

※ 助成金(計画時)申請用です。(実際の講習とは開始時間が異なる場合があります。)

腰痛予防教育

(一社)富山県労働基準協会

1 月 日

2. 場 所

3. 講習内容

日	時刻	講 義 (昼食・休憩)	科 目	担 当 講 師
1 日 目	13:00 ~ (休憩 10分) ~ 15:40	2時間 30分	1. 働く人の腰痛予防 (ビデオ)	
	2. ・仕事と腰痛 ・働く環境の改善 ・仕事の仕方の改善 ・作業態様別の留意点 ・健康管理			
	15:40~15:50 休憩10分			
	15:50 ~ 16:50	1時間	・作業前体操(実例紹介) ・腰痛予防体操(事例紹介) ・腰痛体操実技 (テニスボールを使った事例の紹介) ※体操服等の準備は不要です ・労働衛生教育 ・関係法令	
~17:00	修了証授与		富山県労働基準協会	
合計時間		講習3時間30分(学科・実技) 休憩20分		