

社会福祉施設における転倒・腰痛災害防止対策

1. 「見える化」実施で転倒災害防止対策



◎転倒災害の特徴

社会福祉施設における「転倒災害」は、事故の型別で最も多いものとなり、一度のケガで重症化し、休業日数も長期化する傾向にあります。

貴重な労働力の損失を考えると「たかが転倒」「転んだだけ」とは軽視できない状態となります。施設内の転倒防止対策は利用者のためにもなるので「見える化（@_@）」を取り入れて、転倒防止対策を積極的に進めましょう。



①通路における段差の解消

- 段差は転倒災害の大きな原因となっています。段差部分にはスロープや手すりを設置する対策を実施しましょう。物理的に段差を解消できない場所では掲示板の見える化で注意表示を行いましょ。



転倒注意



この先
段差あり

②階段での転倒防止見える化対策

- 階段では荷物を持ちながら昇降することで、足元が見えなくなり、踏み外して転倒するケースが多くあります。特に上下どちらでも1段目と2段目で躓いたり踏み外すケースが多いといわれます。点字ブロックや注意表示で見える化対策。



③用具等の整理整頓の見える化

- 台車や掃除用具、介護機器を通路に置いたままにしたことが原因で、躓いたり、激突して転倒しています。使用後は所定の場所を明確にして整理整頓を行いましょ。用具等の置き場を明確にして見える化実施。



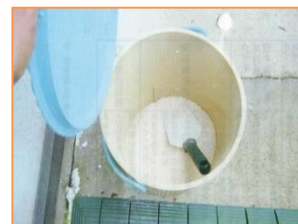
④ぬれた床の転倒防止対策

- ぬれた床も転倒危険箇所です。出入り口付近やシンク周辺、脱衣所など、予めぬれやすい場所にはマットの設置やモップなどの掃除用具を設置する見える化で対応しましょ。



⑤屋外での転倒防止対策

- 冬期間における転倒災害は1年の中で最も多く発生します。歩行場所が暗く足元の状態が見えなくなるため、センサーライトを設置したり、凍結箇所に融雪剤を設置するなどの見える化対策を行いましょ。



⑥労働者が行う転倒防止対策

- 転倒災害は50歳以上の女性に多く発生しております。筋力や骨密度の低下など、様々な要因は考えられますが、足腰の強化や適切な履物の着用で転倒防止対策を進めましょ。



靴底の劣化状態は大丈夫ですか？



社会福祉施設における転倒・腰痛災害防止対策

2. プラス+1アクションで腰痛防止対策

◎腰痛災害の特徴

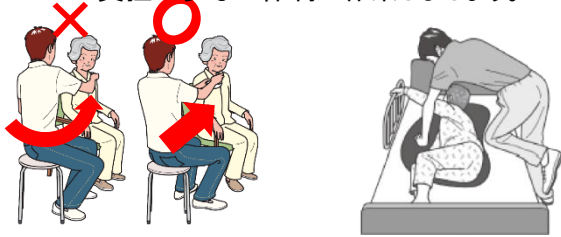
社会福祉施設における腰痛災害は、災害発生件数全体の3~4割程度（コロナ感染除く）で推移しており、当該業種の特徴的な災害の一つとなっております。腰痛は一度被災すると、再発の可能性が高くなり、繰り返し被災する方が多い状況です。

腰痛防止に有効な器具や設備の使用と併せて、腰痛防止のための「+1Action」プラスワンアクションの実施で、腰痛予防対策に取り組みましょう。



①腰をひねらない+1action

- 利用者に対して介護者が正面を向いて作業できるよう体の向きを変えるワンアクションで食事介助。
- 体位変更のときは、利用者に手すりをつかんでもらうなど、利用者の協力を得ながら、体をひねらず腰への負担の少ない体制で作業しましょう。



②作業姿勢の+1action

- 腰部への負担を少なくするため、作業者の身長にベッドの高さを合わせるワンアクションを実施する。
- 腰を曲げた状態で履物の着脱も、腰部への負担が大きくなります。腰を落として利用者に体を近づけて作業するワンアクションを実施しましょう。



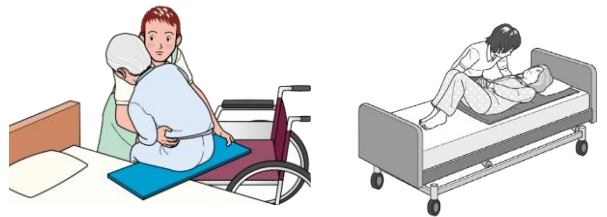
③移乗作業時の+1action

- 利用者の移乗作業は腰痛災害の大きな原因となります。利用者の体格に合わせ、複数の作業員で行いましょう。
- 利用者と距離があると、腰部への負担も増します。原則として、単独での抱え上げ作業を行わないよう器具や道具を利用して作業を行いましょう。



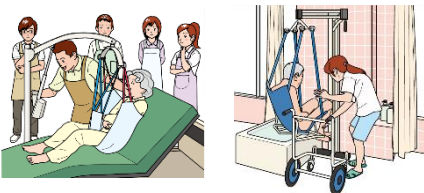
④介護用機器使用の+1action

- スライディングボードや、スライディングシート、スライディンググローブなどを使用して、負荷を少なくした作業を行いましょう。
- シートやボード、グローブ等の使用は利用者の褥瘡増悪予防にも繋がるワンアクションです。



⑤介護用ロボット使用の+1action

- 介護ロボットの積極的活用で、作業者の負担軽減を図りましょう。以前より販売される種類も多くなり、比例して機械の価格の購入しやすくなりました。
- 狭い空間では作業姿勢が悪くなりがちです。介護用ロボットの活用のワンアクションを実施しましょう。



⑥作業者が行う+1action

- 労働災害防止は原則として施設側において、機器設備の整備や作業環境の改善を行うことで防止しますが、腰痛予防は作業員への保護具の使用や、作業前のストレッチを実施するワンアクションで、ケガをしにくい身体づくりを行いましょう。

