

介護職員の腰痛に関する実態調査 集計結果

一般社団法人茨城県福祉サービス振興会

介護職員の腰痛に関する実態調査 集計結果 目次

一般社団法人茨城県福祉サービス振興会
会長 鈴木 一良

- 1 はじめに 1P
- 2 介護職員の腰痛に関する実態調査 3P
- 4 福祉機器はあるが使用していないと回答した方の理由 11P
- 5 知りたい情報・意見・感想等 13P
- 6 介護職員の腰痛に関する実態調査 設問 16P

はじめに

1、これまでの取り組み経過

一般社団法人茨城県福祉サービス振興会は、平成27年度より茨城県から「茨城県介護職員腰痛予防対策等推進事業」を委託され、毎年、腰痛予防研修及び講演会・事例検討会等を開催しています。

これまでの主な研修会は、腰痛予防指導者研修(99人)、腰痛予防研修(206人)、リフトリーダー養成研修(271人)、また施設へ出向いてのフォローアップ研修(22施設)を行っています。

さらに平成28年度から、県内全域に腰痛予防への取り組みを波及させるため、モデル施設の指定を行い、施設職員の研修受け入れをお願いしているところです。

腰痛予防に取り組んでいる介護施設等は年々増えてはいるものの、県内全域での取り組みまでには、少し時間がかかるものと推察しています。

2、腰痛予防実態調査の実施

平成29年7月～8月末にかけて、県内の介護施設等100施設にご協力をいただき、腰痛予防の実態調査を行いました。調査対象施設は平成27年度以降、弊会が主催した腰痛予防関連研修会に参加いただいた施設に、ご協力をお願いいたしました。

その結果、76施設、2,921人の皆様から回答をいただきました。

今回の実態調査は、施設長又は管理者(調査A)と直接介護に関わっている職員(調査B)を対象に行いました。

3、腰痛予防実態調査集計結果から

調査対象とした調査A(施設長又は管理者)の回答事業所76施設の内訳は、特別養護老人ホーム44、介護老人保健施設22、障害者支援施設6、その他4(通所介護施設、介護付き有料老人ホーム、小規模多機能施設、短期入所生活介護施設)。(図表1)

この中で、施設として組織全体で腰痛予防対策に取り組んでいるが 29施設(38%)、取り組み方針はあるが、なかなか浸透しない 32施設(42%)、現在取り組んでいない、今後取り組みたいと考えている 11施設(15%)等となっている。

腰痛予防への施設の対応として、施設内外の職員教育、腰痛検診等が主で、腰痛予防マ

マニュアル作成や福祉用具の活用等の取り組みを行っている施設は少ない。(図表2)

次に、調査B(介護職等)の集計結果から、腰痛の発生状況を見てみると、現在腰痛が有るが44.3%、過去に腰痛があったが31.4%、腰痛が無いが24.0%と4人のうち3人が腰痛を抱えながら仕事をしている状況。(図表3)

どんな場面の作業で腰痛を感じているかは、おむつ交換・着衣時の移乗介助・入浴介助の順となっている。(図表4)

また、施設における福祉用具の整備状況と使用状況では、リフト・スライディングシート・スライディングボード・介助用ベルトは整備されていない状況が目立ち、福祉用具が整備されていても使用していない、あるいは対象者がいないとの回答が多かった。(図表5)

おわりに、今回の調査で茨城県内の介護事業所等では、全体的に職員が腰痛を抱えながら、利用者さんの介護を行っていることがわかった。

今後は施設としても、介護人材不足の中で職員に長く勤めていただくためにも、腰痛予防対策として、福祉用具の整備と職場環境の整備に取り組むことが大事と思われる。

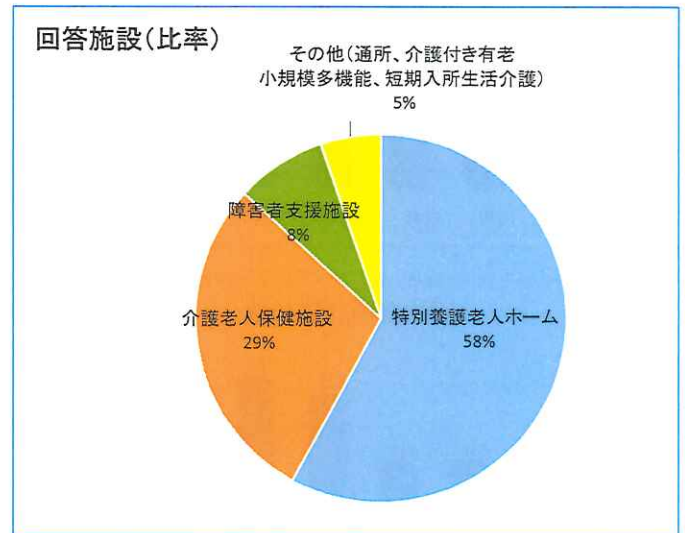
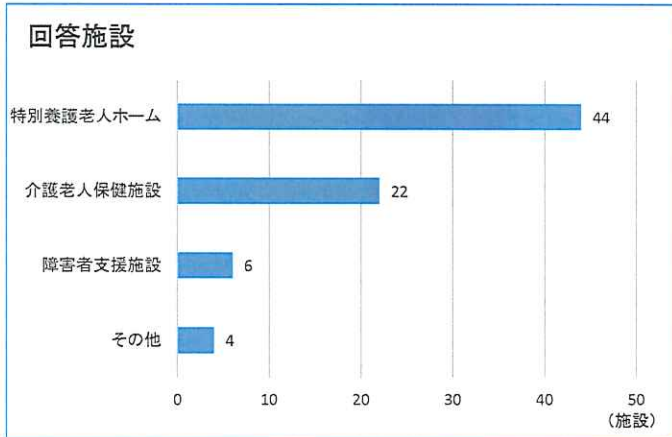
平成29年12月

介護職員の腰痛に関する実態調査

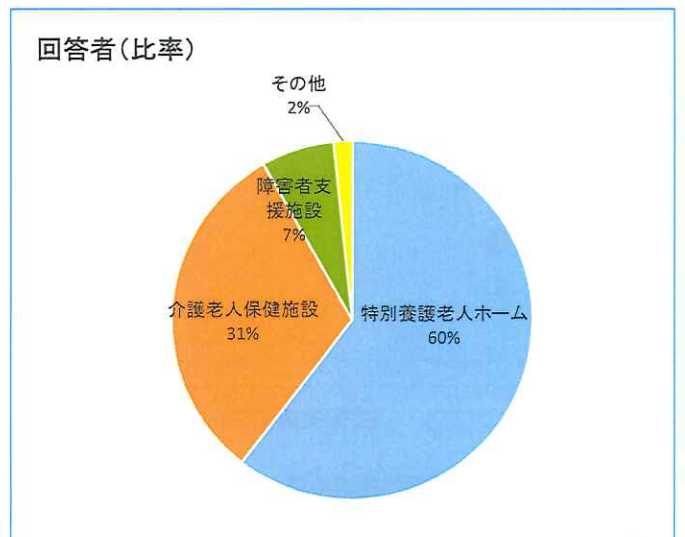
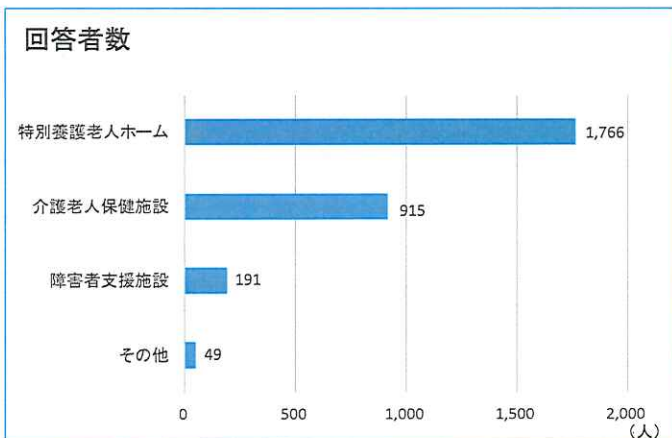
<回答施設数:76施設 回答者数:2,921人>

回答施設における情報(調査A)

(図表1)



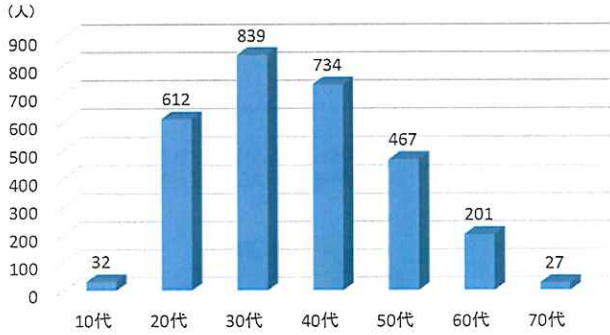
種別	特別養護老人ホーム	介護老人保健施設	障害者支援施設	その他	計
回答施設数	44	22	6	4	76



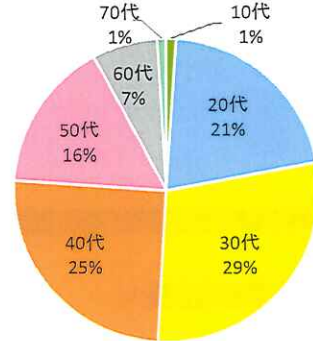
種別	特別養護老人ホーム	介護老人保健施設	障害者支援施設	その他	計
回答者数	1,766	915	191	49	2,921

回答者のプロフィールについて(調査B)

