

高年齢労働者のための転倒・腰痛・膝痛予防

【事業目的】

- ① 高年齢労働者の身体的問題を支援し、安心して長く就労できる身体的環境を整える
- ② 士会運営のための外部資金の獲得
- ③ 理学療法士の雇用（活躍）の場の創出

【対象】

シルバー人材センターに登録する会員・その予定者
産業保健総合支援センターから紹介を受けた企業・団体

【事業実施期間】

令和4年4月2日から
令和5年3月25日まで

【事業実施結果の概要】

合計9か所で講演等の事業を実施した。転倒と腰痛予防のニーズが高かった。

腰痛予防の個別対応では、参加者、対応した会員ともに好評であった。

講演スライド、読み原稿を作成した。また、アンケートおよびアセスメントシートの回答の協力を依頼した。

多くの訪問先で料金に関する質問があった。

当初予定していなかった、人材育成のための事業説明会を1回、研修会を2回開催した。

【次年度以降に実施予定の事項】

シルバー人材センター

運動機能測定会（1か所）実施予定

産保センター

引き続き協力依頼を行う

今年度訪問した企業への再訪問の営業

新潟小売業SAFE協議会への介入の検討

高年齢労働者就労支援モデル事業 事業報告 (新潟県士会)

事業名：

高年齢労働者のための転倒・腰痛・膝痛予防

事業の目的：

- 高年齢労働者の身体的問題を支援し、安心して長く就労できる身体的環境を整える
- 士会運営のための外部資金の獲得
- 理学療法士の雇用（活躍）の場の創出

事業内容：

①講演および体操体験（90分程度）

②講演および個別評価、体操指導

（講演50分、個別対応60分）

③運動機能評価、個別対応

①、②、③いずれかの内容をヒアリングにて決定

今年度は無料

※アセスメントシート、体操パンフの活用

事業目標：（本年度）

- ・ 本事業の周知を図る
- ・ 講演スライド、講演原稿作成
- ・ 個別対応の評価、運動機能評価、体操内容の作成
- ・ 事業継続の働きかけ、新規受託の開拓（営業）
- ・ 料金設定

事業対象：

- a) シルバー人材センターに
登録する会員・その予定者

- b) 産業保健総合支援センターから
紹介を受けた企業（・団体）

a) シルバー人材センターに登録する会員・その予定者

○新潟県内に21か所のセンターあり

【調整活動】

22年3月～ アポイント取りで電話連絡、当初難航

4月12日：Mシルバー人材センター訪問、事業説明実施

6月上旬：チラシを全センターに郵送

7月27日：事業依頼のあったTシルバー人材センターへ営業訪問

9月上旬：Kシルバー人材センターからメールで講演依頼受ける

【シルバー人材センター 活動実績】

		団体	内容	参加者	会員派遣数
1	11月	T シルバー人材センター	講演・体操体験	31名	11名
2	11月	K シルバー人材センター	講演・体操体験	15名	5名
				合計	のべ
				46名	16名

事業チラシ



転倒



腰痛



膝痛

転倒・腰痛・膝痛の 心配はありませんか？

理学療法士が
中・高齢者の労働を支えます

- ✓ 「つまずきやすくなった」
- ✓ 「転びそうになった」
- ✓ 「仕事の後や翌日に腰が痛くなる」
- ✓ 「仕事の後や翌日に膝が痛くなる」 など…

こんなお悩みはありませんか？ 専門家をご支援致します。
お気軽にご相談ください！

お問い合わせ：(公社)新潟県理学療法士会
新潟市中央区南笹口1-1-38 コープオリンピア笹口303
TEL：025-250-7660
E-mail：jimukyoku@nipta.jp
担当：中山

支援の詳細は裏面へ ▶

中・高齢の方が安心・安全に働くことができるために
転倒・腰痛・膝痛予防の専門家である理学療法士が
ご要望に応じ支援をいたします。

ご提供可能な支援内容(案) ①～⑥のプロセスを想定	
	具体的内容(例)
① セミナー開催 (講義形式：20分程度) (参加者数10～15名)	a) 転倒しない身体づくり b) やってみよう 腰痛対策体操 c) やってみよう 膝痛対策体操
② 参加者の簡易的身体機能評価 (1名につき5分程度)	a) バランス、歩行能力、姿勢 b) 柔軟性(体幹、股関節)、姿勢、筋力 c) 柔軟性(膝、股・足関節)、歩行能力、筋力
③ 個別および集団体操指導 (1名につき5分～10分程度) オリジナルパンフレットを使用	a) バランスアップ体操 部位別体操 b) 身体部位別体操 c) 身体部位別体操
③～⑥ 日誌などで体操実施を促進 ヶ月間	体操実施状況、関節痛の状態を自身で記録する
④ 簡易的身体機能再評価 (振り返りセミナー開催も考慮)	②で行った項目の再評価
⑤ 再度個別および集団指導 (オリジナルパンフレット使用) 修了証発行 セルフケアへ移行	再度指導が必要な場合は③の体操指導を行う 問題解決した場合には修了証(例)の授与 また、修了者も含め体操の継続を図るため 業種別体操を加え再指導を行う
⑥ フォローアップセミナー もしくは、④、⑤の繰り返し	(例)

b) 産業保健総合支援センターから紹介を受けた企業 (・団体)

