

表1 ベースライン時の介入群と対照群の特徴

		介入群	対照群	p値
年齢		35.39 ± 10.71	36.51 ± 10.40	0.199
性別	男性	289	300	0.725
	女性	3	5	
雇用形態	正社員	283	294	1
	再雇用	9	10	
職位	班長	27	28	0.999
	リーダー	48	50	
	一般	217	227	
勤務形態	日勤のみ	104	126	0.1
	夜勤あり	186	179	
勤続年数		12.81 ± 11.11	13.70 ± 11.57	0.345
教育歴	中卒	18	17	0.66
	高卒	245	247	
	高専卒・短大卒	13	19	
	大学卒・大学院卒以上	16	21	
喫煙	吸わない	16	16	0.412
	以前喫煙	7	15	
	時々喫煙	152	160	
	毎日喫煙	117	114	
飲酒	飲まない	100	106	0.901
	週3日未満	93	92	
	週3日以上	99	107	
体を動かす習慣	あり	87	103	0.334
	なし	204	202	
睡眠	十分とれている	48	62	0.077
	まあまあとれている	190	199	
	あまりとれていない	54	40	
	全くとれていない	0	3	
体の痛み(作業前)	首肩	1.78 ± 1.37	1.92 ± 1.50	0.244
	腰	2.25 ± 1.64	2.25 ± 1.72	0.971
	指手首	1.48 ± 1.13	1.57 ± 1.26	0.414
	膝	1.49 ± 1.13	1.51 ± 1.17	0.842
体の痛み(作業後)	首肩	2.05 ± 1.78	2.25 ± 1.89	0.179
	腰	2.69 ± 2.10	2.77 ± 2.16	0.666
	指手首	1.70 ± 1.47	1.79 ± 1.60	0.512
	膝	1.63 ± 1.34	1.63 ± 1.40	0.968
体の痛み(変化量)	首肩	0.27 ± 0.97	0.35 ± 1.12	0.379
	腰	0.44 ± 1.10	0.52 ± 1.15	0.394
	指手首	0.22 ± 0.77	0.23 ± 0.87	0.841
	膝	0.14 ± 0.69	0.14 ± 0.82	0.995
Wfun		30.52 ± 4.94	30.55 ± 4.90	0.939
Work Ability Index		8.03 ± 1.57	8.03 ± 1.62	0.993

