

【事後レポート】約40%の自社社員が腰に関する悩みあり 社員向け「腰痛対策セミナー」を勤務時間内に実施 -本社42名・リモート56名の社員が参加-

日本生まれのサポーター専門ブランド「MEDIAID(メディエイド)」を展開する、日本シグマックス株式会社(本社:東京都新宿区、代表取締役社長:鈴木洋輔)は、社内向けに「職場で出来る!腰痛対策セミナー」を2024年1月12日(金)に開催、セミナー当日は、本社42名・リモート56名と全社員のおよそ4割が参加しました。

セミナーでは、SPINE CONDITIONING STATION(以下、SCS)のコーチングトレーナーである折笠佑太氏より、実際に職場でできる腰痛対策エクササイズをオンラインで説明し、参加社員が実践しました。以下に当日のレポートをご紹介します。



▲セミナーには本社42名、リモート56名の社員が参加

■腰に悩みを抱えている社員は約40%、緩和・改善のために運動・ストレッチを実施

当社は創業時より、身体活動に必要な骨や筋肉、関節といった「運動器」に着目し、整形外科を中心とした事業展開を進めてきました。その後、医療・スポーツ・ウェルネスの各事業において、腰サポーターをはじめとする「外固定」製品を中心に、製品を開発・販売し、運動器における課題を解決してまいりました。

お客様や患者様の腰痛における課題解決に携わっている当社ですが、社員を対象に身体的な悩みの有無に関するアンケートを実施したところ、アンケートに回答した142名のうち、「腰に悩みを抱えている」と回答した社員は約40%もいるということが分かりました。(図1)。

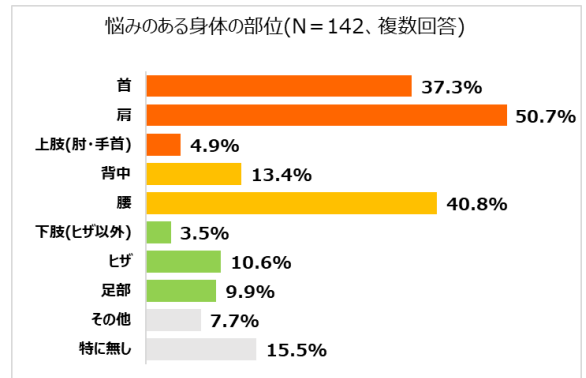


図1: 約40%の社員が腰に悩みを抱えている

特に過去6ヵ月以内に発症した腰痛により31名の社員において業務上の支障が出ており、「休みを取得」、「出勤を遅らせた、早退した」、「担当やシフトの交代」を強いられた社員もいました(図2)。

そのうち、腰痛のために実施した緩和・改善策として、「運動やストレッチの実施」が最も多く挙げられており、運動・ストレッチが腰痛において有用であると社員が認識していることが分かりました(図3)。

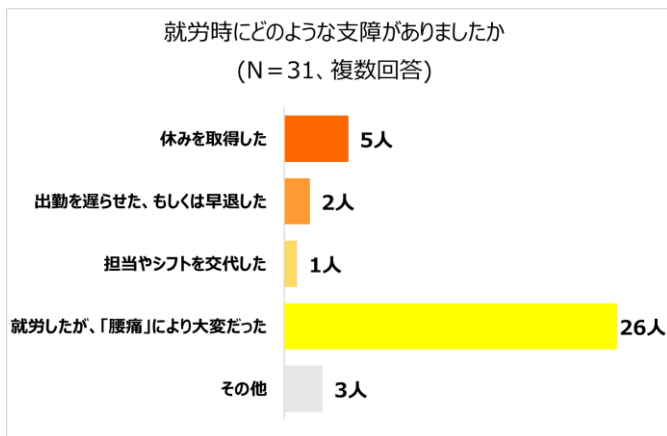


図2: 31名の社員が過去6ヵ月以内に発生した腰痛により、業務に支障が出ている

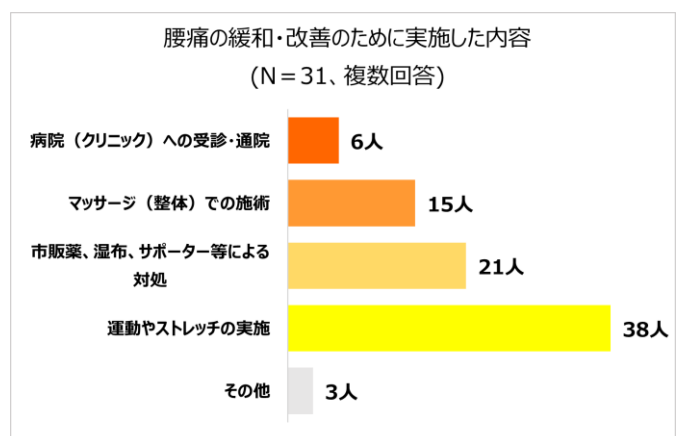


図3: 腰痛の緩和・改善のために運動やストレッチを選択している社員が多い

<本リリースに関するお問い合わせ先>

日本シグマックス株式会社 経営企画室 緒方・峠

TEL:03-5326-3254 FAX:03-5326-3201 MAIL:kouhou@sigmax.co.jp (広報共有)

