

平成27年度産業保健調査研究報告 要約版

社会福祉施設における 腰痛予防対策に関する調査研究

調査の目的

宮城県における業務上疾病のうち腰痛が占める割合は約6割です。

宮城県内の社会福祉施設における休業4日以上労働災害発生状況（平成21年から25年）は年平均で121件と、10年前の約3倍に急増、平成26年においても168件とさらに増加し、社会福祉施設での労災防止対策、特に腰痛対策が重要な課題となっています。

社会福祉施設での腰痛発生の原因と、実際に行われている予防対策、今後求められる予防対策などについて、アンケートにより実態・傾向を把握し、有効な予防策を策定、それを社会福祉施設に周知することにより、腰痛の労災の発生を予防し、労災件数の減少につなげることを目的に調査研究を実施しました。

調査について

宮城県内の社会福祉施設（特別養護老人ホーム、ヘルパーステーション、訪問看護ステーション、保育所、障害者施設・更生施設および介護関連事業所）の1,581事業所を対象として、平成27年7月～10月にアンケートを実施。

アンケートは、施設の規模・腰痛の発生状況・予防対策の実施状況など施設を対象とした質問用紙と、「過去1年で腰痛あり」（以下、「腰痛あり」）、「勤続3年で腰痛なし」（以下、「腰痛なし」）の2パターンに該当する労働者男女各1名（合計4名）を対象とした質問用紙（計4枚）を送付。

676事業所（42.8%）の2,134人（腰痛あり男性297人、腰痛なし男性345人、腰痛あり女性780人、腰痛なし女性712人）から有効な回答を得ました。

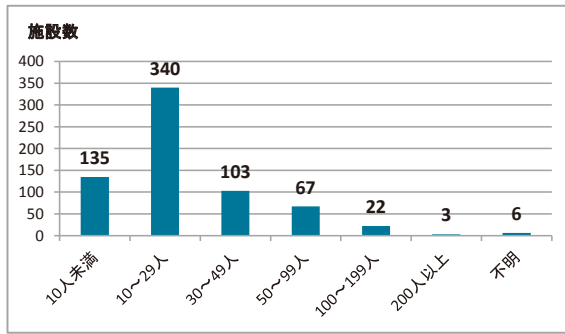


独立行政法人 労働者健康安全機構

宮城産業保健総合支援センター

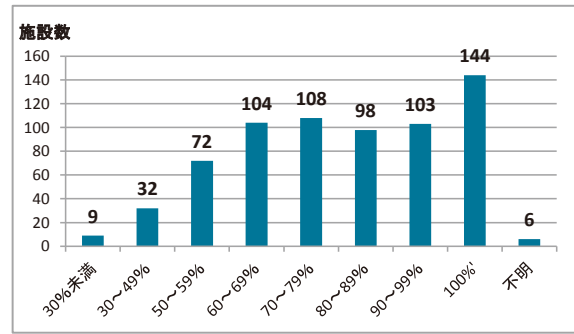
施設対象の質問(老人福祉施設、保育所、障害者施設・更正施設)

労働者規模別施設数



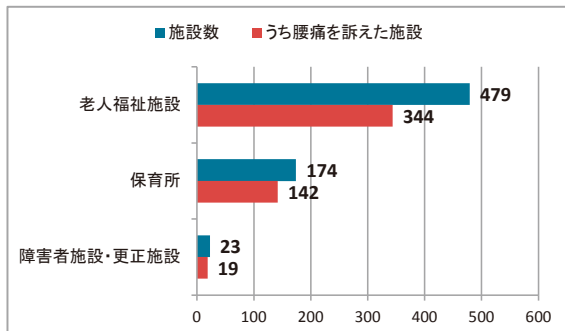
労働者50人未満の施設が85.5%

女性労働者の割合別施設数



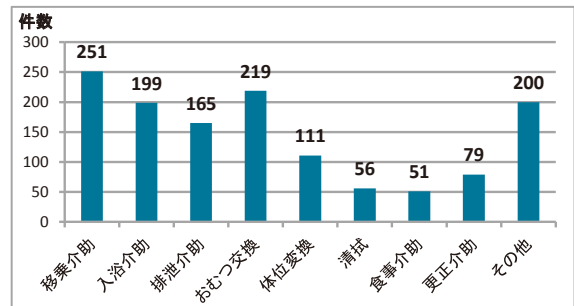
女性の比率5割以上の施設が93.9%

腰痛を訴えた労働者の有無(施設別)



