

福島冬季転倒災害防止運動（転ばないでね！）

準備期間：令和5年12月1日～令和5年12月14日

運動期間：令和5年12月15日～令和6年2月28日

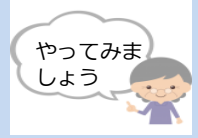
福島労働局

健康安全課

凍結前の準備と確認の徹底を！

準備期間：令和5年12月1日～令和5年12月14日
運動期間：令和5年12月15日～令和6年2月28日

1 実施者の実施事項



- i) 準備期間（冬季前）の実施事項
 - ア 地域の気象状況を踏まえ、積雪・凍結前に労働者に対する注意喚起
 - イ 降雪、凍結時に転倒のおそれのある箇所の事前確認
 - ウ 融雪剤、凍結防止剤、スコップ、防滑靴等の事前準備
- ii) 気象状況の活用によるリスク低減の実施
 - ア 大雪、低温に関する気象情報を迅速に把握する体制の構築
 - イ 警報・注意報発令時等の対応マニュアルの作成、関係者への周知
 - ウ 気象状況に応じた出張、作業計画等の見直し
- iii) 通路、作業場所の凍結等による危険防止の徹底
 - ア 屋外通路や駐車場における除雪・融雪剤の散布による安全通路の確保
 - イ 事務所への入室時における靴裏の雪、水分の除去、凍結のおそれのある屋内への通路、作業場への温風機の設置等による凍結防止策の実施
 - ウ 屋外通路や駐車場における転倒災害のリスクに応じた「危険マップ」の作成、関係者への周知
 - エ 凍結した路面、除雪機械通過後の路面等における荷物の運搬方法、作業方法の見直し
 - オ 凍結した路面や凍結のおそれがある場所（屋外通路や駐車場等）における転倒防止のための滑りにくい靴の着用の勧奨
 - カ 必要な照度の確保（照明設備等の設置など）

iv) 作業行動等

- ア 決められた安全な通路の通行の徹底
- イ 作業内容に適した防滑靴やプロテクター等の着用の推進
- ウ 転倒災害防止のための安全な作業方法の推進
- エ 服やズボンのポケットに手を入れたままの歩行禁止の徹底
- オ スマートフォンを操作しながら歩く等「ながら歩きの禁止」の徹底
- カ 「転倒リスク評価セルフチェック票」等を活用した自らの身体機能の変化の把握と変化に応じた行動の徹底

