

職場における腰痛予防対策指針の改訂
及びその普及に関する検討会報告書

平成25年6月18日

I 検討会開催要綱及び参集者

1 趣旨

平成23年に休業4日以上 of 休業を要する腰痛は職業性疾病の6割を占める4,822件発生している。このうち業種別では、社会福祉施設が約19%を占めていて、この10年で件数が2.7倍に増加している。他の業種では運輸交通業、小売業での腰痛の発生が多く、全業種計の腰痛発生件数は、10年前と比べて1割程度増加している状況にある。このように、職業性疾病の腰痛予防対策は、労働者の健康確保にとって大きな課題となっていることから、実効ある予防対策を講じることが強く求められている。

厚生労働省労働基準局では、平成6年9月に、職場における腰痛予防対策指針を示し、事業場に対し行政指導してきたところであるが、介護業務に関する腰部に負担の少ない介護介助法など、その後 to 得られた腰痛予防の知見を踏まえて改訂する必要がある。

このため、厚生労働省において、有識者の参集を求め、職場における腰痛予防対策指針の改訂及びその普及に関する検討会を開催する。

2 検討項目

- (1) 腰痛予防の作業管理、作業環境管理、健康管理、労働衛生教育、安全衛生管理体制
- (2) 作業態様別の予防対策として、重量物取扱作業、社会福祉施設における介護作業、長時間の車両運転等の作業等
- (3) 効果的な腰痛予防対策の普及方策

3 構成

- (1) 本検討会は、厚生労働省労働基準局安全衛生部長が、別紙の参集者の参集を求めて開催する。
- (2) 本検討会には座長を置き、座長は検討会の議事を整理する。
- (3) 本検討会の参集者は、必要に応じ追加することができる。
- (4) 本検討会は参集者以外の者 to 出席を求めることができる。

4 その他

- (1) 本検討会は、原則として公開する。ただし、個人情報、企業秘密等を取り扱うなどの場合においては、非公開にすることができる。
- (2) 本検討会の事務は、厚生労働省労働基準局安全衛生部労働衛生課において行う。

5 参集者 (五十音順)

安藤 弘一	株式会社 日通総合研究所 取締役
岩切 一幸	独立行政法人 労働安全衛生総合研究所 有害性評価研究グループ 主任研究員
浦野 正男	社会福祉法人 中心会 理事長
北原 照代	国立大学法人 滋賀医科大学 社会医学講座衛生学部門 講師
神代 雅晴	財団法人 日本予防医学協会 理事長
○甲田 茂樹	独立行政法人 労働安全衛生総合研究所 健康障害予防研究グループ 部長
萩尾 映子	目黒区立 特別養護老人ホーム東山 施設長
本村 光節	公益財団法人 テクノエイド協会 常務理事

○は座長

オブザーバ

村橋 功	社会・援護局福祉基盤課 介護福祉専門官
鈴木 貴士	老健局振興課 人材研修係長
小松 桂子	職業安定局雇用政策課介護労働者対策室 室長補佐

6 検討の経緯

第1回検討会 平成25年1月 9日

第2回検討会 平成25年2月13日

第3回検討会 平成25年3月13日

第4回検討会 平成25年3月27日

Ⅱ 職業性腰痛発生状況及びその予防対策の現状

1 職業性腰痛発生状況

(1) 業種別職業性腰痛の発生状況

H23年の業種別腰痛発生状況（H24.12.28時点）を見ると、中分類の業種別では、運輸交通業（道路旅客・貨物運送業）、商業（小売業）、保健衛生業（社会福祉施設、医療保健業）で発生が多い。

図表1 平成23年に発生した休業4日以上腰痛

業種	災害性腰痛 n=4792	非災害性腰痛 n=531	全業種に占める割合%			
製造業	食料品製造業	174	23	3.7		
	繊維・繊維製品製造業	10	0	0.2		
	木材・木製品・家具・装備品製造業	31	3	0.6		
	パルプ・紙・紙加工品製造業・印刷・製本業	41	4	0.8		
	化学工業	71	16	1.6		
	窯業・土石製品製造業	25	5	0.6		
	鉄鋼・非鉄金属製造業	14	2	0.3		
	金属製品製造業	108	8	2.2		
	一般機械器具・電気機械器具・輸送用機械器具製造業	206	21	4.3		
業小計	電気・ガス・水道業	4	1	0.1		
	その他の製造業	70	9	1.5		
非製造業	建設業	754	92	15.9		
	運輸交通業	鉱業	4	1	0.1	
		建設業	237	27	5.0	
		鉄道・軌道・水運・航空業	23	0	0.4	
		道路旅客運送業	108	7	2.2	
		道路貨物運送業	512	57	10.7	
	その他の運輸交通業	4	1	0.1		
	製造業	貨物取扱業	54	7	1.1	
		農林業・畜産・水産業	74	8	1.5	
		商業	卸売業	104	8	2.1
小売業			576	66	12.1	
理美容業	5		4	0.2		
その他の商業	52	11	1.2			
業小計	金融・広告業	22	2	0.5		
	計	1,775	199	37.1		
その他の事業	映画・演劇業	1	2	0.1		
	通信業	65	11	1.4		
	教育・研究業	教育・研究業	33	3	0.7	
		保健衛生業	医療保健業	355	35	7.3
			社会福祉施設	897	105	18.8
	その他の保健衛生業	26	1	0.5		
	接客娯楽業	312	34	6.5		
	清掃・と畜業	221	19	4.5		
官公署	8	0	0.2			
業小計	その他の事業	345	30	7.0		

注：H24.12.28時点における労働者死傷病報告から集計。公表後の報告等を含むため、公表件数とは異なる。

災害性腰痛・・・ 業務上の負傷に起因する疾病のうちの腰痛
(労基則別表第1の2第1号)

非災害性腰痛・・・ 重量物を取り扱う業務、腰部に過度の負担を与える不自然な作業姿勢により行う業務その他腰部に過度の負担のかかる業務による腰痛
(労基則別表第1の2第3号の2)

