

(表2-58)よく眠れるかと腰痛の有無

度数

		よく眠れるか		合計
		眠れる	眠れない	
1週間以内	ある	89	37	126
に腰痛が有	ない	448	95	543
ったか				
合計		537	132	669

P=0.003 オッズ比=1.96 1.26 ≤ 95% CI ≤ 3.05

(表2-59)アルバイトをしているかと腰痛の有無

度数

		アルバイトをしているか		合計
		している	していない	
1週間以内	ある	4	119	123
に腰痛が有	ない	22	516	538
ったか				
合計		26	635	661

P=0.667

(表2-60)自宅で家事をするかと腰痛の有無

度数

		自宅で家事をするか			合計
		良くする	時々する	ほとんどしない	
1週間以内	ある	25	59	41	125
に腰痛が有	ない	57	273	209	539
ったか					
合計		82	332	250	664

P=0.014

(表2-61)家族に腰痛のある人がいるかと腰痛の有無

度数

		家族に腰痛のある人がいるか		合計
		いる	いない	
1週間以内	ある	74	47	121
に腰痛が有	ない	209	331	540
ったか				
合計		283	378	661

P<0.001 オッズ比=2.49 1.664 ≤ 95% CI ≤ 3.737

(表2-62) 家族の仲と腰痛の有無

度数

	家族の仲はよいか			合計
	良い	普通	悪い	
1週間以内 に腰痛が有 ったか	ある 52	ある 60	ある 12	124
	ない 204	ない 303	ない 35	542
合計	256	363	47	666

P=0.222

(表2-63) 自宅の机の前に座っている時間、テレビなどを見る時間と腰痛の有無

	1週間以内に腰痛が 有ったか	N	平均値	標準偏差	平均値の 標準誤差
テレビなどを見る時 間	ある	127	2.370	1.0220	0.907
	ない	548	2.642	1.3547	0.579
自宅の机の前に座 っている時間	ある	127	2.315	2.0767	1.843
	ない	548	2.608	2.3962	1.024

(表2-64) 検定統計量

	自宅の机の 前に座って いる時間	テレビなどを 見る時間
カイ2乗	1.176	3.914
自由度	1	1
漸近有意確率	.278	.048

a. Kruskal Wallis 検定

(表2-65) 小学生の頃に腰痛があったかと調査時の腰痛の有無

度数

	小学生のころ腰痛があっ たか		合計
	腰痛有り	腰痛無し	
1週間以内 に腰痛が有 ったか	ある 15	ある 109	124
	ない 33	ない 513	546
合計	48	622	670

P=0.018 オッズ比=2.14 1.123 ≤ 95% CI ≤ 4.075

(表2-66)今の学校に入学後腰痛があったかと調査時の腰痛の有無

度数

	今の学校に入学後腰痛があったか		合計
	腰痛有り	腰痛無し	
1週間以内に腰痛があったか	ある 112	ない 14	126
合計	162	385	547
	274	399	673

P<0.001 オッズ比=19.0 10.59≤95% CI≤34.13

(表2-67)腰痛の治療歴と調査時の腰痛の有無

度数

	今の学校に入学後腰痛の治療を受けたか		合計
	ある	ない	
1週間以内に腰痛があったか	ある 40	ない 85	125
合計	30	513	543
	70	598	668

P<0.001 オッズ比=8.05 4.755≤95% CI≤13.62

(表2-68)体格と腰痛の有無

	1週間以内に腰痛があったか	N	平均値	標準偏差	平均値の標準誤差
身長	ある	125	169.7160	7.92253	70861
	ない	524	169.4544	69.15783	3.02117
身長の伸び (cm/year)	ある	65	3.0062	3.21602	39890
	ない	345	4.1222	8.63044	46465
体重	ある	120	62.937	11.4194	1.0424
	ない	491	58.992	11.7143	5287
BMI	ある	125	20.5813	5.54620	49607
	ない	523	22.7575	73.63368	3.21978