■まずは自社から！社員の腰痛に関するケア意識向上を目的に、「腰痛セミナー」を勤務時間中に開催

当社では腰サポーターの販売以外にも、日常生活や職場での腰痛課題を解決すべく、腰痛専門のコンディショニング施設「SCS」の運営および、SCS で実施している運動プログラムを職場で行う「SCS 企業向け腰痛対策サービス」の提供を行っています。

そこで培ったノウハウを活かし、まずは自社社員の腰痛の解決、腰痛ケアの意識向上に取り組み、元気に仕事ができる会社になってほしい、という思いからサービスの一つである「腰痛対策セミナー」を実施する運びとなりました。

セミナーでは、SCS のコーチングトレーナーである折笠佑太氏より、社内や自宅で実施できるセルフチェックや腰痛予防のための正しいエクササイズ方法を説明し、その場で社員に実践してもらいました。

通常、SCS で実施されているプログラムでは、臥位や手足を床につけて行うエクササイズが含まれますが、本サービスでは職場でも気軽に取り組めるよう、座位や立ち姿勢でできるエクササイズを中心としたプログラムに編成されています。

■セミナーの様子



▲SCS トレーニングコーチの折笠氏はオンラインにて説明



▲本社オフィスの一角を使い開催



▲職場でできるような座位・立位で行うエクササイズが中心



▲営業所・テレワーク先にいる社員もリアルタイムで実施



▲画面越しに折笠氏が参加者の様子をヒアリング



▲エクササイズの効果があったかを社員同士で確認

＜本リリースに関するお問い合わせ先＞

日本シグマックス株式会社 経営企画室 緒方・峠

TEL:03-5326-3254 FAX:03-5326-3201 MAIL:kouhou@sigmax.co.jp (広報共有)

■セミナー参加者からの感想

本セミナーの参加者でアンケートに回答した社員 97 名のうち、85 名が「大変満足」、「満足」と回答していました。

参加者からは、

「ストレッチ内容そのものは割と即効性があった満足した」

「オンラインでも運動の効果を感じることができた」

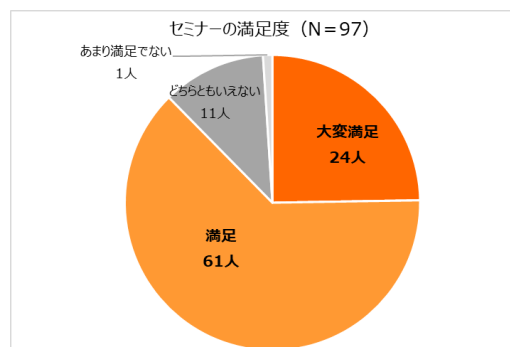
「腰痛に効果的なストレッチ方法が学べた」

とセミナー中に効果を実感できた、正しいエクササイズ方法を学べたというコメントのほか、

「社内メンバーと実施することに面白さを感じた」

「普段 SCS で行われている運動内容や雰囲気を知ることができた」

といった、社員同士の繋がりや、社員の業務内容の理解について触れられたコメントもありました。



▲セミナー参加者の満足度に関するアンケート結果

■当社代表取締役社長 鈴木洋輔からのコメント

当社は、「元気を創造する」ことを経営理念とし、運動器、特に腰における課題を解決するべく、腰用サポーターの販売や企業向けに「SCS 腰痛対策セミナー」の提供をしています。

「4 日以上 of 休業を要する職業疾病」の約 6 割を占める労働災害^{※1}と言われている腰痛ですが、当社でも腰痛に悩んでいる社員は少なくないため、自社社員の腰痛課題の解決と、正しく効果的な腰痛ケア方法について知ってもらう場を設けました。

今回のセミナーを通して、自社社員にとって、効果的な腰痛エクササイズを知るきっかけとなったほか、普段あまり関わらない社員同士でコミュニケーションを取る場にもなったと実感しています。

今後は「SCS 企業向け腰痛対策サービス」を通して、各企業の従業員の皆様の健康をより推進していくとともに、運動器における課題を解決できる製品・サービスを開発・提供してまいります。

※1: 厚生労働省「職場のあんぜんサイト」より引用 https://anzeninfo.mhlw.go.jp/yougo/yougo63_1.html



▲代表取締役社長 鈴木洋輔

■「SCS 企業向け腰痛対策サービス」について <https://mediaid.sigmax.co.jp/special/workerscare/>

長年の医療領域で培ったノウハウを生かし、サポーターやアシストスーツなどのワーカーズケア製品を展開している、サポーター専門ブランド「メディエイド」。製品装着以外の方法で、働く方の身体、特に腰痛に関する課題を解決しサポートする方法を考えてまいりました。