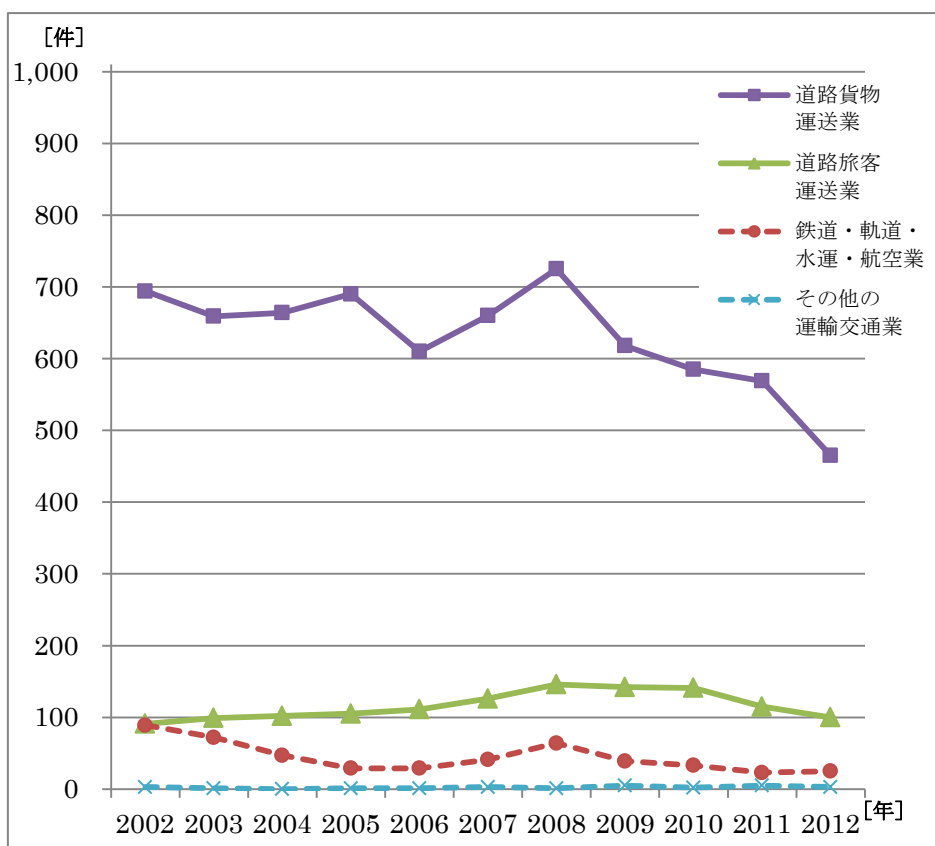
(2) 運輸交通業、商業、保健衛生業の腰痛発生件数の推移

業種別に多く発生している運輸交通業、商業、保健衛生業について、休業4日以上腰痛発生件数の推移を見ると、図表2から4のとおりである(H24.12.28時点における労働者死傷病報告の登録から集計。)

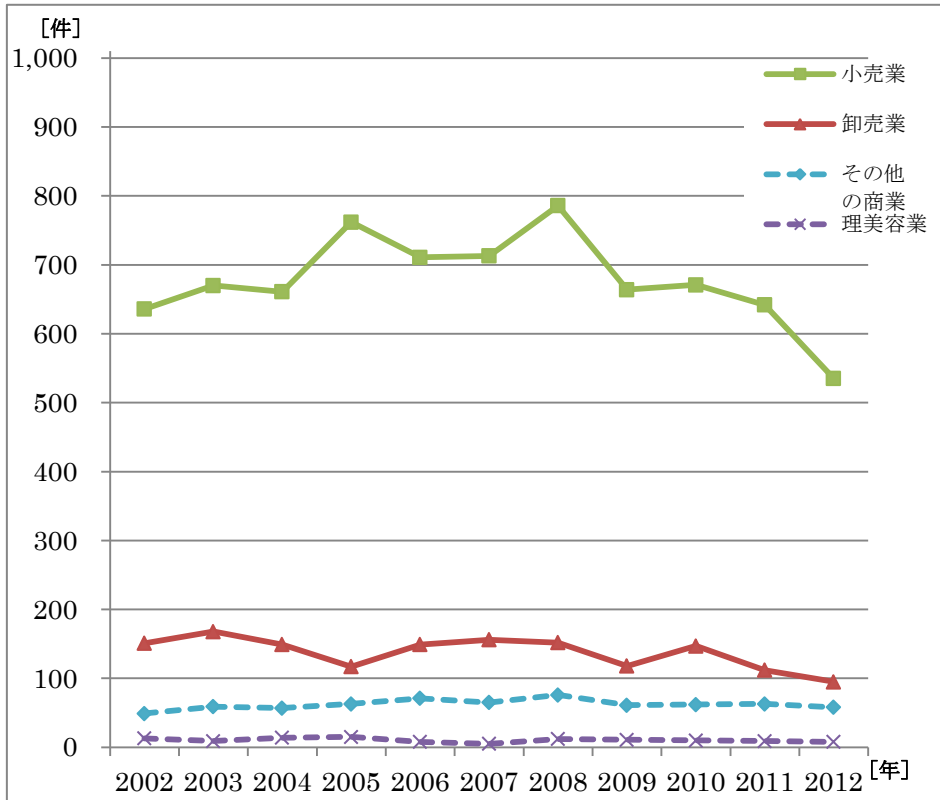
10年前と比較して、道路貨物運送業はやや減少し、小売業は横ばいであるが、社会福祉施設では、2002年の363件から2011年の1002件と2.7倍に増加している。