身長 p=0.966

身長の伸び p=0.304

体重 p=0.001

BMI p=0.741

(表2-69)前屈した際の床と指先との距離と腰痛の有無

度数

	前屈した際の床と指先との距離					合計
	30センチ以上	10~30センチ	0~10センチ	指の付け根	それ以上	
1週間以内に腰痛があったか						
ある	12	22	37	28	26	125
ない	29	109	213	117	74	542
合計	41	131	250	145	100	667

(表2-70)検定統計量

	前屈した際の床と指先との距離
カイ2乗	906
自由度	1
漸近有意確率	341

a Kruskal Wallis 検定

参考文献

- 1 Hartvigsen J Is sitting-while-at-work associated with low back pain?
A systematic, critical literature review Scand J Public Health
Sep,28(3) 230-9, 2000
- 2 青山旬 「肩こり」「腰痛」は不動の現代病? 公衆衛生情報 49(3) 1-3, 2001
- 3 Shirai Y, Low back pain Clinical comprehension and prevention of the
high incidence occupational disease, Asian Med J 41 (12) 610-618, 1998
- 4 Roland M, A study of the natural history of back pain, Spine 8 (2)
141-144, 1983

研究班委員リスト

主任研究者 白井 康正 日本医科大学名誉教授

分担研究者 大成清一郎 大成整形外科医院院長

分担研究者 伊藤博元 日本医科大学整形外科教授

研究協力者

氏名	所属・役職
秋元 博之	弘前大学医学部保健学科教授
太田 久彦	日本医科大学医療管理学教室
今野 俊介	日本医科大学整形外科学助手
原田 征行	弘前大学名誉教授・青森県立中央病院院長
宮本 雅史	日本医科大学整形外科学助教授
武藤 芳照	東京大学大学院身体教育学教授

(50 音順)

研究成果の刊行に関して

本研究の研究成果は書籍の刊行、雑誌への論文発表は行っていない

関連資料

座作業者用

腰痛に関するアンケート

椅子に座っての作業をを職業とする方には腰痛をお持ちの方が多く、その予防のための方法がこれまでも検討されています。ところがそれにもかかわらず未だに腰痛に悩む方も少なくありません。このアンケートは皆様が腰痛にかからないよう、その対策を検討するために全国規模で行うものです。いままでに腰痛にかかった経験のある方もない方も是非ご協力をお願い致します。このアンケートの結果は、腰痛予防を考えるためのもので、個人の名前を公表したり、記入した内容を個別に部外に洩らすことはありませんので、ありのままをご記入下さるようお願い致します。

アンケートの記入方法

回答は番号順に質問に従って進んでください。記入の方法は次の通りです。

(1) _____(アンダーライン)の箇所は文字または数字を記入してください。
(今の職業について何年になりますか。 _____年)

(2) 答えが番号で示されているものは該当するものを一つ○で囲んでください。
(記入例 性別 ①男性 2 女性)

