

# 持続可能な在宅介護を ノーリフティングケアの視点で

**在**宅介護において、介護者の負担増大は大きな課題だ。特に腰痛など身体的負担は、自宅で暮らしたい要介護者の希望を摘み取ってしまいかねない。そこで、人力で持ち上げない、引きずらない介護「ノーリフティングケア」を利用者に啓発することで持続可能な在宅介護の実現を目指す事業所の取り組みを紹介する。

## 高知県の取り組み

高知県の人口減少率は全国平均を15年先行し、高齢化率は10年先行している。少子高齢化が急激に進んでいる現状にあり、2025年には約900人の福祉・介護の人材が不足することが予測されている。県内では2012年度から介護人材確保対策の取り組みを進め、2016年度に全国で初めて、「高知家ノーリフティングケア宣言」を掲げる。腰痛などを理由に離職する人をなくす、きつい大変な重労働といった介護業界のイメージの払拭、介護人材の定着、新しい人材の確保を目指し、2019年度時点で、すでに県内の1/3以上の介護事業所がノーリフティングケアを導入、実施しており利用者の二次障害の防止や姿勢改善などのケアの質の向上、職員の腰痛予防など労働環境が改善することによる離職率減少などの効果もみられ始めている。

## 当法人での取り組み

当法人には3つの医療機関と介護サービスは施設部門、在宅部門、地域支援部門があり、約75名の介護スタッ

フが在籍している。2013年にリハビリテーション科からの発信で、対象者に安全、安楽な移乗、移動環境が提供でき、家族介護者の負担軽減、そして私たち労働者にとっても、健康を守り安全に働ける職場が作れることを目指しノーリフティングケアを導入。組織におけるトップ管理者である理事長の承認を得て各施設に腰痛予防対策推進委員会（以下、委員会）を設置。介護サービスの各管理者も委員会へ参画し、腰痛予防を推進し、全職員が安心、安全に働くことができるように安全衛生委員会に属する委員会として活動を開始した。（図1）

## 在宅ケアマネジャーのノーリフティングケア普及・定着に向けての取り組み

法人全体としての委員会発足から、法人内の各介護サービス事業所がノーリフティングケアの知識、技術の習得に向けて、教育体制の整備、個別アセスメント・プランの見直し、福祉用具導入計画、環境整備などが推進され始めた。また、この頃、法人外の介護サービス事業所でもノーリフティングケア導入に関する話題が多く聞かれ始め、推

執筆 ▶



**籠尾雄基**

医療法人恕泉会 介護老人保健施設 ピアハウス高知 介護部長  
介護支援専門員



**加嶋由香**

医療法人恕泉会 ピアハウス高知居宅介護支援事業所 副主任  
介護支援専門員