

4－7					
主題	最新福祉用具を活用した、介護職の腰部負担軽減の取り組み				
副題	いつまでも元気に働きつづけられる介護職のために、介護負担ゼロを目指して				
キーワード 1	介護負担の軽減	キーワード 2	介護ロボット	研究(実践)期間	15ヶ月

法人名・事業所名	社福)練馬区社会福祉事業団 大泉特別養護老人ホーム
発表者(職種)	濱渦江美子(機能訓練指導員)
共同研究(実践)者	西村茂樹(介護係長)、佐藤礼子(介護主任)、井上朝子(ケアマネジャー)

電 話	03-5387-2201	FAX	03-5387-3699
-----	--------------	-----	--------------

事業所紹介	開設18年の135床(ショートステイ含む)従来型多床室の施設です。緑に囲まれた建物は商業施設と隣接し、賑わいと落ち着きをあわせもち、ケアハウスや通所介護事業も併設されています。法人理念の「ありのままのあなたを大切にします」を合言葉に、お客様も職員も笑顔で暮らせる取り組みを実施しています。
-------	--

《1. 研究(実践)前の状況と課題》

介護業務は、重量の負荷、姿勢の固定、前屈等の不自然な姿勢で行う作業の繰り返しにより、腰部に過重な負担が持続的かつ反復的に加わることがある。これが腰痛の大きな原因になっていると「職場における腰痛予防対策指針」でも表記されている。実際、痛みを抱えながら働いている介護職は多い。この現状を打開すべく、10年前から、職員がいつまでも元気で働き続けられるよう、介護負担軽減をめざし、「持ち上げない介護技術」の実践を開始した。2010年には移乗しやすい車いすやスライドボード等福祉用具を一斉整備。しかし、2012年に介護負担の調査をしたところ、移乗介助での負担がまだ大きいという結果があった。これを受け、2013年に、リフトを導入。導入6カ月後のアンケート調査では、8割の職員から介護負担が軽減したと回答が得られた。この時、介護負担軽減の対策が必要な場面についても、あわせて調査したところ、「排せつ」「入浴」という意見が上がっている。

ここまで、移乗介助を中心に介護負担軽減の取り組みを行い、一定の成果はあったものの、現状としては、今もまだ腰痛等の体の痛みを感じている介護職は残存している。介護負担軽減の次なる対策として、腰部にかかる負荷を直接的に回避できるものが求められていた。

《2. 研究(実践)の目的ならびに仮説》

腰部の動きをダイレクトにパワーアシストする移乗支援機器装着型介護ロボット(以下、介護ロボットと略す)、および腰部サポートウェアを導入することで、介護士の腰痛が改善され、さらなる介護負担軽減が図られると考えた。介護ロボットにおいては、福祉業界へ進出し始めたところであり、介護業務のどの場面で活用できるのか効果測定をすることで、有効的な使用ができるようになることを期待した。あわせて、先進的な福祉機器の導入をきっかけに、介護業界へのイメージが明るく希望のあるものに変換できることも期待した。

《3. 具体的な取り組みの内容》

測定期間：2015年12月～2017年3月

測定対象：介護ロボット12名、腰部サポートウェア12名（うち4名は双方を装着）

測定方法：就業時間中、常時装着。各種介助場面（起き上がり、体位変換、移乗介助各種、ベッド上排せつ、トイレ介助、食事）、および終業後の介護負担感を数字で表記し、介護ロボットや腰部サポートウェアを装着する前と装着開始後の変化をみた。

《4. 取り組みの結果》

今回の検証により、腰痛等の介護負担軽減を実感し、継続使用につながった職員は、介護ロボット2名、腰部サポートウェア6名という結果が得られた。

腰部サポートウェアは、中腰姿勢をサポートする感触がわかりやすく、装着も安易で軽く、導入に抵抗が少ない。誰でも簡単に使用できることが利点であり、活用の幅は広げやすい。

介護ロボットの継続使用者は少数だったが、毎週接骨院へ通う程の腰痛が全くなかった職員もあり、腰痛軽減の効果は大変高いものだった。双方装着者からもサポート力は介護ロボットの方があるという回答だった。介護ロボットは、機器の動きと自身の動きを同調する必要があり、はじめは動きづらさを感じやすい。また、重量感やトイレでの脱着の手間等から装着に消極的な傾向があり、就業時間常時装着するまでに至らなかった職員が多かった。だがそのような職員も、「ベッド上排せつ」「体位変換」「起き上がり」「トイレ介助」の中腰姿勢を保持する動作で、腰部の負担軽減を実感しており、これら介助場面で使用したいという意見が聞かれた。

《5. 考察、まとめ》

今回の取り組みにより、これまで介護負担軽減の対応に苦慮していた中腰姿勢を保持する介助動作において、介護ロボットや腰部サポートウェアが有効であることが分かった。装着の手軽さという特性を活かし腰部サポートウェアは施設備品として常備、腰痛等の不安を感じた職員へ提供できるようにした。介護ロボットは2台を1フロア20名の介護士で使用。腰への負担が最も大きい「ベッド上排せつ」時にまずは限定して使用し、装着負担を軽減することで、全員で活用する取り組みを開始することができている。

「移乗介助」については、装着前から負担感の数値は低い結果だった。これは、過去数年にわたり実践してきた持ち上げない介護技術や福祉用具の整備による効果と再確認した。このことから、介護負担軽減は一対策では成り立たないということが分かる。介護技術の習得、福祉用具の充実、その上で最新の道具を積極的に活用したことが、今回の成果に繋がったのだと考える。

《6. 倫理的配慮に関する事項》

本研究発表を行うにあたり、ご本人（ご家族）に口頭にて確認をし、本発表以外では使用しないこと、それにより不利益を被ることはないことを説明し、回答をもって同意を得たこととした。

《7. 参考文献》

- 1) 職場における腰痛予防対策指針及び解説（厚生労働省） www.mhlw.go.jp/stf/houdou（閲覧日2017年7月2日）
- 2) 介護ロボットポータルサイト（日本ロボット工業会他）<http://robotcare.jp/>（閲覧日2017年7月5日）

《8. 提案と発信》

介護人材不足は深刻な問題である。「介護に従事する職員の離職防止」「介護を志ざしたくなるような未来」のため、介護現場で活用できる「新しい道具」「新しい技術」は重要な要素であり、これらを作り上げていくことは、今現在、介護現場で働く者たちの役割なのではないでしょうか。