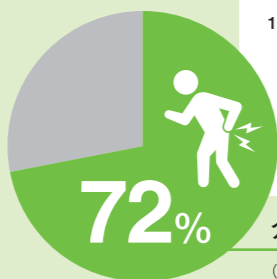


NOLIFTING CARE

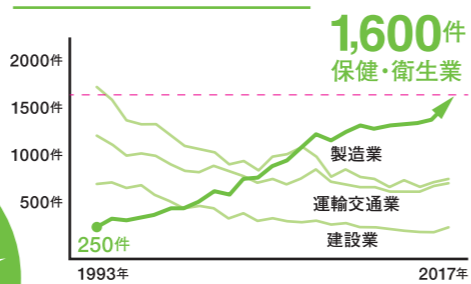
ノーリフティングケアとは？

ノーリフティングケアとは、人力のみの移乗を禁止し、患者さんの自立度を考慮して福祉用具を活用しようという考えです。1998年にオーストラリア看護連盟が看護師の腰痛予防対策としてスタートさせたのが発祥の由来になります。日本の医療や介護の現場では、機械ではなく「人の手は何よりも大切だ」と長年考えられてきたため、まだ、普及率は低いのが現状です。

無理な抱え上げを行わず、リフトを使って身体をおこすことで、利用者側にとっては自立の意識が高まる効果があります。また、介護労働者は腰痛が原因で離職するケースが多いことから、介護職の身体に負担のかかる作業を見直すことで、人材確保の面からみても大きなメリットがあります。



腰痛件数(休業4日以上)の推移



介護職の腰痛率

(2012年日本ノーリフト協会調べ)

ノーリフティングケアを支える福祉機器

ノーリフティングケアでは、介護の負担軽減に役立つさまざまな福祉用具・機器を活用していきます。

その一部をご紹介します。

床走行式リフト



自分の力で起き上がれない方に対して使う電動のリフト。専用のシートでハンモックのように身体全体を包み込んで持ち上げ、車いすやベッドへの移乗が、ゆっくり行える。



スライディングボード

ベッドから車いす、車いすから自動車やポータブルトイレ、ストレッチャーからベッド等への移乗が安全に行える。ボードの上で身体を滑らせるようにして、比較的小さな力で移乗させることができる。

スタンディングマシン



自分の力で立ち上がれない方の膝・背中・足底をサポートすることで、安定して立ち上がることで、安全にトイレに行くことができるようになる。また、無理のない立ち上がり動作を行うことで、リハビリ効果も期待できる。

さまざまな介護福祉のしごとを無料で紹介しています。
まずはお気軽にお問い合わせを!

大分県福祉人材センター

所在地 870-0161 大分県大分市明野東町3丁目4-1
電話 097-552-7000
HP <https://www.okk.or.jp>



大分県の介護福祉の魅力を発信!

OPEN OITA PROJECT では
上記のような記事を随時アップしています。



ぜひ
チェックを!

進化し続ける
介護職のイマを発信!



特集_ノーリフティングケア

ノーリフティングケア=抱え上げない介護は、
さまざまな福祉用具を活用することにより、利用者や介護スタッフ
双方の心身の負担を軽減する介護方法です。

オオイタ

介護のシゴトガイド

発行/大分県福祉保健部高齢者福祉課





利用者さんも
スタッフも
笑顔に!

ノーリフティングケアは
介護の未来の一翼を担っていききたいと思います

Profile 理事長
渡邊 利章さん(51歳)
社会福祉法人 大翔会 Greenガーデン南大分

介護の新たなスタンダード

2025年には、全国で35万人、大分県内でも1600人から2000人近く介護職の人材が不足すると言われています。ノーリフティングケアによって今までの半分の人材で質の高いケアが実現できたら、人材不足の解消につながるのではないでしょうか。スタッフの負担が減って生産性が上がれば、働き方改革にもつながり、3Kと言われる職場を健全な職場に変えられると思います。2018年度よりはじまった大分県のノーリフティングケア普及促進事業において、我々はノーリフティングケア先進施設として認定を受け、施設の見学を受け入れたり、研修を行ったりしています。これから介護職をめざす方々に、ノーリフティングケアを導入した介護がクリエイティブに働ける仕事だということを知ってもらいたいです。

Voice

介護プロフェッショナル



記事のフルバージョンは
←「OPEN OITA WEB」に掲載中!
合わせてチェックを!
<http://www.open-oita.jp>

ノーリフティングケアとは

ノーリフティングケアとはオーストラリア、スウェーデン、デンマークなど福祉先進国では当たり前となっている、“人が抱え上げない介護”のことです。もともとは介護者の腰痛など身体的負担を軽減するために生まれた介護方法で、トイレ介助や入浴介助、移乗介助などにおいて、リフトなどさまざまな福祉用具を活用しています。日本では昔から、人の手で介護することが温かみのある良い介護とされてきたため、ノーリフティングケアの普及はなかなか進んでいないのが現状です。それなのに、介護職は3K(キツイ、汚い、危険)とよく言われていますよね。3Kの環境では、温かみのある介護などできるはずがないと思うんです。また、抱え上げられることで、利用者さんも不安や恐怖を感じて身体に無駄な力が入り、転倒や事故につながる危険もあります。ノーリフティングケアは単に介護スタッフの腰痛予防のためだけではなく、スタッフと利用者、双方にとっての精神的、身体的負担を軽減し、安全で安心できる本当の意味で温かみのある介護を実現させるひとつの方法なのです。