図1 研究参加者の介入群・対照群の分類および参加者のフロー

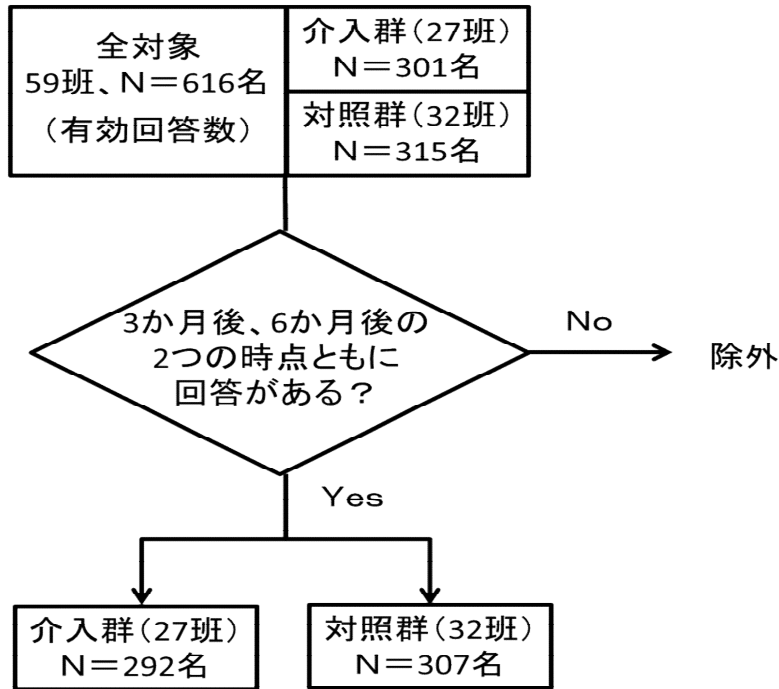


図2 介入群と対照群のベースライン時および介入後3か月、6ヶ月時点の腰痛の程度推移

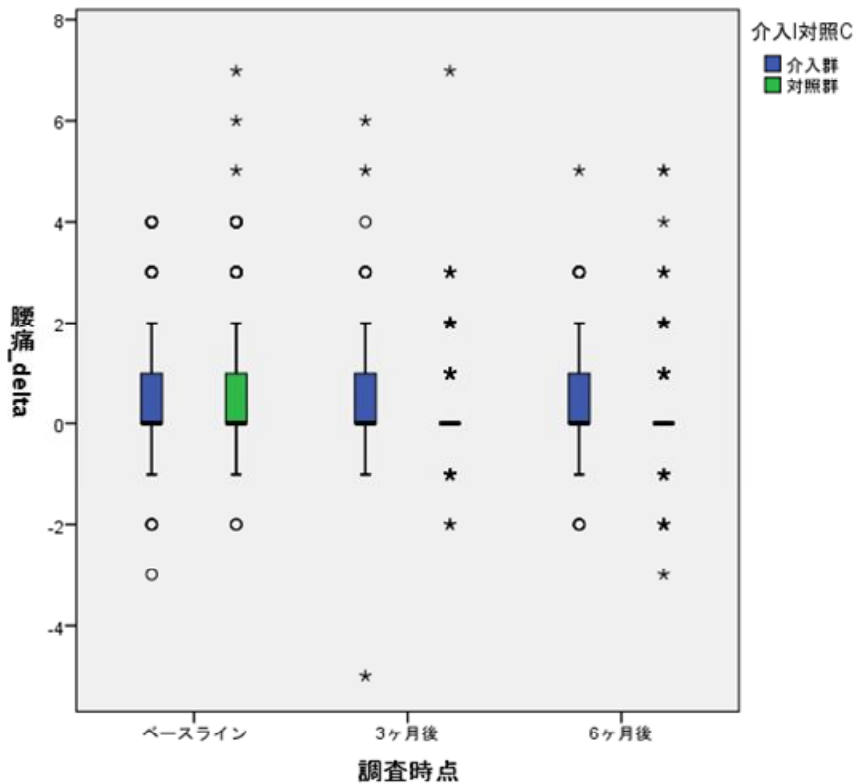


図3 介入群と対照群のベースライン時および介入後3カ月、6ヶ月時点のWfunの推移

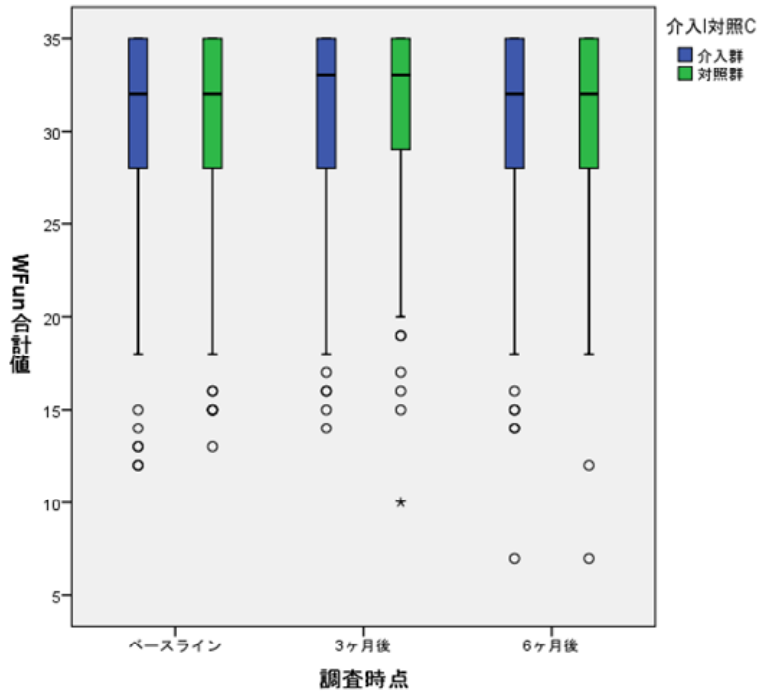


図4 介入群と対照群のベースライン時および介入後3カ月、6ヶ月時点のWAIの推移