2000年に介護保険制度ができて以降、介護労働者は1.7倍程度に増加しているが、その増加をかなり上回って腰痛が発生している。

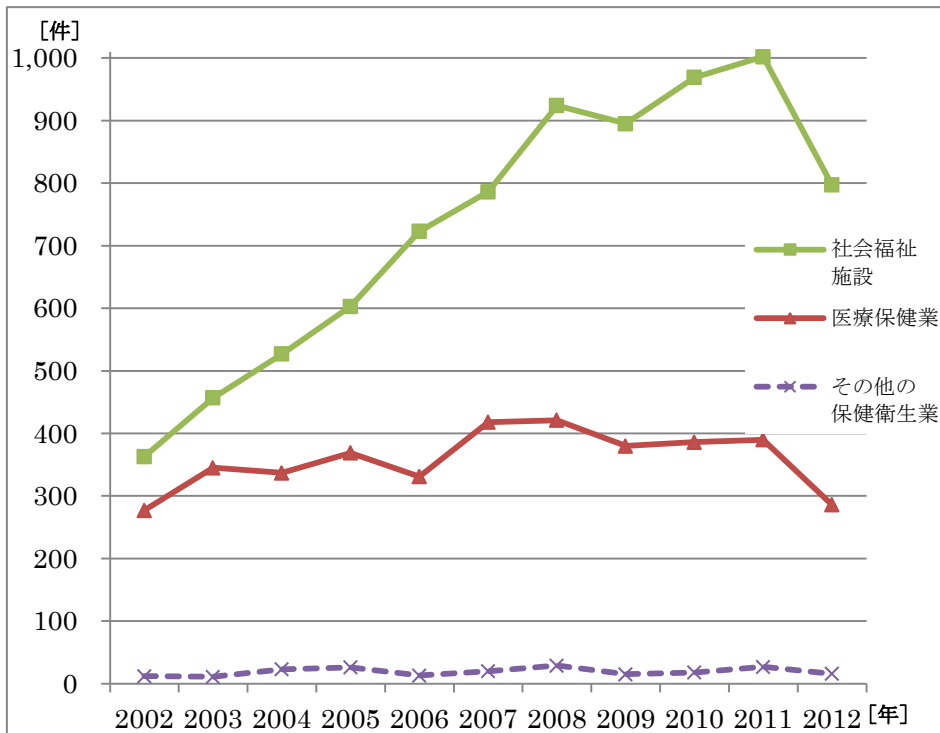
図表2 運輸交通業の小分類業種別腰痛発生件数



図表3 商業の小分類業種別腰痛発生件数



図表4 保健衛生業の小分類業種別腰痛発生件数



(3) 職場における腰痛発生状況の分析

職場における腰痛の発生状況を分析したものと、2004年に発生した休業4日以上
の腰痛4008件（全産業）について分析を行った結果を示す。（平成20年2月6日付
け基安労発第0206001号から抜粋）

ア 腰痛の発生を曜日別、業種別に見たところ、月曜日が20.9%と休み明けの週
の始めに多発する傾向が認められた。

この傾向は、製造業、建設業、運輸交通業では顕著であるが、保健衛生業、
商業では日曜も稼働することが多いためか、その傾向は見られない。（図表5）

イ 腰痛発生時間帯別に見ると、腰痛の発生時間は午前8時1分から午前11時
までの3時間で全体の40.5%を占め、午前9時1分から午前10時までの1時間
にピーク（15.0%）がある（図表6）。

ウ 休業見込日数別に見ると、29日以上
の休業を要する腰痛が35.5%と最も多く、一度発生すると長期休業が必要
となることがわかる（図表7）。

エ 腰痛が発生した作業時に取り扱っていた対象を人か荷かに分け、荷につ
いては移動の方向を見たところ、運輸交通業、商業はほとんどが荷を扱って
いる時に発生し、荷を下から上に移動する動作中に半数が発生し、次いで
前後左右が多い。

保健衛生業においては、人を扱っている時に大部分（83.5%）が発生して
いる（図表8）。

(4) 社会福祉施設における腰痛発生状況の分析

2004年に発生した休業4日以上
の腰痛4008件（全産業）のうち、社会福祉施設で発生した407件につ
いてさらに分析を行った結果を示す。（平成20年2月6日付け基安労
発第0206001号から）

ア 社会福祉施設における腰痛の発生時に単独・共同作業を行っていたか、
移乗作業かそれ以外の作業か、介護の種類（食事、入浴）別に分析を行
ったところ、事業場内における単独作業中に入浴介護時の移乗中に最も
多く発生していた（図表9）。

イ 社会福祉施設における腰痛の発生時に単独・共同作業を行っていたか、
移乗作業かそれ以外の作業か見たところ、単独・共同の別では単独作
業が83.7%を、移乗作業かそれ以外の作業かでは移乗作業が70.0%
を占めた（図表10）。

ウ イのうち移乗作業による224件について移乗元・先別、単独・共同作
業別に見ると、ベッドから車いすへの移乗での単独作業が46件と一番
多かった（図表11）。

エ ウのうち、発生件数が10件を超えるものについて腰痛発生時の立ち
位置、支える部位別に見ると、ベッドから車椅子への移乗の単独作業
では、被災労働者が要介護者の正面に立って、要介護者の腋下から
腕を差し込んで、要介護者の背中又は腰に手を回す方法（「正面
－背／背」又は「正面－腰／腰」が該当）が最も多く採られていた
（図表12）。

図表5 腰痛発生曜日別、業種別腰痛発生状況

	全 産 業 (n=4,008)	1 製 造 業 (n=752)	2 鉱 業 (n=4)	3 建 設 業 (n=279)	4 運 輸 交 通 (n=679)	5 貨 物 取 扱 (n=76)	6 農 林 業 (n=23)	7 畜 産 水 産 (n=45)	8 商 業 (n=695)	9 金 融 広 告 (n=19)	10 映 画 演 劇 (n=5)	11 通 信 業 (n=10)	12 教 育 研 究 (n=32)	13 保 健 衛 生 (n=697)	14 接 客 娛 楽 (n=230)	15 清 掃 と 畜 (n=248)	16 官 公 署 (n=5)	17 そ の 他 (n=209)
月	837	179	1	74	157	15	5	6	125	4		3	5	118	38	70	3	34
	(20.9%)	(23.8%)	(25.0%)	(26.5%)	(23.1%)	(19.7%)	(21.7%)	(13.3%)	(18.0%)	(21.1%)		(30.0%)	(15.6%)	(16.9%)	(16.5%)	(28.2%)	(60.0%)	(16.3%)
火	672	133	2	37	103	13	3	5	115	3		1	4	132	40	45		36
	(16.8%)	(17.7%)	(50.0%)	(13.3%)	(15.2%)	(17.1%)	(13.0%)	(11.1%)	(16.5%)	(15.8%)		(10.0%)	(12.5%)	(18.9%)	(17.4%)	(18.1%)		(17.2%)
水	620	126	1	44	108	11	6	8	90	6	3		8	113	28	30		38
	(15.5%)	(16.8%)	(25.0%)	(15.8%)	(15.9%)	(14.5%)	(26.1%)	(17.8%)	(12.9%)	(31.6%)	(60.0%)		(25.0%)	(16.2%)	(12.2%)	(12.1%)		(18.2%)
木	584	106		35	95	13	2	2	100	4	1	1	5	116	32	37		35
	(14.6%)	(14.1%)		(12.5%)	(14.0%)	(17.1%)	(8.7%)	(4.4%)	(14.4%)	(21.1%)	(20.0%)	(10.0%)	(15.6%)	(16.6%)	(13.9%)	(14.9%)		(16.7%)
金	596	125		47	107	13	3	6	112	2	1	2	7	88	24	30	1	28
	(14.9%)	(16.6%)		(16.8%)	(15.8%)	(17.1%)	(13.0%)	(13.3%)	(16.1%)	(10.5%)	(20.0%)	(20.0%)	(21.9%)	(12.6%)	(10.4%)	(12.1%)	(20.0%)	(13.4%)
土	442	56		32	72	7	3	6	94			2	3	75	44	28		20
	(11.0%)	(7.4%)		(11.5%)	(10.6%)	(9.2%)	(13.0%)	(13.3%)	(13.5%)			(20.0%)	(9.4%)	(10.8%)	(19.1%)	(11.3%)		(9.6%)
日	257	27		10	37	4	1	12	59			1		55	24	8	1	18
	(6.4%)	(3.6%)		(3.6%)	(5.4%)	(5.3%)	(4.3%)	(26.7%)	(8.5%)			(10.0%)		(7.9%)	(10.4%)	(3.2%)	(20.0%)	(8.6%)