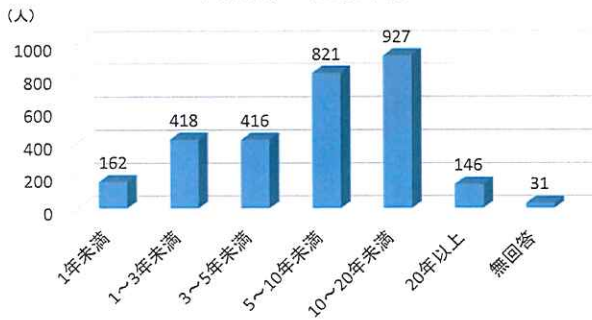
回答者の年齢構成



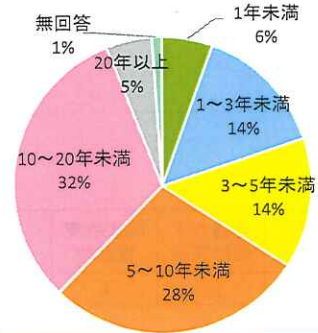
回答者の年齢構成別割合



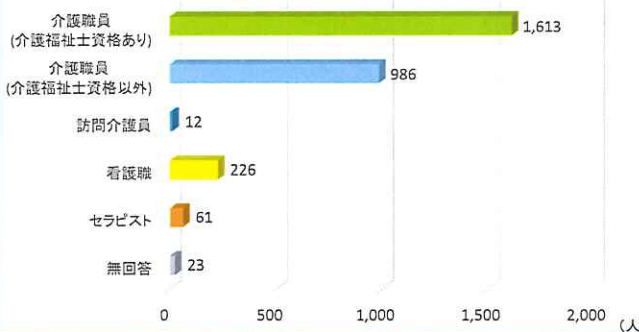
回答者の経験年数



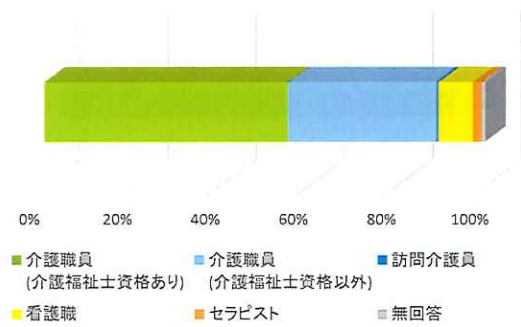
回答者の経験年数別割合



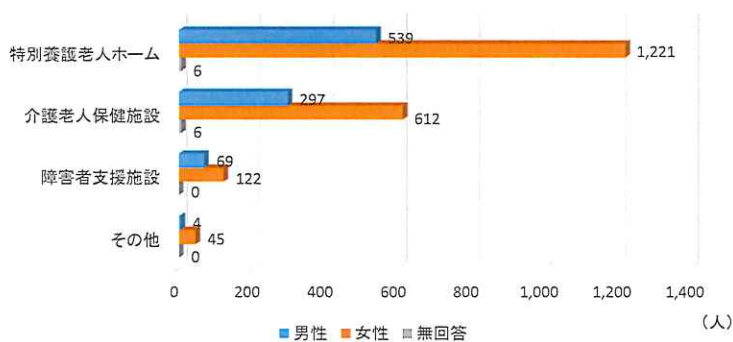
回答者の職種



回答者の職種割合

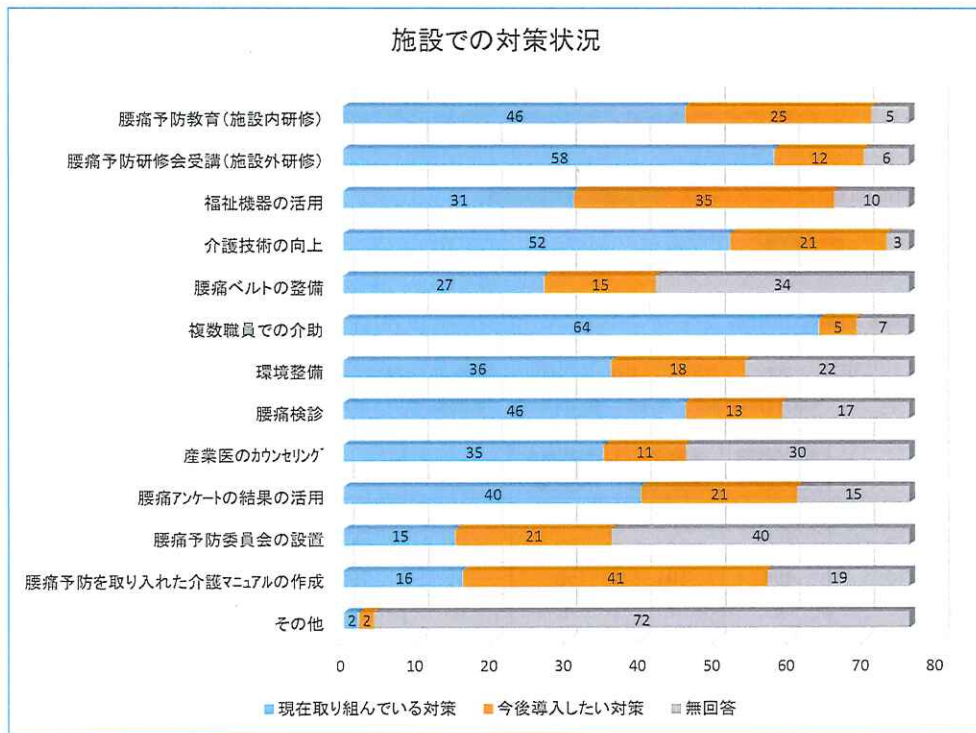
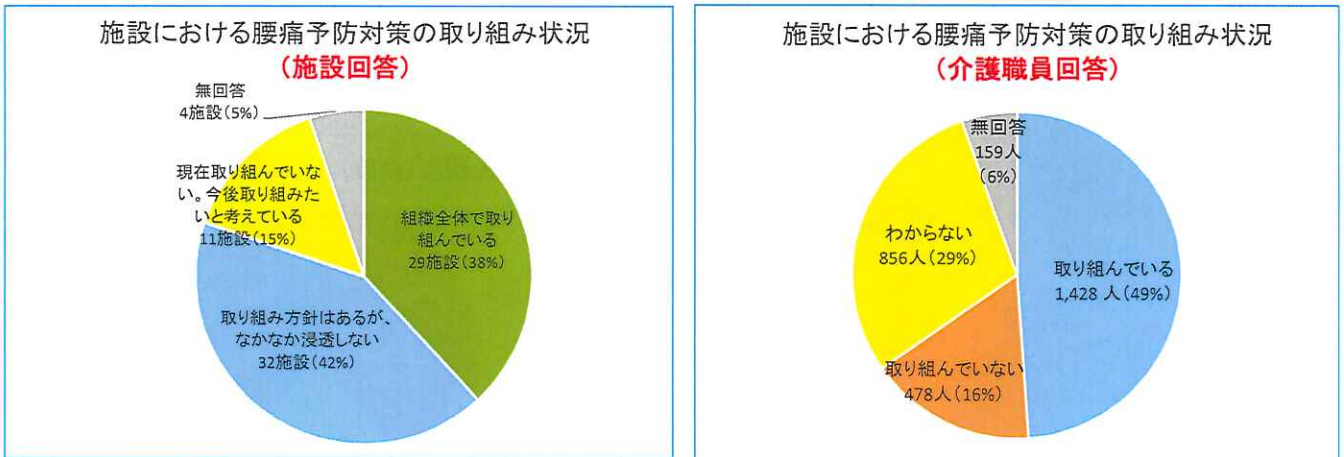


回答者の性別



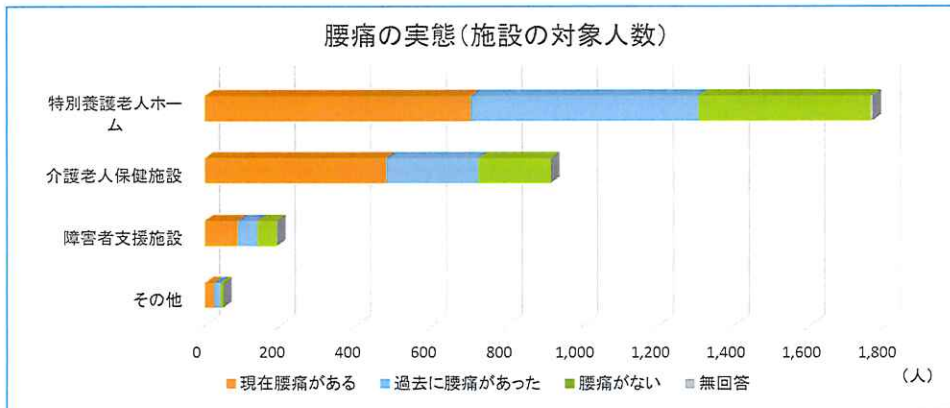
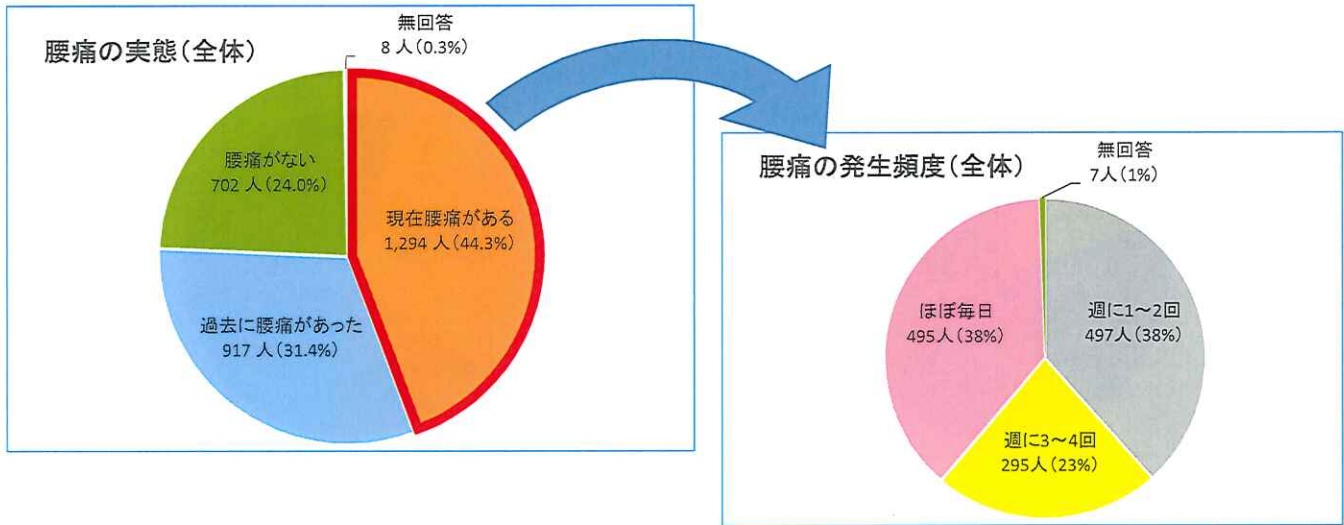
施設における腰痛予防対策の取り組みについて(調査A)

