

介護労働現場の作業負担軽減の試み			
ガイドラインステップ	キーワード (6つ以内)	・作業関連性運動器障害 ・介護労働 ・人間工学	・作業負担 ・職場改善 ・職員参加型
5・7・8			
改善・取組みの背景と課題	<p>介護労働は作業関連性運動器障害の多発職種のひとつで、運動器障害のリスクとなる要因が多い。以下に介護労働の特徴を挙げる。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・中腰等の不自然な姿勢や抱きかかえ等の重量物取扱いによる運動器への負荷</li> <li>・利用者の予想外の動きによる突発的な負荷</li> <li>・自発的な休憩が取りにくい(他律的な作業である)</li> <li>・利用者の事故防止や対人援助に伴う精神的ストレスや、交替制勤務による生体リズムの乱れが生じる。</li> </ul> <p>さらに、介護施設のような福祉関係の職場では、一般に使命感や奉仕の精神が優先して、労働者の安全衛生や健康管理体制が十分でない所が多い。</p>		
改善・取組みの着眼点	<p>作業関連性運動器障害対策の基本は、作業負担を軽減すること</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 取扱い重量の制限</li> <li>2. <u>介護方法を見直す</u></li> <li>3. <u>人間工学の視点から作業環境を見直す</u></li> <li>4. 介護機器や福祉用具の利用</li> <li>5. <u>職場全体で組織的な改善を進める</u></li> </ol> <p>今回は、2、3 および 5 に着眼した事例である</p>		
改善・取組みの概要	<p><u>着眼点 2 : 介護方法を見直す(写真 1 および 2)</u></p> <p>利用者の残存能力を生かした介護方法は、介護労働者の作業負担軽減に役立つばかりでなく、利用者の介護予防にも役立つ。</p> <p><u>着眼点 3 : 人間工学の視点から作業環境を見直す(写真 3 および 4)</u></p> <p>介護労働者にとって適切な作業面の高さや位置を確保する。</p> <p>具体的には、①低い作業面の高さを上げる、②使用する用具の置き場所を床面から、作業者の胸の高さに上げる。これらによって利用者への介護内容を変えることなく、介護労働者の腰部に負担のかかる前傾姿勢を軽減することが出来る。</p> <p><u>着眼点 5 : 職場全体で組織的な改善を進める</u></p> <p>改善事例に成功したことが契機となって、介護労働者が自発的に負担作業を見直し、改善を進めていった。</p>		

<p>写真・図表・イラスト</p>	<p>写真 1と2・・・介護労働者からの要望で取り付けられた浴室内の手すり</p>			
	 <p>写真 1</p>	 <p>写真 2</p>	<p>写真 4・・・職員からの要望で浴室内の壁に取り付けられた、シャンプーなどを置くための台。</p>	
<p>写真 3・・・「機械浴室内のベッドは、座面を高くした方が作業しやすい」と介護労働者から発案。ベッドの脚の下に台を敷くという取り組みを行った。</p>	 <p>写真 4</p>			<p>以前は、シャンプーなどは床面に置かれていました</p>
 <p>写真 3</p>	<p><b>効果</b></p> <p>写真 1と2・・・利用者につかまってもらうことで、利用者の残存能力が生かせ、着替えや移乗の際の補助となった。介護労働者も作業が楽になったと好評であった。</p> <p>写真 3・・・作業時の前傾姿勢が軽減され、作業が楽になったと好評であった。</p> <p>写真 4・・・それまで床面に置かれていた物が、この台を設置したことで前傾姿勢をとらず手に取れるようになり負担が軽減され、置く場所も統一され作業がしやすくなった。</p> <p>これらの経験を契機に介護労働者から職場改善の要望や工夫が起こった。</p>			
<p>このGPSから学ぶためのヒント</p>	<p>人間工学的対策は作業関連性運動器障害予防の基本であるが、費用や時間のかかる取り組みに限界がある。本事例でも、介護機器の導入や大規模な工事を伴う介護環境の改善は実現することが出来なかったが、実現可能な取り組みも多くある。</p> <p>介護現場では、従来の介護方法を見直す、介護労働者の負担軽減や健康を守るといった視点が乏しかったが、職員参加型の職場改善の成功が契機となって、介護労働者の負担軽減がより良い介護にもつながることを実感され、介護労働者が自発的に身近な負担作業を見直すという姿勢が生まれた。</p>			
<p>参考資料</p>	<p>1)『介護職の健康管理』, ミネルヴァ書房  2)産業保健ハンドブックⅢ『腰痛－臨床・予防管理・補償のすべて－』, (財)産業医学振興財団.  3)『移動・移乗の知識と技術』, 中央法規  4)『刷新してほしい患者移動の技術』, 日本看護協会出版会</p>			
<p>投稿者</p>	<p>富岡公子</p>	<p>e-mail</p>	<p>tkimiko@narmed-u.ac.jp</p>	<p>2009年12月14日</p>