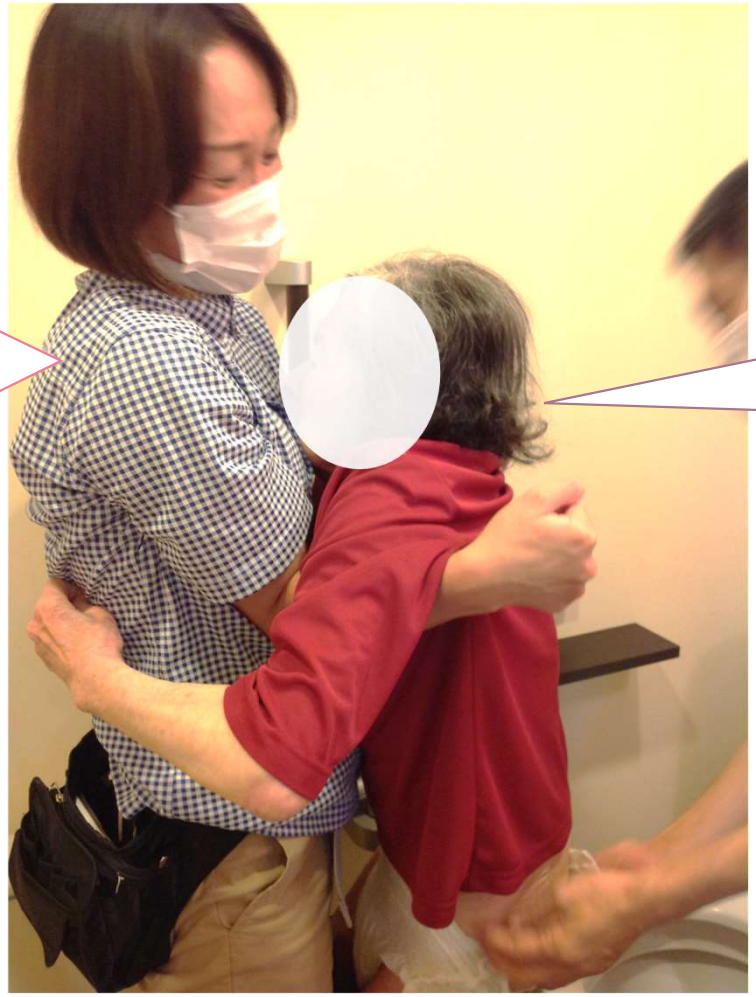
「持ち上げない介護」

社会福祉法人緑風会
特別養護老人ホームエリザベート成城
G　M：長田　吉生
製作者：松野　智優･髙根　穂波

移乗介助をされているときの
「入居者の気持ち」
考えたことありますか？

落とさないように
しっかり抱えよう。
足元が見えないけど
足の位置大丈夫かなぁ。



脇の下が痛いけど・・・
落ちないように掴まろう！

手首も痛い、腰も痛い。
でも、入居者を落とす訳にはいかない。
早く、ズボン上げてくれないの！？
技術、技術って言われるけど、限界があるんじゃないの・・・
私、力弱いし・・・

