

32. 介護職員の腰痛管理で

入居者により安全で安心した介護サービスが提供できる

- 西島 喜久 社会福祉法人 玉美福祉会 高齢者ケアセンター向日葵 施設長
宮本 仁志 理学療法士（旧所属：特養向日葵 現所属：デイサービス向日葵）
（以下、上記法人内 特別養護老人ホーム 向日葵職員）
山下 秀子 介護主任
荒川 久美子 看護師
大前 大祐 介護福祉士（ユニットリーダー）
勝原 博美 介護福祉士
天道 一佳 介護福祉士
三浦 隆弘 介護員

【 はじめに 】

現在、介護職の間で問題となっている「腰痛」について、高齢者施設で業務を実施する職員なら興味を持って当然である。介護職員の身体状態やリスク管理など、現職業を継続していく上で重要事項であることは間違いの無い事実である。本研究では、どのような業務内での自己身体管理や福祉用具の活用が必要であるのかを考え、それらを徹底し実施することから、何が得られるのであるか答えを出す研究期間とする必要がある。最終的には、介護職員が自己の身体面を管理し、入居者への「安全で安心できるサービスの提供」ができるということが高齢者施設職員の本質であり、入居者やその家族からの期待に答え、施設生活での QOL 向上に貢献できる研究としなければならないと考える。

【 研究目的 】

向日葵の入居者では重介護者が多く、基本的な介護方法実施でも日常的な業務内での腰部負担が認められている。そのため、入居者へ適切な介護サービスを提供するため、職員の腰痛対策が重要である。障害状態に応じた介護方法、適切な福祉用具の活用方法や継続した施設内研修及び勉強会などと合わせ「安全で安心できる介護サービス」の提供へ効果が認められるものと考えられ、上記を研究目的とする

【 研究の必要性 】

向日葵での介護業務では、入居者の疾患や障害での身体状態に応じた介護方法が必要であり、全て同様の介護方法では対応できないのが現実である。介護職においても、性別や年齢、体力や経験・技術なども個人差があり、全ての入居者へ同様の介護サービス提供は困難さが感じられているのが現状である。また、新人介護職員や年配介護職員では腰痛リスクが高く、業務に影響が出ることも考えられる。これらのことは、施設入居者の日常生活に影響し、施設内事故発生アラーム警報とも考えられ、施設内事故予防も含めた職員の腰痛軽減に対する研究は、高齢者施設での必要性が高いものと考えられる。

【 研究計画 】

研究期間	検討回数	検討内容
平成 25 年 11 月～12 月	研究準備	①グループ分け②介護用品選定～購入～使用 (研究準備が整い次第に開始)
平成 26 年 1 月～2 月	1 回目	# 1 : 介護職員の腰部状態の確認
平成 26 年 3 月～4 月	2 回目	# 2 : 業務実施時の変化などについて # 3 : 前年度との施設内事故件数・内容の比較
※中間報告書作成：腰部安定性の確認・業務実施時の不安感の変化		
平成 26 年 5 月～6 月	3 回目	# 1 : 介護職員の腰部状態の確認
平成 26 年 7 月～8 月	4 回目	# 2 : 業務実施時の変化などについて
平成 26 年 9 月～10 月	5 回目	# 3 : 前年度との施設内事故件数・内容の比較
※最終報告書作成：腰部不安感の軽減から業務にどのように影響したのかの判定		

※高齢者施設入居者の身体状態では、1 年間で変化すると予測できるため、状態に応じてグループは変化していく。中間・最終報告時には、職員の腰痛対策や福祉用具の活用から、業務実施時の心境や身体的負担感の変化についての聞き取りを実施。また、職員の身体的安定感が施設入居者の安心感や介護事故予防にどのように影響しているのか、コミュニケーション可能入居者へ聞き取りまとめる。

【 実施内容・結果 】

※ 福祉用具導入での助成研究開始にあたり、「助成研究開始前研修」を実施。

研修開催日	研修項目	研修内容
H25/10/11	入浴介助関連	バスボード・介助ベルト・スライディングシート
H25/10/17	移乗介助関連	移乗ボード・ラクラックス・ポジショニングシート
H25/10/24	入浴介助関連	バスボード・介助ベルト・スライディングシート
H25/10/31	移乗介助関連	移乗ボード・ラクラックス・ポジショニングシート

