N O　L I F T I N G　C A R E

『ノーリフティングケア』を知っていますか?

厚生労働省が掲げる「第14次労働災害防止計画」で
抱え上げない介護・看護が推奨されています

□ 事業者に取り組んでもらいたいこと【作業に合った腰痛予防対策】

- 介護・看護：身体の負担軽減のための介護技術（ノーリフトケア）や介護機器等の導入

□ アウトプット指標（2027年まで）

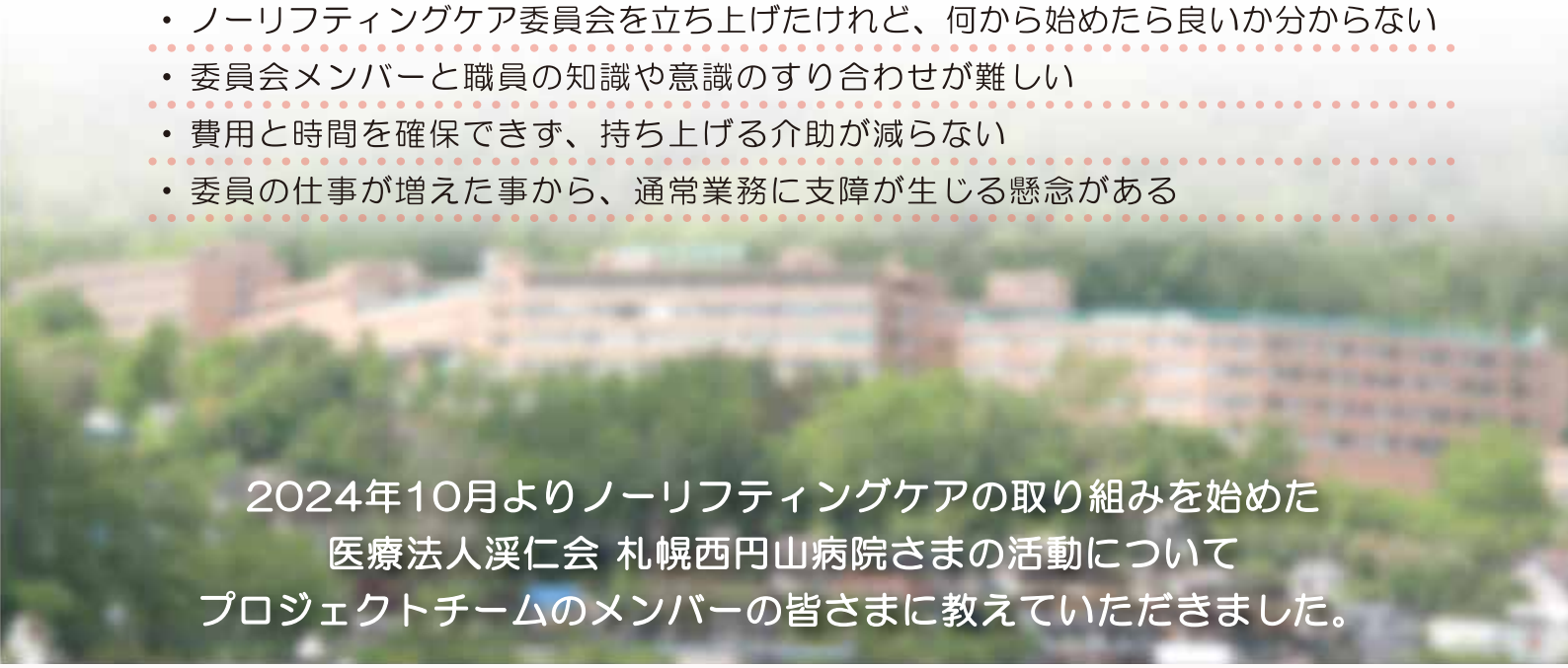
- ノーリフトケアを導入している事業場を2023年より増加（介護・看護作業）

出典：厚生労働省　第14次労働災害防止計画
https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000197308.html

ノーリフティングケアに取り組み始め、様々な課題に直面する事はありませんか?

課題の例として・・・

- ノーリフティングケア委員会を立ち上げたけれど、何から始めたら良いか分からない
- 委員会メンバーと職員の知識や意識のすり合わせが難しい
- 費用と時間を確保できず、持ち上げる介助が減らない
- 委員の仕事が増えた事から、通常業務に支障が生じる懸念がある



2024年10月よりノーリフティングケアの取り組みを始めた
医療法人渓仁会 札幌西円山病院さまの活動について
プロジェクトチームのメンバーの皆さまに教えていただきました。

取り組みの詳細は、YouTube「シーマンケアチャンネル」でご覧いただけます!