なお、ご記入頂くページが4面あります。最終ページまでご記入漏れのないよう再確認をお願い致します。

(1) 通勤や職場の内容についてお聞かせ下さい

1) 通勤時間は片道どのくらいですか 1 30分以下 2 30分～1時間

3 1時間～1時間30分 4 1時間30分～2時間 5 2時間以上

2) 通勤の方法はどれですか 1 徒歩 2 電車やバス 3 自転車 4 その他

3) 通勤は体に負担になっていますか 1 はい 2 いいえ

4) 通勤が腰痛の原因になると思いますか 1 はい 2 いいえ

5) 勤務日数は1ヶ月平均どれくらいですか。 _____日/月

6) 勤務時間は1日平均どれくらいですか。 _____時間/日

7) 休憩時間は1日平均どれくらいですか。 _____時間/日

8) 深夜勤務はありますか 1 ある 2 ない

9) 休日は1ヶ月平均どれくらいですか。 _____日/月

10) 職務の内容について教えてください

業務時間中それぞれの時間配分のおおよその割合をお答え下さい

1 対人的な応対 _____%

2 筆記作業 _____%

3 コンピュータの操作 _____%

4 その他 _____%

- 11) コンピュータを扱う方に、ディスプレイをみている時間は合計
一日あたりどのくらいですか _____時間
- 12) コンピュータを扱う方に、次の症状があれば○をつけて下さい (複数回答可)
1 目の疲れや目の奥の痛み 2 首の痛みや重い感じ、肩こり
3 頭痛
- 13) 仕事中に腰を伸ばすことをしていますか
1 ほとんどしない 2 時々する 3 よくする
- 14) あなたの姿勢は 1 前に屈みがち 2 背筋は伸びている 3 その他
- 15) 座席の周りは狭い感じがしますか 1 狭く感じる 2 特に狭くはない
- 16) 職場の机の高さは 1 高過ぎる 2 ちょうど良い 3 低過ぎる
- 17) 職場のいすの高さは 1 高過ぎる 2 ちょうど良い 3 低過ぎる
- 18) いすの高さを調節していますか 1 調節している 2 調節していない
- 19) 職場のいすには肘掛けがありますか 1 ある 2 ない
- 20) 休憩時間には何をして過ごすことが多いですか
1 机の前に座っていることが多い 2 いすから離れて屋内にいる
3 屋外に出ることが多い 4 どれとも言えない
- 21) 長時間の坐位での作業は腰痛の原因になると思いませんか 1 はい 2 いいえ

(2) 体の具合などについて教えてください

- 1) 朝は気持ち良く起きられますか 1 はい 2 いいえ
- 2) 疲れやすいですか 1 疲れやすい 2 普通 3 あまり疲れにくい
- 3) 気分が晴れないことか多いですか 1 多い 2 普通
- 4) 体で痛いところがありますか。あれば○をつけてください (複数回答可)
1 頭痛 2 肩こり 3 首の痛み 4 背中の痛み 5 関節の痛み
6 腕や脚の痛み 7 胸の痛み 8 排便時排尿時の痛み 9 腹痛
- 5) 体で具合の悪いところがありますか (複数回答可)
1 吐き気 2 おなかが張る 3 下痢や便秘 4 物が飲み込みにくい
5 体かふらつく 6 力が入らない 7 月経困難
- 6) そのような症状はどのくらい続いていますか
1 1ヶ月以内 2 2ヶ月以内 3 3ヶ月以内 4 6ヶ月以上
- 7) 腰痛以外の病気で医者にかかっていますか 1 はい 2 いいえ

(3) 職場の環境についておたずねします

- 1) 職場にゆっくり休憩する場所がありますか 1 はい 2 いいえ
- 2) 職員間の人間関係に精神的ストレスを感じますか 1 はい 2 いいえ
- 3) 対外的な人間関係に精神的ストレスを感じますか 1 はい 2 いいえ
- 4) 仕事上の責任に重圧を感じますか 1 はい 2 いいえ
- 5) 仕事にやりがいを感じますか 1 はい 2 いいえ
- 6) 仕事のスケジュールは不規則すぎますか 1 はい 2 いいえ
- 7) 仕事時間は長すぎますか 1 はい 2 いいえ