最近、肘や肩の動きが悪くなってきた。食事食べる時腕が痛いのよね
脇が痛いけど、痣になっていないかしら・・・

人の手で行う移乗介助の影響

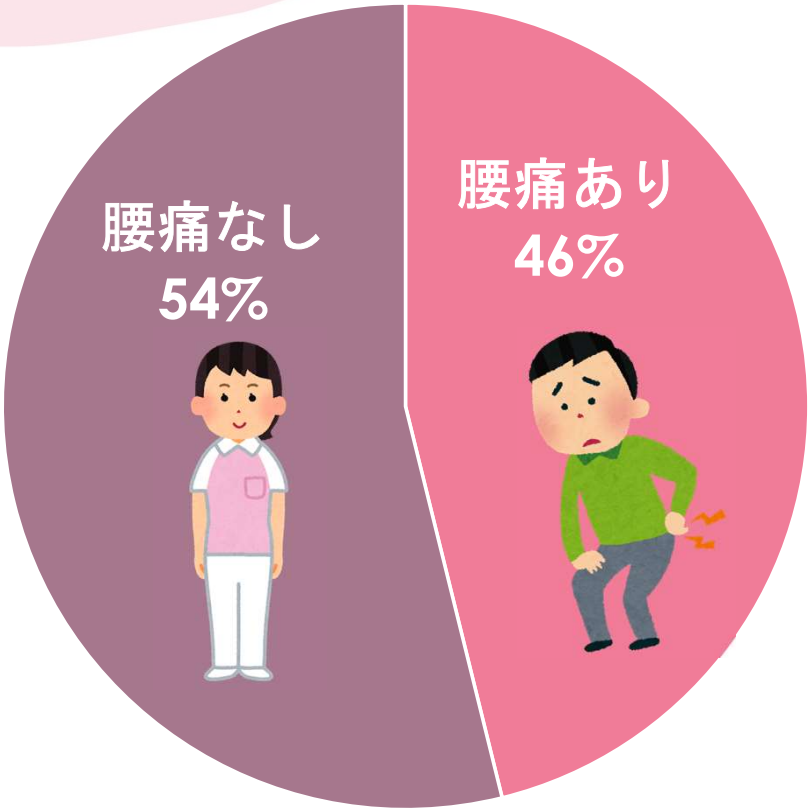
【入居者側】
落ちないかという恐怖感から全身に力が入る
➡関節拘縮や筋緊張が・・・
➡身体機能低下から活動低下に・・・

【職員側】
落とさないか不安で・・・

➡腰痛や手首の腱鞘炎が・・・
➡入居者の手や足元を注意してても・・・
➡負担感からストレスに・・・

腰痛がある職員割合

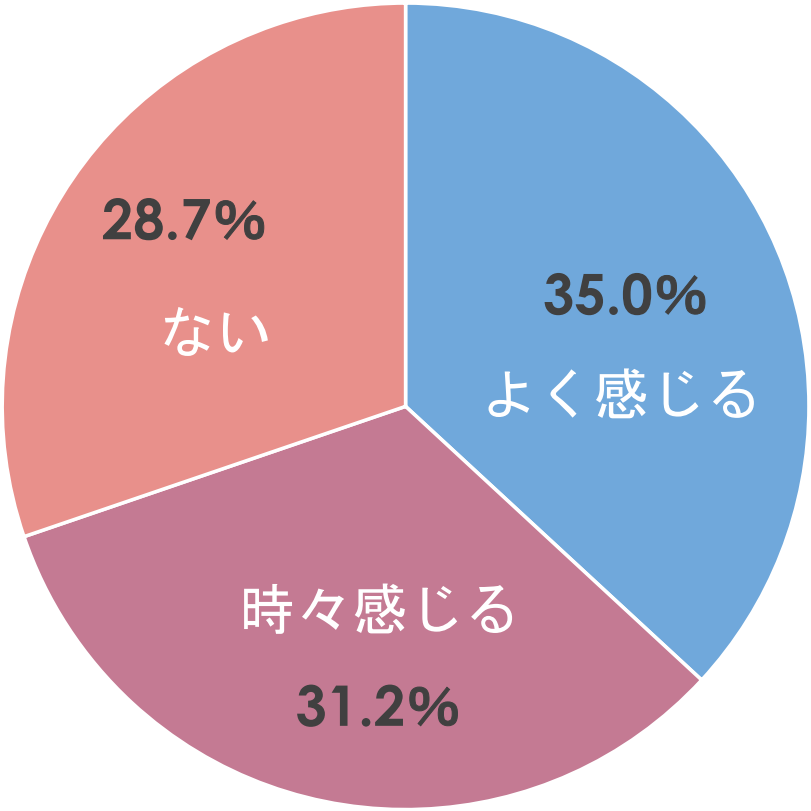
（職員健診結果より）



入居者へ移乗介助する時の負担感

（職員アンケートより）

Q；あなたは〇〇様の介助する時負担を感じますか？



職員負担感↗　＝　入居者負担感↗

無理な移乗介助を受ける
筋緊張や関節拘縮の出現が起こる
活動の低下
食欲の低下
筋力の低下
廃用性症候群が悪化
離床できる身体能力・意欲が無くなる

無理な移乗介助方法しなければいけない環境ができる。
腰痛や腱鞘炎を発症
介護の仕事が苦痛になってくる。
やる気低下
ストレスの増加
退職
虐待
不適切ケア
職員不足
ケア方針の崩壊

だから

「ノーリフティングケアに取り組もう」

１年目の目標!!

