



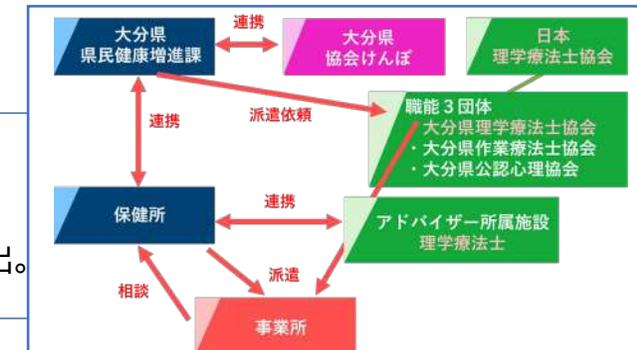
理学療法士による「職場における腰痛予防」の実践

労災ゼロへ 経験→連携→改善！～職能団体・医療福祉・自治体が挑む健康経営推進～

事業者名	公益社団法人 日本理学療法士協会
業界・業種	医療・福祉
従業員規模	事務所勤務57名
地域	全国

背景（課題・ニーズ）

- ・派遣先（建築土木業等）：作業現場が山の急斜面であり、腰痛を訴える従業員が多く、具体的な対策に困っていた。
- ・大分県：県内の健康経営事業所に対して、誰もが長く元気に働くことができる職場環境を作ることを目的に、理学療法士や作業療法士などアドバイザー派遣事業を2020年から展開。
- ・日本理学療法士協会：2020年より腰痛予防キャンペーンを展開し自施設での経験を通して産業保健分野での活動のきっかけを創出。
- ・大分県理学療法士協会：大分県のおおいた心と体の職場環境改善アドバイザー派遣事業に理学療法士を派遣。



大分県おおいた心と体の職場環境改善アドバイザー派遣事業の流れ

県の養成したアドバイザーを健康経営事業所へ派遣し、職場環境を評価して運動・作業改善・メンタルヘルスについての助言や健康づくり処方箋を作成。事業所が主体的に健康経営に取り組み、働く世代の事業所ぐるみの健康増進を支援。

※対象となる事業所：従業員：50人未満で、県の健康経営事業所「登録」事業所または、申込予定の事業所

取り組んだプロジェクト内容

「健康づくり処方箋」を作成

保健師と理学療法士で派遣先を下記項目に重点を置き視察
 保健師：作業環境・健康状態
 理学療法士：作業姿勢・身体機能
 多職種での介入により、より効果的な支援が可能
 理学療法士が介入することで身体機能面や作業動作について詳細に介入することが可能。



フォローアップ訪問（ミニ講話、レクチャー）

ミニ講話：不良姿勢が及ぼす腰痛との関連性と作業姿勢のポイントを紹介。
 レクチャー：身体チェックやセルフエクササイズを一緒に体を動かしながら実施。



既に実施されている良好な対策を踏まえつつ、身体チェックや姿勢の確認、体操指導などの改善策を提案し、取り入れたいかどうかの意向確認まで行っている。年間20件(内10件程度理学療法士の介入実績がある)程度の実績がある。視察内容は他職種と連携しながら問題点の抽出から対策まで共同で実施している。

提案と現場の声

参加した従業員の方々からは「自分の体が予想以上に硬いことに驚いた」「今までできていたようで改めて気づかされた」「この体操なら休憩中にもできそう」との前向きな気づきや実践意欲の声が得られた。

今後の展望

パンフレット作成し共有する等地域住民への取り組み内容の周知や他の地域においても行政と専門団体が協力し有益な取り組みが波及するように引き続き取り組んでいる。