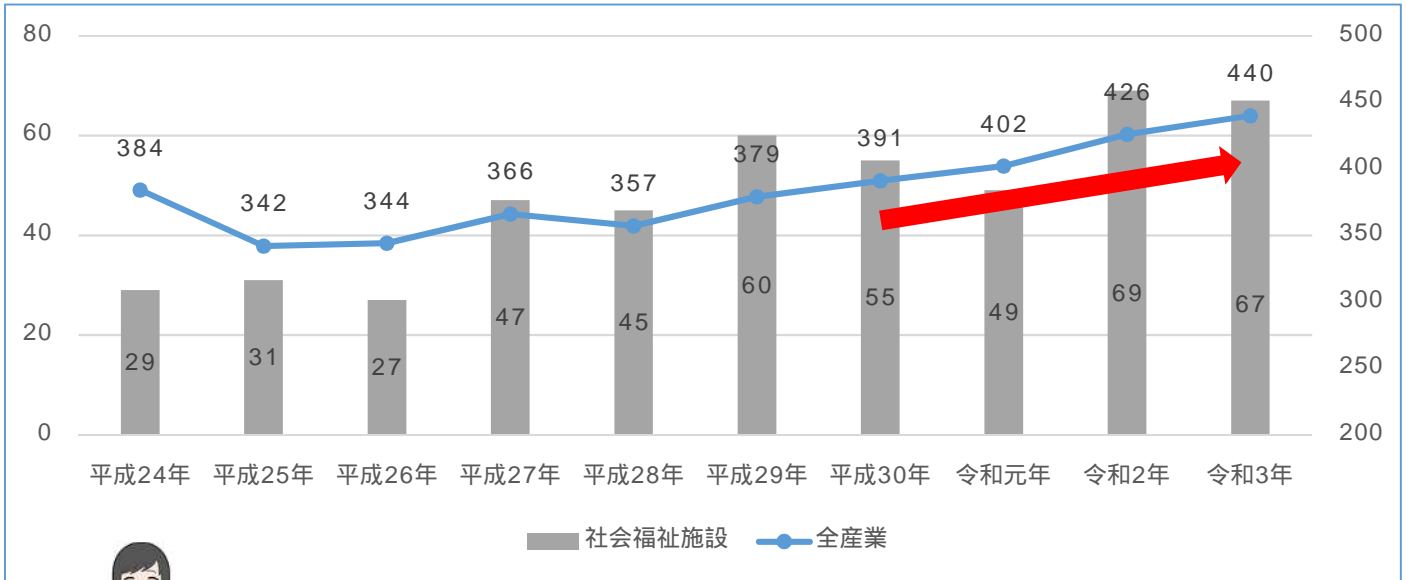
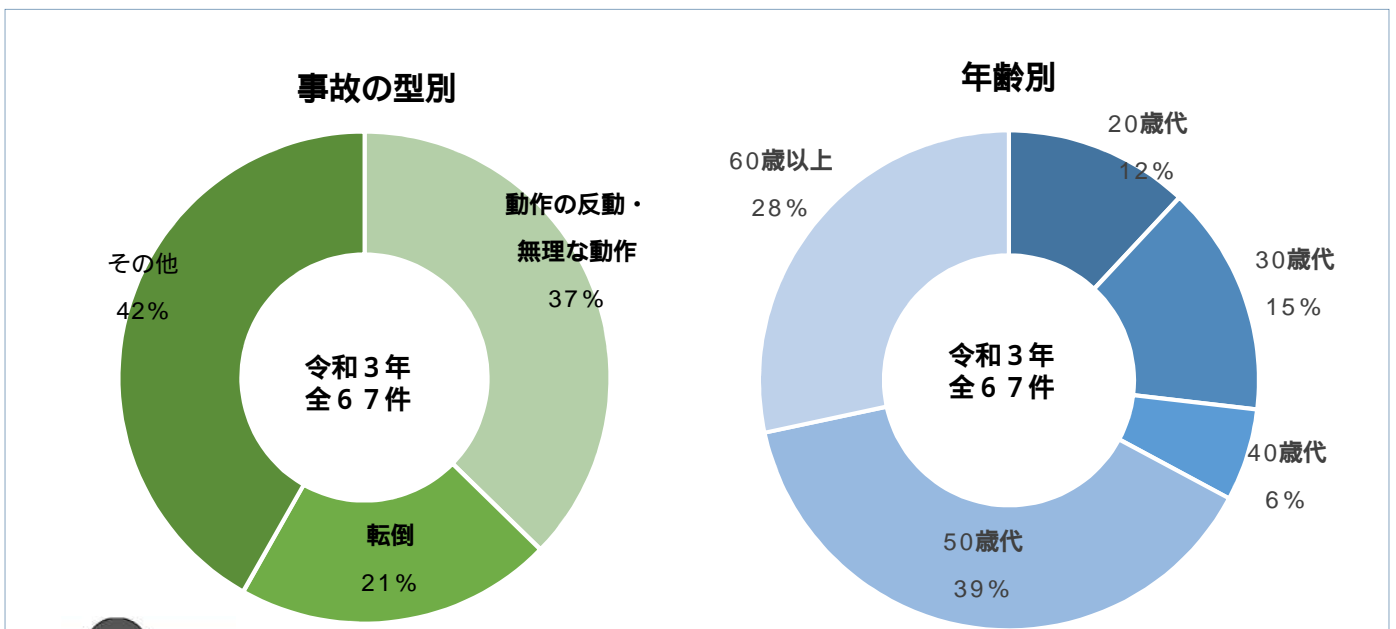