(図表2)

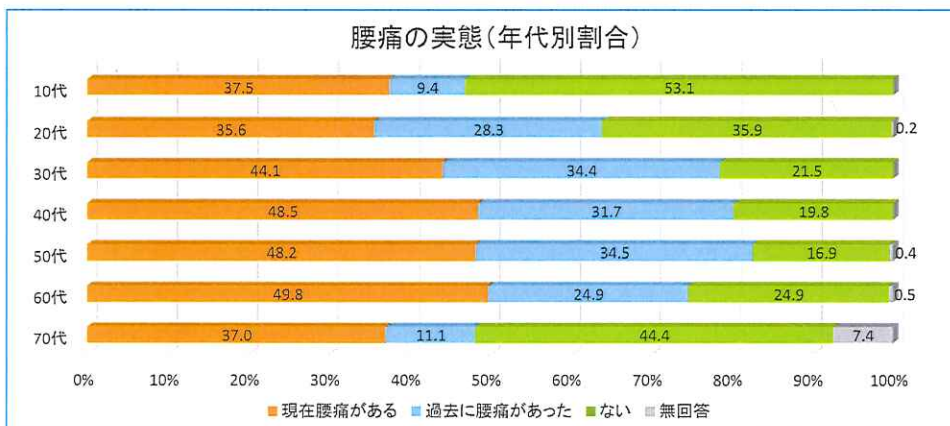


腰痛発生状況について(調査B)

(図表3)



	特別養護老人ホーム	介護老人保健施設	障害者支援施設	その他	計
現在腰痛がある	703	479	87	25	1,294
過去に腰痛があった	603	244	53	17	917
腰痛がない	454	191	50	7	702
無回答	6	1	1	0	8

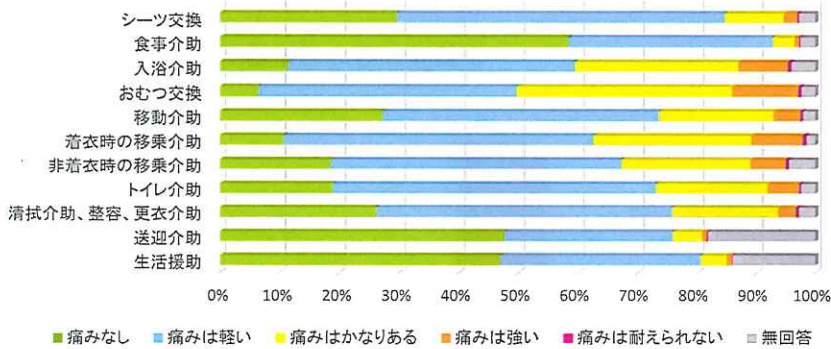


	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70代
現在腰痛がある	37.5	35.6	44.1	48.5	48.2	49.8	37.0
過去に腰痛があった	9.4	28.3	34.4	31.7	34.5	24.9	11.1
腰痛がない	53.1	35.9	21.5	19.8	16.9	24.9	44.4
無回答	0.0	0.2	0.0	0.0	0.4	0.5	7.4

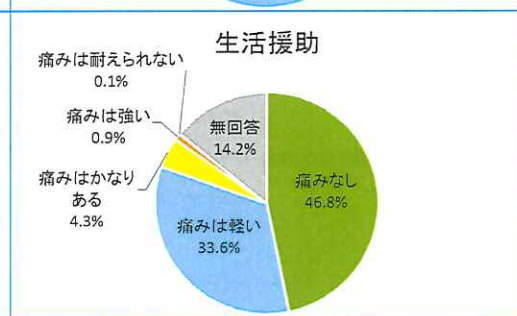
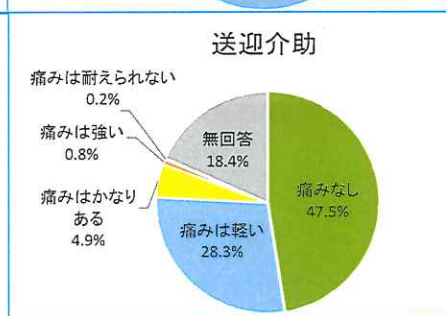
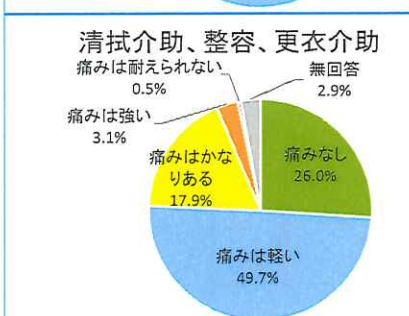
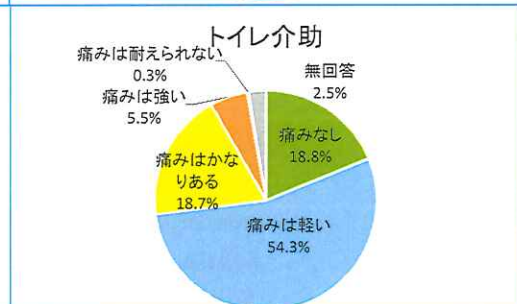
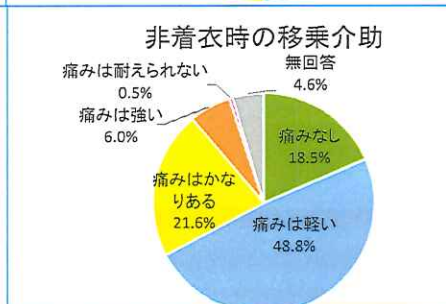
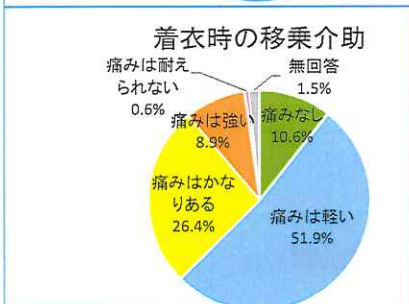
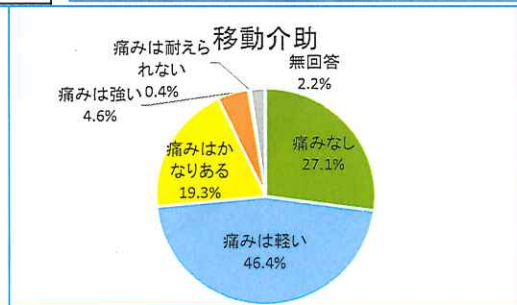
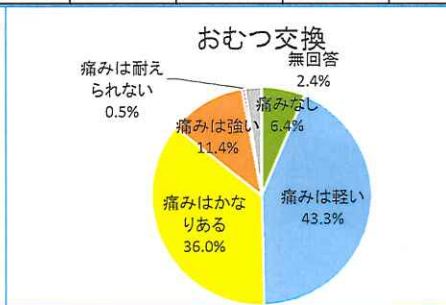
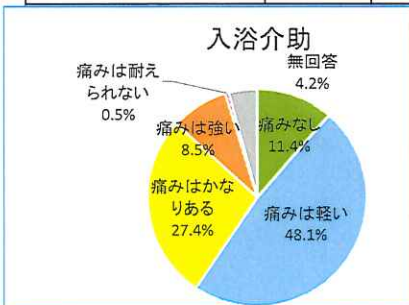
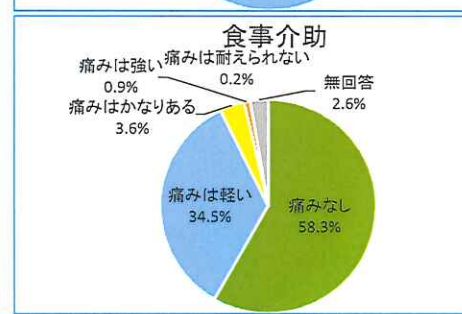
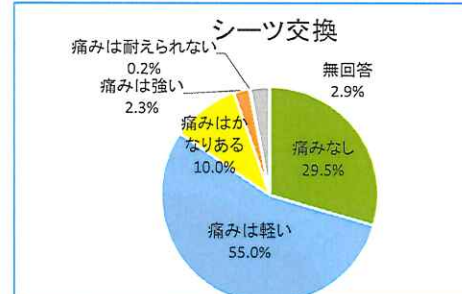
腰痛保有者の介護場面ごとの腰痛の程度について(調査B)

