

「働いて健康になる就労」を目指した 山武市シルバー人材センターの取組について

1. 開催趣旨

- ・人生 100 年時代を迎える高齢先進国のわが国では、定年撤廃や高齢者の雇用促進に伴う利点のみでなく、その危険性も見据える必要があります。実際、労働環境での転倒は、50 代から急増し、「死亡」や「休業 4 日以上 の 災 害」の主要原因となっています。もともと定年制がないシルバー人材センターではそのことを認識していましたが、基本的な安全講習以外は本人の健康管理にゆだねてきました。
- ・山武市シルバー人材センターと山武市は、国立大学法人筑波大学との共同で、高齢就労者の先制的な自己管理をささえる「安心安全就労サーベイ（測定会）」を始めます。筋肉量や骨の強さなど生活や仕事で必要な機能をみる測定会で、就業中の転倒や腰痛などに自ら対処できる会員を増やし、体調不良などによる退会を減らす、「**働いて健康になる就労**」を目指します。
- ・測定会後は「安心就労スキル講習」も予定しており、昨年度に就労実態に即した腰痛の対処法レッスン会を試したところ、効果を実感する会員も現れています。実際には、お金のためだけに働く会員はそれほど多くはなく、地域の健康増進に貢献するシルバー人材センターの新たな取組です。

2. 開催概要

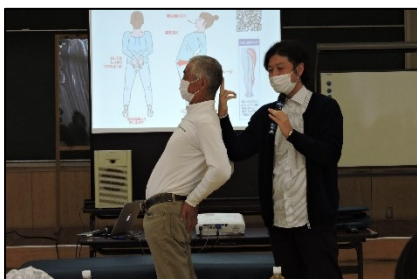
- ①日 程
- 9月 20 日（火） 13:00～16:00
21 日（水） 9:30～12:00、13:00～16:00（取材推奨日）
22 日（木） 9:30～12:00
- ②会 場
- 松尾 IT 保健福祉センター 多目的室ほか
（山武市松尾町五反田 3012 番地）
- ③対 象 者
- シルバー人材センター会員・約 100 名（会員数：481 名、R4.4.1 現在）
- ④測定内容
- 病気ではなく、**生活や仕事で必要となる機能**に着目した測定項目
〔 筋肉量、骨の強さ、握力、立ち上がる力、手先の動かしやすさ、
生活視力、倒れにくさ、歩く速さ、ふしぶしの痛み、など 〕

3. 開催イメージ

用いた測定
（筋肉量）
研究レベル機材を



就労中にできる
腰痛対処の講習会



測定内容を動画で見ることができます。
（測定スタッフ用の講習動画）



※本動画は、転載不可となります。

【問合せ先】

（公社）山武市シルバー人材センター
電話：0479（86）6616
担当：津久井
山武市保健福祉部高齢者福祉課
電話：0475（80）2642
担当：山倉、瓜生