

図5-24a 本研究で得られた腰痛発症要因チェックリストのフローチャート

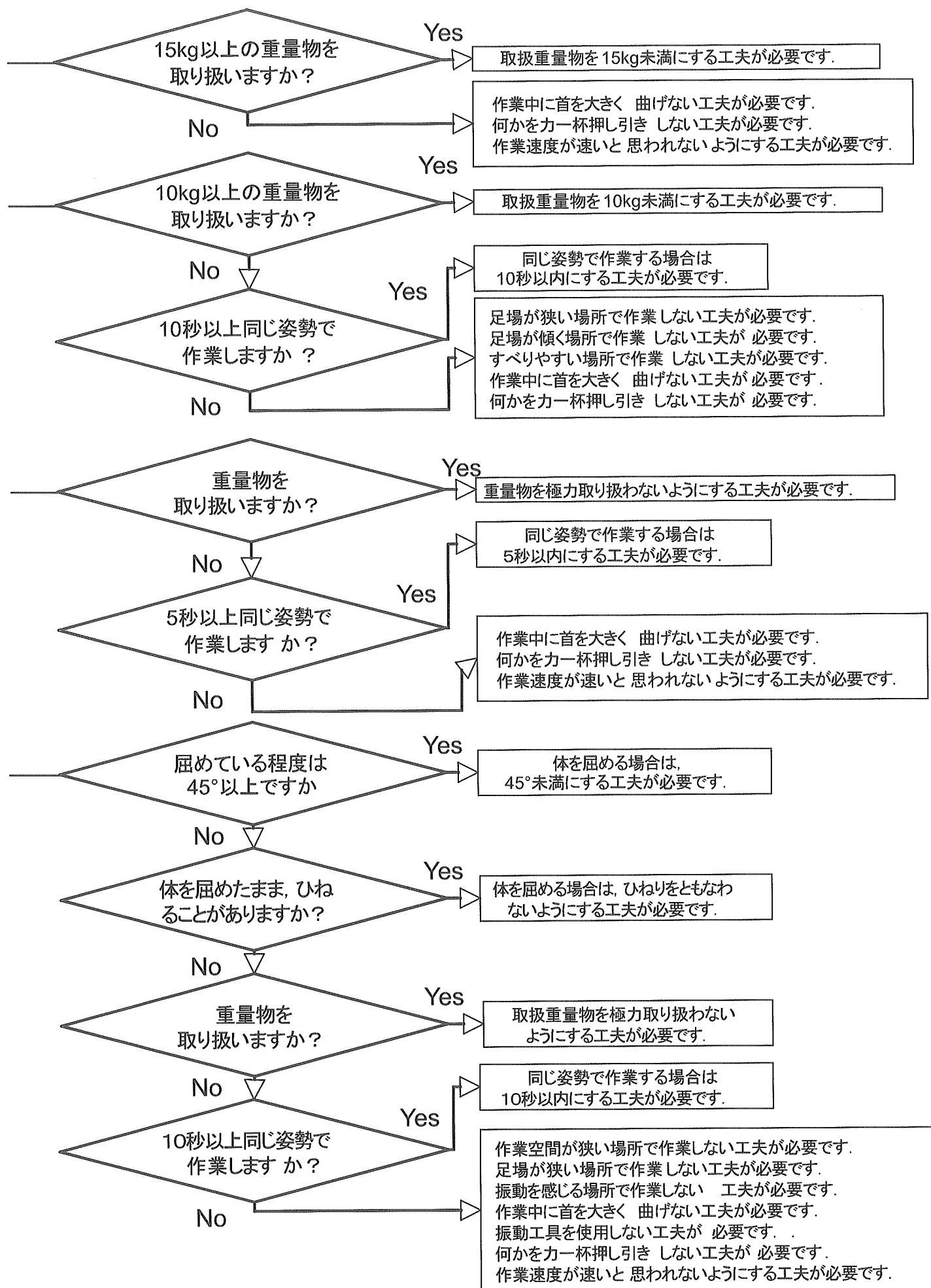


図5-24b 本研究で得られた腰痛発症要因チェックリストのフローチャート

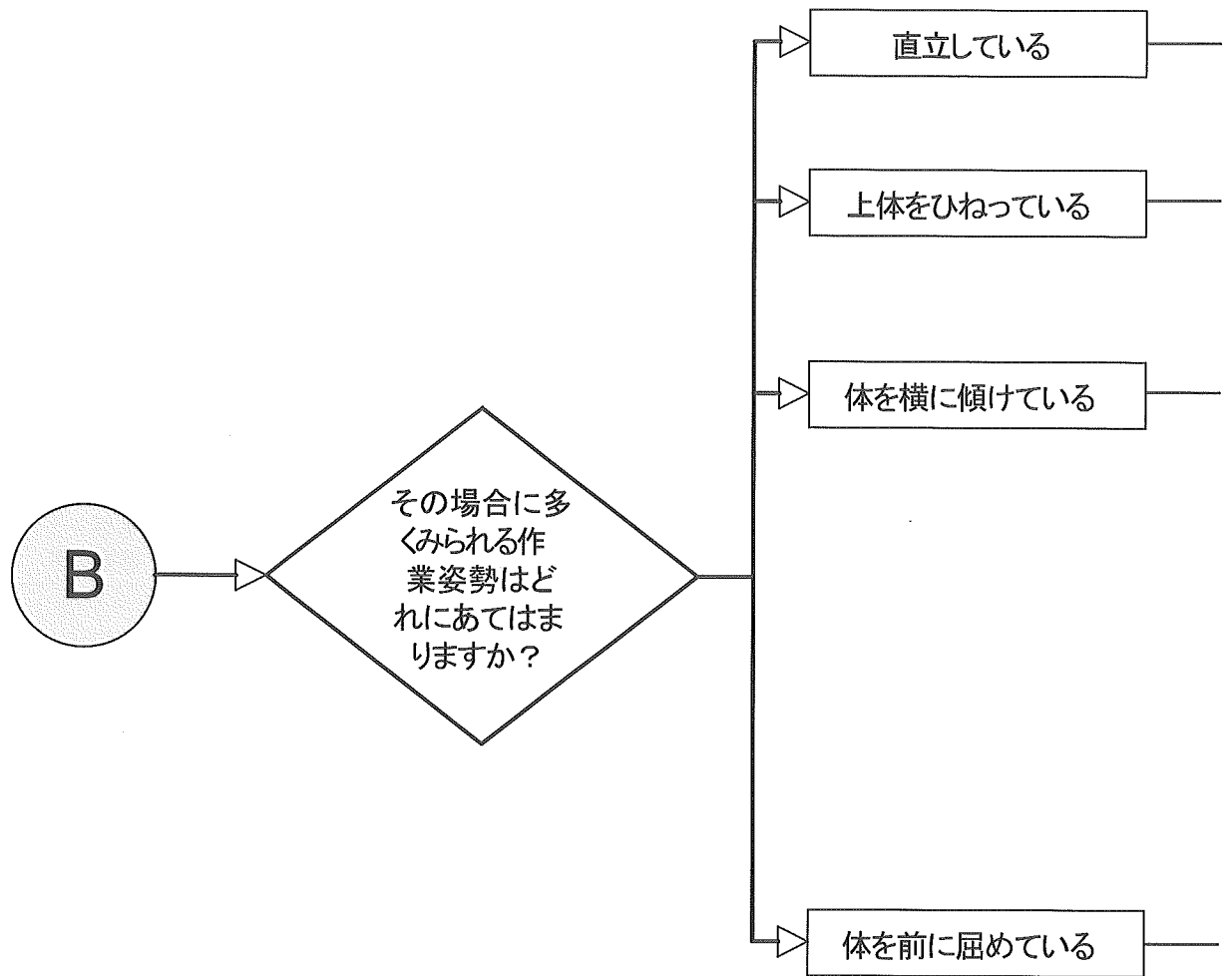


図5-24c 本研究で得られた腰痛発症要因チェックリストのフローチャート

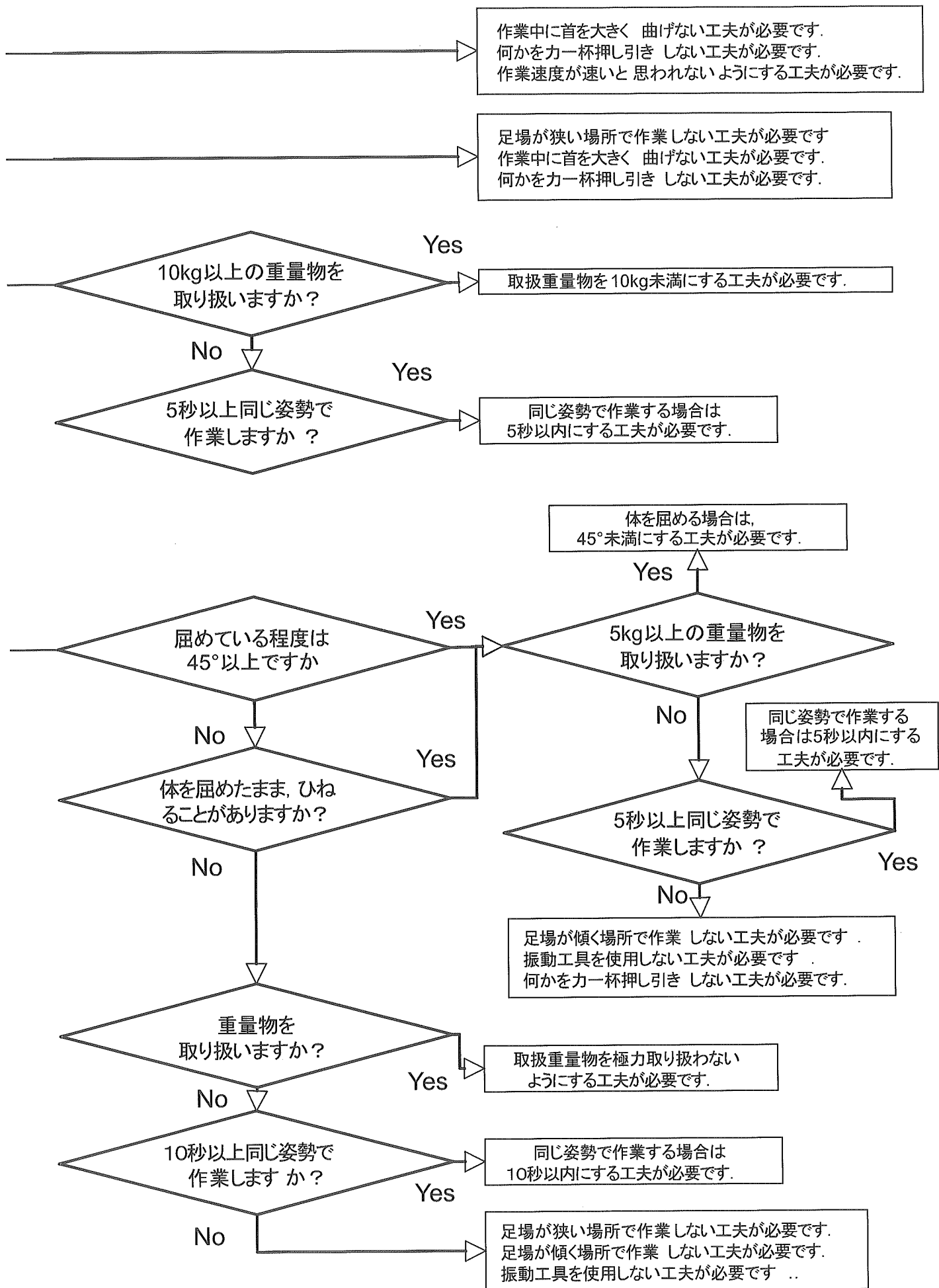


図5-24d 本研究で得られた腰痛発症要因チェックリストのフローチャート

職場における腰痛防止の為の作業姿勢負担評価チェックリスト

◆繰り返し作業の一周期がおおよそ3分間以内である

1. 直立して行う作業が多くみられる場合

- 取り扱う重量物が15kg未満となるように工夫されている。
- 首を大きく曲げることがないように工夫されている。
- 何かを力一杯押し引きすることがないように工夫されている。
- 作業者が、作業速度を速いと感じることがないように工夫されている。

2. 上体をひねって行う作業が多くみられる場合

