

「腰痛予防」についての研修会を行いました。

10月22日に当院の看護師・介護職員を対象として、腰痛予防の研修会を開催しました。講師に、介護労働安定センター山口支部ヘルスカウンセラー小西孝子先生をお招きしました。

腰痛は看護・介護の職業病とも言われていますが、腰痛危険度チェックや腰痛のメカニズム、腰痛への対処方法など具体的なお話をして頂きました。

また、日常生活でも気を付けたい正しい姿勢や介護姿勢についても、実技を通して学ぶことができました。