研究協力会社である「株式会社 ウィズ 東大阪センター」からの講師を招き、入浴介助・移乗介助について 4 日間、特養全介護職員の業務を調整し実施。

- ・講師：福祉用具専門相談員 岡田 幸一様
- ・福祉技術情報支援室 理学療法士 明石 圭司様

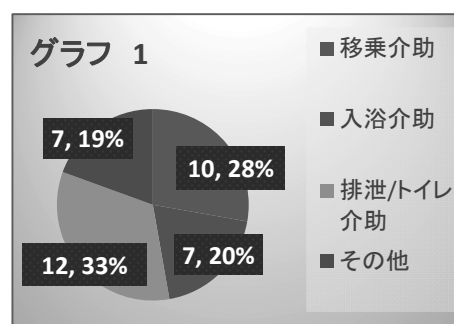
※ 特別養護老人ホーム向日葵での施設入居者（ショートステイ利用者は除く）72 名を対象にし、認知面（改訂 長谷川式簡易知能評価スケール：HDS-R：表 1）・疾患・障害などのカテゴリーで各専門職により、福祉用具の必要性の割合で研究対象者を限定し分類（表 2）。各グループでの身体状態に応じた福祉用具の選定から導入。福祉用具活用での業務開始。介護職員は腰痛対策として腰部コルセット使用し、業務開始前に腰部ストレッチ運動など実施。

表 1・2 の結果から福祉用具の必要性の高い入居者（個数制限があるため）を検討する為、研究前アンケートによる介護職の腰痛発生リスク項目（グラフ 1）、介助時に事リスクが高い入居者、FIM（Functional Independence Measure）を参考に 3 グループに分類。

表 1	21～30 点 軽度	15～20 点 中等度	0～14 点 重度
2F	3 人	2 人	16 人
3F	4 人	3 人	22 人
4F	3 人	2 人	17 人

表 2	麻痺	整形	筋力低下	拘縮	精神
2F	9 人	12 人	14 人	14 人	5 人
3F	9 人	20 人	29 人	19 人	6 人
4F	11 人	11 人	21 人	15 人	1 人

各入居者により身体・精神状態は様々ではあるが、福祉用具活用対象者としては、**B グループ**の一部と **C グループ**を選定した。（表 3）福祉用具では個数に制限があるため、選定グループでも特に介護的負担が大きく介護職への腰痛リスクが高い入居者を再分類し研究を進めた。研究開始前アンケートでは、既往での腰痛保持者も含め、業務中に腰痛が出現する



介護職が 13 名認められている（表 4）。出現内容では移乗介助やトイレ介助などが多く女性職員からの返答が多数占めている。また、介助時に腰痛に対して不安感がある職員を不明者とし 7 名認められている。入居者の状態では表 3 の **B・C グループ**がほとんどである。研究との関連性のある施設内事故状況を考えると、移乗介助・トイレ介助などで発生する傾向にあり転倒・滑落・外傷・打撲などの事故発生に関係している。

表 4（研究開始前アンケート）

人 数	腰痛 (+)	腰痛 (-)	不明
42	13	22	7

表 3 自立度

7	完全自立	A
6	修正自立	
5	監視	
4	最小介助	B
3	中等度介助	
2	最大介助	C
1	全介助	

中間アンケートでは特に全介助者への移乗介助時の腰痛負担やリスク面の意見が多数である。福祉用具活用からでは、全介助者への移乗動作時の介護負担軽減が感じられていることや、入居者の移乗介助時の表情の変化など報告があった。介護者の腰痛問題や入居者の精神面など、繰り返し安全で確実に福祉用具を活用することにより、不安さは軽減されている傾向にある。福祉用具別での結果では、**ラクラックス**（移乗介助用品）の活用から、腰部負担軽減が感じられていることや対象者の表情からも恐怖感が軽減されているように感じられるようになったなどの意見がある。入居者を臥位状態でスライドさせることができるため、下肢支持性のない入居者や疼痛などの強く出現されているリウマチの入居者への効果が感じられている。**スライド式ターンテーブル**では、入浴時の個浴への介助時に入居者を支持するのが困難であり、また介助者の姿勢が不安定である。そのため腰部負担の訴えが認められていたが、テーブルへの移乗介助後は浴槽へスライドできるため腰部負担が感じられている。また、入居者を無理に支持す

各入居者により身体・精神状態は様々ではあるが、福祉用具活用対象者としては、**B グループ**の一部と **C グループ**を選定した。（表 3）福祉用具では個数に制限があるため、選定グループでも特に介護的負担が大きく介護職への腰痛リスクが高い入居者を再分類し研究を進めた。研究開始前アンケートでは、既往での腰痛保持者も含め、業務中に腰痛が出現する介護職が 13 名認められている（表 4）。出現内容では移乗介助やトイレ介助などが多く女性職員からの返答が多数占めている。また、介助時に腰痛に対して不安感がある職員を不明者とし 7 名認められている。入居者の状態では表 3 の **B・C グループ**がほとんどである。研究との関連性のある施設内事故状況を考えると、移乗介助・トイレ介助などで発生する傾向にあり転倒・滑落・外傷・打撲などの事故発生に関係している。

ることが軽減されたため、内出血などの事故軽減が認められている。安全な環境での対象者の自己能力発揮も見られており、ADL維持に効果があるとも感じられている。介助らくらくシートでは自己動作困難な入居者に対してのポジショニング時などに安全に実施できることが感じられ、無理な姿勢での介助をすることがなく腰部への不安感も軽減されている。継続して職員の腰痛状態や福祉用具使用状況のアンケートを定期的実施し、積極的に新入職者への指導などから腰痛予防・福祉用具活用に努めた。