＜テーマ１＞	＜テーマ２＞	＜テーマ３＞	＜テーマ４＞	＜番外編＞
ノーリフティングケア導入のきっかけと導入前の課題について	多職種チームの形成と意識改革について	部署ごとの多職種連携による相乗効果の実例について	活動拡大に伴う実務への影響とその解決を踏まえた今後の展望について	スライディンググローブの運用、定着化

WITH PUBLIC CONFIDENCE
SHEEN MAN®
CO.,LTD.

シーマン株式会社
ホームページはこちら

医療法人渓仁会 札幌西円山病院 ノーリフティングケア
「Win Winプロジェクト」とは?

札幌西円山病院の概要
開設年月日：1979年6月11日
病　床　数：603床（内訳：障害者施設等10対1入院基本料516床、回復期リハビリテーション病棟87床）
介護医療院：60床

660床以上の病院で、どのようにノーリフティングケアを導入し、
それを推進する「WinWinプロジェクト」が定着していく仕掛けについて
看護部長の浪岡さまにお話を伺いました。

現場主導で始まった草の根活動が、
いかにして病院トップを巻き込む
組織的なプロジェクトへ昇華したのでしょうか。

そこには、プロジェクトリーダーである皮膚・排泄ケア認定看護師の土屋氏の
「人をみる目利き力」と、
浪岡看護介護部長による
「経営層への橋渡し」および「職員のモチベーション管理」
という、高度なマネジメント戦略がありました。

医療法人 渓仁会 札幌西円山病院
副院長兼看護介護部 部長（取材当時）
浪岡 まさみ さま

「生き生きと働き続けられる職場づくり」を目指す事と「ノーリフティングケア」の取り組みの目的が合致しました。プロジェクトメンバーの「現場の熱量」と「管理職の後ろ盾」の融合が重要であり、「腰痛予防（自分たちのため）」だけでなく、「患者のケア向上（自分たちのやりがい）」に繋がる事を一貫して管理職として発信し、看護部だけでなく多職種のベクトルを統合しました。

■ WinWinプロジェクト発足の経緯を教えてください。

- 師長の土屋さんからの提案と、私自身が実際にノーリフティングケアを体験し、その必要性を痛感したことがきっかけでした。土屋さんに福祉用具の展示会に誘ってもらい、様々な福祉用具の体験をし、ノーリフティングケアについて初めて知りました。
- 職員の腰痛の課題は把握していましたので、土屋さんに院内でチームを作り取り組むよう指示をしました。
- 土屋さんが声をかけたチームメンバーは私が想定していた、「各部署からの推薦（役職順）」ではありませんでした。現場で既にスライディンググローブや介護リフトを活用していた「志の高いメンバー」を土屋さんが一本釣りする形で組織化しました。これにより、初期段階から高い機動力を持つチームが結成されました。

■ 組織内でプロジェクトが定着するためのステップについて教えてください。

- モデル病棟から展開しました。全病棟一斉ではなく、既に取り組み始めていた病棟などの看護師長・主任がいる「モデル病棟（障害者施設等一般病棟）」を起点に成功事例を創出しました。その後、看護主任会議での実演会などを通じて他部署へ波及させる形をとっています。
- 病院の制度への取り組みとして、看護介護部の中期ビジョンのアクションプランに「離床の促進」「ノーリフティングケア」を明記しました。単なる活動に留めず、組織の正式な評価指標として落とし込んでいけたらと考えています。

■ 管理者による「後ろ盾」の構築の意義を教えてください。

- WinWinプロジェクトの意義を文書化し、院長・副院長が出席する運営会議で承認を得ることで、公式な「病院の活動」としての地位の確立を目指しました。
- MSW（医療ソーシャルワーカー）やリハビリ職など、職種を横断して顔が利くメンバーをリーダーに据え、看護部だけでなく病院全体を巻き込む土壌を整備しています。