(図表4)

介護場面ごとの腰痛の感じ方(全体)

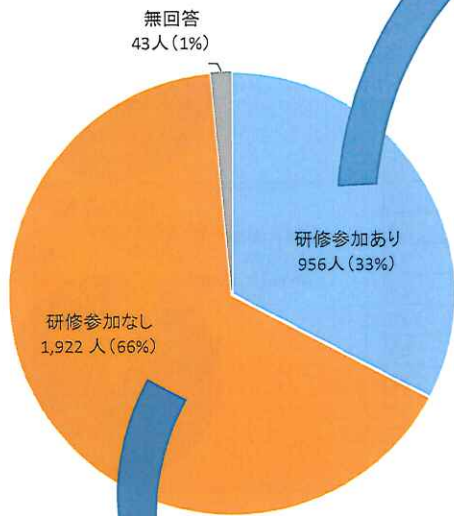


	痛みなし	痛みは軽い	痛みはかなりある	痛みは強い	痛みは耐えられない	無回答
シーツ交換	382	712	130	30	3	37
食事介助	754	446	47	11	2	34
入浴介助	147	622	354	110	7	54
おむつ交換	83	560	466	147	7	31
移動介助	351	600	250	60	5	28
着衣時の移乗介助	137	672	342	115	8	20
非着衣時の移乗介助	239	631	280	78	7	59
トイレ介助	243	702	242	71	4	32
清拭介助、整容、更衣介助	337	643	231	40	6	37
送迎介助	615	366	63	10	2	238
生活援助	606	435	56	12	1	184

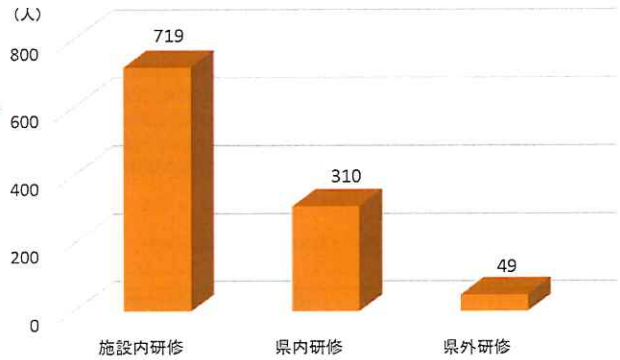


研修会参加状況について(調査B)

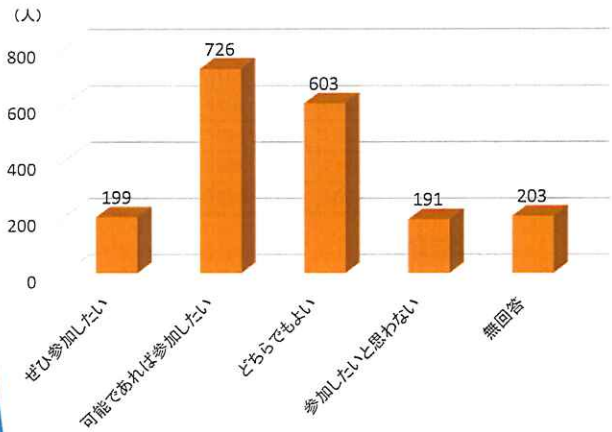
腰痛予防研修受講状況



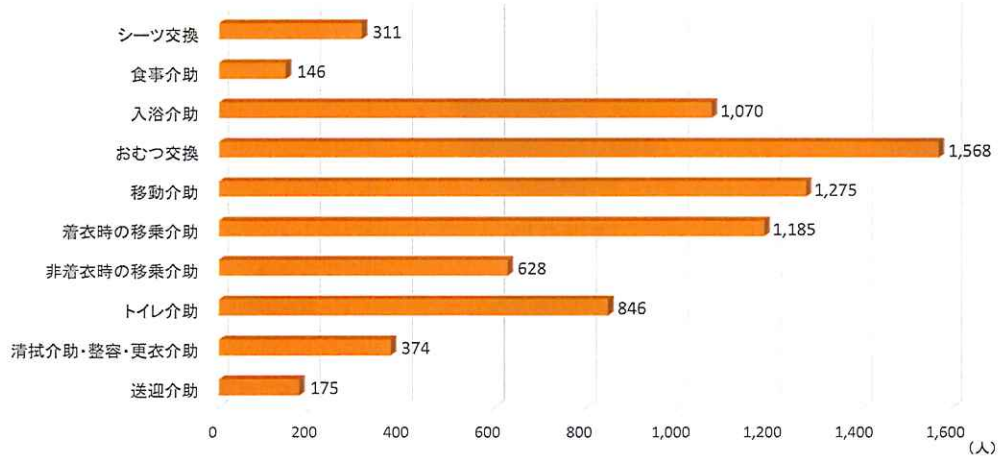
研修参加者の研修場所



研修不参加者の研修希望



腰痛予防のため高めたい介護技術

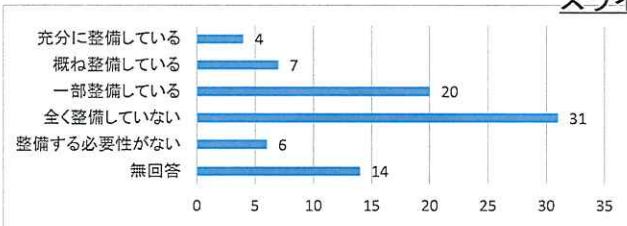


福祉用具の整備状況(調査A)
(施設回答)

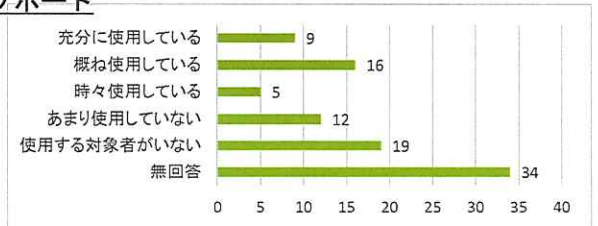
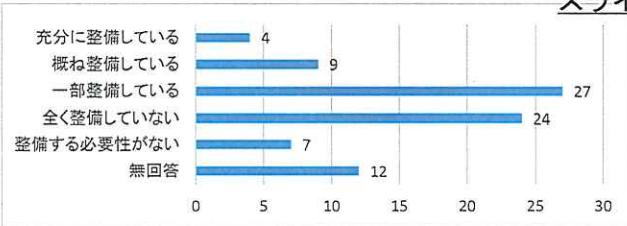
福祉用具の使用状況(調査A)
(施設回答)

(図表5)

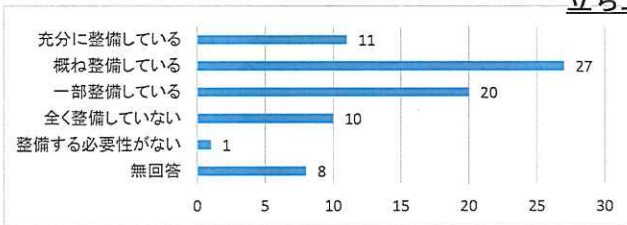
スライディングシート



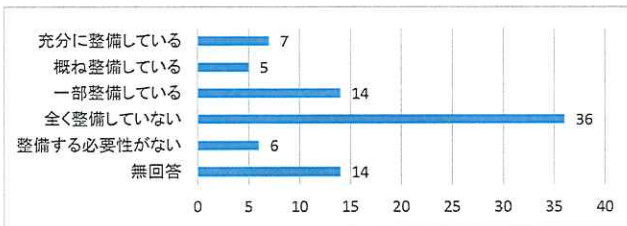
スライディングボード



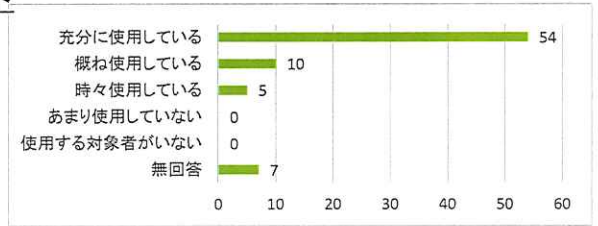
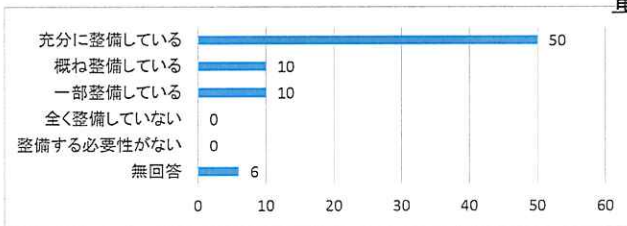
立ち上がり介助バー



