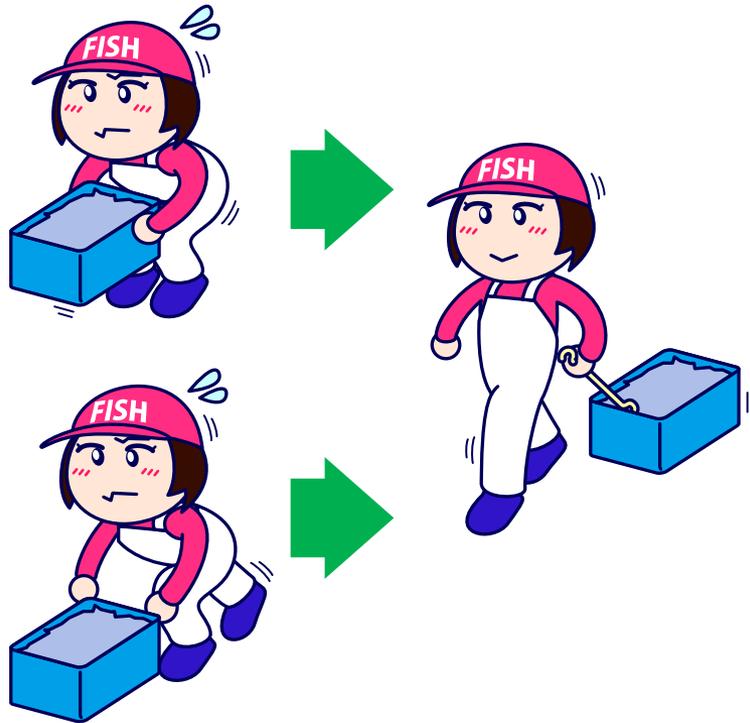


手かぎを利用しよう

床に置かれた荷物を手かぎでひいて運ぶことで
身体負担を軽減することができます



床に置かれた荷物を持ち上げたり、前かがみで押して運搬したりすると足腰に負担がかかりますが、手かぎを使うことで負担を軽減できます。



手かぎを使った運搬の例

床に置かれた荷物を扱うときは前かがみになりがちです。
作業方法を工夫してなるべく前かがみにならないようにしましょう。