(4) からの柔軟性などについて教えてください

立位体前屈（膝を伸ばして立ち、体を前に曲げて指先を床につける柔軟）で、指先は床につきますか

- 1 指先から床まで30センチ以上 2 指先から床まで10～30センチくらい
3 指先から床まで0～10センチ 4 指のねもとまでつく 5 それ以上

(5) 今のあなたの日常生活についておたずねします。

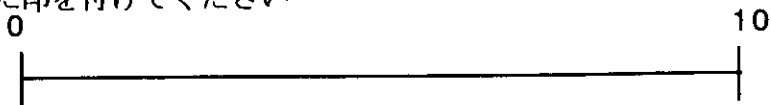
- 1) 結婚していますか 1 はい 2 いいえ
2) 家事はしますか 1 自分が主にする 2 半分程度する 3 ほとんどしない
3) 睡眠時間は1日平均どれぐらいですか _____時間/日
4) よく眠れますか 1 あまり眠れない 2 よく眠れる
5) 自宅ではゆっくりできますか 1 あまり休めない 2 ゆっくりできる
6) たばこを吸いますか 1 はい (_____本/日) 2 いいえ
7) 定期的に（週1回以上）スポーツや運動をしていますか 1 はい 2 いいえ

(6) いままで治療したことのある病気、ケガなどに○を付けてください

- 1 リウマチ 2 脊椎カリエス 3 脊椎の骨折 4 尿管結石
5 腎臓病 6 産婦人科疾患 7 癌などの悪性疾患
8 その他 _____

(7) 腰痛についておたずねします

- 1) 就職する前から腰痛がありましたか 1 あった 2 なかった
2) 今の職場で勤務する前に腰痛がありましたか 1 あった 2 なかった
3) 今の職場で勤務してから腰痛がありましたか 1 あった 2 なかった
4) 今の職場で勤務してから腰痛のために治療を受けたことがありますか
 1 ある 2 ない
5) 今の職場で勤務してから腰痛のために仕事を休んだことがありますか
 1 ある 2 ない
6) 最近1週間で腰痛がありますか 1 ある 2 ない
7) 腰痛のあった方に、お尻や脚に痛みがありますか 1 ある 2 ない
8) 最近1週間で最もひどい時の腰痛を下の線の上に記入してください。痛みの全くない状態を0、想像できるもっとも激しい痛みを10とするとどれぐらいですか
線の上に印を付けてください



9) 現在、腰痛の治療をしていますか 1 している 2 していない

10) 治療をしている方に、どのような治療をしていますか（複数回答可）

- 1 病院や医者に通っている 2 接骨院や針灸にかかっている
3 マッサージやカイロプラクティックにかかっている

(8) 今の職場についてから腰痛があった人におたずねします

- 1) あなたの腰痛は病気やけがが原因で起こりましたか 1 はい 2 いいえ
2) 腰痛の原因は交通事故や労働災害ですか 1 はい 2 いいえ
3) 事故や労災の方に、事故はいつ頃でしたか _____年 _____ヶ月前
4) 事故や労災の方に、現在も治療中ですか 1 治療中 2 既に直った

(9) 最近一週間以内に腰痛のあった方にお尋ねします。

あなたの最近一週間の状態にあてはまるものがあれば「はい」に、あてはまらない場合には「いいえ」に○をつけてください。

1 腰痛のため、ほとんど家にいる	はい いいえ
2 腰痛を楽にするためによく姿勢を変える	はい いいえ
3 腰痛のため、ゆっくりでないと歩けない	はい いいえ
4 腰痛のため、家事がほとんどできない	はい いいえ
5 腰痛のため、階段を上るとき手すりが必要	はい いいえ
6 腰痛のため、横になって休むことが多い	はい いいえ
7 腰痛のため、安楽椅子から立つとき押さえるものが必要	はい いいえ
8 腰痛のため、何かをするとき介助者を捜す	はい いいえ
9 腰痛のため、服を着るのに時間がかかる	はい いいえ
10 腰痛のため、短時間しか立ってられない	はい いいえ
11 腰痛のため、体を曲げたりひざまづいたりするのがつらい	はい いいえ
12 腰痛のため、椅子から立ち上がるのが困難	はい いいえ
13 一日中腰が痛い	はい いいえ
14 腰痛のため、ベッドから起きあがるのが困難	はい いいえ
15 腰痛のため、食欲がない	はい いいえ
16 腰痛のため、靴下やストッキングをはくのが困難	はい いいえ
17 腰痛のため、短距離しか歩けない	はい いいえ
18 腰痛のため、十分眠れない	はい いいえ
19 腰痛のため、服をきるときに介助が必要	はい いいえ
20 腰痛のため、1日の大部分を座って過ごしている	はい いいえ
21 腰痛のため、重労働をさけている	はい いいえ
22 腰痛のため、精神的に不安定で人に当たりやすい	はい いいえ
23 腰痛のため、ゆっくりでないと階段を上れない	はい いいえ
24 腰痛のため、ほとんどベッドで寝ている	はい いいえ