■ 独自のネーミング戦略について教えてください。

- 「ネーミング」はその活動の本質を表します。例えば、当院には業務支援ナースを配置していますが、「単なるお手伝い」ではなく病棟ナースのベッドサイドケア時間を増やし、患者さんのその人らしい生活の実現につなげる、ホスピタリティを高める大切な存在としてホスピタナースと名付けています。Win-Win は「ケア提供者、受ける人双方にとってもいい」という意味があります。役割の本質が伝わることで、活動の定着につながると考えます。

■ プロジェクトメンバーのモチベーション維持のためにしている事を教えてください。

- 活動について外部へ発表する場を作っています。院内だけでなく、学会やセミナーなどの発表の機会があれば、積極的にエントリーを薦めています。成果を出しているチームやメンバーに光が当たる機会を作る事を管理者として心がけています。チームの活動が理解される事で院内からノーリフティングケアのコンサルテーションの増加になり、プロジェクトメンバー以外に各部署内のインフルエンサーを増やすことにも繋がります。

■ 医療介護のケアの提供以外のメリットがあれば教えてください。

- 採用ブランディングに活用していきたいと考えています。求人票や見学会で「ノーリフティングケア導入施設」である事をPRし、離職防止と人材獲得の好循環を作っていければと考えます。

医療法人 渓仁会 札幌西円山病院
副院長兼看護介護部 部長（取材当時）

浪岡 まさみ さま

1 . WinWin プロジェクトメンバーになった理由

WOC ナース（皮膚・排泄ケア認定看護師）である土屋さんから床ずれセミナーでの講演の依頼をいただき、いろいろ相談する中で当院の課題を改めて認識し「ノーリフティングケア」への関心が高まりました。そこで院内でプロジェクトを立ち上げることを提案したところ、メンバーに入ってはどうかとお誘いをいただきました。

2. プロジェクト活動を始める前と現在の違い

ノーリフティングケアが職員にとって腰痛予防などの労働安全につながることはもちろん、患者さんの身体機能の維持・向上につながる可能性、ひいてはQOL向上の手段ともなりうることについても知りました。このことは、今後の超少子高齢社会にあって、少ないマンパワーでより質の高いケアを提供することを実現する手段ともなりうると考えられます。
病院全体で医療・ケアの質向上に向けて取り組んでいく手段を考えていくうえで、視野の広がりにつながりました。

3. プロジェクトメンバーになって良かった点と今後取り組んでいきたいこと

管理者として、職員の労働安全について考えてきましたが、働き続けられる職場づくりの一環として自身の視野が広がった点がよかったと思います。
今後は、プロジェクトの取り組みによる職員や患者の反応を数値的に評価し、広く発信していくことで、働き続けられる職場づくりの一層の推進につなげていくことができればと考えています。
ノーリフティングケアにとどまらずに、事務職を含む様々な職種がより健康的に働いていくことができるような環境を整えていければと思います。物品の購入や職員教育をはじめとした意識の変化をもたらす取り組みなど、一歩一歩進めていきたいです。

看護介護部 師長
皮膚・排泄ケア特定認定看護師

土屋 隼人 さま

1 . WinWin プロジェクトメンバーになった理由

2013 年、大浦武彦先生[*1]の指示により「WinWin 動作介助研修会」を立ち上げ、下元佳子先生[*2]の指導のもと、ノーリフティングケア（NL ケア）の技術を学び、北海道で研修を継続的に開催してきました。その後、看護部長より組織内での多職種チームの編成と水平展開、ならびに褥瘡予防に加え腰痛予防にも取り組むよう指示を受け、各部署から人材を選出し「WinWin プロジェクト」を立ち上げました。

2. プロジェクト活動を始める前と現在の違い

私一人では NL ケアを組織的に展開することは困難でしたが、専門性の異なるメンバーが同じ方向性を共有し協働したことで相乗効果が生まれ、複数部署・患者への介入が可能となりました。この経験から、チームアプローチの有効性と、自身の役割がマネジメントにあることを強く認識しました。

3. プロジェクトメンバーになって良かった点と今後取り組んでいきたいこと

私が述べる立場ではありませんが、看護部長を含むメンバー各々が NL ケアを通して成長し、成長したメンバーが横断的に活動しながら複数部署で成果を上げていく過程を見られたことは、心強い経験でした。
今後は，腰痛アンケートの結果をもとに根拠に基づいた NL ケアの展開と人材育成に取り組んでいきます。

＊1 北海道大学名誉教授、一般社団法人日本褥瘡学会初代理事長
＊2 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