図表6 腰痛発生時間帯別、業種別腰痛発生状況

	全業 (r=108)	1 製業 (r=72)	2 鉱業 (r=1)	3 建業 (r=27)	4 運輸通 (r=67)	5 卸販扱 (r=7)	6 農業 (r=2)	7 畜産産 (r=1)	8 商業 (r=65)	9 金融行 (r=1)	10 映画演劇 (r=1)	11 通業 (r=10)	12 教研究 (r=2)	13 保健生 (r=67)	14 接客業 (r=20)	15 清記音 (r=2)	16 官公署 (r=1)	17 その他 (r=20)
00:01-01:00	20 (0.9%)	4 (0.9%)			5 (0.7%)				2 (0.3%)				3 (0.4%)	4 (1.7%)				2 (1.0%)
01:01-02:00	23 (0.6%)	3 (0.4%)		1 (0.4%)	4 (0.6%)	1 (1.3%)			6 (0.9%)				2 (0.3%)	2 (0.9%)	2 (0.8%)			2 (1.0%)
02:01-03:00	25 (0.6%)	3 (0.4%)			9 (1.3%)			1 (2.2%)	6 (0.9%)				2 (0.3%)		3 (1.2%)			1 (0.5%)
03:01-04:00	29 (0.7%)	2 (0.3%)			11 (1.6%)	1 (1.3%)	1 (4.3%)		6 (0.9%)				5 (0.7%)	2 (0.9%)	1 (0.4%)			
04:01-05:00	32 (0.8%)	5 (0.7%)		2 (0.7%)	9 (1.3%)			4 (8.9%)	7 (1.0%)				5 (0.7%)					
05:01-06:00	43 (1.1%)	5 (0.7%)		1 (0.4%)	13 (1.9%)	1 (1.3%)		6 (13.3%)	5 (0.7%)				8 (1.1%)	1 (0.4%)	3 (1.2%)			
06:01-07:00	85 (2.1%)	14 (1.9%)			24 (3.5%)			4 (8.9%)	13 (1.9%)				14 (2.0%)	4 (1.7%)	6 (2.4%)			6 (2.9%)
07:01-08:00	159 (4.0%)	20 (2.7%)	1 (2.5%)	12 (4.3%)	46 (6.8%)	1 (1.3%)		8 (17.8%)	27 (3.9%)	1 (5.3%)		1 (10.0%)	22 (3.2%)	8 (3.5%)	10 (4.0%)			2 (1.0%)
08:01-09:00	439 (11.0%)	100 (13.3%)		42 (15.1%)	69 (10.2%)	9 (11.8%)	2 (8.7%)	6 (13.3%)	72 (10.4%)	4 (21.1%)	1 (10.0%)	2 (6.3%)	50 (7.2%)	19 (8.3%)	39 (15.7%)			23 (11.0%)
09:01-10:00	600 (15.0%)	125 (16.6%)		59 (21.1%)	84 (12.4%)	16 (21.1%)	6 (23.1%)	3 (6.7%)	96 (13.8%)	3 (15.8%)		1 (10.0%)	5 (15.6%)	19 (8.3%)	55 (22.2%)	1 (2.0%)		31 (14.8%)
10:01-11:00	582 (14.7%)	117 (15.6%)	1 (2.5%)	42 (15.1%)	69 (10.2%)	8 (10.7%)	5 (21.7%)	4 (8.9%)	101 (14.7%)	4 (21.1%)	1 (10.0%)	3 (10.0%)	3 (9.4%)	118 (16.9%)	17 (7.4%)	53 (21.4%)	1 (2.0%)	35 (16.7%)
11:01-12:00	295 (7.4%)	45 (6.0%)		12 (4.3%)	52 (7.7%)	6 (7.9%)	3 (13.0%)		53 (7.8%)	1 (5.3%)			7 (21.9%)	7 (11.0%)	22 (3.0%)	7 (8.9%)	1 (2.0%)	9 (4.3%)
12:01-13:00	182 (4.7%)	16 (2.1%)		3 (1.1%)	30 (4.4%)	2 (2.6%)			38 (5.3%)	1 (5.3%)		2 (10.0%)	2 (6.3%)	39 (5.6%)	25 (10.9%)	7 (2.8%)		17 (8.1%)
13:01-14:00	308 (7.7%)	67 (8.9%)	2 (5.0%)	20 (7.2%)	59 (8.7%)	6 (7.9%)	3 (13.0%)	1 (2.2%)	62 (8.9%)	1 (5.3%)			52 (7.7%)	8 (3.5%)	17 (6.9%)			10 (4.8%)
14:01-15:00	335 (8.4%)	65 (8.6%)		35 (12.5%)	36 (5.3%)	4 (5.3%)	2 (8.7%)	2 (4.4%)	61 (8.8%)	1 (5.3%)	1 (10.0%)		4 (12.7%)	61 (8.8%)	21 (8.1%)	20 (8.1%)	1 (2.0%)	21 (10.0%)
15:01-16:00	280 (7.0%)	66 (8.8%)		21 (7.5%)	46 (6.8%)	5 (6.6%)		2 (4.4%)	53 (7.8%)			1 (10.0%)	4 (12.7%)	44 (6.3%)	17 (7.4%)	3 (1.2%)	1 (2.0%)	17 (8.1%)
16:01-17:00	200 (5.0%)	44 (5.9%)		20 (7.2%)	27 (4.0%)	8 (10.7%)	1 (4.3%)	1 (2.2%)	34 (4.9%)	1 (5.3%)	1 (10.0%)	1 (10.0%)	3 (9.4%)	27 (3.9%)	16 (7.0%)	3 (1.2%)		13 (6.2%)
17:01-18:00	95 (2.4%)	20 (2.7%)		5 (1.8%)	17 (2.5%)	1 (1.3%)			11 (1.6%)	1 (5.3%)			22 (3.2%)	8 (3.5%)	3 (1.2%)			7 (3.3%)
18:01-19:00	73 (1.8%)	9 (1.2%)		1 (0.4%)	13 (1.9%)	2 (2.6%)			17 (2.4%)				1 (3.1%)	19 (2.7%)	8 (3.5%)	1 (0.4%)		2 (1.0%)
19:01-20:00	62 (1.5%)	7 (0.9%)		1 (0.4%)	16 (2.4%)	1 (1.3%)			11 (1.6%)	1 (5.3%)	1 (10.0%)			8 (1.1%)	13 (5.7%)			3 (1.4%)
20:01-21:00	54 (1.3%)	3 (0.4%)		1 (0.4%)	15 (2.2%)	3 (3.9%)		2 (4.4%)	3 (0.4%)				1 (3.1%)	11 (1.6%)	12 (5.2%)			3 (1.4%)
21:01-22:00	32 (0.8%)	3 (0.4%)			10 (1.5%)				5 (0.7%)				3 (0.4%)	7 (3.0%)				4 (1.9%)
22:01-23:00	25 (0.6%)	5 (0.7%)			3 (0.4%)			1 (2.2%)	3 (0.4%)				4 (0.6%)	8 (3.5%)				1 (0.5%)
23:01-24:00	30 (0.7%)	4 (0.5%)		1 (0.4%)	12 (1.8%)	1 (1.3%)			3 (0.4%)				5 (0.7%)	4 (1.7%)				