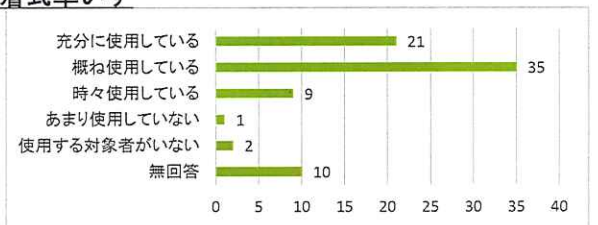
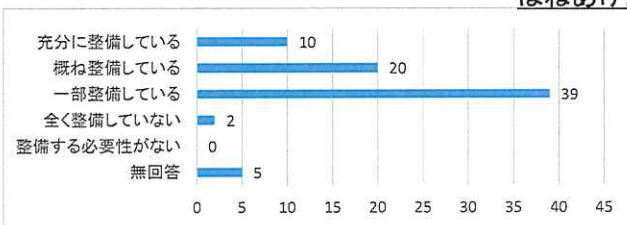
リフト



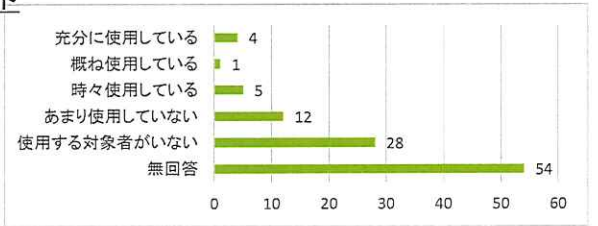
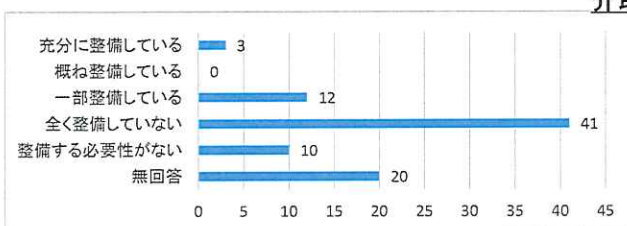
電動ベッド



はねあげ式又は脱着式車いす

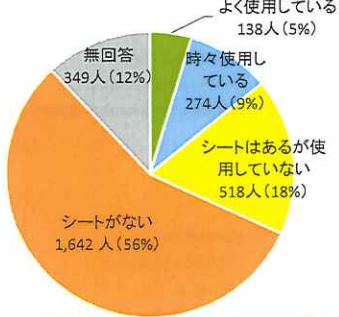


介助用ベルト

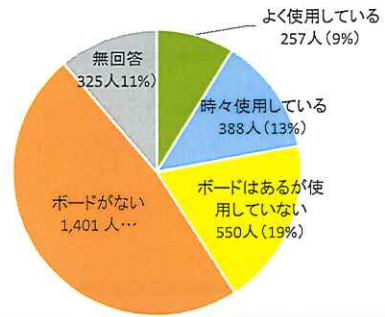


福祉用具の使用状況について(調査B) (介護職員回答)

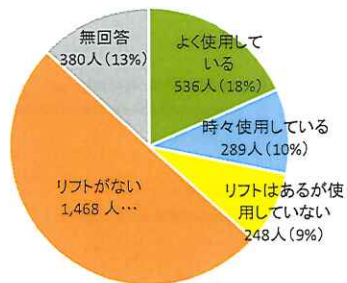
スライディングシート



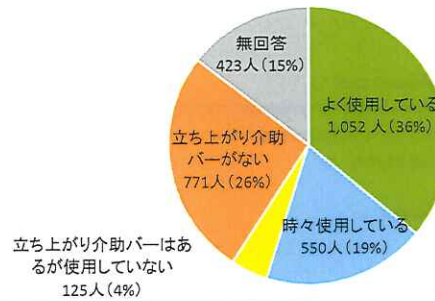
スライディングボード



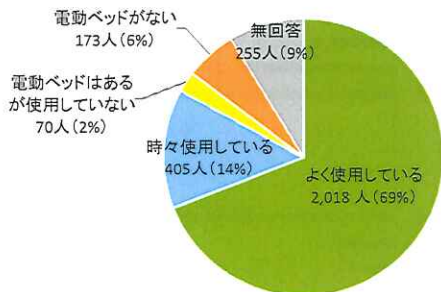
リフト



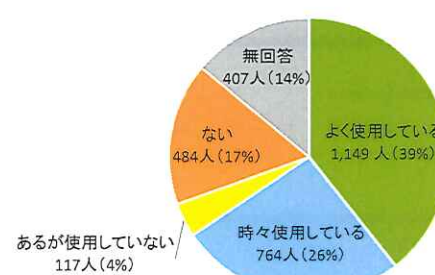
立ち上がり介助バー



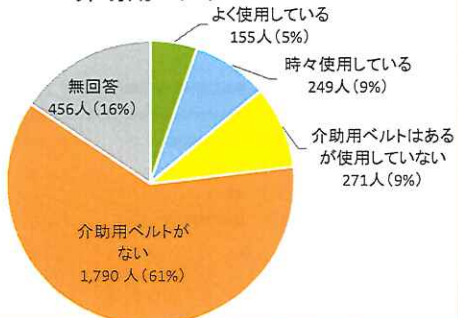
電動ベッド



ひじかけはねあげ式又は脱着式車いす



介助用ベルト



福祉機器はあるが使用していないと回答した方の理由

<1> 対象者がいない、使用できないケース

- 129件 ● 対象者がいない
(使用する程の利用者がいない、適応者がいない、表皮剥離の危険、リスクを伴う可能性、リハビリで利用者の力を最大限発揮してもらう)
- 6件 ● 利用者の希望
- 2件 ● その方それぞれなので。身体状態が異なる全ての方に使用できる訳ではない
 - その他詳細
 - ・ どんな人に適しているかわかっていない
 - ・ 使用した方が良い対象者に使用すれば良い。チームで相談して使用していければ良い
 - ・ 状態によるため
 - ・ 購入後初めのうちは使用していたが、対象利用者が減り、そのうち使われなくなった

<2> 近くにない、数がない、面倒、時間がない

- 32件 ● 近くにない、ユニット・フロアにない、どこにあるかわからない
- 27件 ● 数がない、少ない
- 25件 ● 準備や使用が面倒、手間がかかる
- 43件 ● 時間、余裕がない、効率・スピード重視、時間短縮のため
- 2件 ● 購入したはずだが、どこかにしまい込んで見つけていない
 - その他詳細
 - ・ 以前は使用していたが、紛失
 - ・ 業務に流されている。使用する出番がない。

<3> 使い方

- 25件 ● 使い方・コツ・適切な使用状況がわからない、難しい、うまく使えない、使いにくい
- 10件 ● 慣れていない。使用に不安がある(うまく使えなかった場合を含め)、技術が身につけていない、使用した方がリスクが上がる場合がある
- 16件 ● まだ使っていない、これから使う予定(導入したばかり、使用期間が短い、準備がまだ、マニュアル整備中・周知中)
- 5件 ● 知識ない・知識不足、使用方法を教わっていない
 - その他詳細
 - ・ その方にあつた機器が難しい
 - ・ 介助用ベルトを使用しても、利用者の方と身体を近づけられなかったり、そもそも利用者の身体に合わないため
 - ・ 1人介助でスライディングボードを使用していたが、レベル低下によりタオルによる2人介助対応となったため

<4> 必要性

- 44件 ● 必要であると感じない、使用しなくても問題ない、使用せずに介助を行える、二人での移乗介助を行っているため
- 11件 ● 腰痛がないため
- 2件 ● 使用すると腰に負担がかかる
- 3件 ● 使用しない方が素早くできる・しやすい、自分の体を使った方が楽
- 4件 ● 使用していない状態になれている、使用する意識・習慣がない
 - その他詳細
 - ・ きちんと移動できないことも多かったため
 - ・ 自分の介護技術がおちるから
 - ・ 非常時にそなえて人力で行う必要があるから
 - ・ 便利と思ったことがない。信用性がない。良さがよくわからない。使用しやすい物がない。
 - ・ 使用する用途が不明
 - ・ 使用することが、負担の軽減にならない・さほど変わりがない
 - ・ 使用するのを忘れてしまう。使用したことがない。

<5> 業務分担保外

- 18件 ● 移乗に関する業務を行っていない、行う機会がない

<6> その他

- 2件 ● 他の機器を使用している
- 2件 ● 他の人は使用しているが、自分は使っていない
 - その他詳細
 - ・ 言われた事がないから分からなかった
 - ・ 電動ベッドの接触が悪くなる事が多い
 - ・ ベルトは身体への負担が大きい
 - ・ いろいろあれば使ってみたい

- ・使いやすいものは使用している
- ・現場での案が上がらない。特に誰も提案しない。移乗に関して物を使用しない方法(2人介助で)以外の案が上がってこない。
- ・リハからの使用に対する返答がないため
- ・経営により
- ・促しているも、徹底されていない
- ・多くの人を対象とした物品を購入順位としているため
- ・スライディングシートは本人もちです。持っている人はひとりです。
- ・ボード使用させて下さい
- ・介助用ベルトがどういうものか理解していないため
- ・介助用ベルト使用すると圧迫され痛みが出やすくなる
- ・移乗用ボードを導入し使用しているが、頻度としては少なく全介助の方でも2名での持ち上げ介助になっている。基準をある程度決めるなども必要。セラピストが積極的に使用し伝達していく事も必要。
- ・スライディングボードはあるが、車イスのひじかけはねあげ式ではない又はベッドが電動ではないので、使用しにくい点で、対象者は1~2名程考えられるができない状況。

知りたい情報・意見・感想等

<1> 知りたい情報(技術関係)