看護介護部 師長
看護師

阿部 優美 さま

1 . WinWin プロジェクトメンバーになった理由

病棟で患者の移乗介助により腰痛に悩むスタッフが多く、患者自身も安楽な移乗ができていないと感じていていました。スタッフ・患者双方が安楽に行えるノーリフティング技術を学びたいと考え参加しました。

2. プロジェクト活動を始める前と現在の違い

腰痛に悩むスタッフが想像以上に多いことを知り、病棟単位だけでなく病院全体で腰痛予防としてノーリフティングケアを推進する必要があると認識しました。

3. プロジェクトメンバーになって良かった点と今後取り組んでいきたいこと

介護リフトをはじめとした福祉用具への理解が深まり、病棟での導入を進めた結果、スタッフの意識向上につながりました。
今後はスライディングシートや体位変換用シーツなどの活用を進め、病棟に限らず病院全体へ取り組みを広げていきたいです。

つながる地域サポート部
医療福祉相談課 医療ソーシャルワーカー
社会福祉士 介護支援専門員

須郷 久美 さま

1 . WinWin プロジェクトメンバーになった理由

チーム発足前にノーリフティングケア研修会や院内勉強会に参加する機会があり、その中でノーリフティングケアに興味を持ちました。そうした中でプロジェクトチーム立ち上げの声がかかり、より深く関わりたいという思いから活動を始めることを決めました。

2. プロジェクト活動を始める前と現在の違い

当初は、ノーリフティングケアは看護や介護、リハビリの専門分野だと考えており、MSW としてどのように関わるべきか模索していました。しかし、活動を通して学びを深め、技術や知識を得る中で、現在は多職種や他機関との調整役、研修会の運営、また退院後の生活を見据えた提案など、より広い視点で支援できるようになったと感じています。

3. プロジェクトメンバーになって良かった点と今後取り組んでいきたいこと

病院全体を見渡す視点が広がったことは MSW としても大きな収穫でした。特に職員対象の腰痛アンケートを通じて、回答した職員の 7 割以上が腰痛を抱えながら働いている実情が分かりました。
今後は、患者さんとケア提供者が共に笑顔で過ごせる環境を目指し、多職種と連携しながら組織的な介入を進めていきたいと考えています。

リハビリテーション部
作業療法士
主任補佐

堀山 梨佳子 さま

1 . WinWin プロジェクトメンバーになった理由

別の委員会でご一緒させていただいていた土屋師長から「リフトの研修会がある」とお聞きし興味を持っていたところ、「当院でもノーリフティングケアのプロジェクトを立ち上げる」とお誘いいただきました。

2. プロジェクト活動を始める前と現在の違い

福祉機器や制度など全てにおいて知識不足でしたが、展示会への参加や企業さんからの説明、実践を通して周囲へ説明、提案ができるようになり、また周囲から相談していただくことも増え、ますます勉強が必要だと感じています。

3. プロジェクトメンバーになって良かった点と今後取り組んでいきたいこと

自宅退院される際に「楽に介護される・することで自宅での生活を長くできるように」との思いがより現実的に見えてきたことが良かったことです。今後は福祉機器だけでなく、「職場環境」の改善にもアプローチしていきたいと考えています。

リハビリテーション部
作業療法士
主任補佐

鮫島 陵 さま

1 . WinWin プロジェクトメンバーになった理由

移動用リフトの研修会に参加したことをきっかけに、ノーリフティングケアに関する知識を深め、ノーリフティングケアを院内に波及する必要性を感じたためです。

2. プロジェクト活動を始める前と現在の違い

介護腰痛予防に対しての考え方が大きく変わりました。以前は車いす移乗における介護負担を中心に考えていましたが、プロジェクト活動を通して体位変換やベッド上での移動などケアの至るところに介護腰痛につながる因子があることに気づきました。また、福祉用具に対しては「患者さんの自立支援」と対象者限定の考え方でしたが、スタッフの安全を守ることで病棟という組織単位での自立支援の拡大にもなる考え方に変わりました。

3. プロジェクトメンバーになって良かった点と今後取り組んでいきたいこと

上記内容を学び日常の業務の中でケアに溶け込むようになったことで他職種とのコミュニケーションがより深くなったことを感じており、よかったと思っています。
今後は院内全体が、福祉用具を能動的に使っていく思考になり、スタッフが自ら福祉用具を手に取っていけるよう取り組んでいきたいと思います。

