

腰痛予防対策指針の改訂に関する各委員からの意見と対応

No.	項目	意見	対応
1	全体	訪問介護は施設介護とは環境が異なるが、腰痛予防対策の基本的な考え方やアプローチは同じなので、訪問介護を含めて記述してはどうか。	訪問介護を含めて記述した。
2		職場巡視を実施しての作業管理や作業環境管理が困難な側面がある訪問介護労働こそ、リスクアセスメントとマネジメントの考え方を生かした対策をうつことが重要。イギリス、デンマーク、アメリカでは、ホームヘルパーの腰痛問題に対し、理学療法士や作業療法士が中心となってサービス利用者宅のリスクアセスメントを行い、抽出された問題点に対して積極的な対策がとられている。わが国で諸外国と全く同じ方法で取り組むことは難しいかもしれないが、ある居宅介護支援事業所では、負担の比較的大きいケースと小さいケースはある程度認識されており、一人のホームヘルパーに負担の大きいケースを集中させないようマネジメントすることで腰痛予防につながるという認識をしている。	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を含めて記述した。
3		全体の部分で表記が「望ましい」、「配慮する」、「考慮する」が多く、何をするのか、もしくはしなくても良いと理解しないか。「すること」等の表現が必要なところは変更するなどしてはどうか。特に休憩休止などのところ。	原則「すること」とし、実施の必要性が比較的低いものを「望ましい」等とした。
4	総論	ストレスと腰痛の関係が言われているが、記述にはないが 필요한か。	「はじめに」等に腰痛の発症要因として心理・社会的要因が関連していることを記述した。
5	1 はじめに	(6)として「ある一定時間の同一作業姿勢の保持」を追加してはどうか。	意見を踏まえ、2作業管理(2)二に「同一姿勢を長時間取らないようにすること」を追加。
		心理・社会的要因に対する対策を入れる。	「5 労働衛生教育」の解説に記述。
7	解説(5)	振動に、「長時間の運転・操作によって腰部に著しい粗大な振動を受けること」を加える。	「長時間の車両運転により」、「腰部及び全身に振動」を追
8	(1)自動化 省力化	「自動化、省力化」、「自動化又は機械化し」の言葉を統一する。	「自動化」、「省力化」と修正。
9	作業管理2(1) 補助器具 等	「福祉用具の研究開発と普及の促進に関する法律」第2条に、「この法律において「福祉用具」とは、心身の機能が低下し日常生活を営むのに支障のある老人又は心身障害者の日常生活上の便宜を図るための用具及びこれらの者の機能訓練のための用具並びに補装具をいう。」と定義づけられている。したがって、作業管理の(1)自動化、省力化の文中、補助器具(機器や道具)については、福祉用具(機器や道具)とし、他もこれに統一する。	「福祉用具(機器や道具)」に修正。
10	作業管理2(2) 作業姿勢	イに「立位作業、椅座位作業に関わらず腕の曲げ角度が90度から最大100度の範囲に収まっていること[エルポールール、またはアームの法則]」を追加してはどうか。	意見を踏まえ(2)ハに追加。
11	作業管理 作業標準	イ(イ)を「一連続作業時間または一単位当たりの作業時間、作業量、作業方法、使用機器等を示すこと。」としてはどうか。	意見を踏まえ(2)二及び(6)イを修正。
12	2(3) 作業標準	イ(ロ)を「姿勢変換、小休止・休憩が取れるようにすること」としてはどうか。	意見を踏まえ、(2)二、(3)イを修正。
13	作業管理 2(4) 靴、服装 等	ロに「ヒールの付いた靴を履く場合にはヒールの高さを3cmまでとする。」を追加してはどうか。	指針に「ハイヒールを使用しないこと」、解説に「高いヒールの靴は履かないようにする」と記述。
14		ハとして「作業服 中重量物の取り扱いが生じる作業においては、容易に中重量物の取り扱いが出来る作業服を着用すること。」を追加してはどうか。	意見を踏まえ(4)ロに追加。
