



## 介護施設

### 介護職員が抱える腰痛をマッスルスーツ®で改善。さらに、排泄介助を楽に！



### 社会福祉法人 友愛十字会



社会福祉法人  
友愛十字会  
特別養護老人ホーム  
砧ホーム  
(東京都世田谷区)

ゆうあいくん♪



鈴木 健太 氏  
砧ホーム  
介護部 部長  
(看護師)



山口 公司 氏  
砧ホーム  
介護部 介護係主任  
(介護福祉士)

### 介護職員の働く環境も配慮する福祉施設

砧ホームは、「地域のニーズに適した福祉サービスの実現」を目指し、平成4年4月に、世田谷区にある特別養護老人ホームとして設立されました。原則として65歳以上で、寝たきりまたは認知症などのため、入浴、排泄、食事などの日常生活において常時介護が必要であり、居宅では適切な介護を受けることが困難な方が利用されている施設です。現在、約60名の方がご入居されており、全体で約20名、1日14名前後の介護職員がシフトを組んで仕事をしています。

その事業推進においては、東京都が政策として推進しているロボット導入における補助制度を活用し、介護ロボットを積極的に取り入れ、業務上の課題を解決しようと様々な取り組みを行っています。その取り組みの一環として、マッスルスーツ®を介護職員の腰痛予防として利用しています。

### 腰痛予防として、マッスルスーツ®を採用

介護現場には、中腰姿勢でのオムツ交換やシーツ交換、また、移乗介助など、腰痛を引き起こす仕事があります。例えば、職員の数が少ない夜勤帯では、より多くの入居者に対して介助に入らなければならないため、腰だけでなく、精神的負担も高まります。特に、腰痛は一度発症してしまうと、長期化しパフォーマンスやモチベーション、日常生活にまで支障をきたします。腰痛は日本の代表的な国民病で、完治が難しいため、その予防が重要です。

砧ホームでも、同様の課題を抱えています。

「そんな時に出会ったのが「マッスルスーツ®」で、試着をしてすぐにこれだと思いました。他のアシストスーツをいくつか比較して、装着の簡易さや動きのスムーズさ、効果の違いから導入を決意しました（鈴木氏）」。



「初めてマッスルスーツ®を利用した時、正直驚きました。夜勤明けの腰が驚くほど楽で。当時、僕も腰痛持ちで悩まされていましたが、腰を痛めて休むことが少なくなりました。」

社会福祉法人 友愛十字会 特別養護老人ホーム 砧ホーム  
介護部 三浦 好顕氏

## 介護現場での腰の負担を軽減

人手不足の中、介護職員の業務負担を軽減し、腰への負担を少しでも減らすことができればと考え、2台導入されたマッスルスーツ®。現在、介護チームのリーダー4名が排泄介助業務で利用しています。「夜勤明けの気持ちが変わりました。驚くほど腰が楽になったんです。今ではマッスルスーツ®の利用が当たり前になっていて、使わないとまた腰痛を持ってしまいそうで怖いです（三浦氏）」。

介護チームでは現在、現場でのさらなるマッスルスーツ®活用を促進させるため、インフィスとともに様々な取り組みを行っています。例えば、入居者名と居室がひと目でわかる掲示板に、マッスルスーツ®シールを貼り、誰がどの入居者の介助に対して利用するか、見える化を図っています。また、PHSを入れるポーチを追加したり、次にマッスルスーツ®を利用する人のため、利用後に腰ベルトを緩めるといった配慮をするなど、様々な工夫を行っているのもその一環です。

「今後は、施設の職員全体で腰痛予防の重要性やマッスルスーツ®の利用への理解を深めていく活動が重要です（鈴木氏）」。

マッスルスーツ®を利用しているリーダー達は、現場の日々異なる動きの中でどのように使い続けていくかが、今後のさらなる検討事項だと認識しています。

「まずは日ごとにマッスルスーツ®の使用者と入居者、時間帯を決め、使っていくようにしていきます。更に、ワークスケジュールに落とし、連続で3名の方の排泄介助にマッスルスーツ®を活用した業務フローを徐々に作っていきたいと思います（山口氏）」。

## 活かせる現場で活用していく

現在、当施設では、マッスルスーツ®の利用は排泄業務に限定しているが、今後は入浴介助や移乗介助に利用したい、また、間接業である清掃や食器洗いといった業務に利用の可能性を考えています。

「まずは排泄業務で、マッスルスーツ®の利用シーンを確立して、腰痛予防における成功パターンを作りたい。そうやって施設内で徐々に利用できるメンバー増やしていきたい。インフィス社には、継続してアドバイスをもらいたいです。また、今後の製品開発として、コンパクト化や軽量化を期待しています（鈴木氏）」。



基 本 情 報	
使用モデル	マッスルスーツ ：タイトフィット
導入時期	2017年 3月
台数	2台
主な使用シーン	排泄介助
使用人数	約10名
職種	介護福祉士、その他



三浦 好顕 氏  
砧ホーム 介護部



## インフィスからのプチコラム

### 知ってますか？腰痛の恐ろしさ

介護に携わる方々の多くが、腰痛に悩まされているのではないのでしょうか。実は日本国内では、約2,800万人(約4人に1人)が腰痛を抱えています。腰痛は一度発症すると、完治が難しいため、その予防が非常に重要です。

また、治療費や通院、入院した場合の在院期間など、生活に与える影響も大きく軽視できない問題です。特に、中腰作業や重いものを持ち上げる作業を行う方は、注意が必要です。適度な体操とストレス解消法を見つけて、自分自身で腰痛予防をしっかり意識することがとても大切だといえます。

## 生きている限り、自立した生活を実現する

東京理科大学発ベンチャー

～夢のようなロボットではなく、人のためのロボットを～  
詳しくは <https://innophys.jp/> をご覧ください。

©2017 INNOPHYS CO., LTD. All rights reserved  
記載事項は予告なく変更される場合があります。内容の一部または全部をINNOPHYS CO., LTD.の許可なく使用・複製することはできません。マッスルスーツ®, INNOPHYSはINNOPHYS CO., LTD.の登録商標です。その他の記載のブランド、製品名は、それぞれの会社の高標または登録商標です。



《お問い合わせ》  
株式会社インフィス  
TEL: 03-5225-1083  
Email:  
Support@innophys.jp  
Facebook:  
<https://www.facebook.com/innophys.jp/>