

平成30年度 腰痛予防対策等に係る講習会

が開催されました

平成30年12月11日、名護労働基準監督署の会議室において、平成30年度の腰痛予防対策等に係る講習会が開催されました。

当講習会は、近年、第三次産業における労働災害が増加傾向にあること、平成29年の沖縄県内の業務上疾病のうち「腰痛」がおよそ6割を占めていることなどを背景に開催されたもので、今回は、午前の部に介護事業所を営む社会福祉施設、午後の部にホテル業を対象として開催されました。



講習会開会にあたりあいさつを行う
安慶名名護労働基準監督署長



講義を行う 沖縄労働局腰痛予防
アドバイザー 山内義崇 氏

講習会では、名護労働基準監督署長から開会のあいさつや講習会実施の背景の説明、当署担当職員から働き方改革関連法に基づく労働時間管理方法等を含む労務管理に係る説明や、職場における転倒災害を含む労働災害防止対策について説明がそれぞれ行われた後、沖縄労働局腰痛予防アドバイザー講師の山内義崇氏より、「腰痛予防対策について」と題した講義が行われました。

講義においては、腰痛発生の仕組みや、腰痛予防対策、腰痛が発生しやすい作業態勢等についてパワーポイント資料を使用した説明が行われたほか、作業開始前に行うと効果的な腰痛予防体操である「これだけ体操」、慢性的な疲労や痛み、動きづらさを改善するための「静的ストレッチ」などが紹介され、受講者全員がその場でこれらの体操やストレッチを行うなど、実践的な講義となりました。

受講者は、講義中の対話において隣席の人と意見交換を行い、また、講義中には時折笑いも起こるなど、非常に有意義な講習会となりました。



講習会の様子