

社会福祉施設における 腰痛予防対策をまとめ、普及へ

● 宮城産業保健総合支援センター

産業保健活動総合支援事業の取組みをお伝えする本コーナー。今回は、宮城産業保健総合支援センター（以下、宮城産保）を訪ね、平成27年度に実施した産業保健調査研究『社会福祉施設における腰痛予防対策に関する調査研究』の内容と考察について、共同研究者のお一人である広瀬俊雄先生（宮城産保産業保健相談員）にご説明いただいた。また、平成28年度に宮城産保で注力していく取組みについて、佐藤一司副所長と労働衛生専門職の狩野和幸さんにお話いただいた。

1. 社会福祉施設で労働災害が増加 特に多い「腰痛症」を減らしたい

今回お話を聞いた『社会福祉施設における腰痛予防対策に関する調査研究』は、平成21年から25年までの5年間で宮城県における業務上疾病のうち腰痛が全体の59.9%に上っていること、またこの間、社会福祉施設における休業4日以上労働災害が約3倍となる増加を続け、なかでも腰痛の割合が高く、社会福祉施設での労災対策、特に腰痛対策が重要な課題となっていることを受けて取り組まれた。

「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と傾向を把握し、有効な予防策を策定して関係事業者へ周知し、腰痛症の減少につなげることを目的として行いました」と広瀬先生。

調査は、27年7月から10月にかけて、宮城県内の社会福祉施設と関連事業場（1,581事業場）と労働者を

対象に実施。676事業場とそれぞれ「過去1年腰痛有り」と「過去3年なし」2名ずつ計2,134人の労働者から有効な回答を得た。

アンケートでは、施設に対しては腰痛発症時の作業内容や発症時点での腰痛予防対策の有無など、労働者に対しては過去の腰痛の有無、腰痛の初発の年齢、仕事で腰痛の原因と考えられるか、20歳頃の身長・体重と現在の体重、運動習慣、腰痛予防として実践していること、腰痛予防として職場に望むことなどについて質問した。

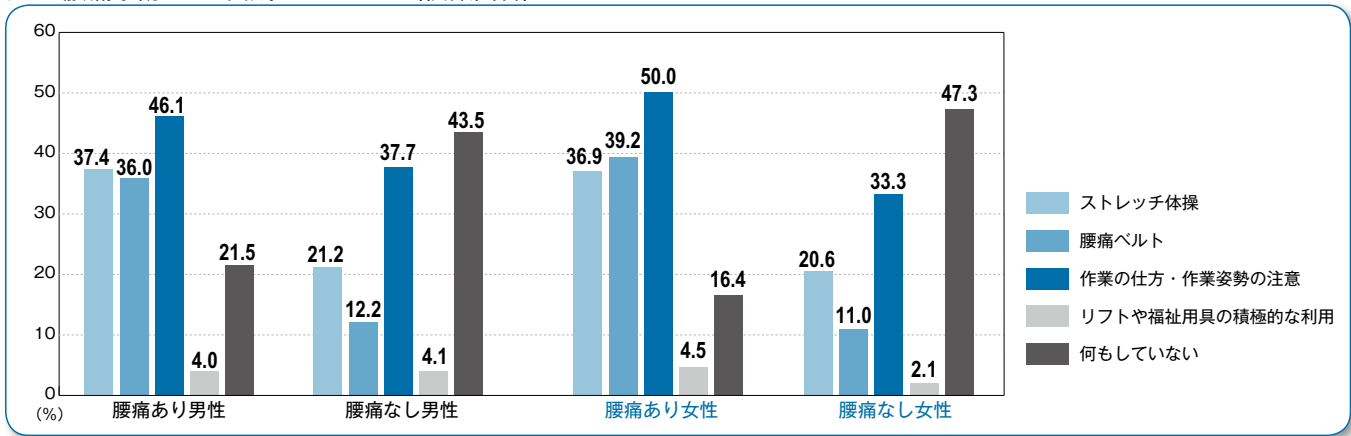
本取材時は研究結果の報告書をまとめている最終段階であったが、調査結果について広瀬先生が熱心に説明してくださり、たとえば『腰痛予防のために実践していること』についてみると、「男女とも『腰痛あり』の労働者は積極的に対策を行っているが、『腰痛なし』の労働者は『何もしていない』が40%以上で、予防対策の構えが乏しい実態が示されました。また、『腰痛あり』『腰痛なし』ともに、『リフトや福祉用具の積極的な利用』が5%未満と少なく、改善が必要とされますが、配置されていても活用できない事情がある可能性も示唆されました」（図1参照）と調査結果から必要な対策が見えてきたという。

2. 社会福祉施設への提案

本研究の結果を踏まえて、広瀬先生たちは社会福祉施設に提案したいこととして、次の点を挙げた。

1. 20歳代後半から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

図1. 腰痛予防として実践していること（複数回答）＜『社会福祉施設における腰痛予防対策に関する調査研究』調査結果より＞



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ときは、悪化予防のために職場に申し出て、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ため、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。

これらのことは、就業以前の学校教育や入職時の教育においても徹底し、さらに研修会を開くなどして全従業員に対する教育を継続的に行うことも提案していきたいという。

広瀬先生は、臨床医として患者の症状だけでなく、それに影響を与えていると思われる労働や生活などについての問診等も行い、疾病の原因を除去するための活動や診療を続けており、産業医学、労働安全衛生の多方面の活動に長年尽力されている。

今回の調査研究についても、「社会福祉施設では人材不足が深刻ですが、そうした中、腰痛でやむなく辞める人もいます。また、腰痛に苦しみながら働い

ている人もいます。夢を持って、この仕事を志した人たちに元気に働いてほしいのです。そのために腰痛予防の対策を講じてほしいと切に願っています」と調査に込めた思いを話してくださいました。

平成28年度は研究の成果を当機構の調査研究発表会で発表するほか、10月に仙台市で開催される「第75回全国産業安全衛生大会」でも発表する予定である。また、調査に協力した施設へのフィードバックも行うなどして、「対策の普及に努めていきたい」と宮城産保の佐藤副所長も意欲的に語った。

3. ストレスチェック制度の定着に向けて

宮城産保で現在力を入れている取組みでは、平成27年度にスタートしたストレスチェック制度の定着を一番に挙げた。

「制度のスタートに向けて、平成27年度は産業医と産業保健スタッフの専門的研修に注力し、受講者の利便性を考慮して県内各地で夜間に開催してきました。今年度は、事業場の研修を行っていく方針です」と佐藤副所長。また、狩野労働衛生専門職も「ストレスチェックを行っている50人未満の事業場の対応に力を入れていきます。高ストレス者には面接指導が必要なことと、県内7カ所の地域産業保健センターでそのサービスを提供していることの周知に努めます」と今後の取組みを語った。

事業場からの質問などにもていねいに対応し、「ストレスチェック制度をより有効なものにしていくための支援を行いたい」と佐藤副所長は意気込みを表した。