

ノーリフティングと腰痛予防対策による経営改善

社会福祉法人 みまき福祉会

住所／TEL	長野県東御市布下6番地1 / 0268-61-6001	
URL／E-mail	http://www.cpmimaki.or.jp /	
経営理念	『いつまでもすこやかに生き生きと安心して暮らし続けたい』その願いをかなえる核となります	
事業内容	<p>①社会福祉事業</p> <ul style="list-style-type: none"> ・特別養護老人ホーム 1カ所 (54名) ・ショートステイ 1カ所 (12名) ・デイサービスセンター 3カ所 (40名) (15名) (9名) ・認知症グループホーム 1カ所 (9名) ・ホームヘルプステーション 1カ所 <p>②公益事業</p> <ul style="list-style-type: none"> ・マネージメントセンター 1カ所 ・訪問看護ステーション 1カ所 <p>③収益事業</p> <ul style="list-style-type: none"> ・温泉アクティブセンター 1カ所 	
収入 (法人全体) 平成23年度決算	①社会福祉事業 ②公益事業 ③収益事業 合計	743,703,197円 48,960,327円 115,260,558円 907,924,082円
従業員数 (法人全体)	158名 (非常勤含む)	
当面する経営課題	<p>①利用者本位で質の高いサービスの提供をする</p> <p>②事業の透明性の確保に努める</p> <p>③人材の確保と育成に努める</p> <p>④地域との共生を推進する</p> <p>⑤公共的・公益的事業を積極的に進める</p> <p>⑥経営の効率化を図る</p> <p>⑧中長期経営計画に基づいた施策を展開する</p> <p>⑨経費削減に努める</p>	

<p>発表する取組みに着手した理由、背景</p>	<p>以前、みまき福祉会を含む13施設で、介護職員377名を対象に腰痛に関する実態調査が行われ、従事年数1年以下は46.9%、2年以上になると60%～71%と腰痛があるとの調査結果を得ました。(介護者の腰痛予防：日本医事新報より)</p> <p>当法人でも、介護現場において腰痛による早期退職・人材不足等の人的コスト増大や人員補充費・サービス低下などの経済コストの増大が懸念されていました。</p> <p>PTによるボディメカニクスやトランスファー動作練習など職場内研修(OJT)を実施し職員の育成、腰痛予防を積極的に行ってきました。</p> <p>そんな中、佐久大学で開催された研修で、スライディングシート・移乗用ボード・リフト機などの福祉用具・福祉機器を実際に触れ試すことが出来ました。</p> <p>また、ほぼ同時期に「ノーリフティングポリシー」(NLP)の発表を聴き職場内研修後、「持ち上げない介護。利用者にもスタッフにも安心、安楽な介護を取り入れよう」と現場スタッフから声が上がりました。</p> <p>NLP委員会を発足させ、PTの協力を得て委員会を中心に福祉用具の使用方の勉強会を開催、福祉用具を使用することは利用者にもスタッフにもメリットがあることを伝えました。ハード面では、介護労働者設備等導入奨励金制度を利用し低床ベッド11台、リフト6台を導入しました。</p> <p>また、関東労災病院 勤労者筋・骨格系疾患研究センター長 松平 浩先生の協力のもと腰痛予防対策の研修を開催しました。「これだけ体操」の実施と、腰痛には整形疾患・非特異性疾患・心理(ストレス)・社会的問題などがあることを理解し、腰痛予防に努めています。</p> <p>今後もノーリフティングと腰痛予防対策等を継続し、利用者・スタッフともに安心、安楽な介護を推進し職員の確保・安定化を図り経営改善をしていきたいと考えています。</p>
<p>発表する取組みの現時点での効果</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・今まで腰痛ベルトを使用していた職員が、腰痛ベルトを使わなくても痛みがなくなりました。 ・ご利用者の中で、持ち上げる動作をすると痛みを訴えた方が、福祉用具を活用することで「痛みがなく、身体が楽になった。」という声を頂きました。 ・福祉用具・福祉機器を活用後アンケート調査結果から、腰痛を患っているという職員が11%減少し、腰痛の症状が緩和されたという職員が80%に上り、腰痛が改善されました。