63件 ● 技術面

(トランス、福祉機器を使用しないトランス、福祉機器を使用しての介護技術、場面ごとの良い介助の仕方(介助時の姿勢・体位・重心のかけ方・力の入れ方・どのくらい足を広げる・腰を曲げる・ベッドの高さ・入浴)、体格の良い方・体が大きい方・重い方、マヒ・拘縮のある方、下肢筋力のない方、強く力を入れてしまう方への介助、腰だけでなく膝にも負担がかからない介助の仕方、新しい技術)

55件 ● 負担をかけない(腰を痛めない)方法・やり方・腰痛予防策

(移乗介助、おむつ交換、トイレ介助、平行移乗、入浴、ベッド上清拭・排泄時、ベッドの高さが変えられない場合、全介助・寝たきりの人の介助、介助時のポイント、負担をかけずに迅速に)

18件 ● ボディメカニクス、体の使い方、体のしくみ

● その他詳細

- ・ヒザが曲がらないので、ヒザを曲げない状態で衣類交換や入浴の方法
- ・体型に合った介護方法
- ・移乗や入浴介助をする際、小さな力でも最大限に力が出せる武術(?)を勉強したい
- ・基本介助知識と応用変、体格(介護者)に合った予防等あれば知識として知っておきたい。
- ・個浴の時の入浴介助について知りたい。たとえば浴そうの形とか。
- ・移乗介助時の注意すること。
- ・痛みがあっても、トランスやおむつ介助しなきゃならない時の、介助の仕方。
- ・腰が痛くならないように介護するにはどうするべきか？
- ・移乗介助の際、身体の小さい人でも身体を痛めず、移乗することができる方法が知りたい
- ・最小の力で最大の効果を引き出す体の使い方を知りたい
- ・複数の身体的状況が悪かった場合などの介助方法をきいてみたい。(自分より身体も大きく、背も高い、認知症で話が通じにくい、下肢に力が入らないなどの重なり)
- ・重度の障害の方の介助方法を知りたい。体位変換やオムツ交換の「腰痛」にならない方法。
- ・古武術式介護(腰に負担がかからないと聞く)
- ・それぞれの利用者に一番適したトランス方法。
- ・技術、痛める介助方法(やっばいけいやり方)
- ・痛みが悪化しない介助法。
- ・介助方法の見直しや予防の為の対応。

<2> 知りたい情報(対処療法、予防関係)

56件 ● ストレッチ(介助前後の、日頃気軽にできる、痛みやむくみを軽減できる、腰痛予防、短時間でできる)や体操(予防を含め、腹筋・背筋バランスを整える、レクを兼ねたもの)

12件 ● 筋トレ(腰の強化のため・腰痛予防、負担に負けない)、筋力のつけ方、トレーニング方法

7件 ● 姿勢・体勢(良い姿勢を維持するコツ、理想的な立ち姿勢、職員 & 介助される方の負担にならない、洗い物をしているとき)

● その他詳細

- ・どこかをきかえようと腰に負担をかけない様になるか？
- ・体幹のきかえ方。
- ・普段からできる(日常の中で)対策。
- ・どのような運動をしたら良いのか知りたい。
- ・大殿筋・小殿筋も痛むので予防策、鍛え方を知りたい。
- ・日頃生活している中で腰を丈夫にする方法などあれば知りたいです。
- ・腰痛にきく運動が知りたい。腰痛があってもやっていい運動、やってはいけない運動等。

<3> 知りたい情報(福祉用具関係)

20件 ● 福祉用具について(色々知りたい、使用してみたい、種類や使用場面や使用方法、効果的・スムーズな使い方、レンタルできるか、導入について・メリット・デメリット、最新のもの、コスト、どういったものを使用すれば腰の負担軽減できるか)

● 福祉用具について詳細意見

- ・施設の金額の負担が少なく福祉機器が使える方法。
- ・福祉機器を使用しなくても、身近にある物で、代用できるものがあるか？スライディングシートの代わりにゴミ袋など、福祉機器がたりなかったり、近くなかった時の為に、他にもないか知りたい
- ・茨城県内施設での腰痛予防に関する福祉機器の導入状況と、導入できている施設とそうでない施設の違い。
- ・機械(リフト)を使う時間を短縮する方法を知りたい。

5件 ● 介護ロボットについて(興味あり、導入等の情報、活躍)

<4> 知りたい情報(腰痛関係)

41件 ● 腰痛について(予防・改善、行くと効果があること、腰痛があるとき・痛みが出てからの対処法、ベッド上での介助時等痛みが出る場合の対策法、腰痛あるとき&ないときに気をつける点・要点・注意点・改善点、どうすればなくなるか)

● 腰痛について詳細意見

- ・内臓の肥満と腰痛の関係について、なにか情報があれば知りたい。(どれくらい太っていると腰に悪い?)
- ・腰痛改善に向けた物理療法、徒手療法の最新の知見やエビデンスを知りたい。
- ・腰を痛めずに寝る方法。
- ・他施設では腰痛予防にどんなことをしているのか情報が知りたい。
- ・過去に腰を痛めた方のその後の経過、改善に至る過程。
- ・普段の生活の中で気をつけた方がよい事。
- ・サプリメント。良いマッサージ機。
- ・姿勢からくる痛みを自分自身で治すこと、改善出来る事を知りたい。
- ・腰痛が改善できた!という事例を知りたい。知ることで同じようにやってみて、改善につなげたい。
- ・腰痛になる原因を知りたい。

● 腰痛予防関連グッズ

- ・腰ベルトを使用しています。ベルトの他に良い物があれば、教えて頂きたい
- ・腰痛対策に使用する道具についてあるだけ知りたい
- ・新しい腰痛ベルトやコルセットの種類
- ・自分に合った介助用ベルトが分からない。
- ・色々な種類の腰痛グッズを知りたい
- ・腰痛予防用にベルトがほしいが、種類が多く、いどんなものを購入したらよいか分からない。
- ・コルセットの効果。
- ・腰痛を防ぐグッズなど新しいのがどんどんあるので、そう言った情報がたくさんほしい。コルセットぐらいなら買えるが他の物は高価なものが多い、使いやすくて安い値段の物をたくさん作ってほしい。
- ・コルセットを使用していた時があるが、あまり効果がなく、歩けないまで悪化してしまった。コルセットにかわる何かがあればいいのですが…。

<5> 知りたい情報(その他)

5件 ● 研修情報について(腰痛予防・改善関連、福祉機器の適切な使用方法、どんな研修があるのか)

● 対応について

- ・電動ベッドを使用する際、利用者さんが嫌がり、おたけびを上げたりする利用者さんへの声かけを教えてください。こちらの話聞いてもらえない。
- ・(ラクな)認知症の対応。
- ・泣いている、怒っている利用者への対応、声かけ事例。

● その他詳細

- ・特にないが1人がかかえる仕事量を減らすにはどうすればいいか
- ・教えて頂けるのであれば何でも良い。
- ・なんでも良いから得られる情報は得たい。
- ・ノーリフトポリシーの考え方を施設に効率よく普及させる方法。
- ・有効な食事など。
- ・オムツ交換の頻度。
- ・気持ちの部分が大切だと思うので何かあれば聞いてみたい。
- ・介助のスキルや福祉機器に対する使用の時期などわからないことが多く、使ってみてはどうだろう?と頭に浮かんで来ないので、それを用いることで負担が減り、入居者さんや利用者さんが安心、安楽にできるなら、その方法を知りたいです。
- ・1番ひげそりをする時が痛いのですが、みなさんどのようなスタイルでひげをそってるか知りたいです。
- ・他の施設は腰に負担をかけずに気をつけてる所。
- ・仕事以外、日常生活で気をつける事等。
- ・他者がどういう事で対策しているかを少しでも良いから知りたい。
- ・常に腰痛体操とか行っている情報を取り入れてもらいたい。

<6> 意見・要望

● 福祉用具に関すること

- ・施設として、肘かけはね上げ式のW/Cがほぼなく、介助者や被介助者の負担軽減を考えると数をふやしてほしい。肘かけはね上げW/Cをふやすことで、介助量軽減と腰痛軽減も計れると思われれます。
- ・施設に、もっと有効な福祉機器を導入してもらいたい。
- ・福祉機器があればどれだけ助かるかをもっと周知してほしい。
- ・介助用ロボットが欲しい
- ・福祉機器についてはコストがかかるが、施設向けに古い型の物などを安価でレンタルしてもらえるようなサービスがあると導入しやすくなり、腰の負担を軽減することができるのではないかとと思う。
- ・福祉機器が少しでも充実すれば、腰等の負担も少し減るのでないかと思われる。
- ・頭部だけでなくベッド全体が電動で上下できるようになれば、腰の高さに腰に負担をかけずにケアができるのではないかと考えます。(中腰がとて痛みが出やすいので)
- ・介護ロボットを国で推奨しているので、当グループでも検討して下さい。
- ・勤務している施設は、職員が少しでも負担をかけずに済む機器が無い為、非常に身体への負担がある。どうしてそのような機器を積極的に取り入れてくれないのか?対策方法もわからないので、職員が大変苦勞している、不満がある。
- ・最新の福祉機器などを知る機会がもっと身近であってほしいです。上手に福祉機器を使用することによって、介護をする側の腰の負担、介護される側にも安心して安全に介護が行えたらいいなと思います。