質の高い介護を行うために

「Greenガーデン南大分」では、2015年の新設当初から100%抱え上げないノーリフティングケアを導入していますが、すべてを福祉用具に頼っているわけではなく、利用者さんにできる範囲で自分の力で動いてもらうことを大切にしています。どうしても抱え上げるしか方法がない場合には、はじめて福祉用具を活用しています。すると、利用者さんの体の状態が良い方向に向かっていくことが実際、多いです。スタッフ側は、抱え上げる負担から解放され、心身に余裕ができ、より細やかな介護ができるようになります。利用者さんの尊厳や人権を守り、痛い、つらい思いをさせない。そのために、スタッフの精神的、身体的負担を軽減して笑顔で働ける環境を作る。そんな質の高い介護の一翼を担うのがノーリフティングケアの取り組みであると考えています。

介護はキツイ
だけじゃない!

中学の頃から思い続けた介護の仕事

中学生の頃、母親の知り合いがしていた小さな宅老所(地域に密着した高齢者施設)を見学させてもらう機会があったのですが、その時はじめて介護という仕事があることを知りました。それ以来、心のどこかで「将来は介護の仕事をしたい」と思うようになっていき、普通科の高校を卒業後、大分市の「介護専門学校」に進学しました。それから、重度の障がい者施設や高齢者施設で働いたのですが、要介護の高齢者の方を最期までケアする特養(特別養護老人ホーム)で勉強してみたいと思うようになり、2016年、特養もある施設「Green ガーデン南大分」に入職しました。今は介護課長として、私自身、現場で利用者さんのケアに携わったり、他の職員の相談を受けてアドバイスをしたりしています。

ノーリフティングケアとの出会い

ノーリフティングケアについては、こちらに入職してはじめて知ったのですが、実際、ノーリフティングケアを取り入れた介護を行ってみて、利用者さんの生活の質が明らかに高まっているのを感じています。身体の状態が良くなって、いろんなことができるようになっていった利用者さんを何人も見えました。たとえば、全介助の状態から、少しおしりが持ち上げられるようになった方もいます。抱え上げる介護の場合は、人の手で抱えられた利用者さんが、怖くて体にギョッと力が入ってしまい拘縮(関節が固まる)してしまうこともあるのですが、私たちの施設では拘縮した利用者さんは一人もいらっしゃいません。移動するときは床走行式リフトを使えば、利用者さんの顔を見ながら説明したり、声かけしたりできます。そうやって、不安やストレスがないように寄り添ってケアができるというのも、ノーリフティングケアの大きなメリットだと感じています。私自身も以前は腰痛を持っていましたが、今では全くありません。ノーリフティングという素晴らしいケアに出会えて、あらためて介護の仕事をしてよかったと思いますね。

「介護はキツイ」という
イメージを変えていきたいです



Profile ユニットマネージャー・課長
平田 紗央里さん(34歳) 2016年入職
社会福祉法人 大翔会 Greenガーデン南大分

介護職の魅力を知ってほしい

今後の目標は、“介護といえばキツイ”というイメージを変えていくことです。ノーリフティングケアなど先進的な考え方や技術を取り入れて、利用者さんと職員が心から笑い合えるような温かい介護の現場を大事にしている施設があること、介護職が魅力的な仕事であることを若い人たちに伝えていけたら、と思っています。

スタンディングマシン



平田さんのお仕事拝見!

ノーリフティングケアの具体例

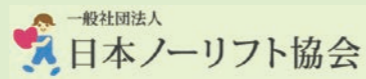
利用者さんをベッドから車いすに、車いすからトイレに移乗する時などに、スタンディングマシンを活用して立ち上がりのサポートをしています。フカフカのベルトで背中を面で押し上げるため、転倒などのリスクが軽減できます。

床走行式リフト



ハンモックのように身体をシートで包み、電動のリフトで持ち上げて移乗や移動を行っています。リフトの動きはゆっくりですし、利用者さんと向き合って声かけができるので、みなさんリラックスして利用されています。

「一般社団法人 日本ノーリフト協会」について



「一般社団法人 日本ノーリフト協会」は、介護のプロとしてケアの質を向上させる機会を、ノーリフト・ノーリフティング(腰痛予防対策)を通して伝えることを目的として設立されました。「社会福祉法人 大翔会」は日本ノーリフト協会大分支部として、セミナーや講演、研修などを実施しています。

