

身体機能

転倒

腰痛



## JFE スチール株式会社

ヘルスサポートセンター

産業医  
山下医師

乍 AT



塩山 PT

## 筋骨格系障害による従業員の休業や転倒災害対策として開始

ヘルスサポートセンター開設当初（2003年）

- ① 転倒災害の約半数が50歳以上
- ② 休業件数、日数率ともに筋骨格系疾患（腰痛）がワースト1位
- ③ 対策として被災者の身体機能面に対する取り組みが不足していた



従業員が安全に働くために必要な  
体力機能の把握、維持、改善を  
目的に取り組み開始

## 実施内容

- ① 「安全体力®」機能テスト
- ② アクティブ体操®
- ③ 企業内コンディショニング・リハビリテーション

「安全体力®」機能テスト（独自の5段階評価）



アクティブ体操® part I（筋骨格系疾患予防）



アクティブ体操® part II（転倒予防）



## 実施効果や工夫している点

## 安全・健康に働くために必要な体力機能面に対する取り組み

## 1. ポピュレーションアプローチ（全従業員対象）

- (1) 客観的な体力評価とフォロー「安全体力®」機能テスト
  - 低体力者はその場で運動指導+2か月後に再評価
  - 時系列で分析し社員教育や体力向上対策に活用
- (2) 筋骨格系疾患と転倒予防対策（アクティブ体操®）
  - 現場に向向いて指導+YouTubeでも実施
- (3) 健康教室開催
  - 安全な体の使い方などの指導
- (4) 現場での作業改善・健康相談
  - 作業姿勢の確認、実技指導や改善策の提示

## 2. ハイリスクアプローチ（個々の従業員対象）

- (1) 企業内コンディショニング
  - 習慣動作や作業姿勢による不調、慢性痛を持つ従業員への個別介入で重篤化を予防
- (2) 企業内リハビリテーション
  - 私傷病や労働災害からの早期職場復帰支援
  - 医療機関との連携、産業医指示のもと実施
  - 職場復帰の際に「安全体力®」機能テストの結果を所属先と共有

⇒ 取り組み開始以降、50歳以上の転倒災害減少、筋骨格系疾患の休業件数率・休業日数率ともに減少傾向

## 客観的なデータの提示、実施ごとの丁寧なプレゼンにより理解が得られるようになった

開始当初は、「安全体力®」機能テストやアクティブ体操®の受け入れがよくない時期もあったが、

長年のデータの蓄積により、**テスト結果と転倒リスクとの客観的な関係性を示せるようになった**



健診時の「安全体力®」機能テスト実施時、**テストの目的・評価方法・根拠を毎日プレゼンしている**

⇒ 従業員からの理解が得られ、現場から高転倒リスク者への対策依頼が来るまでになった

## 理学療法士へ向けたメッセージ

企業内における理学療法士には一次予防から三次予防まで幅広い活動が求められています。疾患別に応じた理学療法に加え、労働衛生、メンタルヘルス、復職支援など様々な観点からのアプローチが必要です。

対象となる従業員の方は、医学的知識がない方が大多数ですので、**わかりやすいプレゼン資料の作成**や講話での伝え方など**プレゼン力**も産業理学療法を行っていくうえで重要なことだと考えています。

病院内でのリハビリテーションでは、実際の作業を考慮した早期職場復帰支援や一次・二次予防領域への介入が難しいことが多いため、**病院と連携**を取りながらの企業内リハビリテーションや**個人への予防的指導**を積極的に行い、**重症化予防**や従業員自身が自発的に運動に取り組むための**サポート体制の構築**も産業理学療法士の役割ではないかと思えます。