

介護施設・訪問介護事業所対象

中高年の介護職員が 健康で働き続けるために



理学療法士が腰痛・転倒予防をサポートします！

参加
無料

こんなことに悩んだら、私たちにおまかせください

腰痛や転倒の予防は
何をしたらいいの

腰痛・転倒予防の専門家である理学療法士が予防体操や身体の使い方のコツをアドバイスさせていただきます。

身体に負担の少ない
介助方法や環境調整
が知りたい

個別指導で作業場面（介助、清掃等）を実際に確認し、腰痛予防に役立つ動作指導をさせていただきます。また作業環境の工夫についてもアドバイスさせていただきます。

年齢を重ねていても
長く働いてほしい

腰痛や転倒などの労働災害を予防することは、労働寿命の延伸につながります。健康経営においてとても重要なテーマです。



理学療法士による
出前講座と個別指導を行います。



介護職員が元気で健康に働ける
環境づくりをサポートしていきます。

社会福祉・介護事業における労働災害は、年々増加しています。特に「腰痛(動作の反動・無理な動作)」や「転倒」による労働災害が約7割を占めているとされています。

年齢を重ねても元気に働き続けるためには体力を維持し、身体に負担のかからない作業姿勢や身体の使い方を意識することが重要です。理学療法士による助言を通して、労働寿命の延伸を目指しましょう！

実施期間 令和6年9月から令和7年3月

詳細は裏面へ

高齢者就労支援事業

お申込みは下記QRコードから

申し込み期限
令和6年6月1日～9月30日

先着20施設



【お問い合わせ】
群馬県理学療法士協会 社会局
地域包括ケアシステム部 担当：塩浦
mail : gpt.tiikihoukatu@gmail.com

主催：一般社団法人 群馬県理学療法士協会

出前講座・個別指導の内容

本事業は2日間のプログラムとなります。ご要望があれば一方のみの対応も可能です。

1日目 (50～60分間)

労働災害(腰痛・転倒)を予防するための講座

対象年齢：主に50歳以上

対象人数：最大20名まで

介護従事者以外の方も参加可能です

講座では高齢者における労働災害の実態と対策について解説します。特に腰痛と転倒を予防するための体操や身体の使い方のコツを中心にお話します。福祉用具の紹介や環境面の工夫などについてもご紹介いたします。



2日目 (70～90分間) 対象年齢：60歳以上

体力測定と個別指導 (30～60分)

対象人数：3名程度まで

握力、歩行テスト、バランステストを中心に身体機能を評価していきます。基準値と比較しながら体力年齢についての説明もしていきます。



作業評価 (30分) ※体力測定の所要時間によっては非実施

対象者の作業場面（介助、清掃等）を実際に確認し、腰痛予防に役立つ動作の指導を行います。

【案内事項】

- ✓ 実施内容は施設側のご要望に合わせて変更することも可能です。「講座のみ」「体力測定のみ」でもお受けいたします。お気軽にご相談ください。
- ✓ 当日の理学療法士の派遣人数は1名を予定しております。

理学療法士が訪問するまでの流れ

表面のQRコードよりお申込み

群馬県理学療法士協会の
担当者よりメールが届く

派遣する理学療法士と直接打ち合わせ
※お電話にてご連絡いたします
(日程調整や講座の形式などについて)

理学療法士が事業所へ訪問

講座参加者の **84%** が
「仕事や日常生活で役立つ」と回答!!

令和5年度 講座終了後アンケート結果より

受講者インタビュー

講座に参加させていただき、大変参考になりました。アドバイスを頂けたことで、もう少し長く働けそうな気がします！



介護老人保健施設の介護職員