

研究課題（テーマ）		看護学生のベッドメイキングにおける姿勢と下肢筋力・骨格筋量との関連- モーションキャプチャーによる動作解析-	
研究者	所属学科等	職	氏 名
代表者	看護学部	講師	岡山 未来
分担者	看護学部	准教授	林 静子
	看護学部	助教	細田恵莉奈
	工学部	教授	唐山英明
	工学部	助教	崔 高超
研究結果の概要			
看護ケア場面で重要な腰痛対策「ボディメカニクス(両足を開く、重心を低く保つ、前かがみにならない)」をうまく活用できない看護学生は、下肢の筋力が低下しているのではないかな？ この疑問を解決するため、ボディメカニクス活用が明確に分かる「ベッドメイキング」中の姿勢と下肢筋力・骨格筋量との関連について調査した。 測定内容と結果は以下のとおりである。 1. 下肢筋力・骨格筋量 看護学生1年生に対し、ロコモスキャン®を使用し下肢屈曲筋力を測定した。 インボディ 470 を使用し、骨格筋量(上肢・下肢・体幹)、SMI を測定した。 2. ベッドメイキング中の姿勢 モーションキャプチャーにて、ベッドメイキング中の動作を捉えた。動作分析データと撮影動画から、姿勢評価尺度(徳田, 1993)を参考に、各対象者の姿勢を腰部負荷の観点から、良い姿勢群と不良姿勢群①、不良姿勢群②に分類された。 3. ベッドメイキング中の身体への意識と身体感覚 10項目(両足を開くことを意識している、ベッドメイキング中に膝を曲げると辛いなど)に対して、当てはまる程度を確認した。 4. 姿勢と骨格筋量・下肢筋力との関連 骨格筋量の低評価(Chen et al., 2020)である SMI5.7 未満に該当したのは 5 名 5名とも、不良姿勢(体幹危険角度 30 度以上)であった。 下肢屈曲筋力は、良い姿勢群・不良姿勢群①・不良姿勢群②で、平均値を比較した。 不良姿勢群①<不良姿勢群②<良い姿勢であった。			
今後の展開			
結果の精選を行う。本結果から、本来「小さい力で大きな物を動かす」というボディメカニクスの原点に戻り、低筋力であっても、腰痛を起こさない身体の使い方の工夫について、アプローチできる方法を思索・展開し、学生に還元したい。			