図表7 休業見込日数別、業種別腰痛発生状況

	全 産 業 (n=408)	1 製 造 業 (n=72)	2 鉱 業 (n=1)	3 建 設 業 (n=27)	4 運 輸 交 通 (n=67)	5 貨 物 取 扱 (n=7)	6 農 林 業 (n=2)	7 畜 産 水 産 (n=1)	8 商 業 (n=85)	9 金 融 広 告 (n=19)	10 映 画 演 劇 (n=5)	11 通 信 業 (n=10)	12 教 育 研 究 (n=3)	13 保 健 衛 生 (n=87)	14 接 客 娛 楽 (n=20)	15 清 掃 と 畜 (n=24)	16 官 公 署 (n=5)	17 そ の 他 (n=20)
7日以下	759 (189%)	141 (188%)	1 (250%)	31 (111%)	104 (153%)	15 (187%)	3 (130%)	6 (133%)	147 (212%)	5 (263%)	1 (200%)	5 (500%)	11 (344%)	142 (204%)	40 (174%)	66 (268%)	3 (600%)	38 (182%)
8-14日	1,156 (288%)	238 (318%)	1 (250%)	58 (208%)	190 (280%)	22 (289%)	7 (304%)	11 (244%)	194 (279%)	3 (158%)		4 (400%)	8 (250%)	207 (297%)	75 (328%)	79 (319%)	1 (200%)	58 (278%)
15-21日	532 (133%)	103 (137%)	1 (250%)	46 (167%)	75 (110%)	7 (92%)	3 (130%)	9 (200%)	79 (114%)	2 (105%)	1 (200%)	1 (100%)	6 (188%)	100 (143%)	36 (157%)	34 (137%)		29 (139%)
22-28日	137 (34%)	18 (24%)		10 (36%)	26 (38%)	1 (13%)		1 (22%)	28 (40%)	1 (53%)				30 (43%)	7 (30%)	7 (28%)		8 (38%)
29日以上	1,424 (355%)	252 (335%)	1 (250%)	134 (480%)	284 (418%)	31 (408%)	10 (435%)	18 (400%)	247 (355%)	8 (421%)	3 (600%)		7 (219%)	218 (313%)	72 (313%)	62 (250%)	1 (200%)	76 (364%)

図表 8 取扱い対象・腰痛発生時動作別、業種別腰痛発生状況

		全 産 業 (n=408)	1 製 造 業 (n=72)	2 鉱 業 (n=1)	3 建 設 業 (n=27)	4 運 輸 交 通 (n=67)	5 貨 物 取 扱 (n=7)	6 農 林 業 (n=2)	7 畜 産 水 産 (n=4)	8 商 業 (n=65)	9 金 融 広 告 (n=19)	10 映 画 演 劇 (n=5)	11 通 信 業 (n=10)	12 教 育 研 究 (n=3)	13 保 健 衛 生 (n=67)	14 接 客 娛 楽 (n=20)	15 清 掃 と 畜 (n=24)	16 官 公 署 (n=5)	17 そ の 他 (n=20)	
人		644	1			22				5		1		10	582		4	3	16	
		(61%)	(1%)			(2%)				(7%)		(20%)		(31%)	(83%)		(16%)	(60%)	(7%)	
荷	下→上 (能動)	1,598	357		135	311	36	11	5	340	8	2	7	4	37	133	118	1	93	
		(39%)	(47%)		(43%)	(45%)	(47%)	(47%)	(11%)	(48%)	(42%)	(40%)	(70%)	(12%)	(53%)	(57%)	(47%)	(20%)	(44%)	
	上→下 (能動)	309	60		17	96	5	1		83	3	1	1	1	4	13	7			17
		(7%)	(8%)		(61%)	(14%)	(66%)	(43%)		(11%)	(15%)	(20%)	(100%)	(31%)	(16%)	(57%)	(28%)			(81%)
	前後左右 (能動)	689	186	1	49	122	16	2	10	151	5	1		5	21	34	48			38
		(17%)	(24%)	(25%)	(17%)	(18%)	(21%)	(87%)	(22%)	(21%)	(35%)	(20%)		(15%)	(30%)	(14%)	(19%)			(18%)
	不動 (能動)	107	29		6	17	7		1	16					2	6	15	1		7
		(27%)	(39%)		(22%)	(25%)	(32%)		(22%)	(23%)					(13%)	(26%)	(60%)	(20%)		(33%)
	制動 (受動)	61	7		6	17	4	1	1	12	1				1	2	3	3		3
		(15%)	(9%)		(22%)	(25%)	(53%)	(43%)	(22%)	(17%)	(53%)				(31%)	(13%)	(12%)	(12%)		(14%)
その他		600	112	3	66	94	8	8	28	88	2		2	11	49	41	53		35	
		(50%)	(14%)	(75%)	(23%)	(13%)	(10%)	(34%)	(62%)	(12%)	(10%)		(20%)	(34%)	(7%)	(17%)	(21%)		(16%)	

