

大阪労働局

社会医療法人ペガサスにおける 腰痛予防対策の事例紹介

令和7年6月25日

令和7年度 第1回 大阪府 社会福祉施設 + Safe協議会

於：社会医療法人ペガサス 馬場記念病院

腰痛予防対策の事例紹介

第1部 腰痛にかかるサポート体制について



腰痛にかかるサポート体制について

SAFEアワード 2023年度 腰痛予防部門でBRONZE賞を受賞された取組内容を中心に、法人全体で取り組まれている腰痛のサポート体制について講演を行って頂きました



社会医療法人
ペガサス
Pegasus

ペガサスが腰痛を徹底サポート！
～医師・理学療法士・作業療法士が専門性を活かして～

事業者名：社会医療法人ペガサス
業界・業種：医療福祉
従業員規模：300名～
地域：近畿

専門的知識・技術を活かし、腰痛の予防と発生時のケアに力を注いできました。職員の健康のみならず、患者さま、利用者さまへの安全確保、看護・介護・保育の質の向上や離職防止にもつながるものと考えられ、以下を実施しました。

「ペガサス腰痛予防体操」

医師、理学療法士、作業療法士の国家資格を持つ職員が、誰でも手軽にできる「ペガサス腰痛予防体操」を作成、動画で配信し職員に実施を促しました。

「理学療法士・作業療法士が介護職を現場指導」

腰痛を引き起こす様な無理な介助方法が行われていないか、介護の現場に出向き、実際の労働環境で指導しました。

「ペガサス腰痛サポート制度」

腰痛になってしまった。そんなとき、仕事中でも電話一本で相談を受付、医師が診察し、理学療法士が疼痛の緩和、再発予防のための体操や日常生活での動作の工夫・指導を行い、早期社会復帰、再発予防にも取り組みました。これらは、福利厚生として職員に周知し活用されています。

「ペガサスパートナーシップ制度」

提携の企業からの依頼に基づき、理学療法士が「腰痛予防講座」など出張講演を実施し、地域貢献も行っています。



ペガサス腰痛予防体操



ペガサス職員の皆様へ

○2023年1月～2023年10月の期間での腰痛は職員1665名のうち1件(0.06%)のみであり、腰痛予防の効果が表れています。

○理学療法士・作業療法士が介護職を現場指導」や「腰痛サポート制度」の新規依頼が毎月あり、腰痛予防のニーズが多くあることがわかり、今後も継続して啓発活動を続けます。

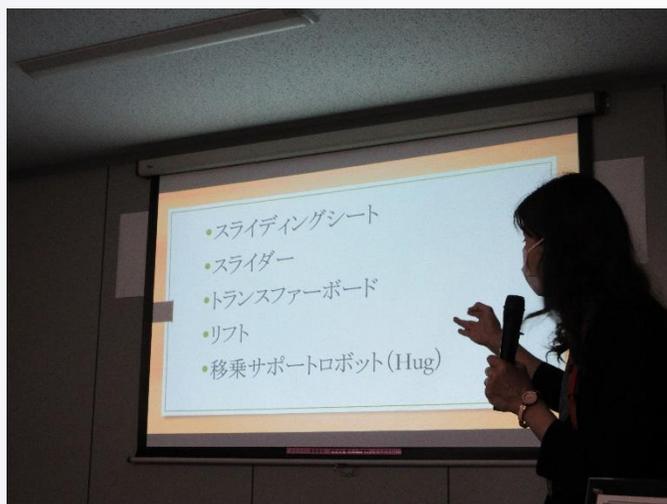
○職員にアンケートを実施し、「継続してできそう」「動画を見ながらつづけることができます」「身体がスッキリしました」「仕事の合間や仕事おわりに診てもらえる」などの意見があり、今後も腰痛予防・ケアのサポートに理学療法士、作業療法士の専門職が中心となってすすめます。

腰痛予防体操・腰痛防止のための現場指導等による予防対応や、腰痛発生時の医師・理学療法士による療養、再発防止の指導など、具体的な取り組み内容の紹介

腰痛予防対策の事例紹介

第2部 ノーリフトケアの導入事例と費用対効果について

- スライディングシート
- スライダー
- トランスファーボード
- リフト
- 移乗サポートロボット (Hug)



