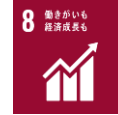


3. すべての人に健康と福祉を



【腰痛対策講座 実施】

社員の健康を『予防』の観点からサポートするため、腰痛対策講座を実施しました。

【目的】

職場における腰痛は、特定の業種に限らず多くの作業現場で見られ、業務上疾病の中でも最も多い症状の一つです。ユアサ工機およびユアサシステム機器でも、現在少なくとも16名の社員が腰痛を抱えながら業務に従事していることが確認されています。

今後、腰痛を抱える社員を増やさないこと、また既に症状を持つ社員の悪化や再発防止を目的に腰痛対策講座を企画しました。講師には、岡山医療専門職大学 教授・明日 徹先生をお迎えし、岡山産業保健総合支援センターの無料セミナー制度を活用して、2025年7月31日（木）に本社食堂で実施しました。今回の講座では、腰痛が起きる仕組みに関する座学に加え、職場や家庭で簡単にできるストレッチの実践を通じて、腰痛予防への理解を深めました。

【効果】

- ・腰痛予防への意識向上
「腰痛の仕組み」や「なぜストレッチが効果的なのか」など、原因と対策の基本を知ることによって、社員一人ひとりが腰痛を自分ごととして捉えるきっかけとなりました。
- ・日常に取り入れられる予防方法の習得
自宅や作業の合間でもできるストレッチや姿勢のポイントなど、すぐに実践できる内容が多く、業務中のちょっとした習慣の変化にもつながっています。
- ・職場全体の健康配慮体制の第一歩
講座を通じて、社員の健康リスクに対し会社として予防的に取り組む姿勢を示すことができました。今後も、社員の健康維持・予防を目的としたセミナーなど、継続的な取り組みを検討して行きます。

【講座の様子】