シルバー人材センターへの営業が難航していたため、
他の方向性を検討

【調整活動】

22年4月6日：新潟産保センター営業訪問

講座を受託、チラシでの広報活動の協力要請→快諾

5月中旬：チラシを作成、産保センターへ郵送

6月以降：講座を希望する企業からの連絡調整をしていただいた

8月上旬：チラシを追加作成、産保センターへ郵送

9月以降：企業から士会へ直接依頼の連絡をいただく



【産保センター経由 活動実績】

		企業・団体	会場	内容	参加者	会員派遣数
1	6月	A 労働基準協会	新発田	講演・体操体験	57名	2名
2	6月	B 社（建設業）	十日町	講演・体操体験	81名	2名
3	7月	C 社（IT）	新潟	講演・個別対応	14名	5名
4	8月	D 社（製造業）	新発田	講演・体操体験	12名	2名
5	10月	E 社（製造業）	上越	講演・個別対応	20名	5名
6	11月	F 社（運輸業）	燕	講演・体操体験	30名	2名
7	1月	G 労働基準協会	長岡	講演・体操体験	50名	4名
					合計	のべ
					264名	22名

アセスメントシート結果 リスクありの割合

	全体 (年齢不詳含む)
	n=197
1 仕事をすることに生きがいを感じますか？	40.0%
2 転ぶことに対する不安がありますか？	42.1%
3 困ったときに、自分から他者に手助けを求めることができますか？	11.3%
4 困ったときに相談できる家族や友人がいますか？	6.7%
5 身体のどこかに一か月以上続いている痛みがありますか？	43.6%
6 この一年間に転んだことがありますか？	37.9%
7 日中に眠気を感じることはありませんか？	72.8%
8 他人の言動に対してすぐ頭にくることはありませんか？	25.1%
9 他人と協働するより、一人でやる仕事のほうが合っていると思いませんか？	62.6%
10 新たな人間関係を作っていくことに不安がありますか？	37.9%
11 同じ作業を繰り返すのは退屈に感じますか？	44.1%
12 ちょっとしたことでも気分が沈んだり落ち込んだりすることはありますか？	37.9%
13 同年代の人に比べ記憶力が落ちたと感じますか？	53.8%
14 新しい仕事の内容や作業手順を覚えることが苦手ですか？	41.0%
15 人や物の名前が出てこないことが、以前に比べて増えましたか？	73.8%
16 スポーツやゲームなどのルールを覚えることが苦手ですか？	32.8%

身体的要素のリスクありの割合 年齢別

		44歳以下		45歳以上	(参考) シルバー 人材センター
		n=60		n=67	n=46
平均年齢		37.6歳		55.8歳	71.8歳
2	転倒不安	35.0%	<	47.8%	65.2%
5	1か月持続する痛み	33.3%	<	46.3%	37.0%
6	1年以内の転倒	30.0%	<	41.8%	23.9%
15	記銘力低下	60.0%		89.6%	89.1%

a) シルバー人材センター 今後の事業について

今年度訪問したTセンターより運動機能測定会の依頼あり

運動機能評価項目，マニュアルの整備進める

協会が実施しているイオンリテール社との
事業を参考に作成

県内他センターへ横展開を進めたい

b) 産保センター経由 今後の事業について

新潟産保センターへ再訪問

今年度の報告と来年度以降の事業相談実施



事業継続を前提

産業保健調査研究（労働者健康安全機構）への応募の提案

研究助成金を獲得目指し応募 → 不採択の連絡あり

有償での事業継続を検討

b) 産保センター経由 今後の事業について

今年度 産保センターとの関係性を構築できた

次年度事業への派遣依頼あり（理学療法士個人での活動）

- ・ 行動災害（転倒、腰痛）の防止のための支援事業
 転倒災害などが発生した企業へ直接赴き指導を行う
 新潟産保は理学療法士を派遣する方針

県内3地域 1名ずつ3名登録済

今月動画視聴研修を予定

事業目標：ふり返り

- ・ 本事業の周知を図る

予想を上回る 9か所で事業展開することができた

新潟産保センターから強い事業継続の依頼あり
産業保健調査研究の応募の提案

士会会員向け 事業周知および人材育成
説明会1回，研修会2回 開催

事業目標：ふり返り

- ・ 講演スライド、講演原稿作成

- ①転倒・腰痛・膝痛予防（すべてを網羅する）
- ②転倒予防のみ
- ③腰痛予防のみ

上記3種の資料整備した

事業目標：ふり返り

- ・ 個別対応の評価、運動機能評価、体操内容の作成

腰痛予防の評価表 整備

来年度測定会事業のため運動機能評価を整備予定

始業前の体操 作成検討

事業目標：ふり返り

- ・ 事業継続の働きかけ、新規受託の開拓（営業）

今年度訪問した事業場へより深化した内容を提案予定
シルバー人材センター（1か所）測定会の依頼あり

士会内に労働者就労支援委員会を設立
会員からの情報収集窓口を設ける

引き続き新潟産保センターへ協力依頼を行う

事業目標：ふり返り

- ・料金設定

派遣した会員へは時給5000円を目安に報酬を支払う
事務経費、交通費は別途

(例)

講演＋体操体験90分	30名対象	会員1名派遣
会員日当	10,000円	講演前後準備時間含む
講演料	5,000円	
事務経費25%	3,750円	
交通費	実費	

合計 18750円＋交通費

課題：

- 士会の収益事業として継続したい（公益事業ではなく）
税金の処理について助言いただきたい
人材バンクの構築
- 運動機能評価の項目や流れを整備
- マニュアル類の整備
（質の担保、研修会において会員から意見あり）
- 会員向けに広報をさらに進める
（広報ツールの検討 LINE?）
- 協力士会員を募る
（各事業の際にブロックを通じてさらに見学者の募集）