

腰痛・頸肩腕障害予防指導研修仕様書

1 実施目的

京都市内の民間社会福祉施設等に勤務する職員を対象に、腰痛及び頸肩腕障害の発生メカニズムや予防方法について、講義及び実技を通して理解を深め、発生予防に役立てる。

また、施設長としての、職員の健康管理意識の向上を図る。

2 受講対象者、人数

京都市内の民間社会福祉施設等（下表参照）の施設長及び常勤職員
年間約400名

所管課	施設
幼保総合支援室	保育所，認定こども園，地域型保育事業所
子ども家庭支援課	乳児院，児童養護施設，母子生活支援施設，情緒障害児短期治療施設，児童自立支援施設，自立援助ホーム，ファミリーホーム，障害児入所施設，障害児通所支援事業所
介護ケア推進課	養護老人ホーム，特別養護老人ホーム，軽費老人ホーム
障害保健福祉推進室	障害者支援施設，障害福祉サービス事業所

3 実施時期

平成30年10月から平成31年2月を予定

4 実施場所，実施時間，実施回数

- 時間帯は、すべて15:00～16:30を予定
- 会場は本市が確保し、会場使用料は本市が負担します（1会場あたり20～30名を予定）。
- 実施エリアや日時については変更する場合があります。

(1) 職員対象分

下のエリアごとに、各1回、計13回の実施を予定。

北区，上京区，左京区，中京区，東山区，山科区，下京区，南区，右京区，
西京区（洛西地域除く），西京区洛西地域，伏見区（醍醐地域除く），伏見区醍醐地域

(2) 施設長対象分

年1回実施を予定

5 実施内容

- 会場及び日程調整は本市と受託者との間で調整のうえ行う。
- 受託者は、対象となる施設に対し、研修実施に係る周知を行う。
- 受託者は会場ごとの参加申込の受付を行う。
- 受託者は参加者が提出する受講票を回収し、本市に参加人数の報告を行う。

○ 実施報告書を提出する（様式自由）。

(1) 職員対象分（講義・実技60分，質疑応答・個別相談30分）

- ・ 腰痛・頸肩腕障害発生メカニズムや予防の姿勢について
- ・ 腰痛・頸肩腕障害予防のための筋力トレーニング，ストレッチ体操

(2) 施設長対象分（講義時間90分）

- ・ 職員の健康管理腰痛・頸肩腕障害の予防
- ・ 施設に勤務する職員に係る，施設長としての健康管理意識の向上について