- 取り扱う重量物が10kg未満となるように工夫されている。
- 同じ姿勢を保つことが10秒以内となるように工夫されている。
- 足場が狭い場所で作業を行うことがないように工夫されている。
- 足場が傾いたり、不安定な場所で作業を行うことがないように工夫されている。
- すべりやすい場所で作業を行うことがないように工夫されている。
- 首を大きく曲げることがないように工夫されている。
- 何かを力一杯押し引きすることがないように工夫されている。

3. 体を横に傾けて行う作業が多くみられる場合

- 重量物を極力取り扱わないように工夫されている。
- 同じ姿勢を保つことが5秒以内となるように工夫されている。
- 首を大きく曲げることがないように工夫されている。
- 何かを力一杯押し引きすることがないように工夫されている。
- 作業者が、作業速度を速いと感じることがないように工夫されている。

4. 体を前にかがめて行う作業が多くみられる場合

- 上体の鉛直線に対する角度が45度未満となるように工夫されている。
- 上体のひねりが伴わないように工夫されている。
- 重量物を極力取り扱わないように工夫されている。
- 同じ姿勢を保つことが10秒以内となるように工夫されている。
- 作業空間が狭い場所で作業を行うことがないように工夫されている。
- 足場が狭い場所で作業を行うことがないように工夫されている。
- 体に振動を感じる環境で作業を行うことがないように工夫されている。
- 首を大きく曲げることがないように工夫されている。
- 振動工具を使用することがないように工夫されている。
- 何かを力一杯押し引きすることがないように工夫されている。
- 作業者が作業速度を速いと感じることがないように工夫されている。

◆作業が繰り返してではない場合及び、繰り返し作業の一周期がおおよそ3分間よりも長い

1. 直立して行う作業が多くみられる場合

- 首を大きく曲げることがないように工夫されている。
- 何かを力一杯押し引きすることがないように工夫されている。

2. 上体をひねった状態で行う作業が多くみられる場合

- 足場が狭い場所で作業を行うことがないように工夫されている。
- 首を大きく曲げることがないように工夫されている。
- 何かを力一杯押し引きすることがないように工夫されている。

3. 体を横に傾けて行う作業が多くみられる場合

- 取り扱う重量物が10kg未満となるように工夫されている。
- 同じ姿勢を保つことが5秒以内となるように工夫されている。

4. 体を前にかがめて行う作業が多くみられる場合

- 取り扱う重量物が15kg未満となるように工夫されている。
- 上体の鉛直線に対する角度が45度以上であるような状態で取り扱う重量物が5kg未満となるように工夫されている。
- 同じ姿勢を保つことが10秒以内となるように工夫されている。
- 足場が狭い場所で作業を行うことがないように工夫されている。
- 足場が傾いたり、不安定な場所で作業を行うことがないように工夫されている。
- 振動工具を使用することがないように工夫されている。

※ひねりを伴う・膝を曲げる場合

- 取り扱う重量物が5kg未満となるように工夫されている。
- 同じ姿勢を保つことが5秒未満となるように工夫されている。
- 足場が傾いたり、不安定な場所で作業を行うことがないように工夫されている。
- 振動工具を使用することがないように工夫されている。
- 何かを力一杯押し引きすることがないように工夫されている。