

職員さんに聞いてみよう!

理学療法士

さんに聞いてみた!!



特別養護老人ホーム
リハビリ課 課長
高倉 哲也

第3回 「ノーリフティングケア」 業務環境改善について

数年後にこの記事を読み返した時に、「ああ、そんな時期もあったなあ」と思えるような希望を込めて、この冒頭挨拶…。現在猛威を振るっている新型コロナウイルス感染症が早く収束することを願います。

さて、3回目となるノーリフトシリーズ、今回は「ノーリフティングケア」について触れさせていただきます。混同してしまいがちな内容なので、先にお伝えしておきます。

ノーリフトとノーリフティングケアは別物です。くどい様ですが、「ノーリフト」は腰痛予防対策（基本方針）であり、「ノーリフティングケア」は腰痛予防対策を含めた介護（具体的手段）となります。以下に腰痛予防防

策を含めた介護についていくつか列挙します。

- イ. ボディメカニクス
- ロ. ボディコントロール
- ハ. ボディメンテナンス
- ニ. 福祉用具ケア
- ホ. 業務環境改善
- ヘ. e t c .

いくホ全てを紹介したいのですが、一日かけても終わらないような研修会になりますので、今回は私が最も重要であると考えている「業務環境改善」に焦点を絞ってお伝えします。

腰痛原因となる不良姿勢を作る業務環境をマネジメントするのも大切な予防対策となります。しかしこれがルーチンワークに埋もれて、見逃しがちな環境課題となり、その抽出が大変難しい作業になるのです。これから紹介する事例は、ある日ユニット職員から相談のあった環境課題に対して取り組んだ経過・結果について要約して紹介します。

「課長…。汚物洗い便器（以下ピット）が低くて、腰が痛くなるので何とかありませんか？」

介護課主任から相談を受けた内容です。ピットと業務風景をご覧ください。

（ページ右下の写真へ）

試作品：研究室イメージ

…作ってみたものの、大袈裟すぎて職員から受け入れられないと想起し断念しました。

その後も、職員へのモニタリング・現場検診・ホームセンター巡りを繰り返しながら、ようやく「これだ!!」と思えるアイデアにたどり着きました。



（隣のページへ）



見るからに過酷極まりない姿勢です。さてどうしたものか…。これから約3か月間ノーリフト担当者で頭を悩ませ、色々な対応を試行していきました。

ピットカバー作成

ホームセンターでピット幅とピッタリのガーデニングカーゴに会い、底面を庶務職員に切断してもらい、はめてみたところ、ジャストフィット！便器水流にも干渉せず、何より高い位置で洗ってもとびちる水滴をカバー壁面がしっかりキャッチしてくれました。



蛇口作成

ピットカバー設置により蛇口高が合わなくなったことに対しては、庶務職員に相談し蛇口をノズル式ヘッドに変更してもらいました。



今回の取り組みは割と大がかりな課題解決策となりましたが、環境・業務改善はちょっとした変更で直ぐにでも改善につながるものもたくさんあると思います。大切なことは、不良姿勢を良しとせず、要改善という意識を全員で持つことだと考えています。自分の職場環境・業務内容、身近なところからでも取り組んでみて下さい。

次回は、今回に引き続きノーリフティングケアについてお伝えします。

完成!

見たらわかる前傾姿勢の改善!!