15		腹圧を上げるための腰部保護ベルトは、「重量挙げ」時に使用するもので、常時使用は筋力を弱くする可能性があり推奨できない。	意見を踏まえ、2作業管理に「一律に使用するのではなく」と留保をつけて記述した。
16	作業管理 組織体制 口	「体力・身長」を追加する。	指針本文と解説に「体格」を追加。

17	2(5)	組織体制	口の次に、「ハ 作業を行う場合は、ゆとりのある人員配置により、福祉用具(機器や道具)を優先して使用する環境を整備することが望ましい。」を追加する。	IV 介護・看護作業3(2)(6)に記述。	
18	3(5)	振動	振動に、「長時間の運転・操作によって腰部に著しい粗大な振動を受けること」を加える。	「長時間の車両運転により」、「腰部及び全身に振動」を追加した。	
19	健康管理 4(1)	腰痛健診	腰痛健康診断について、現指針の健康診断項目を実施することは、整形外科医でない産業医にとって困難。実際に腰痛多発職場において有効な腰痛健康診断が実施されているか疑問。 現指針で示されている腰痛健康診断は、特異的腰痛を発見して、腰痛リスクの高い人を危険な作業につかせないようにするという視点が大きい。作業関連性の視点、職場のリスクを発見し、リスクを下げ腰痛を予防する視点が不足している。	解説に腰椎のX線検査及び運動機能テストについて記述。	
20	健康管理 4(2)	腰痛予防体操	現指針に示されている腰痛予防体操は、腰部への負荷が大きく、腰痛があるものにとっては逆に悪化の危険性がある。新指針に載せる体操は、ストレッチ主体のものに変更しては	意見のとおり修正。	
21		作業前体操	イ(口)に「立位作業者は屈曲筋を中心とするストレッチ、反して、椅坐位作業者は伸展筋を中心とするストレッチを作業間体操として取り入れることが好ましい。」を追加してはどうか。	意見を踏まえ修正。	
22		ストレッチ	使う筋肉・作業に応じたストレッチのポイントを解説する。	解説に記述。	
23			休止時間にできるようにし、イラストを入れてほしい。	「必要に応じて適宜」と記述。イラストは今後。	
24	衛生教育 5(1)	労働衛生教育	⑤として「腰痛防止のための作業改善チェックリストの作成と実施」を追加してはどうか。	要検討	
25	労働衛生教育 5(2)	その他→日常生活での留意点	心理的な要因低減のストレスコントロールなどの文言を入れたほうがよい。(2)その他でもよい。	日常生活での留意点に「精神的ストレス」を、解説にはコーピング等のストレス対策を記述。	
26			ストレスコントロールは教育と並列にせず、(2)解説とする。		
27			喫煙の記述は解説でなく指針に入れる。	日常生活での留意点に「禁煙」を含めた。	
28			日常の運動習慣に関する記述を入れる。	「日常生活での留意点に「運動習慣」を含めた。	
29	6	労働安全衛生 マネジメント シス	リスクアセスメントは努力義務になっているので、タイトルを「リスクアセスメント」にしたほうが事業者には理解しやすい。解説はこのままでよいと考える。	要検討	
30			チェックリストを示す。 アセスメント表を示してほしい。	要検討	
31			チェックリストを作るフローチャートを入れるとよい。	要検討	
32			RA・MSは職場で誰が行うかを明記する。	解説に記述。	
33			腰痛予防対策や予防教育に取り組む組織などの運営のことなどが必要でないか。	要検討	
34	I 重量物 取扱い 作業		重量物取扱い作業	「重量品」の文言は適切ではないのではないか。対象の重量に加え、その作業の反復に問題にもがあり、数十キログラムでは一般的に重量物とは呼ばないと思う。ついては、「荷役労働」、または「手荷役(てにやく)労働」はどうか。 荷役は貨物の積卸しなどを総称しており、対象は貨物。介護や看護は対人労働(指針Ⅱ前文)と呼んでいるので、人とモノ(貨物)を分けて考えることができる。	「荷役」とは貨物の上げ下ろし作業に限定される。中小の製造業等では、いまだ30kgを超える重量物を人力で運ぶこともあることから、今回は「重量物」とした。