- ・「下→上（能動）」とは、荷の位置を現在位置から上方へ移動する動作。
- ・「前後左右（能動）」とは、主に荷を前後また左右の方向へ移動する動作。物の運搬・移動、物の押し引き、物の陳列、物をずらす・引きずるなど。
- ・「不動（能動）」とは、荷を持った状態で荷の移動をともしない動作。物を持った状態で振り返る動作、物を背負う動作、バケツの水を捨てるなど。
- ・「制動（受動）」とは、被災労働者の意思によらないところで移動する荷を制動する動作。崩れ落ちてきた荷を支える動作、落としそうになった荷を支える動作、渡された荷を受け止める動作など。
- ・「その他」とは、「人」又は「物」に分類されない動作。屈む、中腰になる、中腰でいた状態から背伸びをする、後ろを振り返る、つまづく、ハンマーの振り上げ、スコップ作業、鍋のかくはん、デッキブラシ類による床清掃、自動車の乗り降りなど。

図表 9 社会福祉施設の被災場所別、単独・共同作業の別、移乗・移乗以外の別、介護の種類別腰痛発生状況

被災場所 (n=344) [100.0%]	単独作業又は共同作業の別	移乗又は移乗以外の別	介護の種類						保育 (n=24) (7.0%)	小計 (n=344) (100.0%)
			食事 (n=22) (6.4%)	入浴 (n=88) (25.6%)	排せつ (n=49) (14.2%)	おむつ交換 (n=20) (5.8%)	その他(移乗以外) (n=41) (11.9%)	その他(移乗) (n=100) (29.1%)		
事業場内 (n=275) [79.9%]	単独 (n=235) <85.5%>	移乗	10	36	18	6		69		139
		移乗以外	7	14	11	12	28		24	96
	共同 (n=40) <14.5%>	移乗	4	13	5	1		14		37
		移乗以外	0	1	1	0	1		0	3
	小計 (n=275) <100.0%>		21	64	35	19	29	83	24	275
		【7.6%】	【23.3%】	【12.7%】	【6.9%】	【10.5%】	【30.2%】	【8.7%】	【100.0%】	
事業場外 (n=69) [20.1%]	単独 (n=53) <76.8%>	移乗	1	6	12	0		14		33
		移乗以外	0	6	1	1	12		0	20
	共同 (n=16) <23.2%>	移乗	0	11	1	0		3		15
		移乗以外	0	1	0	0	0		0	1
	小計 (n=69) <100.0%>		1	24	14	1	12	17	0	69
		【1.4%】	【34.8%】	【20.3%】	【1.4%】	【17.4%】	【24.6%】	【0.0%】	【100.0%】	

図表 10 社会福祉施設の単独・共同作業の別、移乗・移乗以外の別腰痛発生状況

	単独	共同	合計	合計 (保育を除く)
移 乗	172 (50.0%)	52 (15.1%)	224 (65.1%)	224 (70.0%)
移乗以外	116 (33.7%)	4 (1.2%)	120 (34.9%)	96 (30.0%)
合 計	288 (83.7%)	56 (16.3%)	344 (100.0%)	320 (100.0%)

図表 1 1 図表 1 0のうち移乗作業によるものに係る移乗元・先別、単独・共同作業別腰痛発生状況

		移 乗 先					移乗元別計	
		ベッド	車いす	浴 槽	床	トイレ		その他
移 乗 元	ベッド	5 (単 1、共 4)	53 (単 46、共 7)	5 (単 2、共 3)	0	7 (単 7、共 0)	3 (単 3、共 0)	73 (32.6%)
	車いす	44 (単 31、共 13)	19 (単 18、共 1)	1 (単 1、共 0)	2 (単 0、共 2)	8 (単 5、共 3)	8 (単 8、共 0)	82 (36.6)
	浴 槽	3 (単 0、共 3)	4 (単 3、共 1)	0	0	0	14 (単 10、共 4)	21 (9.4%)
	床	1 (単 1、共 0)	11 (単 10、共 1)	2 (単 0、共 2)	1 (単 1、共 0)	6 (単 5、共 1)	4 (単 4、共 0)	25 (11.2%)
	トイレ	2 (単 2、共 0)	5 (単 4、共 1)	0	0	0	0	7 (3.1%)
	その他	2 (単 0、共 2)	9 (単 6、共 3)	1 (単 0、共 1)	0	4 (単 4、共 0)	0	16 (7.1%)
移乗先別計		57 (25.4%)	101 (45.1%)	9 (4.0%)	3 (1.3%)	25 (11.2%)	29 (12.9%)	224 (100.0%)

図表 1 2 図表 1 1 のうち発生件数が 10 件を超えるものに係る腰痛発生時の被災労働者の立ち位置、要介護者の支持部位別腰痛発生状況

単独作業又は共同作業の別	移乗元	移乗先	合計	立ち位置										
				支える部位										
				正面	正面	側面	側面	側面	側面	側面	側面	背面	背面	その他
				背/背	腰/腰	頭/背	頭/腰	背/背	背/腰	背/膝	膝/足	胸/胸	背/背	
単独	ベッド	車いす	46 (100.0%)	22 (47.8%)	3 (6.5%)	2 (4.3%)	2 (4.3%)	2 (4.3%)	2 (4.3%)	2 (4.3%)	(0.0%)	2 (4.3%)	(0.0%)	9 (19.6%)
単独	車いす	ベッド	31 (100.0%)	16 (51.6%)	1 (3.2%)	(0.0%)	(0.0%)	(0.0%)	(0.0%)	3 (9.7%)	(0.0%)	(0.0%)	(0.0%)	11 (35.5%)
単独	車いす	車いす	18 (100.0%)	7 (38.9%)	3 (16.7%)	(0.0%)	(0.0%)	(0.0%)	(0.0%)	1 (5.6%)	(0.0%)	1 (5.6%)	(0.0%)	6 (33.3%)
共同	車いす	ベッド	13 (100.0%)	1 (7.7%)	(0.0%)	2 (15.4%)	(0.0%)	(0.0%)	(0.0%)	(0.0%)	1 (7.7%)	5 (38.5%)	1 (7.7%)	3 (23.1%)

