

参加者全員で一斉体操 職人の動きを気軽に覚えて興味をもつきっかけに 建設業に特化したオリジナル体操 労災防止と健康維持

～ 2020年10月13日(火)東京都港区で安全大会開催 ～

リフォーム事業を中心に4社の子会社をもつ株式会社NEXTAGE GROUP（本社：東京都港区、代表取締役社長：佐々木洋寧）は、労働安全や健康維持の一環として建設業に関する動きを取り入れたネクステージ体操を制作しました。当社の社員だけでなく、建設業関係者、パートナー企業にも導入、実施してもらうために、2020年10月13日（火）に開催される「安全大会」にて参加者全員で体操を実施します。

建設業では重たい荷物の搬入や、無理な姿勢での長時間作業により腰にかかる負担で腰痛になる職人が多くいます。今までは現場作業前に体操を実施する職人はいましたが、個人個人に任せるような形で統一性がありませんでした。若手の職人に至っては体操をせずに作業を開始することもあり、労災防止や、長く健康的に働いていくための意識向上を目指し、当社オリジナル体操を制作して現場で取り入れていくことにしました。

■建設業に関する4つのポーズ

オリジナル体操では建設業に特化した「塗装」「掘削」「釘打ち」「ノコギリ」の4つのポーズを取り入れています。

塗装のポーズでは、股関節を伸ばす動きがあり、可動域を広げ疲労をためにくくする効果があります。

掘削のポーズでは、アキレス腱を伸ばす動きがあり、さらに前傾姿勢になることで太ももの筋肉を程よく刺激します。

釘打ちのポーズでは、肩の筋肉をほぐして肩こりを解消し、集中力の低下を防ぐ効果があります。ノコギリのポーズでは、2人1組となり、腰をねじりほぐす動きをすることで、腰痛防止につながります。

この体操のポーズには現場で作業する職人の意見が取り入れられており、併せて作業開始前に行う体操として労災防止に必要な動きが盛り込まれています。



当社社員とパートナー企業とで行う塗装のポーズ

■建設業に興味をもってもらうために

人手不足に悩まされる建設業界では建設業に興味を持つ若者離れが問題となっています。当社の体操は大人だけでなく子供でも真似しやすく、わかりやすい、現場での作業ポーズを取り入れたユニークな体操で、ベテランの職人と若い職人が一緒になって笑顔で楽しめる場づくりを提供します。

ベテラン職人との距離を縮め、少しでも若者に建設業に興味を持ってもらい、その魅力や仕事に憧れを感じてもらえたらと期待しています。

今後も当社では建設業の若者離れによる労働者不足の問題や労災防止に向き合い、建設業界発展の為に様々な取り組みを実施していきます。

【NEXTAGE GROUP 安全大会概要】

- 名称： 第17回NEXTAGE GROUP安全大会
ネクステージ グループ
- 開催日時： 2020年10月13日（火）13:00～16:30
- 場所： 品川プリンスホテル ダイヤモンド30
(住所：東京都港区高輪4-10-30 品川プリンスホテル・メインタワー30F)
- 体操時間： 15:40～16:15
安全大会は13:00から行われるため、時間が前後する可能性があります。
- 参加者： 現場管理や工事職人などを担当する当社の社員 47名
パートナー企業 49名（リモート参加あり）
- 問い合わせ先： 0120-111-321

ネクステージ体操

