

# 腰痛の労災認定

厚生労働省では、労働者に発症した腰痛が業務上のものとして労災認定できるかを判断するために、「業務上腰痛の認定基準」(以下「認定基準」)を定めています。

このリーフレットは、認定基準の概要を説明し、腰痛の労災認定の考え方についてわかりやすくまとめたものです。

## 認定要件

認定基準では、腰痛を「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」に分けて認定要件を定めており、それぞれ認定要件を満たす場合に労災補償の対象となります。

なお、労災補償の対象となる腰痛は、医師により療養の必要があると認められたものに限りです。

### 災害性の原因による腰痛

負傷などによる腰痛で、次の要件をどちらも満たすもの

- 腰の負傷またはその負傷の原因となった急激な力の作用が、工作中的突発的な出来事によって生じたと明らかに認められること
- 腰に作用した力が腰痛を発症させ、または腰痛の既往症・基礎疾患を著しく悪化させたと医学的に認められること

### 災害性の原因によらない腰痛

突発的な出来事が原因ではなく、重量物を取り扱う仕事など腰に過度の負担のかかる仕事に従事する労働者に発症した腰痛で、作業の状態や作業期間などからみて、仕事が原因で発症したと認められるもの

# 災害性の原因による腰痛の解説

「災害性の原因による腰痛」とは、腰に受けた外傷によって生じる腰痛のほか、外傷はないが、次の具体例のように、突発的で急激な強い力が原因となって筋肉等（筋、筋膜、靭帯など）が損傷して生じた腰痛を含みます。

具体例  
1

重量物の運搬中に転倒した場合や、重量物を2人で担いで運搬する最中にそのうちの1人が滑って肩から荷をはずした場合のように、突然の出来事により急激な強い力が腰にかかったことにより生じた腰痛

具体例  
2

持ち上げる重量物が予想に反して、重かったり、逆に軽かったりする場合や、不適切な姿勢で重量物を持ち上げた場合のように、突発的で急激な強い力が腰に異常に作用したことにより生じた腰痛



一般的に、いわゆる「ぎっくり腰」（病名は「急性腰痛症」など）は、日常的な動作の中で生じるので、たとえ仕事中に発症したとしても、ただちに労災補償の対象とはなりません。

ただし、発症時の動作や姿勢の異常性などから、腰への強い力の作用があった場合には労災補償の対象として認められることがあります。



# 災害性の原因によらない腰痛の解説

「災害性の原因によらない腰痛」とは、日々の業務による腰部への負荷が徐々に作用して発症した腰痛をいい、その発症原因により、次の①と②に区分して判断されます。

## 1 筋肉等の疲労を原因とした腰痛

次のような業務に**比較的短期間**(約3か月以上)従事したことによる筋肉等の疲労を原因として発症した腰痛は、労災補償の対象となります。

約20kg以上の重量物または重量の異なる物品を繰り返し中腰の姿勢で取り扱う業務

【例】港湾荷役 など

毎日数時間程度、腰にとって極めて不自然な姿勢を保持して行う業務

【例】配電工(柱上業務) など

長時間立ち上がることができず、同一の姿勢を持続して行う業務

【例】長距離トラックの運転業務 など

腰に著しく大きな振動を受ける作業を継続して行う業務

【例】車両系建設用機械の運転業務 など

## 2 骨の変化を原因とした腰痛

次のような重量物を取り扱う業務に**相当長期間**(約10年以上)にわたり継続して従事したことによる骨の変化を原因として発症した腰痛は、労災補償の対象となります。

約30kg以上の重量物を、労働時間の3分の1程度以上に及んで取り扱う業務

約20kg以上の重量物を、労働時間の半分程度以上に及んで取り扱う業務

腰痛は、加齢による骨の変化によって発症することが多いため、骨の変化を原因とした腰痛が労災補償の対象と認められるには、**その変化が「通常**の加齢による骨の変化の程度を明らかに超える場合」に限られます。

※ 上記①に示す業務に約10年以上従事した後に骨の変化を原因とする腰痛が生じた場合も労災補償の対象となります。

# 労災補償の対象となる治療の範囲

椎間板ヘルニアなどの既往症または基礎疾患のある労働者が、仕事により、その疾病が再発したり、重症化したりした場合は、その前の状態に回復させるための治療に限り労災補償の対象となります。

## 業務上腰痛の認定事例

### 事例 1

Aさんは、会社の倉庫内から割れ物の荷物を持ち運ぼうとした際、つまずいてバランスを崩したため、荷物を落とさないように腰を不自然に捻って転倒した。その後、腰に激しい痛みを覚え、そのまま動けなくなったため、病院に搬送され、腰部捻挫の診断を受けた。

#### 判断

Aさんの腰痛は、割れ物の荷物を持ち運ぼうとした際、つまずいてバランスを崩し、腰を不自然に捻って転倒したことによって、強い異常な力が腰の筋肉に作用し発症したと認められるため、労災認定された。

### 事例 2

Bさんは、港湾荷役作業員として概ね20kg以上の重量物を繰り返し取り扱う業務に約3年従事した後に腰痛を発症し、医師から腰痛症と診断された。Bさんの作業は、中腰姿勢で行う作業が大半であって、足場が悪い環境での作業も多かった。

#### 判断

Bさんの腰痛は、足場の悪い場所において、中腰等の不自然な姿勢で重量物を取り扱うことにより、腰部に過度の負担がかかったことが原因で発症したと認められるため、労災認定された。

## 事業主・労働者の皆さまへ

- ▶ 労災請求には所定の請求書の提出が必要です。
- ▶ 請求書には、事業場の労働保険番号等のほか、事業主の証明欄に所定事項の記入をお願いします。被災された労働者が速やかに保険給付を受けられるよう、請求書の作成にご協力ください。
- ▶ 働いていた会社が廃止されている場合や、会社が事業主証明を拒否するなど、事業主証明が得られない場合であっても労災請求はできますので、最寄りの都道府県労働局または労働基準監督署にご相談ください。

#### ■全国の労働基準 監督署一覧



#### ■請求書ダウンロード コーナー



#### ■労災保険相談ダイヤル

**0570-006031 (平日8:30~17:15)**

腰痛の労災補償や労災保険給付などに関する一般的なご質問は、こちらでも受け付けています。  
※ご利用には通話料がかかります。