

職場における腰痛予防宣言のとりくみ

高松平和病院 リハビリテーション科
理学療法士 上原 智頼

高松平和病院



○ベッド数 123床

○診療科目

- ・内科家庭医療科・消化器科
- ・循環器科・呼吸器科
- ・緩和ケア内科・乳腺外科
- ・整形外科・リウマチ科
- ・アレルギー科・小児科
- ・病理科・リハビリテーション科

当院の位置づけ



職場における腰痛予防宣言！

・2020年度から厚生労働省の後援のもと、理学療法士の専門性を活かし腰痛予防に貢献することを目的としたキャンペーン

・2023年度は全国256施設、総勢7,308名の多職種に対して腰痛予防の取り組みが実施された

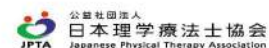
腰痛は
休職・離職の原因となりえるのでは...？
医療現場は腰痛発生のリスクが高い...？

院内HPH委員会の活動として

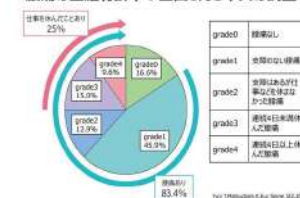
- ①職員検診で腰痛問診＋腰痛予防学習会
- ↓
- ②腰痛問診集計＋各職場で腰痛対策実施
- ↓
- ③翌年度職員検診で再度腰痛問診
- ↓
- ④比較・分析

①腰痛予防学習会

腰痛予防・軽減のために



腰痛の生涯有病率：全国6万5千人の調査



借金はその場で返済！「これだけ体操」



①腰痛予防学習会

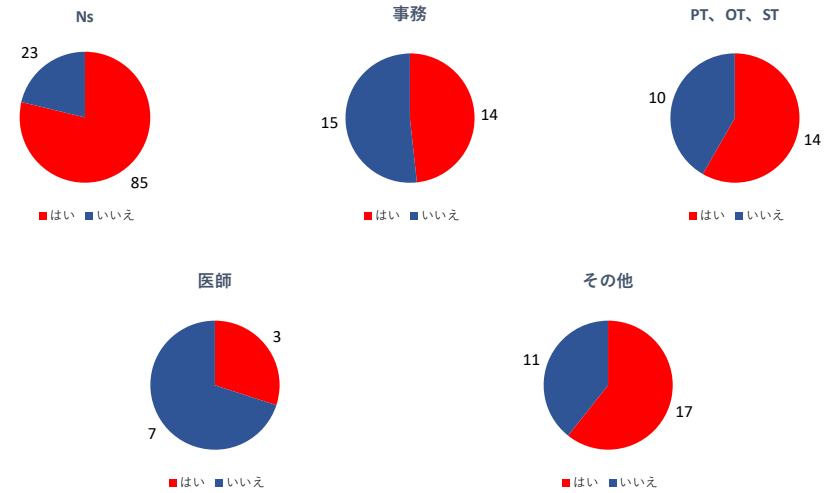
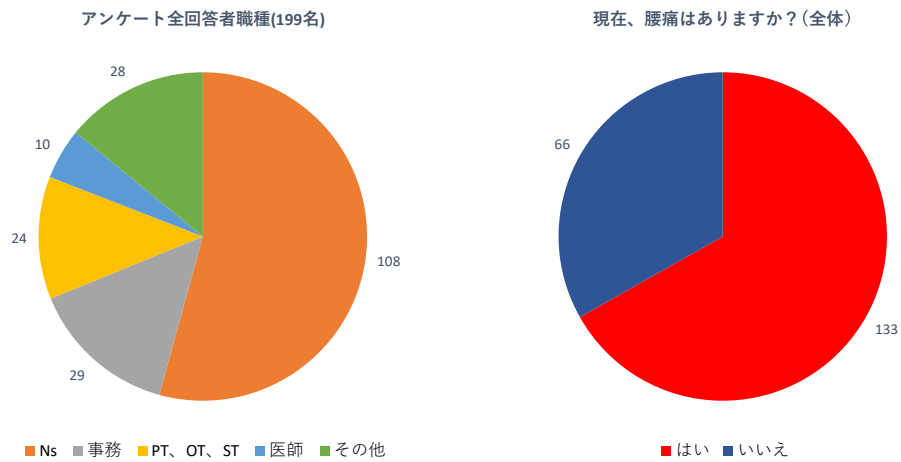


22部署 131名が参加

院内HPH委員会の活動として

- ①職員検診で腰痛問診＋腰痛予防学習会
- ↓
- ➡②腰痛問診集計＋各職場で腰痛対策実施
- ↓
- ③翌年度職員検診で再度腰痛問診
- ↓
- ④比較・分析

②腰痛問診集計



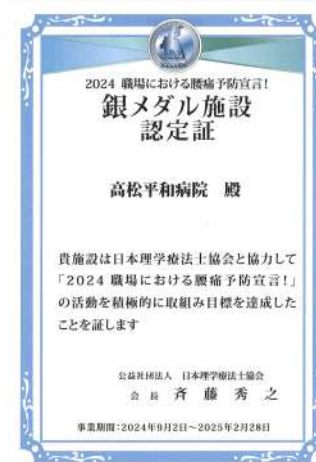
②各職場で腰痛対策実施



その他...

- ・ラジオ体操の実施
- ・パソコン位置の高さ調整

銀メダル施設認定！



院内HPH委員会メンバー

まとめ&これからの課題

- ・職員の約7割が腰痛を感じていた
- ・腰痛予防に関心がある職員は多い
- ・継続した腰痛予防が必要
- ・次回職員検診での問診結果がどうなるか...

継続して腰痛予防に努める職員は多くない



- ・継続中の部署では継続！
- ・できてないなあ→再度腰痛予防学習会を実施
- ・スライディングボード、シートの学習会

腰痛ゼロの病院へ！

栗林公園



ご清聴ありがとうございました



讃岐うどん



うどん脳&ヤドン