

【事後レポート】「カイシャのミライ カレッジ」セミナー登壇 健康経営に役立つ職場向け腰痛対策サービスのメソッドをご紹介します

–自治体で実施した腰痛予防プログラムでは、76名のうち88%が継続実施し腰痛が緩和–

日本生まれのサポーター専門ブランド「MEDIAID(メディアイド)」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、2024年5月9日(木)に東京ビッグサイトで開催された「カイシャのミライカレッジ 2024 Tokyo Spring」のバックオフィスソリューションセミナーにて、健康経営に役立つ職場向け腰痛対策サービスとそのメソッドについて、早稲田大学スポーツ科学学術院 教授 金岡恒治先生に登壇いただき、お話を伺いました。以下に当日のレポートをご紹介します。

■セミナーのサマリー

- 運動には種類があり、それらをバランスよく行うことが重要。
- アスリートに行っていた、身体機能の評価と機能改善のためのエクササイズを、一般市民・従業員のライフパフォーマンス向上を目的に展開し一定の効果を確認。
- 厚生労働省が行っている、労働者の労災防止や転倒・腰痛予防を目的とした運動介入事業への補助金制度(=エイジフレンドリー補助金)の申請受付が5月7日から開始。

■「従業員のライフパフォーマンスを上げる腰痛改善サービスとそのメソッド」セミナー内容

運動には「心・技・体」の3種類があり、自らのメンタルをコントロールするメンタルトレーニング(=心)、筋肉をどのように動かすかをコントロールするスキル(=技)、筋力や柔軟性などフィジカル面を高めるトレーニング(=体)に分けられます。また、栄養と同じように、様々なエクササイズや運動をバランスよく行うことが大切であることをセミナー冒頭に説明されました。

また、金岡先生は、長年モーターコントロールエクササイズの研究や、競技スポーツにおける運動器障害診療や予防対策を行っており、アスリートへ身体機能の評価や機能改善のためのエクササイズを指導されていました。その中で、スポーツ庁の室伏広治長官より、「東京五輪のレガシーとして、アスリートだけでなく、一般市民・従業員のライフパフォーマンス向上のために応用ができないか」という提案があり、自治体や企業従業員に対するオンラインエクササイズ指導が行われています。

特に、スポーツ庁から委託を受けて北海道で行った腰痛予防プログラムでは、76名のうち88%が3か月間継続してエクササイズを実施できており、腰痛による疼痛の軽減や、骨盤の可動域や体幹筋の使い方の改善など効果も見られたといった報告もなされていました。

また、厚生労働省が実施している、労働者の労災防止や転倒・腰痛防止を目的とした運動介入事業導入に関する、中小企業向けの補助金「エイジフレンドリー補助金」の受付が5月7日より開始したことやその内容についても触れられ、「各企業の腰痛予防対策においても追い風になるのでは」とも話されていました。

最後に、「すべての人が、スポーツ・運動によって各自の身体機能を高め、競技力向上・ライフパフォーマンス向上を“楽しむ”ことができる環境にしたい」と今後の展望を話され、会場を後にしました。



▲セミナーには金岡恒治先生が登壇

<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)

■労働者の転倒や腰痛防止を目的とした「令和6年度エイジフレンドリー補助金」申請受付が5月7日より開始
 中小企業事業者による、高齢者を含む労働者の労働災害や転倒・腰痛防止の対策を目的とした「[エイジフレンドリー補助金](#)」があります。その令和6年度版の申請受付を開始したことが厚生労働省より、5月7日(火)に発表されました。

3つのコースのうち、「転倒防止や腰痛予防のためのスポーツ・運動指導コース」は、全ての労働者を対象に「転倒」や「腰痛」を防止することを目的に、下記①・②両方の取組で要した費用が補助対象とされています。

- ①身体機能改善のために専門家等による運動プログラムに基づいた身体機能のチェック
- ②専門家等による運動実技指導

※専門家等：医師、理学療法士、作業療法士、健康運動指導士、転倒予防指導士、柔道整復師、等
 ※補助率4分の3であり、上限額は100万円)

なお、当社では、企業や従業員向けに運動プログラムを実施する「企業向け腰痛対策サービス」を提供しています。サービスの詳細は「[企業向け腰痛対策サービスについて](#)」をご参照ください。

	高齢労働者の労働災害防止対策コース	転倒防止や腰痛予防のためのスポーツ・運動指導コース	コラボヘルスコース
対象事業者	・労災保険に加入している中小企業事業者 かつ、1年以上事業を実施していること ・役員、派遣労働者を除く、以下の労働者を雇用していること	・労働者を常時1名以上雇用している(年齢制限なし)	
補助対象	・高齢労働者(60歳以上)を常時1名以上雇用している ・対象の高齢労働者が補助対象に係る業務についている	・労働者の転倒防止や腰痛予防のため、専門家等による運動プログラムに基づいた身体機能のチェック及び専門家等による運動指導等に要する経費	・事業所カルテや健康スコアリングレポートを活用したコラボヘルス等、労働者の健康保持増進のための取組に要する経費
補助上限率額	補助率:1/2 上限額:100万円(消費税を除く)	補助率:3/4 上限額:30万円(消費税を除く)	

▲エイジフレンドリー補助金 補助要件(出典:厚生労働省「[エイジフレンドリー補助金について](#)」)

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

メディエイドは、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、2023年より企業向け腰痛対策サービスを提供してまいりました。

本サービスは、SCSで提供しているプログラムを元に、セルフチェックやエクササイズも取り入れながら楽しく多くの従業員に参加いただけるオンラインセミナーを各種ラインナップしております。

医学専門家監修による腰のコンディショニングプログラムの実施を通して、従業員の身体機能の状態や腰痛の発生原因、その対処法を理解・実践する場を従業員に提供し、職場での労働災害防止に貢献してまいります。



■職場における腰痛改善の重要性

腰痛は「4日以上の休業を要する職業疾病」の約6割を占める労働災害となっており(※1)、特に重量物を取り扱う製造業、物流業、建築・土木業などでの対策が課題となっています。また、令和4年度に実施された「業務上疾病発生状況等調査」では、業務上での負傷に起因する疾病を抱えている7,081名のうち、約8割を超える方が腰痛を訴えていることが明らかとなりました。(※2)

その一方で、厚生労働省は「第14次労働災害防止計画」を2023年2月に発表し、労働災害防止対策として理学療法士等の活用も挙げています。(※3)

※1:厚生労働省「[職場のあんぜんサイト](#)」より引用
 ※2:厚生労働省「[業務上疾病発生状況等調査\(令和4年\)](#)」、第1表 業務上疾病発生状況(業種別・疾病別)
 ※3:厚生労働省「[第14次労働災害防止計画](#)」

■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。(※)

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、桐蔭横浜大学大学院スポーツ科学研究科教授 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。

※2021年10月～2022年7月 自社調べ



▲コンディショニングはトレーナーとマンツーマンで実施

■医療メーカーが生み出すサポーター「MEDIAID(メディアイド)」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^{※4}・腰サポーターメーカー出荷枚数 No.1^{※5}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。

※4: (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
※5: (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^{※6}」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まいりました。「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おります。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。

※6: 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)