vi) 安全教育

- ア 視聴覚教材等を活用した転倒災害防止の繰り返しの注意喚起
- イ 転倒予防体操等、各労働者にあった運動の励行

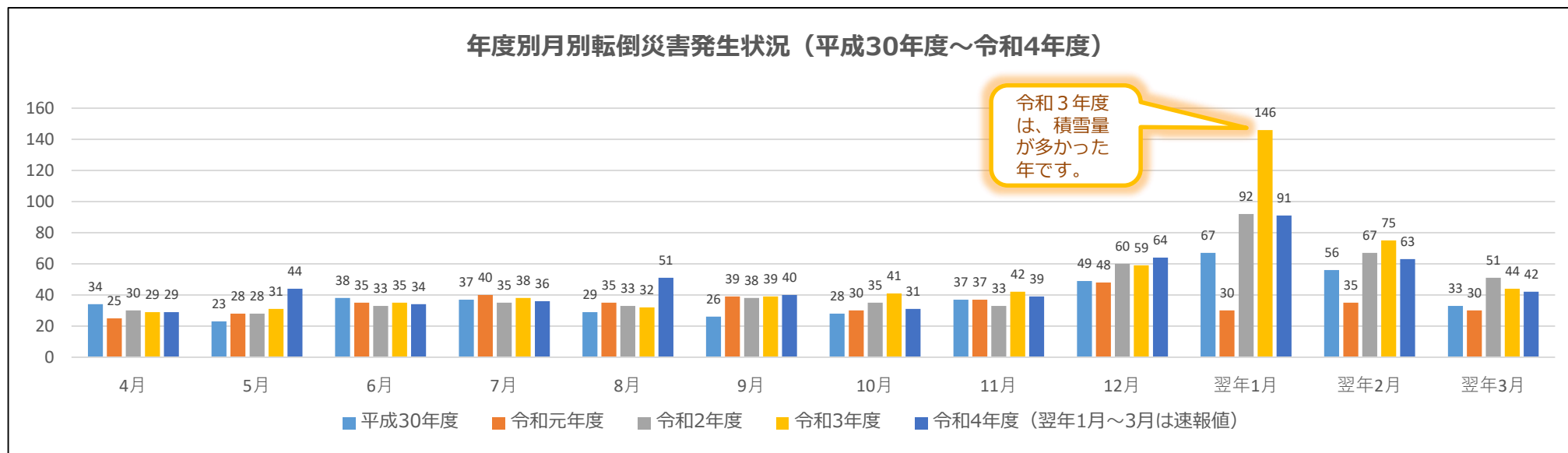
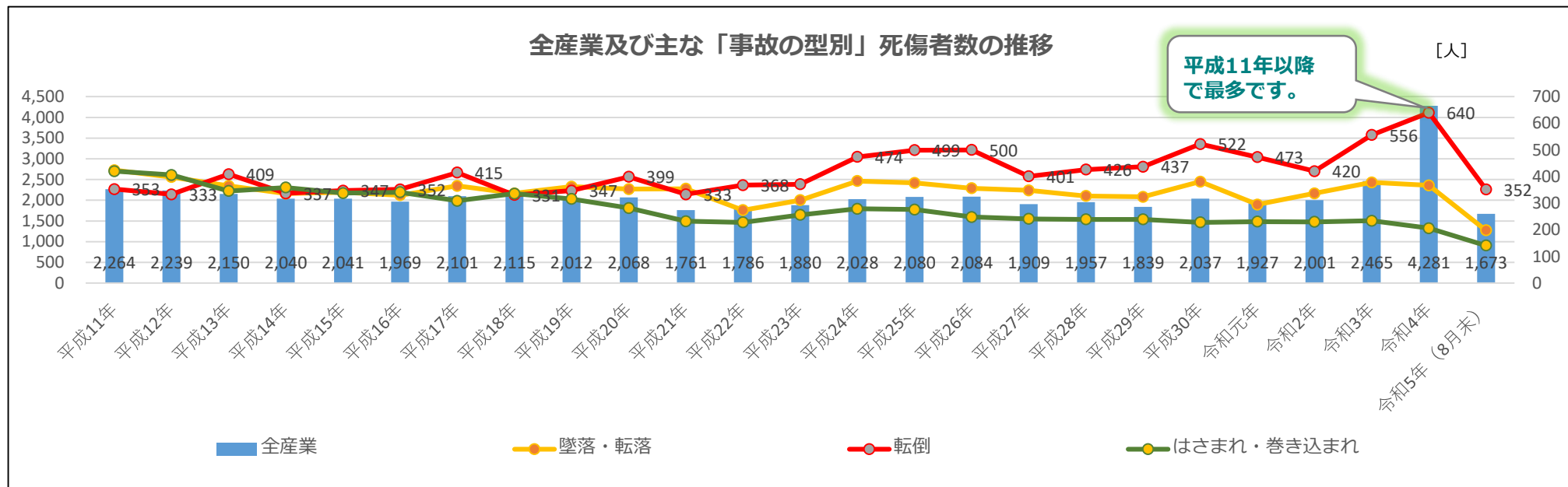
2 凍結による転倒災害の防止対策等

- i) 多発する凍結路面による転倒災害を防止するために次の取組を実施してください。
 - 凍結防止剤を散布すること。
 - 氷面を砕いて路面を露出させること。
 - 滑り止め剤の砂を散布すること。
 - スパイク付きの靴を着用すること。
- ii) 転び方について
 - 必ずケガを防止できるわけではありませんが、
 - 後頭部をぶつけないために顎をしっかりと引き、背中を丸くして転ぶこと。
 - 無理に手をつけて体重を支えようとしないこと。