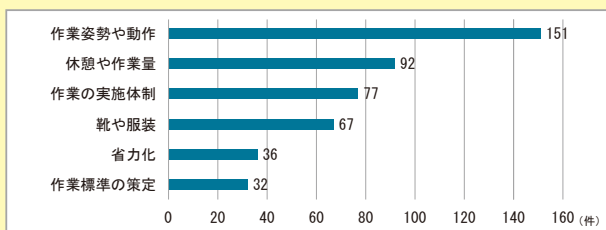
74.7%の施設で腰痛を訴える労働者が存在

腰痛発症時の作業内容

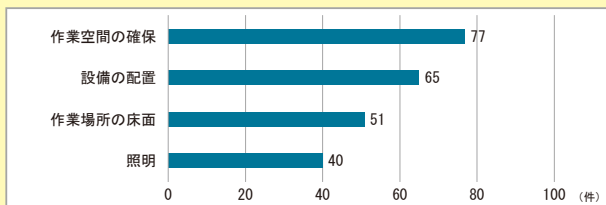


移乗や移動等の作業、不自然な姿勢が多い。
その他には、利用者の持ち上げ対応44件、中腰作業24件が含まれる。

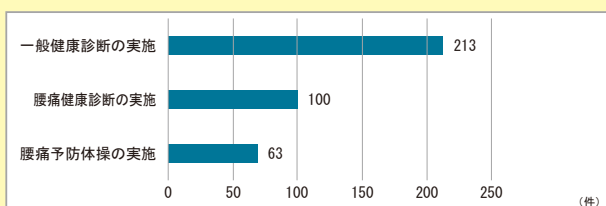
腰痛予防対策の内容



作業管理状況

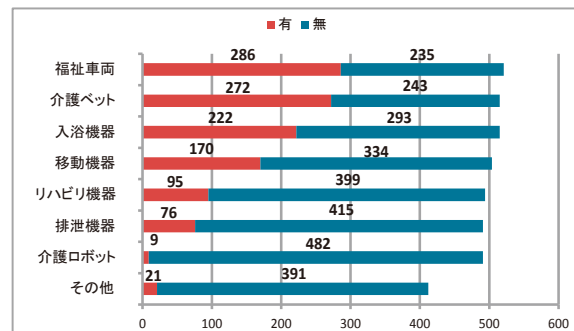


作業環境管理状況



健康管理状況

福祉設備・機器・用品の導入の有無



福祉機器の導入が進んでいない。

腰痛予防に効果的な取組事例

作業管理

個人装具等の利用：41件
複数で対応：8件
適正配置：4件
休息・休憩・休暇の確保：3件

運動・体操

体操：48件
腰痛体操：18件
筋力向上体操：7件

作業環境管理

腰痛防止策：22件
良好な人間関係：12件
作業の自動化：6件

教育

集団研修：26件
個別研修：4件

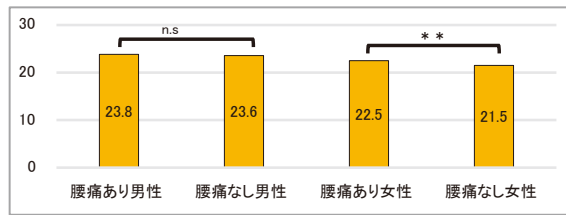
健康管理

体調(自己)管理：11件
腰痛健診：10件
早期診断・治療：3件

労働者対象の質問(過去1年で腰痛あり、勤続3年で腰痛なし)

