

マタニティママが働きやすい職場作り

～season1 妊娠～

ケアサポートセンター宝ヶ池

介護福祉士 藤井 貞雄 寺田 和代

キーワード

妊娠 マタニティママ 職場

I. はじめに

当事業所では、女性職員が全職員の8割を占めている。年齢は20代から50代までと幅広い年齢の女性職員が勤務している。女性が活躍している場でありマタニティママもその一人である。しかし、マタニティママにとって介護現場での業務は体に大きな負担となる。その為、妊娠を機に退職した職員、妊娠途中で体調不良の為、休職する職員など、これからどんどん仕事を覚え、将来が期待できる若い職員や、有能な職員が妊娠を機に退職や、休職をするという残念な結果が過去にあった。この事実を踏まえ妊娠しても、働き続けられるそして、働きやすい介護現場を作ることが必要ではないかと感じた。今回、妊娠した職員をきっかけに妊娠初期から産休までの間、マタニティママにとってどうすれば働きやすい職場にしていけるかということテーマに取り組んだ。

II. 研究目的

小規模多機能型居宅介護において、ご利用者のケアを行う業務の中で、どの業務を軽減、外していけば、マタニティママが産休までの間、体に負担なく、無理なく働いて行くことができるか、実践と検証をし、今後に活かすことが目的である。

III. 研究方法

調査対象は当事業所の3月に出産を控えた妊娠中の職員。

調査期間は平成28年6月～平成29年1月。

調査方法は、マタニティママ、同フロアで働く職員、対象者の主治医それぞれから聞き取り調査を実施した。調査内容は1月に1回、体調の変化や、負担になっている業務はないか、精神面でのストレスはないか、業務軽減について

である。

IV. 倫理的配慮

対象職員に研究目的を伝え、個人が特定されない事、プライバシーを厳守することを説明し了解を得た。

V. 実施と結果

1) 妊娠初期

つわりについて。つわりはしんどかったが休む程ではなかった。調理は大丈夫であった。排泄介助の際は嘔気をもよおし辛かった。お腹の張りは感じられなかった。腰のだるさは感じられなかった。トイレの間隔が近くなった。便秘になった。

2) 妊娠中期

貧血や手足・顔の浮腫についてはなかった。胃部が不快であった。動悸・息切れはなかった。風邪を引き体調がすぐれない期間があった。

3) 妊娠後期

お腹が大きくなり長時間立っていると疲れるようになった。疲れやすくなり勤務が続くとしんどくなった。自分のフォローをしてもらうことで他の職員へ負担になっていないか気を使った。

4) 業務軽減について

妊娠初期から、勤務については、日勤のみで調整を行った。夜勤は一人体制となるため免除とした。連日の勤務にならないように配慮した。入浴介助、訪問、送迎は免除もしくは、一部軽減とした。

調理や口腔ケア、事務的な業務を中心とした。妊娠後期1月から公休と有休を使用し2日勤務し休みを入れる勤務調整を行った。

2人介助の際は、ご利用者の直接介助ではなく、衣類をおろす、後ろを支えるなど補助を中心として行った。マタニティママの身体への負担が軽い業務を行うことにより、体調が良くなったが精神面では、忙しい中、申し訳ないと気を使うことが多くなったと解答があった。

5) 検診時の主治医見解

経過は良好だが、力仕事、長い間の立ち仕事、無理な姿勢の業務は自身の身体、赤ちゃんを守るためにも他の職員に任せなさい、甘えなさいと指示がある。

6) 職員への聞き取り

機嫌が悪く何度も玄関に向かうため、そばから離れられないご利用者に対してイライラ感が見えたときがあったが、職員が代わりにサポートに行くことで落ち着いていた。暴力行為の可能性のあるご利用者には介助に行かないようにフォローしていた。洗面所付近、台所付近の床に水濡れがないか注意していた。移乗介助が必要なご利用者に対し、マタニティママが介助しようとしても他の職員が気づきフォローしていた。職員の協力体制が整っていた。日々のコミュニケーションがとれていた。お腹に負担のかかる介助を自分でやろうとしないように指示した。マタニティママ、職員への聞き取り調査の結果、妊娠初期から後期まで良好に経過し、職場での事故、アクシデントもなく業務できていた。業務を免除、軽減することで体調も良く安定していた。

VI. 考察

介護の仕事は、身体的負担が大きい作業が多いが女性が戦力となり活躍している仕事でもある。その為、女性が妊娠、出産を経ても働き続けられる環境を整えれば、継続的・安定的に質の高い介護サービスを提供することができる。また、女性が長く働き続けられる職場はすべての職員のライフステージに対応できる職場でもある。妊娠は病気ではないが、通常と違う健康状態だという事を同じ職場で働く職員が理解しておくことが大切である。妊娠中、女性の身体は胎児の成長や出産に向けて準備をして変化していく。また、体調の変化、身体への負担も個人差がある。妊娠初期に見られるつわり。個人差があるが、匂いが強い場所や室温・湿度が高い場所での業務（トイレ介助、入浴介助）では、つわりが出やすくなったり、症状が悪化したりする。妊娠中期からは安定期に入るが、身体的な負担が増えてくる。前かがみや、しゃがみ込む作業では腹部を圧迫し、重い物を持ち上げる際に力を入れる作業では、血行不良や子宮収縮に伴う切迫症状など、胎児のいる子宮への負担が大きくなる。また、腹痛や転倒などが起きる可能性がある。そのため、負担の少ない業務に変更することが必要である。具体的にはフロア見守り、

補助的業務、事務作業中心などである。女性の生涯において、妊娠期という期間は極めてわずかといえるが、マタニティママが働き続けられるようにするためには、この限られた期間をいかにサポートできるかにかかっているのではないだろうか。当事業所では、マタニティママを経験している先輩職員が多く、フォロー・サポート、職員同士のコミュニケーションなど全体で協力する体制が、マタニティママが働きやすい職場になっていたのではないかと思われる。

VII. 結論

妊娠中は、体質・体調の著しい変化によって、身体にも大きな影響を与える。妊娠した職員が身体への負担を与えることのないよう配慮し、十分に能力を発揮することができる環境を整えてあげるのが管理者の務めである。決して人員が足りている状態ではないため、夜勤免除、業務の軽減、公休の調整など、厳しい調整だった。他の職員の負担が増えることも事実である。しかし、業務の工夫をし、全職員の積極的な協力があり、無事に妊娠後期まで勤務することができた。妊娠・出産の経験がある職員が多く、男性職員も最初はフォローの方法に戸惑いがあったが、具体的にフォローの方法を伝える事で理解することができ、全員でサポートすることができた。

介護業務は身体への負担が大きい作業が多く、職場に迷惑をかけてしまうという気持ちもあるが、早期に妊娠の報告をすれば、先を見据えて調整をしたり、妊娠時期にあった対応を考える事ができる。大切なのは、周りへの感謝の気持ちを忘れないことである。

職員同士がお互いを思いやれる職場、全員で支え合える関係がマタニティママにとって働きやすい職場になっていく。マタニティママが働きやすい職場と言うのは、なにも女性職員だけにとって有益なものではない。事業所にとっても、即戦力となる有能な職員が働き続けることで、質の高いサービスを継続して提供することができ、事業所にとっても大きな利点となる。

本研究にあたり協力を快諾してくれた当事業所の現在マタニティママである職員に感謝致します。

ご清聴ありがとうございました。