

# 平成26年度労災疾病臨床研究事業費補助金事業実績報告書

## 【研究課題名】

介護・看護職の腰痛予防をシームレスに実施する新しい運動器検診システム開発に関する研究  
(14020301)

## 【研究実施者】

青山朋樹（代表研究者：京都大学大学院医学研究科人間健康科学系専攻・准教授）  
任和子（分担研究者：京都大学大学院医学研究科人間健康科学系専攻・教授）  
手良向聡（分担研究者：京都府立医科大学大学院医学研究科統計学教室・教授）  
長尾能雅（分担研究者：名古屋大学医学部附属病院医療の質・安全管理部・教授）  
福本貴彦（分担研究者：畿央大学健康科学部理学療法学科・准教授）

## 【背景】

本邦において腰痛は男性において一位、女性において二位の発症率であり、国民病といえる疾患ではある。しかしながら搬送業では %、看護師では %と事務職の %に比べると職種によって発生率は異なる。このように職業特性によって腰痛発生率は異なり、その対応として「職場における腰痛予防対策指針」（平成25年6月改訂）が定められており、平成23年に休業4日以上の上の休業を要する腰痛は、10年前に比較すると、全体的に1割程度増加しているが、社会福祉施設における発生件数は2.7倍と、顕著に増加している（基安労発第0206001号）。また腰痛による介護離職率も高い事から、腰痛予防対策の周知・啓発や講習会実施などが実施されているが、介護・看護職における腰痛予防の難しさがうかがえる結果である。

## 【目的】

本研究においては看護職を取り巻くステークホルダーが腰痛予防に関心を持ち、0次予防～3次予防までの腰痛予防をシームレスに展開するための新しい運動器検診システムを構築することを目的とする。

## 【研究方法】

以下の項目をシステム化した腰痛予防プログラムを作成する。

- ・セルフアセスメントシート
  - 自己記入式腰痛の発症リスクチェック
  - 作業効率のパフォーマンス評価
- ・組織アセスメント
  - 労務状況アセスメント（可視化定量技術による）

- 管理者のリテラシー調査
- ・運動器アセスメント
  - 体組成、運動機能パフォーマンス、アライメントを軸にした腰痛に関与する項目
- ・腰痛発生レポート
  - 腰痛発症時の状況報告と分析

## 【研究成果】

平成26年度においては以下の三点の実施した研究から明らかになった

- ・運動器検診項目の抽出
  - オフィス労働者を対象にしたパイロットスタディで、運動器検診項目の中では立位体前屈が腰痛発生と関連する傾向であったが、その他の項目は抽出されなかった。むしろ男性ではBMI高値、女性ではうつ傾向が有意な項目として抽出されており、これらを網羅したスクリーニング方法の構築が必要である事が示された。
- ・看護業務中の動作分析デバイスの開発
  - 簡易的な三軸加速度センサーを用いたデバイスで看護業務の可視化の可能性が示された。
- ・質問紙を用いた看護業務中の腰痛調査
  - 過去に行った質問紙による調査分析から部署による腰痛発生が異なる事、年齢が高い事、運動不足、移動、移乗動作の際に人手を要請しない事などが腰痛発生に関与する事が明らかになった。

これらの結果から、運動器検診のみで腰痛スクリーニングを行う事は有効ではなく、こころの問題や作業状況、作業環境の把握が必要である事が示された。このことから運動器検診を含む網羅的な一次スクリーニングと、リスクを有する部署や対象者にインテンシブな組織診断、運動機能検診を行う二次スクリーニングを行う二段階スクリーニング方を考案した。これらの内容をシステム化し、平成27年度には病院看護職を対象に腰痛予防プログラムを実施する予定である。

## 【結論】

看護職の腰痛予防プログラムの作成には運動器検診をそれぞれに含む二段階スクリーニングが有効である可能性が高く、これらをシステム化して平成27年度腰痛予防プログラムを実施する。

## 【今後の展望】

平成27年度には構築した腰痛予防プログラムを実施し、平成28年度にプログラムの有効性を検証する。これらの結果は他の施設でも導入しやすいように様々な媒体を通して還元を行う予定である。