「立ち位置」とは要介護者から見た腰痛発生時の被災労働者の立ち位置。

「正面」とは被災労働者が座位又は立位の要介護者と向かい合う位置。

「側面」とは被災労働者が座位、立位又は臥位の要介護者の側面。

「背面」とは被災労働者が座位又は立位の要介護者の背後に位置。

「頭側」とは被災労働者が臥位の要介護者の頭部に位置。

「支える部位」とは移乗を行う際に被災労働者の手が位置する要介護者の身体の部位。

2 腰痛予防対策の現状

(1) 法令の基準

ア 女性労働基準規則には、第2条第1項第1号で、妊娠中の女性は、次に掲げる重量以上の重量物を取り扱う業務を禁止している。

年齢	重量（単位 kg）	
	断続作業の場合	継続作業の場合
満16歳未満	12	8
満16歳以上満18歳未満	25	15
満18歳以上	30	20

なお、同条第2項で、産後1年を経過しない女性も同様に就かせてはならない業務とし、同規則第3条で妊娠中の女性及び産後1年を経過しない女性以外の女性も就かせてはならない業務としている（即ち全ての女性は、表で掲げられた重量以上の重量物を取り扱う業務を禁止されている）。

イ 年少者労働基準規則には、第7条で、次に掲げる重量以上の重量物を取り扱う業務を禁止している。

年齢及び性		重量（単位 kg）	
		断続作業の場合	継続作業の場合
満16歳未満	女	12	8
	男	15	10
満16歳以上満18歳未満	女	25	15
	男	30	20

「重量物」とは荷物を意味しており、人体は含まれないこと、また、「重量物を取り扱う」とは持ち上げることであり、押すことや引くことは含まれないとされている。

(2) 行政指導の基準

ア 平成6年9月6日付け基発第547号「職場における腰痛予防対策の推進について」により「職場における腰痛予防対策指針」を公表。

以前にあった「重量物取扱い作業における腰痛の予防について」（S.45.7.10 付け基発第503号）及び「重症心身障害児施設における腰痛の予防について」（S50.2.12 付け基発第71）を併せて一体の文書として示したものである。

労働衛生対策の基本原則である三管理一教育（作業管理、作業環境管理、健康管理、労働衛生教育）を示し、また、5作業（重量物取扱い作業、重症心身障害児施設等における介護作業、腰部に過度の負担のかかる立ち作業、腰部に過度の負担のかかる腰掛け作業・座り作業、長時間の車両運転等の作業）についての作業態様別の基本的な対策を

示した。

重量物の取扱い重量として、満18歳以上の男子労働者が人力のみにより取り扱う重量は55kg以下にすること、男子労働者が、常時人力のみにより取り扱う場合の重量は当該労働者の体重のおおむね40%以下となるように努めることとされている。

イ 平成7年3月22日付け基発第136号「職場における腰痛予防対策に係る労働衛生教育の推進について」を公表。

腰痛予防のための労働衛生教育指導員（インストラクター）講習実施要領を定め、中央労働災害防止協会、建設業労働災害防止協会、陸上貨物運送事業労働災害防止協会において、従事者に対し円滑かつ効果的に労働衛生教育（従事者教育）が行われるように、管理者に対し円滑かつ効果的な教育（管理者教育）が出来る指導員（インストラクター）を育成するための要領を定めた。

ウ 平成20年2月6日付け基安労発第0206001号「職場における腰痛発生状況の分析について」を公表。

腰痛指針を示し、予防対策の推進を図ってきたところであるが、業務上疾病全体に占める割合が約6割と依然として高い水準で推移していることから、平成16年に職場において発生した休業4日以上腰痛について調査分析し、昭和61年及び昭和63年に職場において発生した休業4日以上腰痛の発生状況との比較等を行った。

昭和61年及び63年においては、製造業(4,174件)、建設業(1,903件)、運輸交通業(2,978件)、商業・金融・広告業(1,372件)であったが、平成16年では、製造業(752件)、運輸交通業(679件)、商業、金融・広告業(679件)の他、保健衛生業(697件)における発生件数が多かった。昭和61年及び昭和63年では、保健衛生業は、その他の事業に分類されていたため、増加分は不明だが、昭和61年及び昭和63年のその他の事業は13.64%であるのに対し、平成16年の保健衛生業は17.39%であるから、大幅に増加しているものと考えられる。

発生事業場規模について、どちらの年代も10～49人、50～299人、9人以下の順であったが、保健衛生業については、50～299人の事業場規模が55.8%を占めるという発生件数のピークがあったことから、常時50人未満の労働者を使用する事業場のみならず、常時50人以上の労働者を使用する事業場にあっても衛生委員会等によって腰痛予防対策に係る調査審議を行わせ、労使一体となって積極的に取り組んでいくことが重要。

性別について、前回調査時は、男性85.5%、女性14.5%であったが、今回調査時は、男性67.0%、女性33.0%と女性の割合が大きく増加していて、保健衛生業に限れば女性は、79.8%と圧倒的に女性の発生を占めている。

年齢について、前回調査時は、35～39歳、40～44歳、45～49歳の順であり、今回調査時は、30～34歳、25～29歳、35～39歳の順で、若い年齢層に多く発生していること

が認められるが、保健衛生業においては、25～29歳にピークがあり、次いで20～24歳という若い年齢層において腰痛が発生している。

経験年数について、前回調査では10年以上が最も多く、次いで5～10年未満、1～3年未満であり、今回調査でも、10年以上が最も多く、次いで1～3年未満、1年未満の順であり、経験の浅い労働者の締める割合が増加したが、保健衛生業においては、3年未満の労働者の占める割合が50.2%と過半数を占めている。

その他、Ⅱの1で示した内容を示した。

エ 平成21年4月9日付け基安労発第0409001号「介護作業者の腰痛予防対策のチェックリストについて」により「介護作業者の腰痛予防対策のチェックリスト」を公表。

この「介護作業者の腰痛予防対策チェックリスト」は、「危険性又は有害性等の調査(リスクアセスメント)」の手法を踏まえて、介護作業者の腰痛を予防することを目的とした。

「リスクの見積り」欄の該当する評価に○印をつけ、それぞれの介護作業の「リスク」を決定し、評価の基準を目安にチェックリストに記載する。

オ 平成21年度の委託事業の成果物として、「社会福祉施設における安全衛生対策マニュアル～腰痛対策とKY活動～」を公表。

カ 平成22年度の委託事業の成果物として、「介護業務で働く人のための腰痛予防のポイントとエクササイズ」及び「運送業務で働く人のための腰痛予防のポイントとエクササイズ」を公表。