(10) 長時間の坐位での作業が原因の腰痛を減少させるためにどのような対策があると思いますか。ご意見がございましたらご記入をお願いします。

(11) あなたの年齢、性別、身長、体重についておたずねします。

- 1) 年齢 _____ 歳
- 2) 性別 1 男性 2 女性
- 3) 身長 _____ c m
- 4) 体重 _____ k g

調査用紙の記入はここで終わりです。ご協力有り難うございました。

中学生・高校生用 腰痛に関するアンケート

成人では腰が痛むという人が多く、その予防のための方法がこれまでも検討されています。ところが最近では腰痛はもっと若い方にもあるのではないかということや言われ始めていますが、詳しいことはまだわかっていません。この調査は皆さんのような学生さんたちに実際腰痛が起こっているのか。またその原因や予防法はあるのかを調べるために全国規模で行うものです。いままでに腰痛にかかった経験のある方もない方も是非ご協力をお願い致します。このアンケートの結果は、腰痛予防を考えるためのもので、個人の名前を公表したり、記入した内容を個別に部外に洩らすことはありませんので、ありのままをご記入下さるようお願い致します。

アンケートの記入方法

回答は番号順に質問に従って進んでください。記入の方法は次の通りです。

(1) _____ (アンダーライン) の箇所は文字または数字を記入してください。

(2) 答えが番号で示されているものは該当するものを一つ○で囲んでください。

(記入例 性別 ①男性 2女性)

なお、ご記入頂くページが4面あります。最終ページまでご記入漏れのないよう再確認をお願い致します。

(1) 普段の学校生活についての質問

- 1) あなたの学校は週5日制ですか6日制ですか 1 5日制 2 6日制
- 2) 通学時間は片道どのくらいですか ()時間 ()分
- 3) 通学のかばんはどれですか
1 手提げ 2 肩掛け式 3 リュックサック式 4 その他
- 4) 通学の方法は主にどれですか 1 徒歩 2 電車やバス 3 自転車 4 その他
- 5) 学校で過ごす時間はどのくらいですか
1 7時間未満 2 7～9時間 3 9時間以上
- 6) 教室の机の高さは 1 高過ぎる 2 ちょうど良い 3 低すぎる
- 7) 教室のいすの高さは 1 高過ぎる 2 ちょうど良い 3 低すぎる
- 8) 教室での姿勢は 1 姿勢が悪いと思う 2 普通 3 良いと思う
- 9) 授業中に頬杖をつくことがありますか
1 よくある 2 ときどきある 3 ほとんどない
- 10) 休み時間には何をしてすごすことが多いですか
1 机の前に座っていることが多い 2 いすから離れて屋内にいる
3 屋外に出ることが多い 4 とれとも言えない

(2) からだの柔軟性などについて教えてください

- 1) 立位体前屈(膝を伸ばして立ち、体を前に曲げて指先を床につける柔軟)で、指先は床につきますか
1 指先から床まで30センチ以上離れてしまう 2 指先から床まで10~30センチくらい
3 指先から床まで0~10センチ 4 指のねもとまでつく
5 手のひらまでつく
- 2) 体力測定のとときに背筋力をやっけていて、結果を覚えていたら教えてください _____Kg