・職員全員がノーリフティングケアの必要性を理解しよう

・ノーリフティングケアするための技術を身につけよう

【推進計画】

各ユニットに推進担当者決定

研修会（ノーリフティングケア意義・リフトなど用具の技術）

委員会で問題・課題点を共有しながら進めよう

ノーリフティングの基礎を学ぶ

実　践
～Practice～

内出血が絶えない・・・

座位は出来ず、両足にも拘縮があるため、全介助で移乗していた。

しかし、移乗時に発生したと推測される内出血が絶えなかった。

様々な対策を立て、実践するもあまり効果なく・・・

移乗するのが、「怖い」とユニット職員から声も多い。

内出血が絶えない・・・

職員も入居者も落ち着いて

移乗することが可能に。

内出血は発生は激減した。

自分でやりたいを実現に・・・

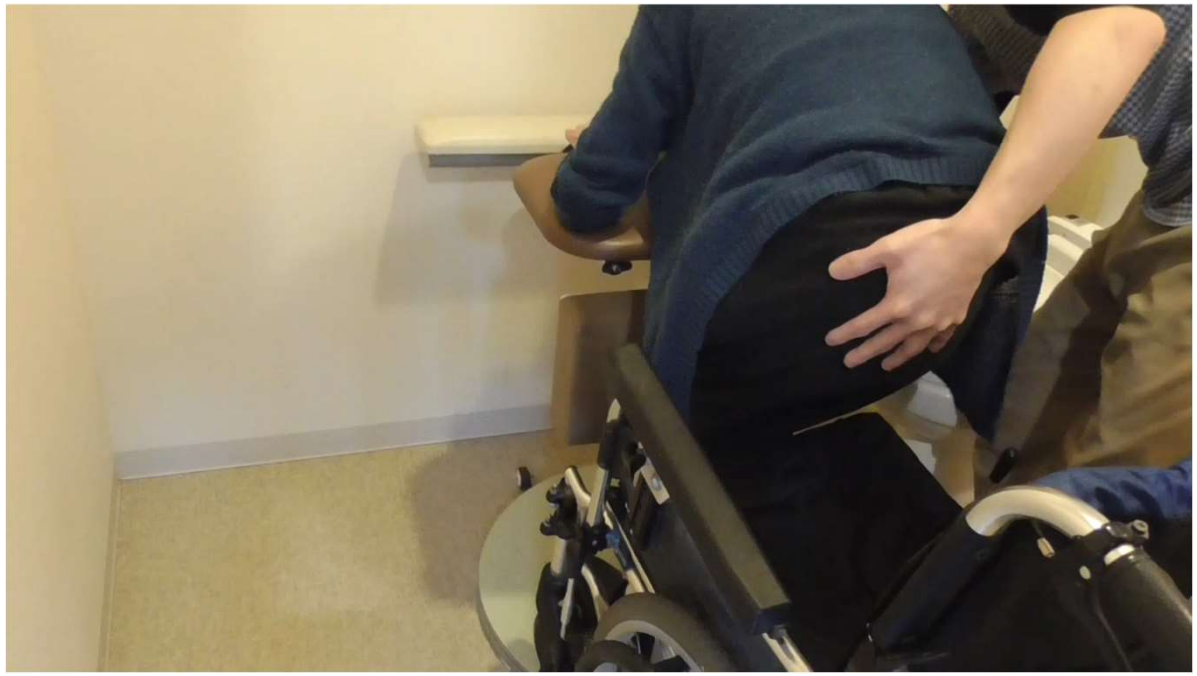