Ⅲ 腰痛予防対策指針及び解説の改訂案

改訂後の腰痛予防対策指針及び解説において、構成は従来の指針同様、業種や作業を問わない一般的な腰痛予防対策の総論部分のあとに作業態様別の対策を記述する構成とした。

従来の指針と大きく変更した点は、

- ア 平成 17 年の改正で労働安全衛生法に取り入れられたリスクアセスメント・労働安全衛生マネジメントシステムについて、新たに総論部分に項目立てして記述したこと。
- イ 作業態様別の対策のうち介護作業の対策について、適用範囲及び内容を充実したこと。
 - ① 旧指針は、「重症心身障害児施設等における介護作業」で肢体不自由児施設、特別養護老人ホーム等における介護を対象としていたが、介護保険の導入（H12/4）以後の社会福祉施設を含む保健衛生業の腰痛大幅増への対応のため、対象について、社会福祉施設や医療機関、訪問介護・看護、特別支援学校等を追加し、「福祉・医療等における介護・看護作業」全般に拡大した。
 - ② 内容については、リスクアセスメントの実施、対象者の残存能力を活用した移動移乗方法を取り入れたほか、職場での実施を促進するため事例を含めた。
- ウ 作業態様別の対策のうち長時間の車両運転等の作業について、リスクアセスメントの実施を取り入れ、内容を充実したこと。

指針改訂案（別添のとおり）

IV 腰痛予防対策指針の普及について

1 都道府県労働局、予算事業を通じた普及方策

厚生労働省では腰痛予防対策指針の普及のため、平成25年度は、ア及びイの普及方策を実施していくこととしている。

ア 都道府県労働局での周知及び指導

Ⅲで提言された腰痛予防対策指針の改訂後はホームページ等における公表と併せて、関係行政機関、労働災害防止団体、事業者団体等に対し周知・要請を行うこととしている。

厚生労働省では内容の周知のためパンフレットを作成し、都道府県労働局（以下「局」という。）・労働基準監督署（以下「署」という。）ではそれを活用して全業種の事業者に対して行政指導を行うこととしている。

イ 社会福祉施設に対する労働災害防止対策支援事業

アによる周知および指導に加え、社会福祉施設については、厚生労働省の平成25年度予算による委託事業として、社会福祉施設を対象に腰痛予防対策等について指導援助を行う労働災害防止対策支援事業を予定している。具体的には、受託者において教材（テキスト、DVD）を作り、全国各地で社会福祉施設の管理者等に集まってもらう講習会を行い、また、個別に事業場を訪問して具体的な指導援助を行うものである。

これら指導・援助の実施にあたっては、特に腰痛は様々な要因によって発生するものであることから、労働衛生管理体制、労働衛生の3管理、労働衛生教育が総合的に行われるようにすることが第1のポイントとなる。また、腰痛対策については、業務の進め方と密接な関係にあることや人材や予算が必要になることから、事業実施に係る管理と一体となって行われる必要があるため、管理者が労働者の健康安全に責務を負っていることを自覚してもらうことが第2のポイントである。そして、具体的な対策が行われるよう、管理者自らが取り組むこととするか、又は腰痛予防の取組み責任者を明確にすることが第3のポイントである。

社会福祉施設における具体的な対策としては、管理者が意識啓発等に関する教育を受けた上で、指針の改訂案に記載した対策のうち、特に、リフト等の福祉用具（機器や道具）を導入すること、事業場での作業標準・マニュアルなどを整備し、機器の操作や腰痛を起こさない介護技術を労働者教育・研修によって徹底していくことが柱になる。

（参考）平成25年度から始まる予定の中小企業労働環境向上助成金の中には、介護労働者の身体的負担を軽減することにより介護労働者の労働環境の向上及び雇用管理改善を図ることを目的とした介護福祉機器助成が含まれている。

2 関係機関との連携

（1）社会福祉施設対策における都道府県との連携

社会福祉施設における感染予防や事故防止について各事業場が行うこととして、①

責任者の明確化、②会議や検討会の年2回の義務付け、③職場での指針やマニュアルの作成、④研修の実施が義務付けられている。これらは、都道府県がその実施を指導する仕組みになっている。

腰痛予防対策指針が各社会福祉施設で活用され、実効をあげるには、こうしたチャンネルを通じて普及を図ることが効率的かつ効果的であると考えられることから、都道府県との連携が必要である。一部の都道府県労働局においては、都道府県が開催する社会福祉法人向けの説明会に労働局の説明時間を確保しているが、そうした取組を全国的に展開することが適当である。

(2) 労働災害防止団体等による出版・研修事業

改訂指針に基づく対策をよりわかりやすく普及させていくため、労働災害防止団体等による事業として、業種別・作業態様別などに簡単かつページ数の少ない腰痛予防のための読本が出版されることが適当である。イラストやリスクアセスメント等の対策の事例を多く入れるなど、なじみやすいものにするほか、職場での腰痛防止のための改善活動用チェックリストを記載し、実務的なものとするのが望まれる。

また、1で記載したように、事業者が管理者と従事者へ教育を行うことが重要であり、効果的に教育が図られるよう、十分な知識・経験を有する者による講習会の機会が必要である。国が1のこの講習会の予算措置を毎年続けることは困難であるため、その後は労働災害防止団体等において、管理者、労働者それぞれを対象とした腰痛予防研修が企画・実施されることが適当である。社会福祉施設のみならず、製造業、運送業、社会福祉施設以外の医療・介護施設からも多くの受講生が参加するように取り組むことが望ましい。

(3) 産業保健スタッフ、社会保険労務士等との連携

事業場に対し指導をする立場の産業医等、労働衛生の専門家、医療機関等で看護作業や腰痛の予防・治療に携わる医師、看護師への腰痛予防対策指針の浸透が重要であることから、厚生労働省は、これら専門職団体、学会と連携して指針の周知に取り組むべきである。

全国に設置されている産業保健推進センターの研修内容に腰痛予防対策指針を加えることが考えられる。

また、厚生労働省は、中小企業等から相談を受けることの多い社会保険労務士に対して、腰痛予防対策指針の周知を図るべきである。

3 その他

過去に厚生労働省が寝たきり老人ゼロ作戦、身体拘束ゼロ作戦を行ったように、腰痛ゼロ作戦を全国的に展開していくことも考えられる。