



腰痛に要注意



Be careful of back pain

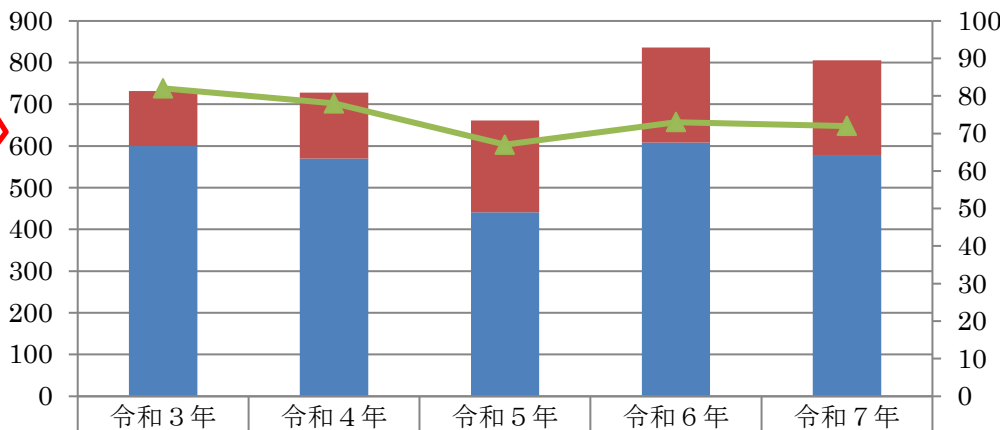


神奈川県労働局
健康課

神奈川県労働局管内における業務上疾病（腰痛）発生状況

神奈川県労働局管内の業務上疾病による休業4日以上死傷者数※は、年間700人程発生し、うち7割程度が腰痛です。

腰痛に関しては、減少傾向を示していましたが、令和6年に増加に転じて以降、令和7年も、同水準の状況となっています。



腰痛以外の疾病による死傷者数	132	158	220	228	227
腰痛による死傷者数	600	570	441	608	578
腰痛が占める割合(%)	82	78	67	73	72

※死傷者数は新型コロナウイルス感染症を除く



腰痛予防対策



- ・腰痛予防のためのチェックリスト
- ・取り組み事例（好事例）集
- ・腰痛予防対策に関する教材・資料

職場における腰痛予防対策指針について



「腰痛予防対策指針」による予防のポイント



第14次労働災害防止計画 推進中！

- 死亡災害 5%以上減少
- 死傷災害 増加傾向に歯止め
- 2027年(令和9年)までに減少



社会福祉施設・小売業・運輸交通業で
全体の約7割を占めます！

男女別でみると
保健衛生業の女性が被災する割合が7割を超えています！

年齢別では**30～50代で多発！**
経験期間別では、「**1年以上3年未満**」
「**10年以上**」で多発しています！

腰痛とは？

腰痛とは、腰部あるいは背中下部から下肢にかけて痛みがあり、動作等の障害が生じている状態のことをいい、病名ではなく、症状の名前です。腰痛を起こす疾患には、ぎっくり腰（腰部捻挫）や椎間板ヘルニア、椎体骨折、腰痛症（椎体や椎間板などに原因を見いだせない腰痛）などが含まれています。

業務上疾病による腰痛で命を落とすことはあまり例がありませんが、ひとたび発生すると現場の労働力に影響する下記の問題が生じます。

- ①長期休業に至るケースが多い。
- ②再発率が高く、慢性化することが多い。
- ③腰痛を理由とした離職に至るケースが多い。

業務上疾病による腰痛ではなく腰の痛みを伴う病気もあります。例えば、化膿性脊椎炎（免疫を抑制する薬を服用している方など）大動脈の病気（解離性大動脈瘤、大動脈瘤破裂）尿路結石や生理痛など

上記例は腰痛の中でも占める割合は極めて低いものですが、「腰痛＝整形外科」だけではないことも覚えておきましょう



ご存じですか？各種サービスのご活用を検討してください♡

独立行政法人 労働者健康安全機構
神奈川産業保健総合支援センター
ゼロ災！無料出張サービス



○仕事中の転倒・腰痛災害「0」を目指して取り組む企業へ
専門家(健康運動指導士や理学療法士など)を派遣！
・専門家がヒアリングして、事業場に合った健康応援メニュー等を提案します。

※詳しくは左記QRコード(神奈川産業保健総合支援センターHP)にてご確認ください。

令和8年度 エイジフレンドリー補助金



※厚生労働省事業補助事業者
一般社団法人
日本労働安全衛生
コンサルタント会

○高齢労働者の労働災害防止のための設備改善や専門家による指導を受けるための経費の一部を補助します。

○今年度は主に3つのコースが設定されています！

- ① 専門家総合対策コース(職場環境改善・運動指導等)
- ② 熱中症対策コース
- ③ コラボヘルスコース

※詳しくは左記QRコード(厚生労働省HP)にてご確認ください。

中央労働災害防止協会
中小規模事業場
安全衛生サポート事業



※厚生労働省補助事業

①個別支援

・腰痛災害などの予防のアドバイス

②集団支援

・職場の腰痛予防対策に関する研修や講習の実施 など

※詳しくは左記QRコード(中央労働災害防止協会HP)にてご確認ください。

☆支援事業を上手に活用し、腰痛による労働災害を予防しましょう☆