35				戸口に近い所や目線の高さを取扱いが頻繁なものを、腰を曲げたり伸ばしたりする上や下の高さに余り出ないものを置くなど荷物の構内レイアウトについて記述してはどうか。	3作業環境管理で記述する方向。
36	I 2	取扱い重量	宅配便でも最重量は30キロなので、55キロは見直しをしてもいいのではないか。	意見を踏まえ修正。	
37			最大55kgを外し、ただし最大御30kgを超えないとかく要検討。		
38			女性が男性の60%でよいか検討。	男性は体重の40%、女性が男性の60%とした。	
39			運送業と介護・看護業務と書き分け、介護・看護業務については、原則として人力での抱え上げは、25キロ以下とし、25キロ以上は、移動用リフト等の福祉用具(器具、道具)の使用を原則とするように、具体的に記載する。	重量物に関しては、人と物を書き分ける。物の持ち上げは体重の割合とし、人の抱え上げは原則禁止とした。	
40			人も同様とは書かないほうが良い。	原則、人力での抱え上げは禁止と記述。	
41	I 3	荷姿の改善	(5)として「荷姿を出来る限り小さくする。」を追加してはどうか。	意見のとおり追加。	

42	I 4	作業姿勢	(7)として「二人作業の場合、可能な限り同様の身長の仕事の作業を組み合わせる」を追加してはどうか。	意見のとおり追加。
43	III 座り作業	腰掛け作業	(1)椅子の改善に「背もたれの寸法と角度及び肘掛けの高さ」と修正してはどうか。	「寸法」を追加。
44			(4)作業域に「肘を起点として円弧を描いた範囲内に作業対象物を配置すること。」を追加してはどうか。	意見のとおり追加。
45	IV 介護・看護作業	タイトル	介護作業は、重症心身障害児施設より数の多い特別養護老人ホームを例示したほうがよい。	意見を踏まえ修正。
46			指針の対象となる職場については、看護を行う事業者も対象にした方がよい。	
47			腰痛予防対策指針が平成6年9月に作成されたものであることから、平成12年介護保険実施に対応できるようにする。又障害者、障害児も障害者自立支援法に対応できるようにする必要がある。	
48			「医療介護施設」としてはどうか。	
49	IV 介護・看護作業	タイトル	表題は、介護・看護作業とし、冒頭の文章を、「社会福祉施設をはじめ、医療機関、訪問介護、乳幼児の保育、障害児の教育等で介護・看護作業を行う場合には…」に書き換え、なお書きは削除してはどうか。	意見を踏まえ修正案「福祉・医療等における」を示す(老人・障害者施設、保育、障害児教育、訪問介護・看護、病院等での介護・看護など幅広く網羅できるようにする)
50			「はじめに」で示した5作業の(2)社会福祉施設等における介護・看護作業については、他の4作業と同様に介護・看護作業と作業内容のみとする。社会福祉施設や病院などの作業場所の例示は、解説で示せばよい。	
51			「要因の同定」の「同定」という用語は分かりにくいので分かり易い言葉にする。	見出しは「特定」とし、文章では「明らかにする」に変更
52	IV 前文		福祉分野では人材確保の重要な位置づけであることを書くといい。 19年の福祉人材確保指針(厚生労働省)の見直しに、人材確保のために取り組むべき措置として、「従事者が心身ともに充実して仕事ができるよう、より充実した健康診断を実施することはもとより、腰痛対策などの健康管理対策の推進を図ること。(経営者、関係団体、国、地方公共団体)」がある。 人材確保の面からも重要となっているので、各事業所が組織的に取り組むべき方向を示すものが必要。	意見のとおり解説に記述した。
