

介護労働者の健康管理についての調査 —特にメンタルヘルスと腰痛について—

主任研究者 京都産業保健総合支援センター所長 油谷桂朗

共同研究者 志岐初子⁽¹⁾、立入克敏⁽¹⁾、小林一之⁽¹⁾、内藤勝巳⁽¹⁾、久保俊一⁽²⁾、
渡辺能行⁽²⁾、長谷齊⁽²⁾、三上靖夫⁽²⁾、長江将輝⁽²⁾、茶谷賢一⁽³⁾、沖野良枝

(4) (1)京都産業保健総合支援センター、(2)京都府立医科大学、(3)堀川病院、(4)滋賀県立大学)

1. はじめに

急激な人口の高齢化、所帯規模の縮小、女性の雇用機会の拡大、扶養意識の変化などによりわが国の老人介護の状況は急激に変化しつつある。このため国は新たに「高齢者介護保険制度」を導入し、様々な介護サービスを提供している。この介護サービスの業務に従事する労働者は急速に増加し、平成14年には日本全体で40.7万人（平成2003年、社会福祉の動向）となっている。これらの介護労働者に腰痛やストレスなどの健康障害の訴えがみられるがその実態の解明はなされていない。今回、介護労働者の健康状態について京都府下の介護施設などでその実態を調査した。

2. 調査方法

1) 自記式アンケート調査：京都府下の介護老人保健施設109、介護老人福祉施設47、介護療養型医療施設27計183施設の介護業務従事者5060名、京都福祉サービス協会の7支所に所属するホームヘルパー280名計5340名を調査対象とした。上記施設の推定介護業務従事者数と同数のアンケート用紙を各施設毎に郵送、配布・回収した。得られた結果の解析には表計算ソフト「エクセル2003」および「統計解析ソフトSPSS12.0JforWindows」を使用した。クロス集計結果の検定では、 χ^2 乗検定で確率0.05未満を有意とした。
2) 現地実態調査：腰痛検診の実施について了解を得た施設の中からアンケートに、腰痛を訴えるものが多かった2施設と少なかった2施設に出向いて腰痛検診を実施した。また、上記の4施設に対して施設の介護作業環境と作業状況を調査した。

3. 調査結果

1) アンケート調査の回答は190施設のうち124施設（回答率65.4%）、介護業務従事者5340名のうち2586名（回答率48.4%）から得られた。

① 回答者の年齢は20歳～29歳が38.7%、30歳～39歳20.3%、40歳～49歳21.6%で50歳以上も18.3%あった。女性が78.2%で、BMIはやせ気味・標準をあわせ76.1%であった。介護に関わる17職種のうち介護福祉士28.3%、看護師12.1%、ホームヘルパーを含む介護担当者55.7%であった。施設の種類の別は特別養護老人ホームが50.7%、介護サービスの種類は入所サービスが81.6%、介護業務の経験年数は1～3年22.1%、3年～5年25.6%、5年～10年27.3%であった。15の介護業務のうち、「おむつ交換」、「入浴介助」、「食事介助」、「シーツ交換」などに1日あたり各々30分～60分以上かけているものが多かった。

② ストレスについては厚生労働省の疲労蓄積度自己診断テストを設問としたが、「イライラ」、「張りつめ」、「憂鬱」、「不安」、「精神疲労」、「肩こり」のそれぞれに74%～83%の訴えがあった。これらの訴えは「移乗や抱き抱え」、「おむつ交換」、「入浴介助」、「食事介助」などの介護業務で特に高率を示した。