ノーリフティングと腰痛予防対策による 経営改善

(社会福祉施設における安全衛生)



社会福祉法人みまき福祉会

特別養護老人ホームケアポートみまき 主任 山浦 京子
副主任 小山 和子

東御市の紹介

東部町

人口 26,500人

北御牧村

人口 5,500人

平成16年4月1日合併

東御市

人口 32,000人



ケアポートみまきの紹介

長野県東御市布下6番地1

開設:平成7年4月

- ・特養:長期54床・ショート12床
(全室個室)
- ・デイサービスセンター
- ・グループホーム
- ・訪問看護ステーション
- ・ヘルパーステーション
- ・居宅介護支援センター
- ・東御市立温泉診療所
- ・温泉アクティブセンター(プール)



経営理念:

『いつまでもすこやかに生き生きと安心して暮らし続けたい』
その願いをかなえる“核”となります

腰痛に伴い懸念されるコストの増大

○人的コストの増大

- ・早期退職
- ・人材不足

○経済コストの増大

- ・人員補充費
- ・サービス低下

○安全衛生の管理

- ・腰痛者の現状

介護職員の腰痛に関する実態調査

従事年数	腰痛有り	
0～1年	15名	(46.9%)
2～4年	50名	(63.3%)
5～7年	34名	(70.8%)
8～10年	38名	(70.4%)
11～15年	33名	(71.7%)
16年以上	33名	(70.2%)

平成13年、ケアポートみまきを含む13の施設で働く介護職員377名を対象に調査回答は310名(回答率82.2%)
介護者の腰痛予防:日本医事新報より

女性介護職員の腰痛調査より

食事介助	33.3%
身の回り	75.0%
入浴介助	79.2%
体位交換	83.3%
移動介助	79.2%

ケアポートみまき職員の介護時腰痛実態 24名
平均年齢40歳(2009調査)

職員離職率

	20年度	21年度	22年度	23年度
基準日	H21.3.31	H22.3.31	H23.3.31	H24.3.31
正規	59	62	72	81
准職員	3	12	13	12
常勤臨職	37	36	33	28
短時間	49	43	39	31
年度末職員数	148	153	157	152
採用者総数	16	26	16	19
退職者総数	15	14	11	27
離職率	10%	9%	7%	17%

PTによるボディメカニクスと 移乗動作の説明



職員同士での移乗動作の実践



NLP(ノーリフティングポリシー)委員会 発足の経緯

佐久大学信州短期大学部
特任教授 小島ブンゴード孝子 先生の研修に参加

デンマークで使用されている、移乗用ボード・リフト機・スライディングシートを実際に触れ試すことが出来た。



長野県高齢者介護・福祉サービス研究学会での
理学療法士 大兼政 亮起 氏によるNLPについての
講演に参加。



○JT(職場内研修)の開催

持ち上げない介護。利用者にもスタッフにも安心・案楽な介護を取り入れたいと現場スタッフから声上がる。



NLP委員会発足
h23.4.1

<概要>

- ・NLP委員会の構成メンバーは理学療法士・看護職員・介護主任・介護職員の計8名。
- ・毎月1回開催。

福祉機器の導入

(介護労働者設備等導入奨励金制度)



低床ベッド11台を導入

福祉機器の導入 (介護労働者設備等導入奨励金制度)



合計リフト機6台を導入

PTによる福祉機器の説明



福祉用具のOJT(職場内研修)