(3) スポーツ活動について教えてください

- 1) 体育以外で現在定期的にスポーツをしていますか 1 はい 2 いいえ
以下11)までは定期的にスポーツをしている方への質問です
- 2) それは学校のクラブ活動ですか学校以外でのスポーツですか
1 学校のクラブ活動 2 学校以外のスポーツ 3 両方
- 3) 種目を教えてください _____
- 4) 練習は週に何日ですか _____日
- 5) 一回あたりの練習時間はどのくらいですか 平日_____時間、休日_____時間
- 6) 試合のある種目の方に、どのくらいの大会に出ていますか
1 区や市の大会 2 都道府県の大会 3 全国大会 4 国際大会
- 7) 練習を指導してくれるのはどのような人ですか 1 先生 2 先輩 3 コーチ
- 8) 練習の途中や後で腰が痛くなったことがありますか 1 はい 2 いいえ
- 9) 体調の良くないときに練習を休むことはできますか
1 なかなか休めない 2 容易に休める 3 どちらとも言えない
- 10) 腰痛のために練習を休んだことがありますか 1 ある 2 ない
- 11) 休んだことがある人に、その期間はどのくらいですか
1 数日 2 2週間以内 3 1ヶ月以内 4 1ヶ月以上

(4) 体の具合などについて教えてください

- 1) 自宅ではゆっくり休めますか 1 はい 2 いいえ
- 2) 夜は良く眠れますか 1 はい 2 いいえ
- 3) 朝は気持ち良く起きられますか 1 はい 2 いいえ
- 4) 疲れやすいですか 1 疲れやすい 2 普通 3 あまり疲れない
- 5) 気分が晴れないことが多いですか 1 多い 2 普通
- 6) 学校や学校外での人間関係でいやな気持ちになることが多いですか
1 はい 2 いいえ
- 7) 体で痛いところがありますか。あれば○をつけてください(複数回答可)
1 頭痛 2 肩こり 3 首の痛み 4 背中痛み 5 関節の痛み
6 腕や脚の痛み 7 胸の痛み 8 排便時排尿時の痛み 9 腹痛
- 8) 体で具合の悪いところがありますか(複数回答可)
1 吐き気 2 おなかか張る 3 下痢や便秘 4 物か飲み込みにくい
5 体がふらつく 6 力が入らない 7 月経困難
- 9) そのような症状はどのくらい続いていますか
1 1ヶ月以内 2 3ヶ月以内 3 6ヶ月以内 4 6ヶ月以上
- 10) 腰痛以外の病気で医者にかかっていますか 1 はい 2 いいえ

(5) 自宅での生活などについてお答え下さい

- 1) 睡眠時間はどのくらいですか _____時間
- 2) 自宅には自分の勉強机がありますか 1 ある 2 ない
- 3) ご自分の机のある方に、その机の高さはどうですか
1 高過ぎる 2 ちょうど良い 3 低過ぎる
- 4) ご自分の机のある方に、いすの高さはどうですか
1 高過ぎる 2 ちょうど良い 3 低過ぎる
- 5) 自宅で机の前に座っている時間は平均どのくらいですか
_____時間_____分くらい
- 6) テレビを見たりテレビゲームをしたりする時間は平均一日どのくらいですか
_____時間_____分くらい
- 7) テレビを見たりするときにはどこに座っていますか 1 床やたたみ 2 いす
- 8) アルバイトをしていますか 1 はい 2 いいえ
- 9) アルバイトをしている方に、仕事の内容は立ち仕事ですか 1 はい 2 いいえ

(6) ご家族のことについてお答え下さい

- 1) ご家族は何人ですか _____人
- 2) 自宅で家事をすることがありますか 1 よくする 2 時々する 3 ほとんどしない
- 3) ご家族で腰痛のある方はいますか 1 はい 2 いいえ
- 4) 家族同士の仲は良いですか 1 良い 2 普通 3 悪い

