

はじめに

管理者・指導者の皆様へ

組織として行う職員の腰痛予防対策は、単に技術研修を行ったり、リフトなどの福祉用具を導入するだけでは実現できません。組織における腰痛予防のためのシステムを構築し、リスクアセスメントのもと取り組みを実施することが必要です。そしてその実現のためには、トップ管理者が腰痛予防に取り組む明確な意思をもち、継続した活動と活動経験を蓄積することが必要です。具体的には、トップ管理者のもと、組織の取り組みを推進していくための推進委員会を立ち上げ、進めていかなければなりません。

このマニュアルは安全で安心して働ける職場をつくるためにノーリフト[®]ケアを普及し、腰痛予防対策の体制づくりをすることを目的にまとめました。一般社団法人ナチュラルハートフルケアネットワークで人材育成として取り組んできた実績と、5年間高知県でモデル施設づくりを実践した手法をもとに作成いたしました。

事業の実施や地域におけるノーリフト[®]ケアの普及においては、一般社団法人日本ノーリフト協会特別顧問である産業医の埜田和史先生、日本ノーリフト協会代表理事である保田淳子氏の多大なるご協力を得て、現在があります。ここに改めて感謝申し上げます。

冊子は、普及推進委員用の『ノーリフト[®]ケアマネジメントマニュアル』と、教育のための『ノーリフト[®]ケア実践マニュアル』の2冊があります。ただ、これらはあくまで簡易にまとめたものであり、その使用においては、(一社)ナチュラルハートフルケアネットワークの腰痛予防のためのマネジメント研修や、(一社)日本ノーリフト協会のケアコーディネーター養成研修を受講されながら、ご使用いただければと思います。

腰痛予防対策の推進やノーリフト[®]ケアの普及に本マニュアルをご利用ください。このマニュアルが組織における腰痛予防の体制構築の推進に少しでもお役に立つことができれば幸いです。

2019年(令和元年)6月

一般社団法人ナチュラルハートフルケアネットワーク 代表理事

一般社団法人日本ノーリフト協会 理事

一般社団法人日本ノーリフト協会高知支部 統括理事

下元佳子

目次

- P 2 ノーリフト[®] ケアと『新・腰痛予防対策指針』
- P 3 目的の確認
- P 4 腰痛予防対策の実施組織をつくる
- P 5 労働安全衛生マネジメント
- P 6 リスクマネジメントとは
- P 7 リスクマネジメントの実施手順：①流れの概要
- P 8 リスクマネジメントの実施手順：②体制づくり
- P 9 定期的な腰痛健康調査の実施と分析・対応
- P 10 リスク低減策の実施：
①リスクの高い対象者の個別アセスメントとケア決定
- P 11 リスク低減策の実施：
②対象者のノーリフト[®] ケアプランニング作成の手順
- P 12 リスク低減策の実施：
③ケア以外の業務の従事者の負担軽減
- P 13 人材育成のための取り組み：教育
- P 14 環境の整備：福祉用具の導入と管理
- P 16 付録 腰痛予防対策
 - ①身体の使い方
 - ②ノーリフト[®] ケア
- P 18 付録 「健康調査」や「リスク把握」について
 - 簡易腰痛調査票
 - 健康調査票
 - リスク把握票

ノーリフト[®]ケアと『新・腰痛予防対策指針』

ノーリフト[®]ケアとは

介護される側・する側双方において安全で安心な、抱え上げない・持ち上げない・引きずらないケアをノーリフト[®]ケアとよびます。「安全で安心な」看護・介護を提供するには、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用具を有効に活用し取り組むことが必要です。福祉用具を使うことが目的ではなく、双方の健康的な生活を保証できるケアを実践することを目的としています。

ノーリフト[®]ケアは重症者に限定されたものではありません。福祉用具を使用するケア限定のものでもありません。この取り組みは、持ち上げ・抱え上げ・引きずりなどのケアを廃止することと、不良姿勢で行われる作業など職員の身体に負担のかかる作業すべてにおいて見直しを図るためのものです。そしてこのような職員の誰もが安心して働ける職場づくりこそが、対象者が安心してケアを受けられる環境づくりにつながります。

sample

守るべき『新・腰痛予防対策指針』

平成 25 年に『腰痛予防対策指針』が 19 年ぶりに改訂され、『**人力での抱え上げは、原則行わない。リフトなど福祉機器の活用を促す**』とされました。この改訂は、「(原則) 行わない」という言葉に読み取れるように、管理体制を問うものでもあります。環境を整え、教育として腰痛予防の必要性と抱え上げない技術を指導し、働き方を変えることが必要だと述べられています。医療・福祉の職場における腰痛発生率は全産業の中でも高く、その割合は増加傾向にあることから、職員を守るためには取り組みを積極的に進めていかなければなりません。

『新・腰痛予防対策指針』においては、「福祉・医療分野等における介護・看護作業」の見直しが求められ、実施すべき対象機関として、高齢者介護施設・障害児者施設・保育所等の社会福祉施設、医療機関、訪問介護・看護、特別支援学校等、具体的に示されています。

施設の規模や、対象者の障害の重症度に関係なく、すべての施設・事業所で取り組まなければなりません。

働き方を変えるには「組織体制を整えること」 「職員一人ひとりの意識の変容」の両方が必要

現場を変えるためには、管理側の「働き方を変える」という意識が大切ですが、管理側の意識だけではケアは変わりません。職員一人ひとりが、腰痛を引き起こすようなケア、対象者の二次障害を引き起こすようなケアを廃止する、そのために「働き方を変える」という意識をもつことができるように伝えていくこと、そして実際に働き方を変えるための方法を教育していく組織体制を整えることが大切です。