◎ 転倒災害発生状況 1

「事故の型別」及び「年度別・月別」



◎ 転倒災害発生状況 2

男女別、年齢別、時間帯別、休業見込み日数別

男女別

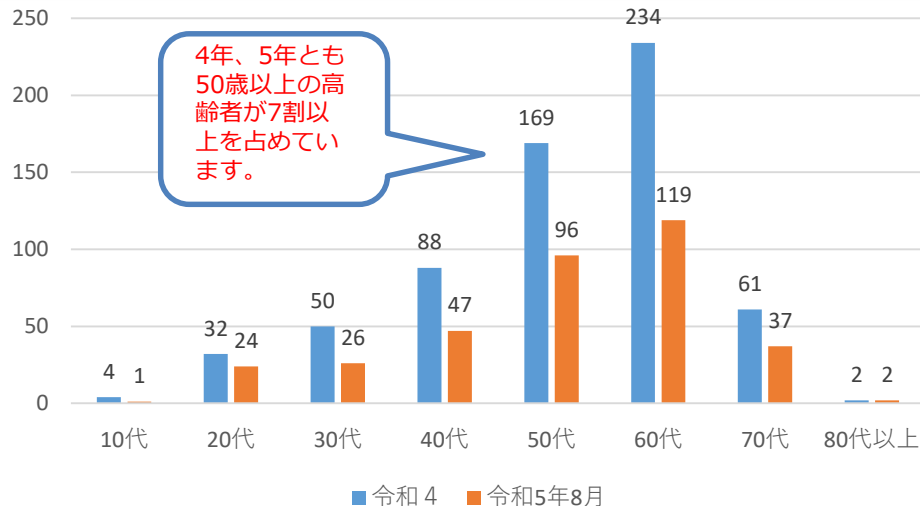
R 4年

R 5年8月



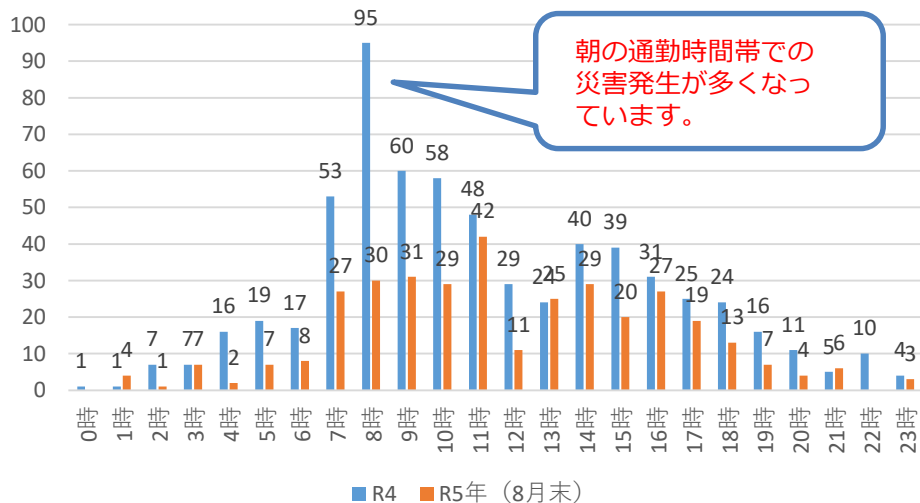
男女別では
6対4の比率
です。

年齢別



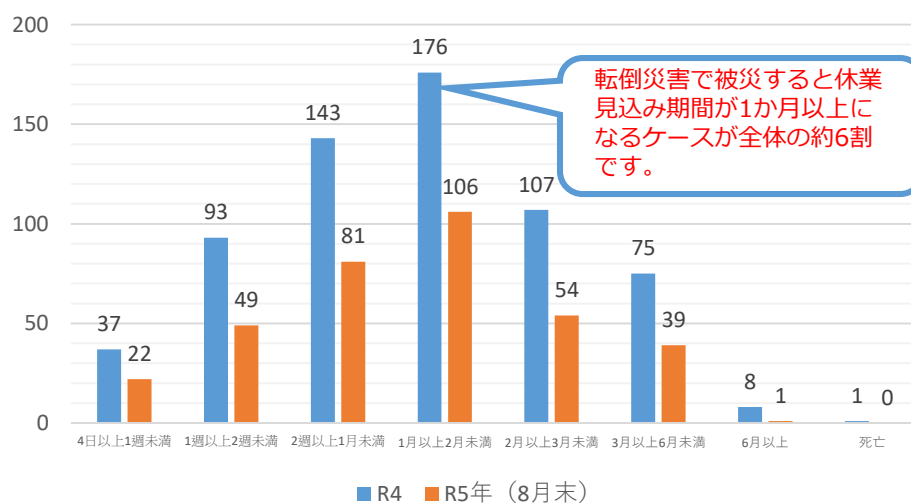
4年、5年とも
50歳以上の高
齢者が7割以
上を占めてい
ます。

時間帯別



朝の通勤時間帯での
災害発生が多くなっ
ています。

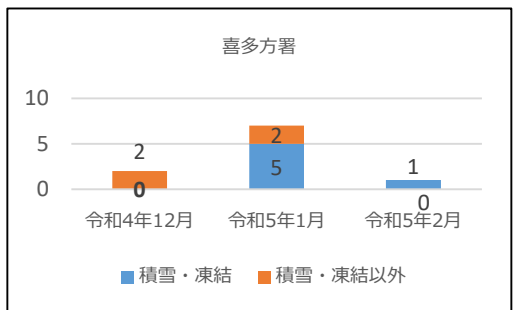