自分で出来ることはやりたい。

人に抱えられることを嫌がっていました。

ひざたっちを使用することで

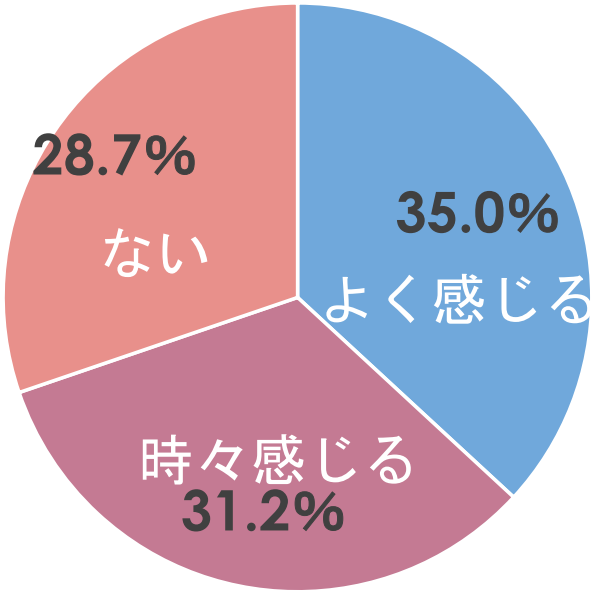
自分の足で立ち、トイレへ座ることができる

ことができるように・・・

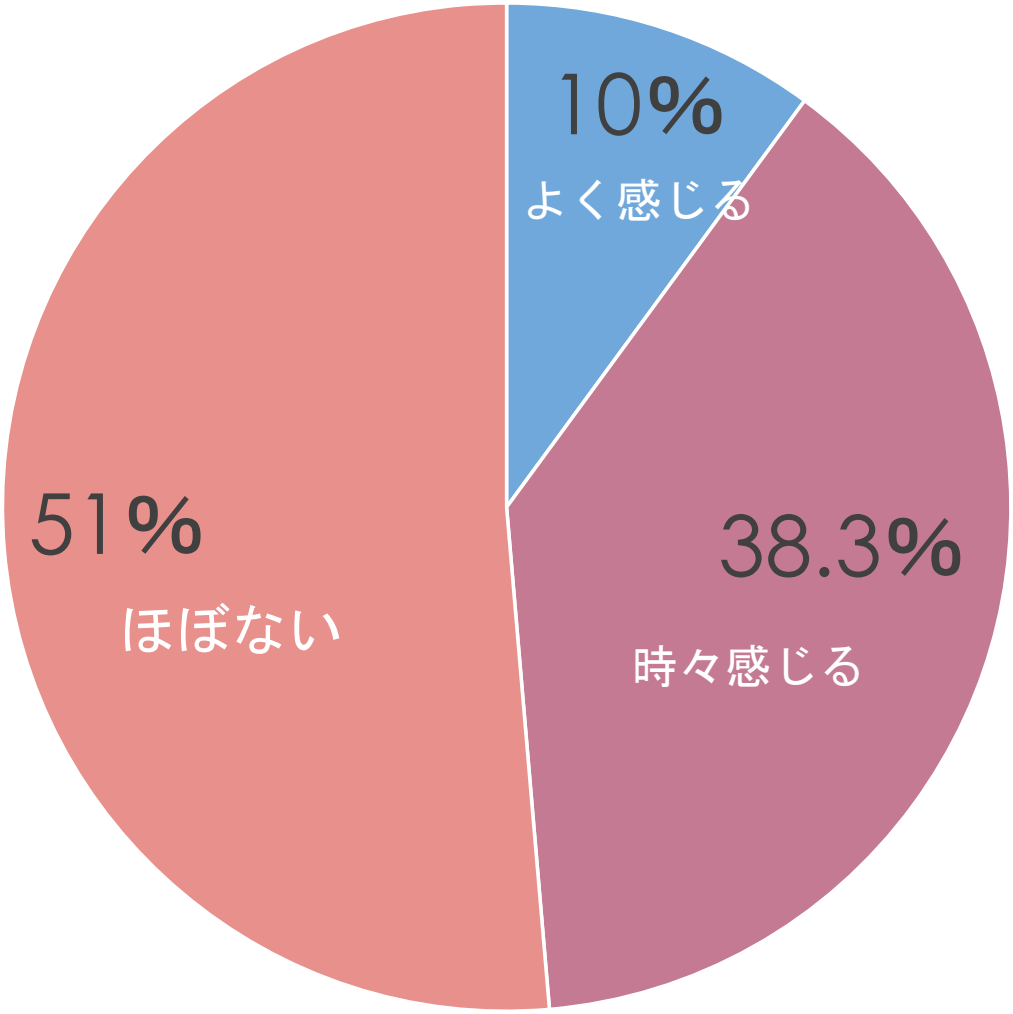


誰でも働ける職場を目指して

取組前に比べて・・・



実施する前



職員の移乗介助に対する負担感

ま と め

✓ **「時間がかかる、面倒だなぁ」**から始まった。取り組んでいくと・・・

✓ **入居者、職員共に「喜び」を共有できるケア**

✓ **「抱える」「持ち上げる」「引きずる」** **介護は終わりにしよう！**

入居者、職員の笑顔のために・・・

これからもノーリフティングケアを推進を宣言します！

ご清聴ありがとうございました