そこで、腰の痛みの根本原因を特定し、自身で痛みをマネジメントすることを目指す腰専門コンディショニングスタジオ「SCS」とタッグを組み、SCS で提供しているプログラムを元に、2023 年 4 月より企業向けサービスの提供を開始しました。

本サービスでは、オンラインで多くの従業員にセルフチェックやエクササイズを体感いただける「腰痛予防実践セミナー」や、専門資格を持つ SCS スタッフが職場に訪問し、エクササイズ指導を行う「腰痛課題コンサルティング・腰痛予防ショートプログラム」など、職場ごとの腰痛課題に合わせたプランをご準備しております。

なお、過去には、島津製作所様、タムラ製作所様といった企業で、健康経営の推進や福利厚生の目的で実施されています。

・島津製作所 腰痛予防実践セミナー開催の様子: <https://prt看mes.jp/main/html/rd/p/000000364.000002354.html>

・タムラ製作所 腰痛予防実践セミナー開催の様子: <https://prt看mes.jp/main/html/rd/p/000000397.000002354.html>

<本リリースに関するお問い合わせ先>

日本シグマックス株式会社 経営企画室 緒方・峠

TEL:03-5326-3254 FAX:03-5326-3201 MAIL:kouhou@sigmax.co.jp (広報共有)

■SPINE CONDITIONING STATION(SCS)について https://www.sc-station.com/lp_2212/

最先端の医学研究の理論に基づき腰の痛みの原因を特定し、一人ひとりに合った腰のコンディショニングをマスター。トレーナーとマンツーマンで取り組む腰のコンディショニングスタジオです。長年腰痛に悩む方に根本からの解決策を提供したいという思いの元、2021年に開設。90%以上の方が効果を実感していただいています※2。

理学療法士や柔道整復師の資格を持つスタッフに加え、早稲田大学スポーツ科学学術院教授 金岡恒治先生、桐蔭横浜大学スポーツ健康政策学部スポーツテクノロジー学科教授 成田崇矢先生がメディカルディレクターとして運営に参画しています。

※2: 2021年10月～2022年7月 自社調べ



▲トレーナーとマンツーマンでコンディショニング実施

■「メディエイド ワーカーズケア」スペシャルページ <https://mediaid.sigmax.co.jp/special/workerscare/>



職場での作業負担軽減、暑熱対策製品の導入・活用、企業向け腰痛対策サービスについて、お気軽にお問い合わせください。

■医療メーカーが生み出すサポーター「MEDIAID(メディエイド)」について <https://www.mediaid-online.jp/>

医療メーカーとして半世紀にわたり整形外科向けのサポーター・固定材料・医療機器を製造し、医療機関向けサポーター出荷額※3・腰サポーターメーカー出荷枚数 No.1※4 の日本シグマックスが展開する、生活者向けのサポーター専門ブランド。

医療現場で求められる機能・品質はそのままに、様々な仕事のシーン、普段の生活シーンでの着用感・快適性を追求した素材選び・ものづくりから、すべての製品を生み出しています。

※3: (株)日本能率協会総合研究所調べ。2022年度メーカー出荷額ベース
 ※4: (株)日本能率協会総合研究所調べ。2022年度メーカー出荷枚数ベース



▲MEDIAID ブランドアンバサダー 黒谷友香さん

■日本シグマックス株式会社について <https://www.sigmax.co.jp/>

所在地	東京都新宿区西新宿 1-24-1
創業	1973年6月1日
資本金	9,000万円
代表取締役社長	鈴木 洋輔
社員数	253名(2023年4月1日時点)
売上高	120.8億円(2023年3月期)



日本シグマックスは「身体活動支援業※5」を事業ドメインとし、幅広いフィールドで人々の身体に関わる製品・サービスを提供しています。創業以来「医療」の中でも「整形外科分野」に特化して、各種関節用装具やギプスなどの外固定材、リハビリ関連製品、冷却療法のためのアイシングシステム、治療・診断のための医療機器など、特徴のある製品を提供しています。「スポーツ分野」ではスポーツ向けケア・サポートブランド『ZAMST』を中心に国内外で高い評価を受けています。また日常生活を支える「デイリーケア」、労働者の身体をサポートする「ワーカーズケア」といった分野で『MEDIAID』ブランド製品を拡大展開しております。

※5: 身体活動支援業: 運動器障害の予防・診断・治療・回復、及び運動機能維持・向上を目的とした製品・サービスを提供することにより、人々がより健康で快適な生活を送れるよう支援する業(当社による造語)

<本リリースに関するお問い合わせ先>
 日本シグマックス株式会社 経営企画室 緒方・峠

TEL:03-5326-3254 FAX:03-5326-3201 MAIL:kouhou@sigmax.co.jp (広報共有)