研究開始からの介護職員の腰痛状態・研究に関連性のある事故総数の比較結果では、移乗介助時の転倒や打撲・外傷などの事故は軽減傾向にあると感じられている。(表7・8)

また、入浴時の無理な介助での内出血や剥離などの事故も軽減傾向である。事故発生原因では福祉用具の使用対象者ではなかったことなどもあった。福祉用具の対応者では重篤な事故発生は無いが、剥離などの外傷が多い傾向

にあり身体状態の変化などに注意しリスク管理に努めることが必要である。介護職員の腰部状態での最終アンケートでは、福祉用具使用時には二人介助で実施し、入居者へのリスク管理や介助者の腰部負担軽減に努めることができた。数人の入居者からは移乗介助時に福祉用具使用前の恐怖感が無く「ありがとう」などの言葉をかけてくれることも見られている。職員の意見としては継続した使用を望む意見が多く、中枢疾患での片麻痺などの障害のある入居者への使用では、職員の負担軽減に加え入居者の活動性の向上からADL能力の維持にも貢献できているとの意見もある。腰部状態や施設内事故へのリスク管理に加え、入居者の活動性の確保なども意識できる介護職員が増加傾向である。福祉用具を正しく使用することにより、介護負担軽減は確実である意見が多数である。研究前との比較では腰痛者の軽減は数人ではあるが、腰痛への不安感がある職員が0名となったことなどは福祉用具活用からの大きな効果であったと

考えられる(表9)。介助時の負担軽減は確実に感じている様子であり、また研究前から腰痛が出現しない職員や新人職員などから腰痛が発生したとの訴えもない。特に感じることは「腰痛管理が直接的に入居者に反映される」など介護職員の意識変化が強く認められている。研究期間で

確認された問題点では、①身体状態に応じて個々に福祉用具を揃えることができない現状、②安全で安心できるサービスを提供するには二人介助で実施することが必要、③二人介助での実施時などに他入居者の見守り不足が発生する、④体重などの問題では重量に限度があり、負担軽減は認められるが不安感が残る、などが挙げられる。これらの福祉用具活用に対しての効果もあれば福祉用具に頼り切るのもリスク管理的には考えていかなければならないのが現状である。また、福祉用具に頼り切り本来の職種技術が低下することも懸念される。

表7 (平成24年11月～平成25年9月)

事故種別	転落	転倒	滑落	外傷	打撲	ヒヤリハット	骨折
総数	1	4	2	11	3	2	1

表8 (平成25年11月～平成26年9月)

事故種別	転落	転倒	滑落	外傷	打撲	ヒヤリハット	骨折
総数	1	1	1	6	2	0	0

表9 (最終アンケート)

人数	腰痛(+)	腰痛(-)	不明
43	10	33	0

【 考察と今後の課題 】

今回の研究では、人事異動や退職者などの事情もあり、開始時の職員でのデータ収集が困難であった。また、高齢者施設であり身体状態の変化や入退所などの状態も発生するため、同一入居者での研究が困難であった。そのため確実なデータは確認できなかったが、状態の変化に敏速に対応するための福祉用具活用で、職員の腰部管理や入居者への安全対策などの意識向上、また経験の浅い介護職の未熟な技術を補えることが感じられた。問題点としては、介護職の腰部負担軽減や対象者への不安感軽減を確実に実施するには2人介助が必要である。そのため、職員数の少ないフロアでは業務進行に時間がかかってしまう傾向にある。居室介助中では、リビングなどの見守り不足が懸念されている問題点も発生しているとの意見もあるが、研究開始直後の福祉用具活用時から比較すると、安全で確実に福祉用具を使用しての介助時間は減少傾向にある。新入職される職員には、継続して福祉用具の安全な使用方法や腰痛管理などの本研究目的を理解していただけるように努めていくことが必要。本研究期間を経て考えさせられた事では、障害を有する入居者に介助を実施する場合には、介助者の状態を整えることが重要である。その状態管理が腰痛管理・環境整備であり、状態に応じて福祉用具の使用も必要である。施設生活での快適さとは、入居者が安全で安心できるサービスの提供を受けるということであり、職員との信頼関係を構築できてこそ入居者のQOL向上に関連していくものであると考えられる。継続して福祉用具や環境整備、または介護職員の身体状態などを定期的に確認し検討していくことが必要である。

【 経費使途明細 】		
研修費用	「株式会社 ウィズ 東大阪センター」	10,000
福祉用具	リース費用（平成25年11月からの1年間）	
	スライド式ターンテーブル×3	78,000
	安寿バスボード×1	22,000
	ラクラックス×3	142,800
	新入浴用キャリーベルト×1	7,000
	介助らくらくシート：移乗シート×1	6,000
	イージーグライド×1	23,000
特別値引き		-12,609
小計		276,191
消費税		13,809
事務用品	文具・コピー用紙・インク代等	10,000
税込合計金額		300,000