動画を見て腰痛災害を防止しよう！

社会福祉施設の労働災害発生状況（横須賀署管内）



社会福祉施設での労働災害は増加傾向となっています。
令和3年の67件は、平成24年の29件の2倍を超えています。



事故の型別では、「動作の反動・無理な動作」と「転倒」で約6割、
年齢別では、「50歳代以上」で約7割を占めています。
「動作の反動・無理な動作」はほとんどが腰痛です。

腰痛を予防する動画サイトのご案内は裏面を参照ください

職場における腰痛予防対策～保健衛生業・管理者向け～



> <https://www.youtube.com/playlist?list=PLMG33RKISnWhTgsV6UpXVeWS49nfQrcIt>

タイトル	内容	視聴時間
腰痛の発生状況とその要因、事業者の責務について	腰痛の発生状況とその要因を把握することで、腰痛予防の重要性と事業者としての責務を確認し、管理体制のポイントを学びます。	11分
労働災害を防止するための安全衛生管理体制整備について	事業者として安全衛生管理を把握し、腰痛予防対策の体制づくりを学びます。また、安全衛生管理体制の整備と教育について確認します。	24分
リスクアセスメントと労働安全衛生マネジメントシステム	保健衛生業の特性から課題を知り、対策としてリスクアセスメントやチェックリスト、労働安全衛生マネジメントを学びます。	16分
ノーリフティングケアと福祉機器について	介護作業におけるノーリフティングケア導入の取り組みと実績を確認し、各種福祉機器や用具の使用の有用性を学びます。	15分
厚生労働省の介護福祉機器導入等、腰痛予防に資する助成金や制度の紹介	高齢者向けの支援や取り組みを紹介する他、リフトなどの機器導入のために活用できる助成金情報などを学ぶことができます。	7分

職場における腰痛予防対策～保健衛生業・作業員向け～



> <https://www.youtube.com/playlist?list=PLMG33RKISnWiSVsceNBDjFRqzkHzWsbL4>

タイトル	内容	視聴時間
腰痛の発生状況とその要因、予防対策のポイントについて	腰痛の発生状況とその要因を把握することで、腰痛予防の重要性を確認し、対策に必要なポイントを学びます。	11分
作業による腰への負担と作業別の適切な作業方法について	作業姿勢による腰への負担の違いと理想の姿勢を確認します。また、各職場における腰痛予防の基本的な考え方や作業方法を学びます。	22分
労働者の身体的負担軽減を図る福祉機器の使用方法	腰痛にならないための道具として、多種多様な福祉用具や機器の活用方法を紹介、使用する際の不安点と解決策を確認します。	7分
リスクアセスメントについて	リスクアセスメントの効果の活用方法を学びます。また、実際の施設における取り組み事例を見ることで、具体的な手法を学びます。	10分
作業標準の必要性と作り方について	作業標準の重要性を確認し、実際の策定項目を把握します。また、実際の作成事例を見ることで、具体的な手法を学びます。	4分
おすすめ ストレッチと予防体操	ストレッチをすることで得られる効果といつ行うかを確認します。また、ストレッチを行う際のポイントと具体的な方法を学びます。 7分30秒～ 「これだけ体操2020」は毎日実施すると効果的です。	11分



転倒災害防止には、「ころばNICEかながわ体操」をおすすめします。

「ころばNICEかながわ体操」

