

腰痛の認定基準

問 仕事中に腰を痛めたのですが、会社から労災にはならないといわれましたが本当ですか？

答 仕事中に腰を痛めた



というだけでは労災事故か私病での腰痛か判断できません。
労災では腰痛の認定基準を設け判断しています。大きく分けて2種類あり、〈災害性の原因による腰痛〉と〈災害性の原因によらない腰痛〉です。

〈災害性の原因による腰痛〉
業務上の負傷に起因して労働者に腰痛が発症した場合で、次の2つの要件のいずれをも満たし、かつ、医学上療養を必要とするとき、

1、腰部の負傷または腰部の負傷を生ぜしめたと考えられる通常の動作と異なる動作による腰部に対する急激な力の作用が業務遂行中に突発的な出来事として生じたこと
2、腰部に作用した力が腰痛を発症させ、又は腰痛の既往症若しくは基礎疾患を著しく増悪させたと医学的に認めるに足るもの

〈災害性の原因によらない腰痛〉
重量物を取扱う業務等

腰部に過度の負担のかかる業務に従事する労働者に腰痛が発症した場合で、当該労働者の作業状態、

従事期間及び身体的条件からみて、当該腰痛が業務に起因して発症したものと認められ、かつ、医学上療養を必要とするものとなっています。

この状態を確認させていたかできないと労災として判定ができません。

ここでは、災害性の腰痛を少しわかりやすく説明しますと、通常の動作と異なる動作とは、重量物を持っていて落としそうになったので身体を捻って支えようとしたとか、狭くて周りに荷物が置いてあるような場所で体を捻って物を持ち上げたとかです。

また、腰部に対する急激な力の作用としては、持ち上げようとした荷物が異様に重かったり、軽かったりした場合です。

荷物を持ち上げるのは、腰を中心に「この原理」で説明しますと、

たとえば、体重60kgの

人が、体から20センチ離れた10kgの荷物を持ち上げようとした場合

作用点（荷物を持ち上げる側）には、上半身の体重30kgと荷物の重み10kgで40kgの重さになります。

力点（背中中の筋肉にかかる力）腰骨から5センチの距離であれば160kgの引き上げる力（40kg×4）が必要となります。

支点（腰にかかる力）作用点の40kgと力点の160kgを合わせて、200kgが腰の骨の部分にかかります。

これを10センチ荷物に体を近づけて持ち上げると作用点に変化はありませんが、

力点（背中中の筋肉にかかる力）腰骨から5センチの距離であれば80kgの引き上げる力（40kg×2）が必要となります。

支点（腰にかかる力）作用点の40kgと力点の80kgを合わせて120kgが腰の骨の部分にかかり、80kgの腰にかかる負担が

軽減されます。

また、10kgの荷物だったものが、予想に反し突然1kgとなった場合には、前段の持ち方ですと作用点の重さは31kgですが、力点は変わらず160kgで引き上げますので力点でのバランスが崩れてしまうため腰を痛めてしまうのです。

このように、災害性の腰痛は、災害を起こした「時点」があることを言います。ですから、腰を痛めた時点があってもすぐに仕事を中断できず作業を続けなければならぬ場合もあります。この場合には、近くの同僚や仕事終わりに上司に話しておくことが肝心です。（一日休めばいいだろうと思ったところ、翌日に起き上がれないくらいの痛みになった場合に周りに話していたことにより理解が得られるように）
また、最近高齢者に多くある「骨粗鬆症」の病

愛知労働局委託事業

参加無料

中小企業活性化のための 経営労務改善セミナー

主催 愛知県社会保険労務士会(中小企業相談支援センター)

中小企業を取り巻く環境は常に変化しています。経営者や人事労務担当者の皆様は、日々の経営・労務管理について様々な課題に直面されていると想定されます。

そこで、賃金制度・労働時間制度の見直しや、生産性向上・新規事業・資金調達等について、課題を明らかにして問題解決をお手伝いするためのセミナーを下記のとおり開催いたします。

ぜひ、ご参加くださいますようお願い申し上げます。

開催日時 平成25年10月9日(水) 13:30~16:30
場 所 ウィンクあいち(愛知県産業労働センター)
10F 1002大会議室(名古屋市市中村区名駅4-4-38)
定 員 150名(定員になり次第締め切ります)

内 容 『助成金を活用してみませんか』
『ヒトづくりとカイゼンで元気な中小企業復活』
～トヨタ生産方式に学ぶヒトづくり・モノづくり～

お問い合わせ・お申し込み先
愛知県社会保険労務士会 ☎052-889-2800

*本誌と同封のご案内をご覧ください

気(腰部の骨の密度が少
ない)を持たれた人が、
単純な動作で圧迫骨折を
起こしてしまった場合は、
認定基準であります通常
の動作と異なる無理な動
作であるかが判断基準と
なりますので、単に仕事

中に腰を痛めたのみでは
判断ができないので、詳
しくお聞きすることにな
ります。
以上により物を持ち上
げる場合は、体にできる
だけ持ち上げるものを近

づけて、腰を落として膝
の力を利用して持ち上げ
ることにより、骨にかか
る重みを軽減できますの
で実践してみてください。
腰痛予防としては、普
段からのストレッチです。
これは、体を動かすこと

で腹筋や背筋を強化する
とともに、腰の骨や椎間
板へ血液を循環させるこ
とにより栄養を送り込み
細胞の新陳代謝を助け骨
等の再生を促すことにな
るからです。
ですから、事務仕事や

運転業務に従事する方な
ど同じ姿勢で長時間仕事
をする人は、腰への血液
循環が少なくなるので休
憩時間等にストレッチを
行って腰痛を予防してく
ださい。

労使関係セミナーのご案内

「労働委員会制度とその機能」

主催 中央労働委員会
(中部地方事務所)

解説 「有期労働契約における
雇止めについて」

受講定員 80名(先着
順)
受講費 無料

お問い合わせ・お申し
込みは、中央労働委員会
事務局中部地方事務所
(☎052-961-
3044)まで。

第1部 基調講演
「労働委員会制度とその
役割」―非正規社員の紛
争解決―

第2部 事例の紹介と