リフトを使っての移乗



スライディングボードを使っての移乗



スライディングシートを使用し ベッド上部への上昇移動



介護福祉機器導入にかかる 身体上に関するアンケート集計

質問	人数	割合	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	
問1 現在、腰痛を患っていますか？																																								
導入前	①はい (ア)	19	55.9%	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
	②いいえ (内体職者3名引く) A	15	44.1%				▲																															▲	○	
導入後	①はい	15	44.1%	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
	②いいえ B	19	55.9%																																					
	いいえの実増加 B/A*100=19/(18-3)*100	+4	126.7%																																					
問2 機器導入前と比較して症状はどうなりましたか？ (問1で「はい」と回答した方のみお答えください)																																								
	①かなり緩和された (イ)	4	26.7%	○		○						○																												
	②やや緩和された (イ)	8	53.3%		○																																			
	③症状に変化は見られない	3	20.0%					○		○																														
	④悪化した	0	0.0%																																					
	改善された合計 ①+②	12	80.0%																																					
問3 介護業務を行うにあたり、身体的負担を感じていますか？																																								
導入前	①はい (内体職者3名引く) (ア)	30	90.9%	○	○	○	○	▲																																
	②いいえ A	3	9.1%						○																															
導入後	①はい	29	85.3%	○	○	○	○	○																																
	②いいえ B	5	14.7%						○																															
	いいえの実増加 B/A*100	+2	166.7%																																					
問4 機器導入前と比較して、身体的負担は変化しましたか？																																								
	①かなり軽減された (カ)	8	27.6%	○																																				
	②やや軽減された (負担4名引く) (カ)	12	41.4%		○				▲		○																													
	③変わらない	9	31.0%					○																																
	④重くなった	0	0.0%																																					
	改善された合計 ①+②	20	69.0%																																					
問5 今後どのような介護福祉機器の導入を希望しますか？																																								
	入浴介助時に使えるもの	8	6.4%																																					
	モジュール型(射かけが外せる)	8	6.4%																																					
	スライドボード、スライドシート	4	3.2%																																					
	低床ベッド	3	2.4%																																					
	福祉機器がよくわからない	3	2.4%																																					
	床から起こせるリフト	2	1.6%																																					
	立ち上がり介助に使えるもの	1	0.8%																																					
	ポータブルトイレ	1	0.8%																																					

アンケート集計結果 (介護職員37名対象)

○現在、腰痛を患っていますか？

導入前 55.9% 導入後 44.1%

○機器導入前と比較して症状はどうなりましたか？

- ・かなり緩和された 26.7%
- ・やや緩和された 53.3%
- ・症状に変化は見られない 20.0%
- ・悪化した 0.0%

腰痛予防対策の研修について

○講師

関東労災病院 勤労者筋・骨格系疾患研究センター長
松平 浩 先生

○研修内容

<腰痛の理解>

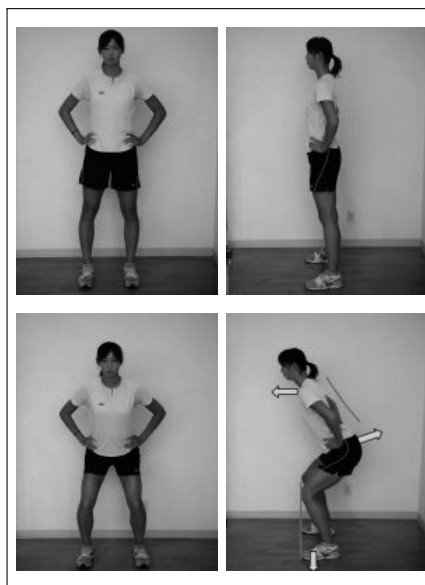
整形疾患、非特異性疾患、心理(ストレス)・社会的問題
による腰痛

<腰痛予防>

これだけ体操 パワーポジションについて

<腰痛実態・予防体操実施後の腰痛改善アンケート調査>
今後実施予定

「これだけ」体操とパワーポジション



肩幅に立って、
手を腰に置く。

腰を後ろに引き
ながら膝を曲げる。
この時、背中
は丸くならない。
この姿勢を
15秒間保持する
×2セット

NLP委員会の目標

- ・ご利用者の状態に合わせた、福祉機器・福祉用具を活用できるようにアセスメントを行い、持ち上げない介護の実践。
- ・腰痛予防対策の継続的な実践。
- ・介護技術の向上。

まとめ

- ・ノーリフティングと腰痛予防対策等を継続し、利用者・スタッフともに安心・安楽な介護を推進し職員の確保・安定化を図り経営改善に努める。