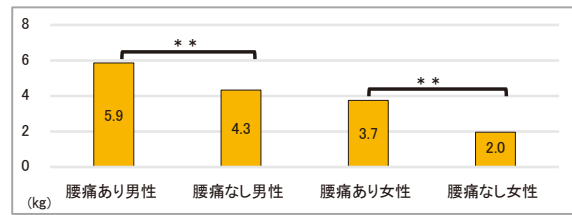
男性と女性に分けての集計

現在のBMI



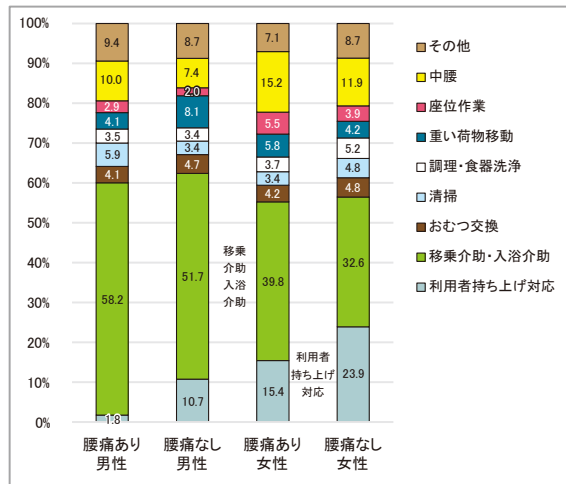
女性について 腰痛ありのBMIが腰痛なしより高い

20歳時と現在の体重変化

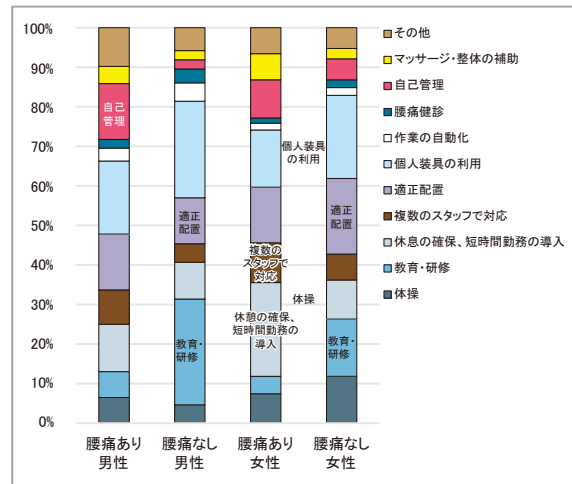


男女とも腰痛ありの労働者の体重増加が大きい

腰痛になる仕事の内容

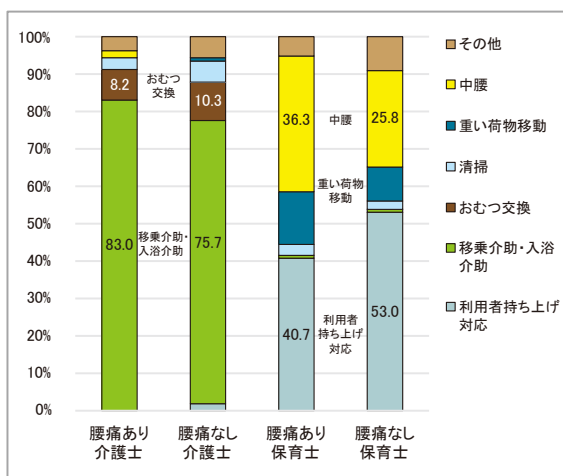


腰痛予防として職場に望むこと

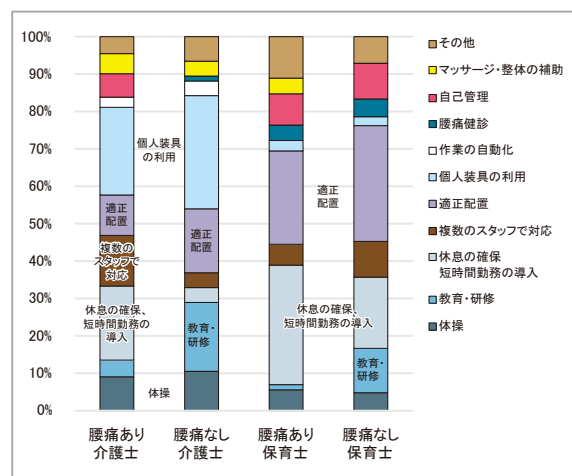


女性について介護士と保育士に分けて集計

腰痛になる仕事の内容

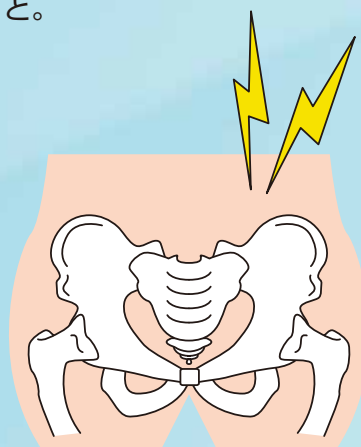


腰痛予防として職場に望むこと



提 言 と し て

- (1) 20代後半から30歳にかけて、作業に必要な筋力を確保し、腰痛の発症に十分注意しながら、腰痛体操で柔軟性も身につけること、必要に応じて腰痛ベルトを使うことなど、腰痛を予防する習慣を身につけること。
- (2) 移乗介助・入浴介助の際には、福祉機器などを積極的に活用する、複数で対応するなど腰痛の原因となる機会の減少に努めること。このことを阻む事情を探り、解決に取り組むこと。
- (3) 利用者持ち上げ対応やおむつ交換など機器の利用が困難な作業については、作業の仕方や作業姿勢に十分注意して、腰痛予防に努めること。
- (4) 腰痛を自覚している時は、悪化予防の為に職場に申し出て、配慮を受けながら業務すること。
- (5) 体重の増加は腰痛のリスクとなる。できるだけ20歳の体重を維持することを心掛け、女性ではBMIを22未満にすることが特に重要である。このことは年代が高いほどより一層の配慮が必要である。
- (6) 以上のことについての就業以前の学校教育や入職時の教育を徹底し、就業直後の腰痛発生を防ぎ、更に、年1回程度の研修会を開くなど、全従業員に対する教育を継続的に行うこと。



研 究 員

主任研究者	宮城産業保健総合支援センター	所 長	嘉 数 研 二
共同研究者	宮城産業保健総合支援センター	産業保健相談員	広 瀬 俊 雄
	同 上	同 上	色 川 俊 也
	同 上	同 上	清 治 邦 章
	同 上	同 上	阿 部 裕 一
	同 上	同 上	花 上 恭 二
	同 上	同 上	前 田 進