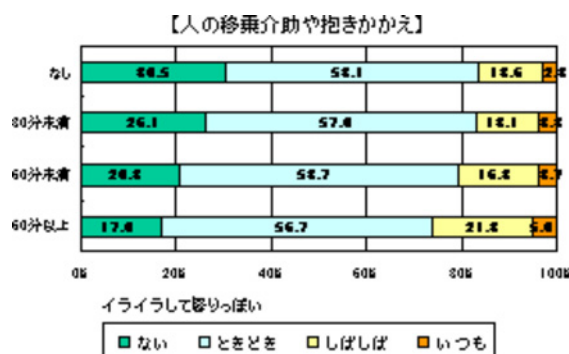


図1 仕事内容と従事時間とストレス

また、ストレスを訴えながら特に対策を取っていないものが25%あり、一方精神科や心療内科に掛かっているものが1.5%あった。

③ 腰痛があるとしたものは「軽い」54.2%、「常に」21.8%、「激しい」1.0%をあわせて76%であった。一方腰の痛みが「全く無い」と回答したものは21.2%であった。いつ痛むかでは「中腰作業」、「屈んだ姿勢」、「排泄介助」、「移乗移動」、「入浴介助」の各作業時をあげるものが多かった。

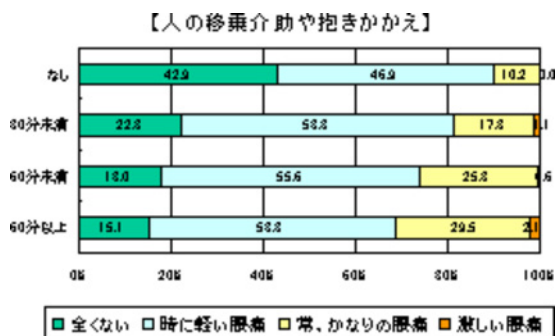


図2 仕事内容と従事時間と腰痛

④ 余暇の過ごし方では「出来るだけ体を休ませる」が50.8%あった。職場の腰痛予防教育は「実施していない」が68.5%であった。腰痛検診の実施は「実施していない」が55%あった。仕事についての自己評価では、「仕事が多い」88.6%、「仕事の内容が大変」86.9%、となっていたが、「今の仕事に満足している」78.3%、「自分に合った仕事」82.9%ともなっていた。

2) 腰痛健康診断では、腰痛所見者が受診したせいかな訴えのかなり強い者が多かった。施設の環境や設備では法令がほぼ遵守されていた。しかし介護リフトなどの使用は1か所のみであった。

4. 考察

1) 今回の調査対象集団はこれまでの介護関係の調査に比べて大きく、調査結果は集団の傾向を良く反映していると思われる。

2) 介護業務従事者のストレスの要因は、仕事についての自己評価で示されたように体の不自由な高齢者と深く関わっていく介護の特殊性にあると考える。さらに介護業務従事者の約7割が交代勤務で不規則な労働に従事していた。また、ホームヘルパーの半数は仕事の悩みを同僚や上司に聞いてもらう機会の少ない直行・直帰勤務者である。このような勤務形態がストレスを一層増加させているのではないかとと思われる。

3) 腰痛を訴えるものは回答者の約8割におよぶのに過去1年間に腰痛で休業したものは7.6%である。痛みがあっても何とか業務に従事しているものが大半であると思われる。介護職に就く前に腰痛は無かったと回答しているものが半数を占めており、就業後の介護業務の負荷が腰痛の発症もしくは悪化の一因であると思われる。このような腰痛の実態がありながら腰痛予防教育や腰痛検診を実施していない施設が多いことが注目される。

4) ストレスと腰痛との相関は明確に出来なかったが腰痛のあるものはないものに比べストレスを生じると思われる症状を自覚している割合が多く、特に腰痛の自覚の強いものにその傾向が見られることから腰痛とストレスとの間に関連があると考えざるを得ない。

5) 職場環境、施設、設備の構造の調査結果は、腰痛の自覚のあるものとの関連は少なく、腰痛発症には、個々の作業姿勢、作業量、経験年数、個人差などの関与が大きいと思われる。

5. まとめ

今回の調査で介護業務従事者のストレスと腰痛の実態がかなり明らかになった。今後アンケート調査や腰痛検診の定期的実施、腰痛予防の労働教育、介護業務の省力化、標準化、カウンセリングの導入などの実施が必要で京都産業保健総合支援センターの支援が望まれる。