53			利用者の安全健康と介護者の安全健康は表裏一体であることを追加。	意見のとおり解説に記述した。
54	IV 1		「介護」と「介助」の使い分けを統一する。	「介護」は本人に代わって日常生活を行い護る、「介助」は日常生活の本人の行為を一部助ける、という意味に使われるとのこと。本指針では、要介護者、介護者、介護施設、介護作業などにおいて「介護」を、移乗介助、入浴介助、食事介助など助ける行為そのものや、全介助、部分介助など助けの程度を示す場合を「介助」とした。1箇所、「介助技術」「介護技術」のどちらにすべきか迷うところあり。
55	IV 1(1)		(1) 介護・看護される人…対象者でいいと思ったが、又は要介護・看護者又は利用者等要検討。	「介護者・看護者」と「要介護者・看護者」が連続して出てくるので読んでいて分かりにくく、要介護・看護者でいいか疑問。
56	IV 2	リスク評価	3段階は分かり易いが、1の(1)~(6)までの総合の要因か1項目ずつの要因か？ レベル別の点数化するのか？ 現場で活用するにはリスクアセスメントツール(どういう状態がレベル1か)が必要。解説に今後書き入れられると思うが。	解説に評価基準例を入れるよう検討。
57			レベルの許容範囲を書いてほしい。	

58	IV 3(2)(3)	重量基準	抱え上げる対象者の重量として、重量物取り扱い作業の項で入れた重量の基準を入れてはどうか。	重量物に関しては体重の割合のみで制限。
59			特別養護老人ホーム等の介護施設での人力による持ち上げは、ISO基準と同じ25kg以下とすべきである。	現段階では基準値を記載していないが検討。
60	IV 3 (2)(3)	福祉機器 抱え上げ	介助者2人による移乗介助は、前かがみになる動作自体が腰痛の原因となることから推奨できない。	意見を踏まえ、本文3(2)(3)を記述。
61			「福祉機器・補助具」は、「福祉用具(器具や道具)」とし、対象者が移乗の自立が困難な場合は、原則として人力での抱え上げはせず、移動用リフト等移乗支援のための福祉用具(器具や道具)を使用することとし、複数人で作業することは削除する。	福祉機器を使用し、人の抱え上げはしないことを原則として記述する。 導入できていない場合にどうするか全く記述がないのでは役に立たないので、やむを得ず複数人での対応をする場合のリスクを解説に記述した。
62			特別養護老人ホーム等の介護施設では、介護者の腰痛予防対策とともに、利用者の安心・安全な介護を行う観点から、リフト等福祉用具の導入・活用を原則とし、人の手による介護より福祉用具を使った介護を優先することにより、極力、人力で持ち上げないようにす	意見を踏まえ修正。
63			自動化、省力化に対応したものにできないか。 リフトや機器を活用して人の力の頼らない、省力化は必要ではないか。	意見を踏まえ修正。
64			「前記による」でなく内容を重複しても記述したほうがいいのか、移乗介助する場合とか、持ち上げない介護など、移乗機器の活用など。 介助は食事介助の方法だけでよいか 排泄、移動、移乗など腰痛を引き起こす場面は必要ではないか。	意見のとおり修正。
65			重量物の取り扱いに対応した内容は書けないか。	意見のとおり修正。
66	IV 3(3)	作業姿勢	高さ、上下や移動できるもの、早さ、大きさなど腰痛を予防できるものに変更したほうがいいのか。踏み台は如何か。	意見を踏まえ修正。
67			介護施設でのリフト等福祉用具の利用については、利用者の身体状況に合わせて選定・適合し、介護者の身長に合わせて高さ調節を行ったうえで利用すべきである。	意見のとおり(3)d)に追加。
69			「リフト」は厚生労働大臣が定める福祉用具の種目の告示により「移動用リフト」に統一する。	「移動用リフト」は、移動にのみ使うリフトという印象を与え限定されてしまうので、「リフト等」とする。