もちろん、職員一人ひとりの「みずから学び、実践する姿勢」が何より大事であることは言うまでもありません。

Point 重要なのは、業務整理とリスクマネジメント

組織におけるノーリフト[®]ケアの普及に向けた取り組みは、安全に働ける職場づくりと、組織の労働安全衛生水準を向上させるものためのものです。そのためには、単に福祉用具を購入・使用するのではなく、業務整理を行うこと、リスクマネジメントを行うことが重要です。まさしく「働き方改革」だと言えます。「身体的負担の大きい職場」というイメージの強いケア現場を、誰もが安心して働ける安全な職場にしていきましょう！

さあ「取り組み」を始めていきましょう！

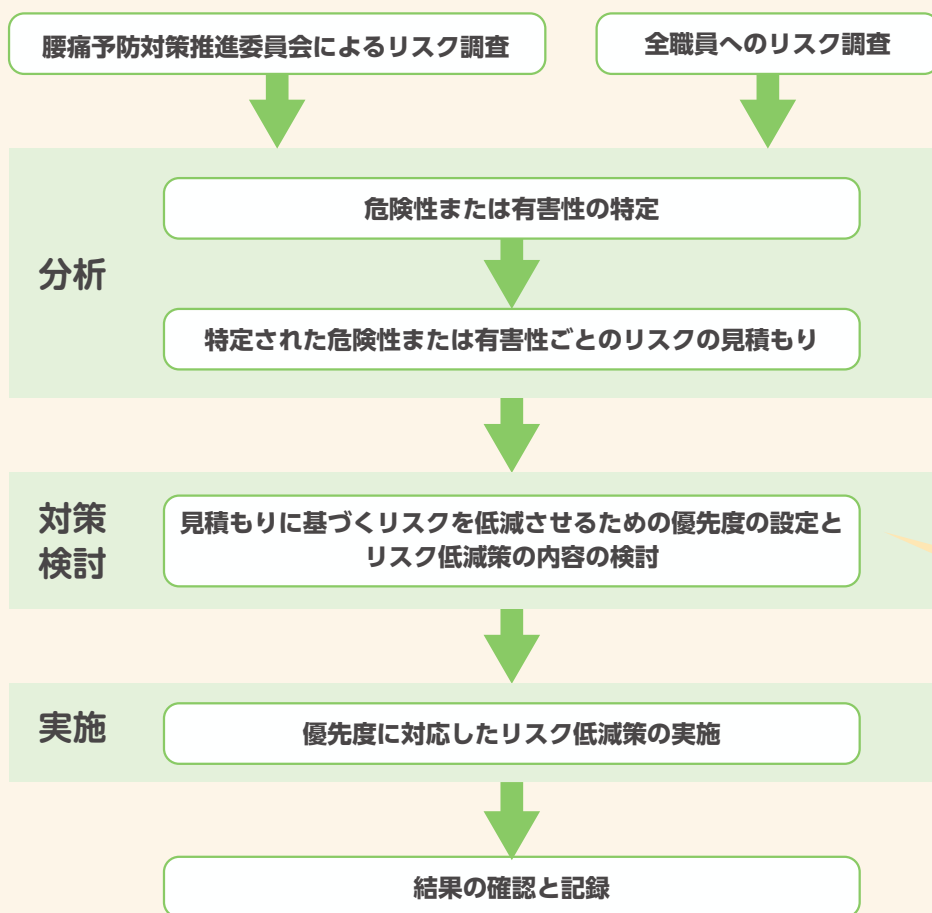
リスクマネジメントの実施手順：

① 流れの概要

目についたところに対処するのではなく、施設全体における「環境」「職員」「対象者」そして「ケアを含むすべての業務・環境」などのリスクをアセスメントし、対策を講じます。このアセスメントを定期的実施することが重要です。

sample

リスクマネジメントの実施手順



リスクマネジメントは、腰痛予防対策推進委員会による調査「職員の腰痛健康チェック」「対象者のアセスメント」「業務や環境チェック」などの巡回調査で行います。そして委員だけでなく、職員全員が常にリスクに気づき、リスクをあげることができる風土づくりを行うことが必要です。

腰痛予防対策推進委員会メンバーが、リスクを具体的に低減できる方法を知っておくことが必要となります。そして実施するには、全職員が対策のための手法を実施できることが必要です。

【参考資料】
一般社団法人ナチュラルハートフルケアネットワーク編：〈職員用テキスト〉ノーリフト[®]ケア実践マニュアル。ナレッジソース；2019。p. 9-12(身体の使い方), p.26-51(福祉用具ケア)。

図表 7

point リスクマネジメントの実施のために重要なこと

リスクマネジメントの実施には、腰痛予防対策推進委員会を立ち上げ、その上でリスクマネジメントの体制をつくり機能させることが必要です。単に福祉用具を購入・導入すればよいのではなく、この体制づくりと手順の実施が求められます。

職場にあるさまざまな危険の芽（リスク）の洗い出しは、腰痛予防対策推進委員会が巡回などを定期的に行ったりしますが、全職員に常にリスク把握をするよう教育し、その習慣をつけることが予防対策としては効果的です。

リスクマネジメントの実施手順の流れは理解できましたか？
理解できたら、次に進みましょう！