは、働き方を変えて、職員と利用者双方にとって安全なケア現場にするための手法の一つであり、単にリフトを導入し使い方を覚え困っている人に使用するというのではなく、

組織体制を整えること=マネジメントが重要である。組織体制を整えるには、ノーリフティング推進チームによる統括マネージャーや教育担当者の設置が考えられる。また上席者も積極的にチームに参加しなければノーリフティングの推進は難しくなる。上席者がしっかりとノーリフティングケアの目的を職員に伝え、職員一人ひとりが「対象者の二次障害を引き起こすケア、腰痛を引き起こすケアの廃止」と意識していくことが重要であると本研究を通して学ぶことができた。今回学んだことは、私たちが所属する課だけではなく高齢化と共に介護度が上がっている厚木精華園や他園も含め全体でより一層取り組んでいく必要がある。

<文献>

- 北欧の持ち上げない！安全・快適トランスファー (DVD・日総研)
- 社会福祉施設の労働災害防止(介護従事者の腰痛予防対策)HP
厚生労働省中央労働災害防止協会
(<https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000123245.html> 最終閲覧 2021.3.19)
- ノーリフティングケア宣言 HP 高知県/日本ノーリフト協会高知支部
(www.welplaza.or.jp 最終閲覧 2021.3.19)
- ノーリフティングケアで利用者も職員も笑顔に HP 株式会社あわや
(<https://awaya-fukushi.com/no-lifting-care> 最終閲覧 2021.3.19)
- 看護～質の高いケアのために～HP 公益財団腰を痛めない介護・法人テクノエイド協会
(www.techno-aids.or.jp 最終閲覧 2021.3.19)
- 株式会社 INNOPHYS (<https://innophys.jp/>) 最終閲覧 2021.5.6
- かんでんライフサポート
<https://kanden-ls.co.jp/recruit/company/no-lifting/> 最終閲覧 2021.5.6
- かいご Garden
<https://www.tsukui-staff.net/kaigo-garden/howto/nursing-care-robot/> 最終閲覧 2021.5.6