【スライディングシート】

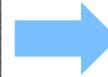
ベッドの上での移動作業



スライディングシートの
使用方法の説明



何も使用しない場合の
作業者の負担を体験



スライディングシートを身体の下に敷いて
ベッド上で身体を移動させる

何も使用しない場合に比べて、小さな
力で身体を移動させることができ、腰
部への負担が軽減された

【スライダー】

ベッド ⇄ ベッド 移乗作業



スライダーの
使用方法の説明



軽い力でシートが回転するため
腰部への負担が軽減された



【トランスファーボード】

ベッド ⇔ 車椅子 移乗作業



スライディングボード
の使用方の説明



何も使用しない場合
身体をしっかり持ち上
げる必要がある



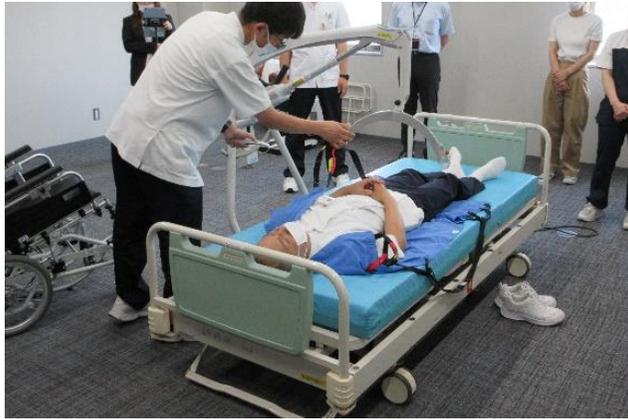
スライディングボードを
使用した場合、主に
横へ滑らせる力で済む
ため、腰部への負担が
軽減された

【リフト】

ベッド ⇔ 車椅子 移乗作業

作業者は要介護者の身体を持ち上げる必要がなく、シートをフックに掛ける作業とリフトのボタン操作、リフトを水平移動させる力だけで済むため腰部への負担は少ない

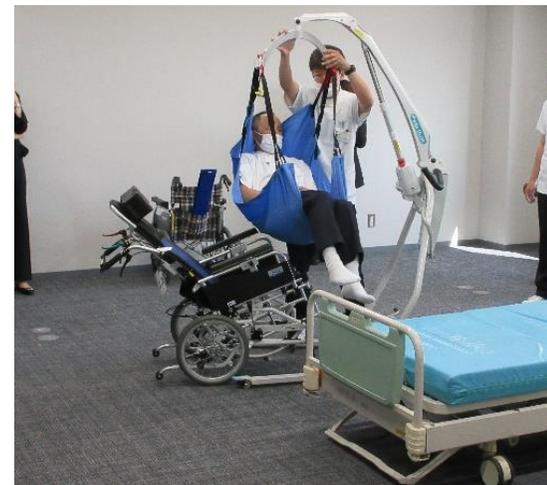
シートについて
ベルト・フックを
リフトの先端へ
セット



リフトで身体
全体を持ち
上げる



リフトの脚部を
車椅子の幅に
合わせて広げ、
身体を下ろす



リフトを車椅子
まで移動
(人力)

【移乗サポートロボット（Hug）】

ベッド ⇔ 車椅子 移乗作業

作業者は要介護者の身体を持ち上げる必要がなく、ロボットのボタン操作とロボットを水平移動させる力だけで済むため腰部への負担は少ない

両足を台に載せて
両脇をアームに掛ける



ボタン操作でアームの先端を上げて、両脇を抱えるようにして、身体を持ち上げる



ボタン操作でアームを下げて身体を下ろして車椅子に着座させる



サポートロボットを車椅子まで移動させる（人力）

【参加者の皆様との意見交換・情報交換】



5種類のノーリフトケア全てで腰部への負担が相当軽減されることを実感できました。

実際に導入するには費用も重要な問題となるため、それぞれの費用の概算額を示して頂き、さらに補助金の活用や、介護保険を利用した場合の料金等、具体的な説明がありました。

利用者の身体の状況によっても使用しやすい機器が異なったり、腰部への負担が軽減できることと、作業時間とのバランスが必要なこと等、参加者の皆様からは、自社で使用した場面を想定する等した意見や質問が多く出されました。

講師の方々には、出された疑問・質問に一つずつ丁寧に解説して頂き、非常に闊達な意見交換・情報交換を行うことが出来ました。

令和7年度第1回
大阪府 社会福祉施設 + Safe協議会

【SAFEアワード】

社会医療法人ペガサス様は
SAFEアワード3部門で受賞
されています



左から 法人本部 乾野氏 田中理事 長谷川次長

2022年度 GOLD 転倒防止部門

2023年度 SILVER エイジフレンドリー部門

2023年度 BRONZE 腰痛予防部門

詳しくはこちらをご覧ください ⇒ [アワード | SAFE コンソーシアムポータルサイト \(mhlw.go.jp\)](https://www.mhlw.go.jp/safe/)



大阪労働局 第14次労働災害防止推進計画 では以下の目標を掲げています

アウトプット指標（労働者の協力の下、事業者に取り組んでもらうための目標）

介護・看護作業において、**ノーリフトケア**を導入している事業場の割合を2023年と比較して2027年までに増加させる。

アウトカム指標（事業者がアウトプット指標を達成した結果として期待される指標）

増加が見込まれる**社会福祉施設**における**腰痛**の死傷者数を2027年までに2022年の死傷者数以下にさせる。

お問い合わせは、大阪労働局労働基準部健康課（06-6949-6500）へお願いします