- ・リフト等の機器があれば腰の負担は減ると思うが、機器を使用するにはコストもかかるし、ヒューマンエラーも考えられるので、(又それを覚えたり教育する時間もかかる)簡易的で利用者様、介護スタッフが安心して使える機器が出てくるといいですね。
- ・海外のように日本も導入してほしい。スタッフも人材不足をしており、入所されている方々も介護度があがっている。負担をかけない福祉機器の導入は必要であると感じています。
- ・早く実用的な介護ロボを発明してほしい。
- ・福祉機器がほしい(リフト等)
- ・あまり大きいものは置き場所に困るので、小型でパワーがあるものが良い。
- ・いろいろな器具、道具があるとよい。使いやすいもの、簡単なもの。
- ・安価な立ち上がり介助バー、スタンディングマシーン等、特にトイレ・浴室等狭いところで使えて、リハビリにもなるもの。お願いします!
- ・要介護者と介護士双方にとって負担を少なくするために、リフトの導入をしてほしい。
- ・入浴介助時に負担軽減の為、機械浴の導入をお願いしたい。
- ・腰痛がおこらない様、施設として福祉機器をそろえて欲しいです。
- ・各施設福祉機器の導入に力を入れ、介護、看護スタッフがうまく使用できる様に指導してほしい。

● 人員について

- ・職員数を増やして欲しい。
- ・腰痛予防も大切だが、介護職員不足の為、介助負担が集中してしまう事を重視すべき!どんなに機器がそろっていても余裕を持って使える時間が無ければ正直意味なし。入居者3名に対して介護職員1人の配置は現場を熟知してない証拠。
- ・まず、人員不足を解消してほしい。指導できる人を置いてほしい。
- ・1人の負担が大きくなりたくない態勢にしてほしい。
- ・リハビリ スタッフに指導をして頂きたい。

● その他

- ・職員の数(人員)が安定しない為、1対利用者様10人対応しています。腰の負担も大切であるが、安全なケアが行えるような対策を考えていただきたいと思います。(離職率が高いらしい…と話を耳にする為)
- ・サポーターやコルセットは消耗品なので、無償で提供してもらえるととても助かります。
- ・移乗介助についての、教材ビデオ等があるといいかなと思います。
- ・移乗の際、腰に負担をかけやすいと思うのですが、それぞれの職員の意識としてどこまで考えているかわからないのでそういう機会をもうけてもよいのではないかと思います。
- ・介護用品もだが、無理なく1人でできる人でも2人で介助を行うという事が、広く世間(介護業界)に浸透してほしい。
- ・またマッサージor接骨院などの紹介があると良いなと思う。
- ・整形外科とジムに通っていますが、その時によく「介護の人は腰からヒザ、肘まで痛めることが多くて大変だ」という声が多くありました。医療費負担や離職率を減らすためにも、早急な対策を切に願います。
- ・施設として、腰痛防止の研修を実施してほしいと思う。
- ・いろいろな器具、道具があるとよい。使いやすいもの、簡単なもの。
- ・医療福祉従事者は、健康保険を使ってマッサージを受けられる様にして欲しい。夜間利用者20人に職員1人の割合を見直して欲しい。賃金が低い。TVによく出てくる平均所得を考慮して欲しい。
- ・コルセットぐらいなら買えるが他の物は高価な物が多い、使いやすくて安い値段の物をたくさん作ってほしい。
- ・腰痛を予防する意味で、仕事に就く前の(介護の)学校・研修時に、教えるべきだと思います。介護の「基礎」として教えてもらうことができれば、腰痛で悩む人が減ると思います。
- ・同系列内に整形外科が出来たらいいなと思います。福祉用具の充実化をはかって欲しい。公休が10に戻ってくれたら助かる(休息的な意味で)

<7> 課題

● 腰について

- ・腰痛には何が効果的なのか?作業の姿勢ではなく、日常で摂取できる物や対策で。
- ・一度でも痛くなってしまうたらもう良くならないのか。自分よりはるかに体格の良い方への介護や強弱力を入れてしまう方へはどのように介護すれば負担なく業務を行えるのか。
- ・腰痛を感じたら痛みが悪化しないように適切な管理がありますか。
- ・腰の重みを取るには何をすればいいですか?
- ・腰に負担がかかりそうな業務の時は、コルセットを使用しているが、それでも痛みがあるので今後どうしたら良いか?
- ・なるべく腰を痛めないためにはどうすれば良いか?休みの日など腰を休めるためどのような取り組みが必要か。
- ・食事支援後にベルトをしなくて立ち上がると腰痛がひどいのでどうしたらよいか?
- ・コルセットを使用しているが使うと腰が余計に悪くなると聞いたことがありますか?
- ・ストレスで腰が痛くなるのは本当ですか?

● 機器について

- ・福祉機器があるのは知っているが、施設としてとり入れようとしない。施設が健康診断を行うだけで予防や機器のとり入れを行うにはどうしたらいいか?意識を高めていきたい。
- ・利用者をベットから車いすへ移乗する時に、リフトがあれば腰に負担があまりかからないと思いますが、取り入れる予定はありますか?
- ・施設で福祉用品を購入して頂くためにはどうしたら良いですか?(以前相談しても購入には至らなかったようなので)

● その他

- ・中腰の姿勢をせずにトイレ介助の方法はありますか?
- ・ストレスも腰痛の原因と聞きました。ではストレス軽減はどのように行えば良いですか?
- ・労災について、どこまでしてくれるのか?腰痛に関してのトラブルは、労災になりにくいときました。

介護職員の腰痛に関する実態調査

調査A

以下の設問について、調査期間中における回答をお願いいたします。設問ごとに該当箇所に数字、または「○」印を記載してください。

1. 入所者について

	入所者の年齢構成						入所者の要介護度						入所者のADL状況				合計
	60代	70代	80代	90代	100代	合計	要支援	介護1	介護2	介護3	介護4	介護5	合計	自立歩行	歩行介助	車いす	
男性																	
女性																	
合計																	

施設名	
種別	
回答者氏名	
連絡先TEL	FAX

2. 介護に関わる職員について

	介護に関わる職員数							介護に関わる職員の経年数(貴施設における)							腰痛を理由とした退職者の離職率の推移				
	介護福祉士(介護福祉士)	介護職員(左記以外)	訪問介護員	看護職員(看護師・准看護師)	理学療法士	作業療法士	言語療法士	合計	介護福祉士(介護福祉士)	介護職員(左記以外)	訪問介護員	看護職員(看護師・准看護師)	理学療法士	作業療法士	言語療法士	合計	H26年度	H27年度	H28年度
男性								1年未満								退職者総数(A)			
女性								1～3年未満								上記のうち腰痛を理由とした退職者数(B)			
合計								3～5年未満								(B) / (A)			
								5～10年未満											
								10～20年未満											
								20年以上											
								合計											

3-1) 移動・移乗に関する福祉機器・福祉用具の整備状況について、それぞれの該当箇所に「○」印を記載してください。

	スライディングシート	スライディングボード	立ち上がり介助バー	リフト	電動ベッド	ひじかけはねあげ式又は脱着式車いす	介助用ベルト
充分に整備している							
概ね整備している							
一部整備している							
全く整備していない							
整備する必要性がない							

3-2) 貴施設における移動・移乗に関する福祉機器・福祉用具の設置台数を正しく記載してください。

	スライディングシート	スライディングボード	立ち上がり介助バー	リフト	電動ベッド	ひじかけはねあげ式又は脱着式車いす	介助用ベルト
設置している台数							
必要と思われる台数							
今年度購入予定台数							

3-3) 移動・移乗に関する福祉機器・福祉用具の使用状況について、それぞれの該当箇所に「○」印を記載してください。

	スライディングシート	スライディングボード	立ち上がり介助バー	リフト	電動ベッド	ひじかけはねあげ式又は脱着式車いす	介助用ベルト
必要な対象者には充分に使用している							
必要な対象者には概ね使用している							
必要な対象者に時々使用している							
必要な対象者にあまり使用していない							
使用する対象者がいない							

裏面あり

表面あり

4-1) 貴施設は、腰痛予防対策の取組みを行っていますか。該当箇所に「○」印を記載してください。

腰痛予防対策	
組織全体で取組んでいる	
取組み方針はあるが、なかなか浸透しない	
現在取り組んでいない。今後、取り組みたいと考えている	
現在取り組んでいない。今後取り組みについて考えていない	
取組みの必要性を感じていない	

4-2) 現在、施設として腰痛予防対策に取り組んでいる対策及び今後、あらたに導入したい対策に「○」印を記載してください。

	腰痛予防教育 (施設内研修)	腰痛予防研修会受講 (施設外研修)	福祉機器の活用	介護技術の向上	腰痛ベルトの整備	複数職員での介助	環境整備
現在取り組んでいる対策							
今後、導入したい対策							

	腰痛検診	産業医のカウンセリング	腰痛アンケートとの 結果の活用	腰痛予防委員会の 設置	腰痛予防を取り入れた 介護マニュアルの作成	その他
現在取り組んでいる対策						
今後、導入したい対策						

腰痛予防対策について、感想・意見を自由に記載してください。

ご協力ありがとうございました。
こちらの調査表は、8月25日(金)までにご提出をお願いいたします。

介護職員の腰痛に関する実態調査

この調査は、介護に関わる職員の腰痛予防の推進に役立てるために実施するものです。いただいた回答は上記の目的以外には一切使用しませんので、率直なご感想をお聞かせください。質問ごとに該当箇所にしるしを記載してください。

施設名	<input type="checkbox"/> 特別養護老人ホーム <input type="checkbox"/> 特別養護老人ホーム(ユニット) <input type="checkbox"/> 訪問入浴介護 <input type="checkbox"/> 訪問介護 <input type="checkbox"/> 小規模多機能型居宅介護 <input type="checkbox"/> 認知症対応型共同生活介護 <input type="checkbox"/> 養護老人ホーム <input type="checkbox"/> 障害入所系
種別	<input type="checkbox"/> 介護老人保健施設 <input type="checkbox"/> 通所介護 <input type="checkbox"/> 訪問介護 <input type="checkbox"/> 小規模多機能型居宅介護 <input type="checkbox"/> 軽費老人ホーム・ケアハウス <input type="checkbox"/> 障害通所系

