
P29-05 特別養護老人ホーム入居者における机の高さについての調査

鈴木 愛、大藪 あずさ

特別養護老人ホーム 七福神

【目的】成人を対象とした研究では、適切な机の高さは座面高に座高の3分の1を加えた高さであると示されており、高齢者においても適用できると言われている。特別養護老人ホーム（以下特養）入居者は座位で活動する場面が多く机を使用することも多いが、日々の中で入居者が使用している机の高さの不適合を経験する。そこで今回、当施設入居者における机の高さの現状を調査し、適切な机の高さとの比較を実施した。【方法】当施設入居者で机上動作を行う方37名を対象とした。対象者の属性は男性9名、女性28名、年齢 87.3 ± 6.6 歳。測定項目は現在使用している椅子または車いすの座面高、座高、現在使用している机の高さとした。【結果】対象者は64~70cmの机を使用しており、適切な机の高さから平均して 32.3 ± 29.2 mmの差がある机を使用していた。その中で、先行研究において高齢者の机の高さの許容範囲と言われている「適切な机の高さ-34mm~+36mm」から外れた高さの机を使用している対象者は18名であった。【考察】不適合な机は座位姿勢や机上活動に影響を及ぼす。今回の対象者では約半数の18名に机の高さの不適合が見られ、机上動作において疲労感・使用感・能率に影響が生じている可能性が示唆される結果となった。特に生活期においては、日常の中で主体的に活動し能力を活かした生活を送るためには周囲の環境要因が重要であり、環境の1つである机にも焦点を当てる必要があると考える。