

人力介助の弊害について

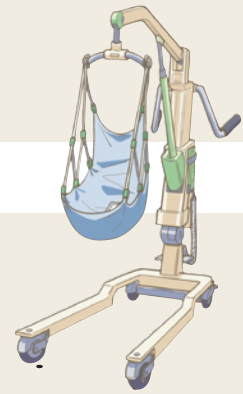
01 取り扱える重量の目安

年齢 / 性別	重量の目安
成人男性(18歳以上)	体重の 約40%以下 (例) 60kgの人 ▶ 約24kg
成人女性(18歳以上)	男性が取り扱える重量の 約60%以下 (体重の約24%相当) (例) 50kgの人 ▶ 約12kg

※女性労働基準規則：継続作業20kg未満、断続作業30kg未満

目安を超える場合は、**機械化・補助機器の導入**を優先！

出典：厚生労働省「職場における腰痛予防対策指針」より



02 他国との比較

北欧などの医療先進国では

「抱えない・持ち上げない」ノーリフトケアが主流

人力の限界を議論するよりも、そもそも持ち上げない環境づくりを重視

福祉機器の活用が前提

日本は「頑張ればできる」が通用してしまい、普及が遅れたと言われている

03 人力介助の弊害

✓ 人力介助と関節拘縮

何度も職員のタイミングで身体を動かされると、恐怖心や不安、痛みから筋肉の緊張が起こりやすい。

流れ作業的な介助が拘縮を生みやすい

力任せの介助は
筋緊張を固定化

▶ つくられた拘縮を招く

✓ 他国で拘縮が少ない理由

医療先進国では、「拘縮があるのは日本だけ」と言われるほど、拘縮が少ない。

ノーリフトケアが定着

リフト使用で
筋緊張が緩和

▶ 拘縮予防に効果的

04 日本国内の導入事例

高知県・佐賀県が積極的に導入

高知県モデル施設では8年間で拘縮患者が減少と報告

機械化と適切な介助方法が普及している施設では、

拘縮の減少、職員の腰痛予防が実現

05 当院の取り組み

- ノーリフトケアを積極的に普及
- 職員の腰痛を減らす
- 患者さまの「つくられた拘縮」を予防・減少させる

抱えない介助が、職員と患者さま双方を守ります。