69			不安定な姿勢の文中、「支持基底面を広くとり」は、「十分な介護スペースを確保し」としたらどうか。	意見を踏まえ解説に記述。
70	IV 3(4)		移送にストレッチャーは疑問。見直しが必要では。	ストレッチャーの使用はやむを得ないと考える。
71			滑りにくい踏み台は必要か。 ローラーコンベヤー付洗身台は、いろんな型が使用されているが機械浴、リフトとかの表現でいいのか。	意見を踏まえ修正。
72	IV 3(5)	休憩	皿腰部に過度に負担のかかり立ち作業にある内容の小休止・休息などは介護作業にも入れたほうがいいのか。	意見のとおり(5)を修正。
73			(5)に「さらには作業時の主な姿勢」を追加してはどうか。	意見のとおり(5)を修正。
74	IV 3(6)	作業人数	複数介助や継続的に立ち仕事をしたら休憩など取れるなどの方向から適性配置のことを書いてはどうか。職員1人に対する介護の業務量を勘案した適性配置。	意見を踏まえ(6)に追加。
75	IV 3(6)	作業人数	特別養護老人ホームにおける介助者の配置基準は、3:1であるが、リフト等を活用したゆとりのある介護を行うためには、1.5:1~2:1程度に見直すことを検討する必要がある。	今回検討の範囲外。
76		協力体制	ここで言う個人間のサポートは組織としてのサポートと同じ。	意見を踏まえ修正。

77	IV 3(7)	作業標準 の策定	福祉施設などは、ケアプラン(個人別介護(支援)計画)に個別の介助状況を入れるが、作業標準をケアプランと置き換えらるか。	視点が異なるので置き換えは難しいと思われるが、プランに組み込むことで実行されやすいと思われるので、解説に「ケアプラン(又は個別援助計画)に作業標準を入れることが望ましい」とした。
78	IV 4	再評価、 見直し、 継続	これらを事業者が行うことを明記する。	管理者又は事業者で検討。
79	V		車のシート、操作位置などが腰痛予防という観点から人間工学的な発想がないので、取り入れられたらよい。	意見により3(3)に記述。
80	今後の 改訂		現在、経済産業省、厚生労働省ではロボット技術を活用した介護機器の開発・導入の加速化を促進し、移乗介助を行う際の介助者のパワーアシストを行う機器等の開発、実証試験を経て、27年度から順次市場化を図る計画である。新しい介護機器の開発に応じた機器の導入・活用がなされるように指針も随時見直していくべきである。	今後も必要に応じ指針の見直しを行う。
81	指針の 普及に ついて		指針の活用目的を明確にでき、事業所が安全衛生上義務的に取り組む指針というものにしてほしい。腰痛防止指針の存在すら知らない事業所も多い。 例えば、感染予防や事故防止については、各事業所にやるべきものとして以下のものが義務付けられ、東京都の指導で実施してない場合は指導されるような仕組みになっている。 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 現実、腰痛予防対策指針が事業所で活用され、身のあるものにするためには、上記のような位置づけが必要。例えば ①腰痛予防の取り組みの責任者を明確にする、②腰痛予防の取り組みを実施する、③取り組む会議を実施する、④指針、マニュアルなどの作成、⑤予防教育(研修など)、⑥福祉機器の導入など事業所が取り組めるものになりたいと思う。そのための知識を提供するという役割もあると思う。	改訂指針を今後公表し、労働局、労働基準監督署において事業場に対し行政指導を行う基準となる。 また、厚生労働省平成25年度予算において、社会福祉施設に対し集団的に及び個別に指導援助を行う事業を予定。
82			特別養護老人ホーム等の介護施設にリフト等の福祉用具を導入するためには、施設長等管理者の理解と協力が重要である。また、介護現場でリフト操作の知識及び技術を有する従事者の養成が必要である。したがって、事業所毎に、管理者に対する研修と従事者に対する研修を同時に実施していく必要がある。	