

働くことと健康

滋賀医科大学

埤田和史

第5回

重度心身障害児者施設職員の腰痛問題と対策

●重度心身障害児者施設職員の腰痛問題

1960年代はじめに東京や滋賀に重度心身障害児施設が開設されて以来、多くの施設で看護や介護に携わる職員に深刻な健康問題、腰痛や頸肩腕障害が頻発してきました。この問題は、テレビや国会でも取り上げられ、社会的にも注目されたこともありましたが、解決には至らず経過しています。また、当初、入所していた方々は体重も軽い「児童」でしたが、年齢を重ねるに従って成人の体格となり体重も増えました。最近では、加齢による身体機能の低下も加わり、職員の健康リスクが高まる状況も生まれています。

●求められる予防対策

重度心身障害児施設での腰痛予防対策を国が初めて指示したのは、1975年のことです。腰痛は今も昔も働く人が罹患する最も多い健康障害です。事業主による労働者の安全衛生管理責任を定めた労働安全衛生法が成立したのが1970年です。その年に「重量物取扱作業における腰痛予防について」が出され、1975年に2番目の腰痛予防指針として、重度心身障害児施設について予防対策が指示されています。ふり返って見れば、提示された対策が不十分だったこともありますが、「予防対策」に関する情報が職場や働く人たちに届かなかったことが、深刻な健康問題を継続させることになったと言えます。

●腰痛予防対策にとりくんだ施設での経験

1) 職員の安全衛生問題にとりくむ組織を確立する

とりくみの第一歩は、腰痛問題をはじめとする職員の健康問題や安全問題にとりくむ組織を確立することでした。腰をすえた長期のとりくみが不可欠だからです。50人以上の職員がいる施設では、法律上、設置が義務づけ

られている衛生委員会や安全衛生委員会が該当します。施設内の各職場から委員が参加し、施設責任者や産業医も参加して、職員の健康状態（腰痛や肩や腕などの痛みを訴える職員の状況、メンタル問題の状況、妊婦さんの健康状態、休職者状況など）や、事故情報（転倒事故、交通事故など）や、ヒヤリ・ハット情報などを出し合い、原因の分析や対策を相談します。腰痛やメンタル問題などの職員向けの研修会などの企画もします。定期的開催し、施設内に起きている職員の健康問題についての知識を集積する場となります。また、施設の管理者が加わることで、効果的な対策を素早く実施できます。

2) 学習する

腰痛や頸肩腕障害には明確な原因があります。毎日の仕事のなかにある原因に気づき、リスクを小さくする方法や腰痛予防に役立つストレッチ体操について学習しました。「腰痛予防対策指針」の内容を学ぶことが学習の基本になります。新採用職員については、新入職員研修の一環になっています。腰痛予防のリーダーメンバーは、とくに繰り返し学習し、職場を指導したり、職場の働き方のなかの危険性を発見できるようにします。腰痛予防のリーダーメンバーみんなで、職場を巡視し危険な働き方に対する具体的な対策を考えあったり、他の職場



抱きかかえてのトイレ介助はリフト利用に改善された

での「良い改善例」を学びあうこともしました。基礎的な知識が身につくと、職場の危険性を減らす具体的なアイデアが次々浮かんでくるようです。

3) 働き方の見直し

私が産業医として関わっている重度心身障害児者施設でとりくみ初期に「身体的につらい作業」を職員に尋ねたところ、ベッド・車いす間やベッド・ストレッチャー間の移譲、トイレ介助、入浴介助、ベッド・布団上での移動、おむつ交換、食事介助が高率に指摘されました。どの作業も腕や腰に強い負担となる作業で、「力任せ」の作業方法を見直す必要がありました。

これらの問題は、スライディングシート、ダンボール、リフトの活用に伴って大きく解消されました。ダンボールとは、プラスチック段ボールを適切な大きさに切ってベッドとストレッチャーとの間に敷きスライディングシートと共に利用者さんの移譲に使う道具です。軽くて安い（原価数百円）道具で職員が開発しました。

4) 道具の活用に対する職員の理解

道具の利用には、当初、職員から強い抵抗がありました。「抱きかかえ」や「手のぬくもり」を大事にしたいとの声でした。しかし、「抱きかかえ」が職員の健康にとって有害だけでなく、利用者さんの安全性や快適性にも悪影響を与えていることを、時間をかけて説得しました。利用者さんにも「お試し協力」を要請し、働き方の改善を進めていきました。ベッド上の移動やベッド・ストレッチャー間の移譲やおむつ交換の際のスライディングシートの利用は急速に広まりました。利用者さんがリフトに慣れると、「リフトのほうが楽だ」「リフトじゃないと怖い」と発言するようになり、リフト利用も一気に進みました。施設がこうした機器整備を計画的にすすめたことも大きな力となりました。

5) 実技研修が必要

機器を利用した働き方の改善は、利用者さんにとっても職員にとっても安全であるように手順を決め、実技研修を行いすすめました。導入後も、我流にならないように、手順の見直しや確認研修を行っています。研修については、標準手技を記録した教材用DVDを作り活用しています。実技指導は、指導者としての研修を受けた職員が担当すべきです。安易にPTや看護師が担当するのは危険です。指導者研修は、日本のノーリフト協会や中央労働災害防止協会が開催しています。



天井走行リフトが設置され、部屋の入り口の袋の中にはスライディングシートが準備されている。

ストレッチャーにはスライディングシートが準備されている。

●働き方の改善は本当に腰痛を防ぐか

働き方の改善が職場にどのような変化を生み出したのか。数字的に起きた変化は、施設開設以来、連綿と続いてきた「腰痛」や「頸肩腕障害」で労災休業する職員がゼロになりました。「腰痛は当たり前」という職場の文化が変わりました。腰痛を理由に退職する人もあまり聞かなくなりました。では、腰痛がなくなったのかというと、相変わらず腰痛有訴率が高い状態は続いています。仕事で生じる腰部の負担が小さくなったことで、仕事や日常生活を制限するような腰痛が生じにくくなったことはまちがいありません。健康な職場づくりのためには、事業主の責任のもとに働く人が危険な働き方を見直し、改善し続けることが必要です。重度心身障害児者施設でも健康な職場づくりは可能です。（たおだ かずし）