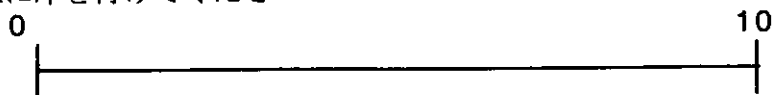
(7) いままでに治療したことのある病気、ケガなどに以下のものがもしあれば

○を付けてください

- 1 椎間板ヘルニア 2 脊椎カリエス 3 脊椎の骨折 4 脊椎分離症
- 5 腎臓病 6 産婦人科疾患 7 癌などの悪性疾患
- 8 その他 _____

(8) 腰痛についておたずねします

- 1) 小学生の頃に腰痛がありましたか 1 あった 2 なかった
- 2) 今の学校に入学してから腰痛がありましたか 1 あった 2 なかった
- 3) 今の学校に入学してから腰痛のために治療を受けたことがありますか
1 ある 2 ない
- 4) 今の学校に入学してから腰痛のために学校を休んだことがありますか
1 ある 2 ない
- 5) 最近1週間で腰痛がありますか 1 ある 2 ない
- 6) 腰痛のあった方に、お尻や脚に痛みがありますか 1 ある 2 ない
- 7) 最近1週間で最もひどい時の腰痛を下の線の上に記入してください。痛みの全くない状態を0、想像できるもっとも激しい痛みを10とするとどれくらいですか。
線の上に印を付けてください



- 8) 現在、腰痛の治療をしていますか 1 している 2 していない
- 9) 治療をしている方に、どのような治療をしていますか (複数回答可)
1 病院や医者に通っている 2 接骨院や針灸にかかっている
3 マッサージやカイロプラクティックにかかっている

(9) 最近一週間以内に腰痛のあった方にお尋ねします。

あなたの最近一週間の状態にあてはまるものがあれば「はい」に、あてはまらない場合には「いいえ」に○をつけてください。

1 腰痛のため、ほとんど家にいる	はい いいえ
2 腰痛を楽にするためによく姿勢を変える	はい いいえ
3 腰痛のため、ゆっくりでないと歩けない	はい いいえ
4 腰痛のため、家事がほとんどできない	はい いいえ
5 腰痛のため、階段を上るとき手すりが必要	はい いいえ
6 腰痛のため、横になって休むことが多い	はい いいえ
7 腰痛のため、安楽椅子から立つとき押さえるものが必要	はい いいえ
8 腰痛のため、何かをするとき介助者を捜す	はい いいえ
9 腰痛のため、服を着るのに時間がかかる	はい いいえ
10 腰痛のため、短時間しか立ってられない	はい いいえ
11 腰痛のため、体を曲げたりひざまづいたりするのがつらい	はい いいえ
12 腰痛のため、椅子から立ち上がるのが困難	はい いいえ
13 一日中腰が痛い	はい いいえ
14 腰痛のため、ベッドから起きあがるのが困難	はい いいえ
15 腰痛のため、食欲がない	はい いいえ
16 腰痛のため、靴下やストッキングをはくのが困難	はい いいえ
17 腰痛のため、短距離しか歩けない	はい いいえ
18 腰痛のため、十分眠れない	はい いいえ
19 腰痛のため、服をきるときに介助が必要	はい いいえ
20 腰痛のため、1日の大部分を座って過ごしている	はい いいえ
21 腰痛のため、重労働をさけている	はい いいえ
22 腰痛のため、精神的に不安定で人に当たりやすい	はい いいえ
23 腰痛のため、ゆっくりでないと階段を上れない	はい いいえ
24 腰痛のため、ほとんどベッドで寝ている	はい いいえ

(10) 身長や体重などについて教えてください

- 1 現在の身長は何センチメートルですか _____ c m
- 2 身長は最近1年間に伸びていますか 1 はい 2 いいえ
- 3 伸びた方に、どのくらい伸びましたか _____ c m
- 4 現在の体重は何キログラムですか _____ Kg
- 5 あなたの性別はどちらですか 1 男性 2 女性
- 6 あなたの年齢をお答え下さい _____ 歳

調査用紙の記入はここで終わりです。ご協力有り難うございました。