

公益社団法人全国有料老人ホーム協会  
理事長 中澤 俊勝 殿

中央労働災害防止協会  
健康快適推進部長

介護職員の身体的負担を軽減するための取組に関する  
アンケート調査の結果及び情報提供

拝啓 貴会ますますご清栄のこととお慶び申し上げます。平素から格別なご高配を賜り厚く御礼申し上げます。

先般、中央労働災害防止協会は、厚生労働省からの受託事業の中で、貴会をはじめ多数の団体の協力を得て、介護職員の身体的負担を軽減するための取組に関するアンケートを実施いたしました。貴会のご協力に心より感謝申し上げます。

今般、本アンケート調査の結果を取りまとめましたので、別添のとおりお知らせいたします。

また、下記の情報を併せてお知らせいたしますので、貴会のホームページ等に掲載いただくなど貴会会員にも周知いただければ、幸いです。

敬具

記

1 腰痛ケア動画

腰痛ケア教育用の短編動画（「導入」、「これだけ腰痛体操」、「脱！腰痛ドキュメント」、「1. 腰痛は動いて治せが新常識」、「2. ストレスがあなたの痛みを加速する」、「3. 腰かばう行為が再発引き起こす」、「4. セルフケアまずはこれだけ体操を」、「5. ヘルニアが画像に出ても気にするな」、「6. 腰痛が業績不振の引き金に」、「腰痛さよなら音頭」の計 10 本。松平 浩 元東京大学医学部附属病院 22 世紀医療センター特任教授 整形外科医 監修）を次の URL からご覧いただけます。

[https://www.youtube.com/playlist?list=PL30EYfnw3Rvs\\_nMgArHTMKNFwdnNEhzug](https://www.youtube.com/playlist?list=PL30EYfnw3Rvs_nMgArHTMKNFwdnNEhzug)



2 腰痛予防のためのノーリフティング手引書

高知県特設サイト「高知家まるごとノーリフティング」から「腰痛予防のためのノーリフティング手引書」（PDF データ）をダウンロードすることができます（厚生労働省のパイロット事業により作成）。

<https://kochi-no-liftingcare.jp/kochi-model/>



3 中小規模事業場安全衛生サポート事業（個別支援）のご案内（無料）

知識・経験豊富な安全衛生の専門家（安全・衛生管理士等）が事業場にお伺いし、職場の状況等を確認して、腰痛予防の観点を含む安全衛生の取り組みについて、アドバイスする事業です。

<https://www.jisha.or.jp/chusho/support.html>



4 SAFE コンソーシアムポータルサイトの動画

職場における転倒・腰痛予防対策動画（社会福祉施設向けエクササイズ動画）、保健衛生業の管理者向け動画、保健衛生業の作業員向け動画をご覧ください。

<https://safeconsortium.mhlw.go.jp/movie/>



5 ノーリフティングケアの動画

① 介護の魅力発信！ノーリフティングケア

（動画：高知県介護人材応援サイト「カイゴのシゴト」のコンテンツ「動画で見る福祉・介護」より）

<https://youtu.be/ilxjQwMUFEO>



② ノーリフティングケアの「今」これから働く方へ

（動画：高知県特設サイト「高知家まるごとノーリフティング」より。厚生労働省のパイロット事業により作成）

<https://kochi-no-liftingcare.jp>



6 厚生労働省ホームページ「腰痛を防ぐ職場の事例集」（介護・看護作業抜粋）

<https://www.mhlw.go.jp/content/11300000/001103533.pdf>



【問い合わせ先】

中央労働災害防止協会 健康快適推進部 小菅・川又・伊禮

TEL : 03 (3452) 2517 FAX : 03 (3453) 0730 Mail:kenko@jisha.or.jp