

**「転倒災害」や「腰痛災害」防止のための「運動指導」無料出張サービス**

山口産業保健総合支援センターでは、第14次労働災害防止計画の重点項目である「転倒」や「腰痛」の労働災害防止対策に取り組もうとする事業場を支援するため、理学療法士などの専門家を派遣して、働き盛りの中高年齢労働者の身体機能の維持・改善と足腰の筋力やバランス力の低下を防ぐための「運動指導」の「無料の出張サービス」を開始しました。



**ご利用・ご相談は**

**すべて無料！**

**安全対策に取り組んでいるけど、**

**「転倒災害」と「腰痛災害」が減らないのはどうして?**

「**転倒災害**」と「**腰痛災害**」を防止するには、**設備面の対策のみでは不十分**だゾウ！

**設備面**と**健康面**を両輪にして、身体機能の維持・改善が必要なんだゾウ





**もしも、足を一歩踏み出していたらバランスを崩さなかったかも…**





**専門家がヒアリングして、事業場にあったメニュー等を提案します**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **健康測定・チェック** |  | **社内セミナーの実施や実技指導・****運動アドバイス等** |
| 〇健康度や体力、姿勢の測定〇バランス・ロコモ度チェック〇職場環境のチェック〇作業状況から見た転倒予防・腰痛予防対策 |  | 〇転倒防止のためのバランス運動〇腰痛予防のための運動〇職場で出来るストレッチ体操〇作業姿勢の改善や適切な作業管理、作業環境改善等〇メタボ改善に向けた運動指導等 |



山口産業保健総合支援センター

<https://www.yamaguchis.johas.go.jp>

〒753-0051　山口市旭通り二丁目９-19山口建設ビル４階

TEL　083-933-0105　　FAX　083-933-0106

**山口産業保健総合支援センター窓口･運動指導利用申込書**

|  |  |
| --- | --- |
| 事業場名 |  |
| 所在地 | 〒 |
| 労働者数 | （男：　　　　　　　　　　人）　　　（女：　　　　　　　　　　人）　　　（計：　　　　　　　　　　人） |
| 業種 | □ 製造　 □ 建築　 □ 運送　 □ 電気･ガス･水道　 □ 情報通信　 □ 卸･小売　 □ 金融･保険□ 不動産　 □ 飲食･宿泊　 □ 医療･福祉　 □ 教育･学習支援　 □ サービス　 □ その他（　　　　　　　） |
| 申込者 | 氏名： | 部署･職名： |
| 電話： | FAX： |
| E-mail： | メールマガジン購読　（無料 月１回程度）* 希望する　　□ 不要　　□ 購読中
 |
| 【職種】 | * 産業医　 □ 衛生管理者 □ 保健師 □ 看護師 □ 衛生推進者
* 人事労務担当者　 □ 事業主　 □ その他（　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　）
 |
| 希望日 | **【事前打合せ】**訪問支援を効果的に実施するためヒアリング実施　　□ 窓口希望　　□ 実地希望　　□ オンライン希望 |
| 第１希望日　　　　　　　　　　年　　　　　　月　　　　　　日　　　　時間： |
| 第２希望日　　　　　　　　　　年　　　　　　月　　　　　　日　　　　時間： |
| **【実地支援】**転倒防止や腰痛予防等の助言を、理学療法士などの専門家が実際に事業場を訪問して行います |
| 第１希望日　　　　　　　　　　年　　　　　　月　　　　　　日　　　　時間： |
| 第２希望日　　　　　　　　　　年　　　　　　月　　　　　　日　　　　時間： |
| 支援内容希望する項目に ✔ を入れてください | 健康測定，柔軟性チェック，作業環境等チェック | □ 健康度や体力、姿勢の測定□ バランス・ロコモ度チェック□ 職場環境のチェック　等 |
| 社内セミナー，実技指導，運動アドバイス等 | □ メタボ改善に向けた運動指導等□ 作業状況から見た転倒防止・腰痛予防対策等□ 作業姿勢の改善や適切な作業管理、作業環境改善等□ 転倒防止のためのバランス運動□ 腰痛予防のための運動□ 職場で出来るストレッチ　等 |
| センター記入欄 |
| 【相談対応者】 | 相談員名 | 連絡事項 | 確認欄 |

〒753-0051　山口市旭通り2-9-19　山口建設ビル４階

独立行政法人労働者健康安全機構　山口産業保健総合支援センター

（ＴＥＬ）　０８３－９３３－０１０５　　（ＦＡＸ）　０８３－９３３－０１０６

(令和７年４月改定)