V 回答者のプロフィール

年代	<input type="checkbox"/> 10代 <input type="checkbox"/> 20代 <input type="checkbox"/> 30代 <input type="checkbox"/> 40代 <input type="checkbox"/> 50代 <input type="checkbox"/> 60代 <input type="checkbox"/> 70代~
性別	<input type="checkbox"/> 男性 <input type="checkbox"/> 女性
職種	<input type="checkbox"/> 介護職員(介護福祉士資格保有者) <input type="checkbox"/> 訪問介護員 <input type="checkbox"/> セラピスト(理学療法士・作業療法士・言語療法士) <input type="checkbox"/> 介護職員(左記以外) <input type="checkbox"/> 看護職(看護師・准看護師)
経歴年数	<input type="checkbox"/> 1年未満 <input type="checkbox"/> 1~3年未満 <input type="checkbox"/> 3~5年未満 <input type="checkbox"/> 5~10年未満 <input type="checkbox"/> 10~20年未満 <input type="checkbox"/> 20年以上

▼ アンケート

1-1) 介助に伴う腰痛を発症したことがありますか
 現在、腰痛がある 過去に腰痛があった ない

1-2) ※上記1-1)で現在、腰痛がある方のみ回答してください。
 腰痛発生の頻度はどれくらいですか
 週に1~2回感じる 週に3~4回感じる ほぼ毎日感じている

※上記1-1)で現在、腰痛がある方のみ回答してください。
 次のすべての介助場面における腰痛の程度を選択してください。

《シーツ交換》
 痛みなし 痛みは軽い 痛みは中程度 痛みは強い 痛みは耐えられない

《食事介助》座位姿勢のどれる要介護者の食事介助、ベッド上での食事介助
 痛みなし 痛みは軽い 痛みは中程度 痛みは強い 痛みは耐えられない

《入浴介助》一般浴、機械浴における服の脱着、入浴、身洗、洗髪などの介助
 痛みなし 痛みは軽い 痛みは中程度 痛みは強い 痛みは耐えられない

《おむつ交換》ベッドや布団上でのおむつ交換
 痛みなし 痛みは軽い 痛みは中程度 痛みは強い 痛みは耐えられない

《移動介助》要介護者を支えながらの歩行介助、車いすでの移動介助
 痛みなし 痛みは軽い 痛みは中程度 痛みは強い 痛みは耐えられない

《着衣時の移乗介助》ベッド⇄車いす、ベッド⇄ホーダー⇄車いす⇄便座、車いす⇄スリッパなどの移乗介助
 痛みなし 痛みは軽い 痛みは中程度 痛みは強い 痛みは耐えられない

《非着衣時の移乗介助》要介護者が服を着ていない時の入浴、身洗、洗髪に伴う移乗介助
 痛みなし 痛みは軽い 痛みは中程度 痛みは強い 痛みは耐えられない

《トイレ介助》トイレでの排泄に伴う脱着衣、洗浄、便座への移乗などの介助
 痛みなし 痛みは軽い 痛みは中程度 痛みは強い 痛みは耐えられない

《清拭介助、整容・更衣介助》要介護者の体を拭く介助、衣服の脱着衣の介助、身だしなみの介助等
 痛みなし 痛みは軽い 痛みは中程度 痛みは強い 痛みは耐えられない

《送迎介助》送迎車への移乗、居室から送迎車までの移動など
 痛みなし 痛みは軽い 痛みは中程度 痛みは強い 痛みは耐えられない

《生活援助》調理、洗濯、掃除、買い物など
 痛みなし 痛みは軽い 痛みは中程度 痛みは強い 痛みは耐えられない

表面あり

1-4)	<p>腰痛予防を身につけるため、どんな介護技術を高めたいですか（複数回答可）</p> <p><input type="checkbox"/> シーツ交換</p> <p><input type="checkbox"/> 食事介助</p> <p><input type="checkbox"/> 入浴介助：一般浴、機械浴における服の脱着衣、入浴、身洗、洗髪などの介助</p> <p><input type="checkbox"/> おむつ交換：ベッドや布巾上でのおむつ交換</p> <p><input type="checkbox"/> 移動介助：要介護者を支えながらの歩行介助、車いすでの移動介助</p> <p><input type="checkbox"/> 着衣時の移乗介助：ベッド⇄車いす、ベッド⇄杖、車いす⇄便座、車いす⇄リフト、車いす⇄トイレ、車いす⇄便座、車いす⇄トイレなどの移乗介助</p> <p><input type="checkbox"/> 非着衣時の移乗介助：要介護者が服を着ていない時の入浴、身洗、洗髪に伴う移乗介助</p> <p><input type="checkbox"/> トイレ介助：トイレでの排泄に伴う脱着衣、洗浄、便座への移乗などの介助</p> <p><input type="checkbox"/> 清拭介助、整容、更衣介助：要介護者の体を拭く介助、衣服の脱着衣の介助、身だしなみの介助等</p> <p><input type="checkbox"/> 送迎介助：送迎車への移乗、居宅から送迎車までの移動など</p> <p><input type="checkbox"/> 生活援助：調理、洗濯、掃除、買い物など</p>
2-1)	<p>腰痛改善・予防のために、何か心がけていることはありますか</p> <p><input type="checkbox"/> ある <input type="checkbox"/> ない</p>
2-2)	<p>※上記2-1)で腰痛改善・予防を心がけている方のみ回答してください。</p> <p>腰痛改善・予防はどうしていますか（複数回答可）</p> <p><input type="checkbox"/> 普段から姿勢に気をつけている</p> <p><input type="checkbox"/> ウォーカーやコルセットを利用している</p> <p><input type="checkbox"/> 介護の前にストレッチをしている</p> <p><input type="checkbox"/> ウォーキングなどで腰の筋肉を鍛えている</p> <p><input type="checkbox"/> 毎日ゆづりお風呂につかっている</p> <p><input type="checkbox"/> 整形外科や接骨院に通っている</p> <p><input type="checkbox"/> 家族や同僚にマッサージしてもらっている</p> <p><input type="checkbox"/> その他</p>
2-3)	<p>あなたは、これまで腰痛予防に関する研修会等に参加したことがありますか。</p> <p><input type="checkbox"/> ある <input type="checkbox"/> ない</p>
2-4)	<p>※上記2-3)で研修会に参加されたことがある方のみ回答してください。</p> <p>どこで研修を受講されましたか。(複数回答可)</p> <p><input type="checkbox"/> 施設内 <input type="checkbox"/> 県内 <input type="checkbox"/> 県外</p>
2-6)	<p>※上記2-3)で研修会に参加されたことがない方のみ回答してください。</p> <p>今後、研修会に参加したいですか。</p> <p><input type="checkbox"/> ぜひ参加したい <input type="checkbox"/> 可能であれば参加したい</p> <p><input type="checkbox"/> どちらでもよい <input type="checkbox"/> 参加したいと思わない</p>

3-1)	<p>あなたの施設は腰痛予防対策に取り組んでいますか。</p> <p><input type="checkbox"/> 取り組んでいる <input type="checkbox"/> 取り組んでいない <input type="checkbox"/> わからない</p>
3-2)	<p>あなたは、日頃、移動・移乗に関する福祉機器を使用していますか</p> <p>《スライディングシート》</p> <p><input type="checkbox"/> よく使用している <input type="checkbox"/> 時々使用している <input type="checkbox"/> シートがない</p> <p>《スライディングボード》</p> <p><input type="checkbox"/> よく使用している <input type="checkbox"/> 時々使用している <input type="checkbox"/> ボードがない</p> <p>《リフト》</p> <p><input type="checkbox"/> よく使用している <input type="checkbox"/> 時々使用している <input type="checkbox"/> リフトがない</p> <p>《立ち上がり介助バー》</p> <p><input type="checkbox"/> よく使用している <input type="checkbox"/> 時々使用している <input type="checkbox"/> 立ち上がり介助バーはあるが使用していない <input type="checkbox"/> 立ち上がり介助バーはない</p> <p>《電動ベッド》</p> <p><input type="checkbox"/> よく使用している <input type="checkbox"/> 時々使用している <input type="checkbox"/> 電動ベッドはあるが使用していない <input type="checkbox"/> 電動ベッドがない</p> <p>《ひじかけはねあげ式又は脱着式車いす》</p> <p><input type="checkbox"/> よく使用している <input type="checkbox"/> 時々使用している <input type="checkbox"/> ひじかけはねあげ式又は脱着式車いすはあるが使用していない <input type="checkbox"/> ひじかけはねあげ式又は脱着式車いすがない</p> <p>《介助用ベルト》</p> <p><input type="checkbox"/> よく使用している <input type="checkbox"/> 時々使用している <input type="checkbox"/> 介助用ベルトはあるが使用していない <input type="checkbox"/> 介助用ベルトがない</p>
3-3)	<p>※上記3-2)で移動・移乗に関する福祉機器はあるが使用していない方のみ回答してください。</p> <p>移動・移乗に関する福祉機器はあるが使用していない理由を記載してください。</p>
その他	<p>あなたが腰に負担をかけずに介護するために知りたい情報やご意見・感想を自由に記載してください。</p>

ご協力ありがとうございました。
 こちらの調査表は、8月25日(金)までにご提出をお願いします。