リハビリテーション部 マネジャー
介護医療院副施設長
作業療法士

石川 朝子 さま

1 . WinWin プロジェクトメンバーになった理由

コアメンバーに参加を打診されたことがきっかけです。

2. プロジェクト活動を始める前と現在の違い

以前はセラピストとして患者単位で福祉用具に関する知識や支援技術を展開していました。プロジェクトに参加し、ノーリフティングケアという分野に触れ、患者個人単位ではなく組織として展開していくことの重要性を感じるようになりました。

3. プロジェクトメンバーになって良かった点と今後取り組んでいきたいこと

患者や利用者、職員を同時に守り支援していくことの大切さを共有し、それを一緒に検討し展開していくことができる仲間ができたことはとても良かったなと感じます。組織に働きかけていく上で目標を共有できる場があることは、非常に心強く推進力になっています。
ノーリフティングケアの推進にはスタッフ意識の変革やモチベーションが影響すると思います。現場の声に耳を傾け、スタッフが「やってみたい！」と思えるように、機器の選定・導入、技術支援の方法を検討していきたいと思います。

介護医療院副施設長
介護福祉士 マネジャー

平中 雄太 さま

1 . WinWin プロジェクトメンバーになった理由

介護現場にて介護福祉士が利用者介助で身体を抱え上げる動作が多く、腰痛に悩まされるケースが数多くあり、長く介護の仕事ができるのか不安を抱いている人が多かった中で対策を考えていた時に土屋さんから声がかかり参加しました。

2. プロジェクト活動を始める前と現在の違い

ノーリフティングケアの大切な「人力に頼らない」、「身体の仕組みを活用」、「組織的な取り組み」をとても感じることができました。また様々な職種が働いている中で腰痛を抱えているかたが多くいることがわかり、組織的な活動を推進していくことが重要という意識になりました。

3. プロジェクトメンバーになって良かった点と今後取り組んでいきたいこと

たくさんの福祉機器や自分自身のスキル向上に繋がったことにより、腰痛に悩んでいる職員の解決策を拡げていけると思えたことがとても良かったです。
今後は皆が介護リフトやスライディングシートなどの機器を、身体の一部として使いこなせるスキルが持てるよう勉強会や積極的な介入などを通して広げていき、働きやすい職場環境作りにしていけたらと思います。

ノーリフティングケアの基本となる厚生労働省の「職場における腰痛予防対策指針」の改訂をご存知ですか?

厚生労働省より「職場における腰痛予防対策指針」が策定されており、
平成25年6月に適用範囲を福祉・医療分野における介護・看護作業全般に広げる改訂がありました。
この指針は、事業主へ向けて示されております。
その中で、作業別の腰痛予防対策が示されています。ここでは関連項目についてご紹介いたします。

● 福祉・医療分野等における介護・看護作業 ●

- リスクアセスメントを実施し、合理的・効果的な腰痛予防対策を立てる。
- 人を抱え上げる作業は、原則、人力では行わせない。福祉用具を活用する。
- 不自然な姿勢（前屈、ひねり及び後屈ねん転等）にならない環境を整備する。
- 満18歳以上の男子労働者が人力のみにより取り扱う物の重量は、体重のおおむね40%以下となるように努める。
- 満18歳以上の女子労働者では、さらに男性が取り扱うことのできる重量の60%くらいまでとする。
- 作業標準の策定時には、対象者ごとに、かつ、移乗、入浴、排泄、おむつ交換、食事、移動等の介助の種類ごとに策定する。
- 労働者が腰痛を生じやすい方法で作業をすることや腰痛を我慢しながら仕事を続けることは、労働者と対象者双方の安全確保を妨げ、さらには介護・看護等の質の低下に繋がる。
- 定期的な職場の巡視、聞き取りなどを行い、新たな負担や腰痛が発生していないか確認する体制を整備する。

出典：職場における腰痛予防対策指針（H25.6.18）および関連資料より抜粋

信頼をかたちに
シーマン株式会社
https://www.sheen-man.co.jp
本　社　大阪市北区東天満1丁目12番10号　〒530-0044
TEL(06)6354-7702　FAX(06)6354-7114
東京支店　TEL(03)5207-3521　FAX(03)5207-3522
九州支店　TEL(092)283-7400　FAX(092)283-7401
名古屋営業所　TEL(052)218-7337　FAX(052)218-7338

JDA.26.08.1000.38.7.Hja-H