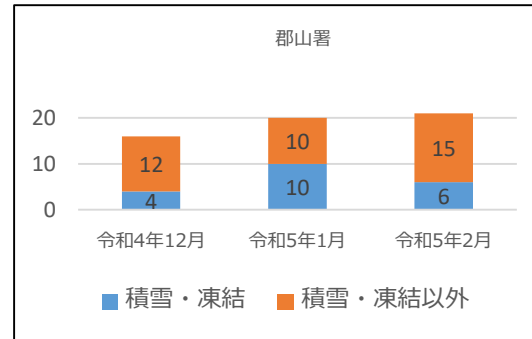
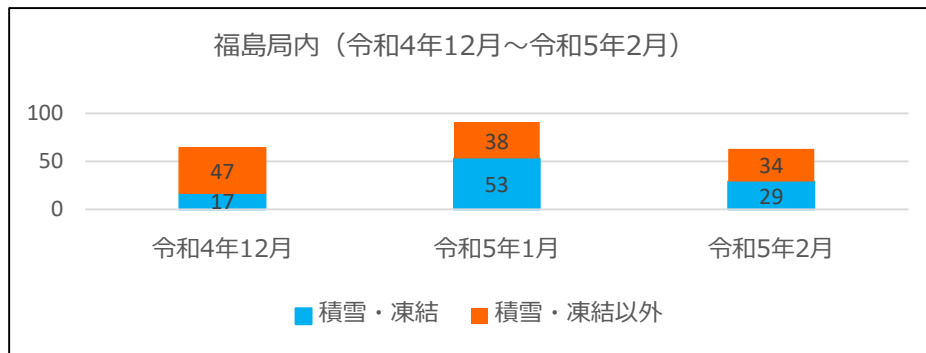
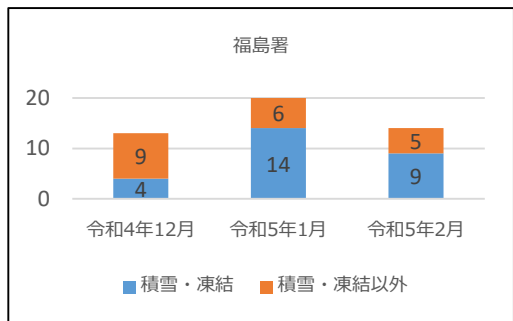
休業見込み日数別



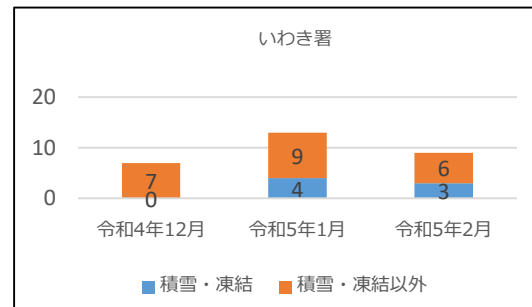
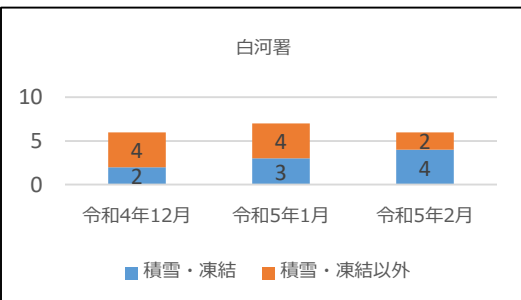
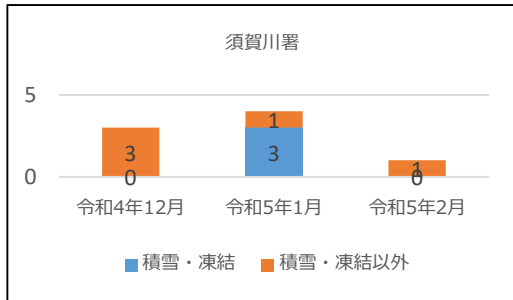
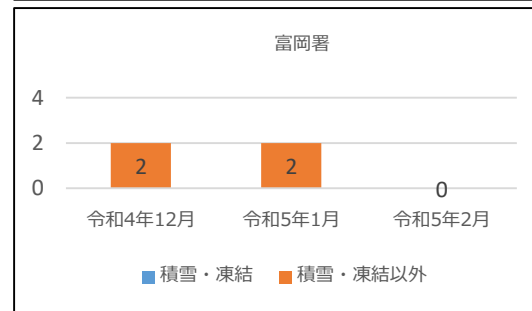
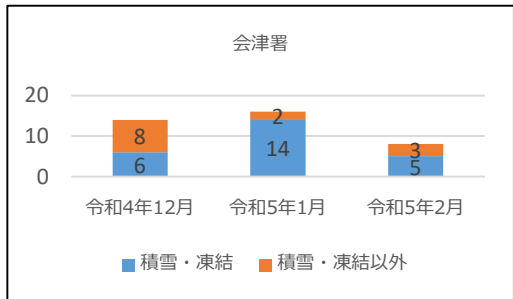
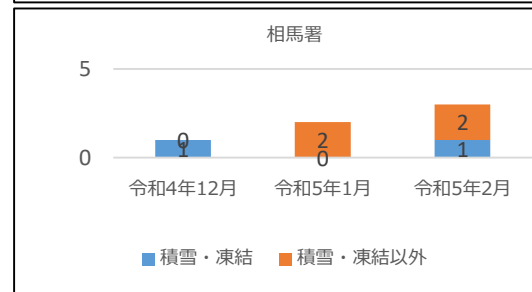
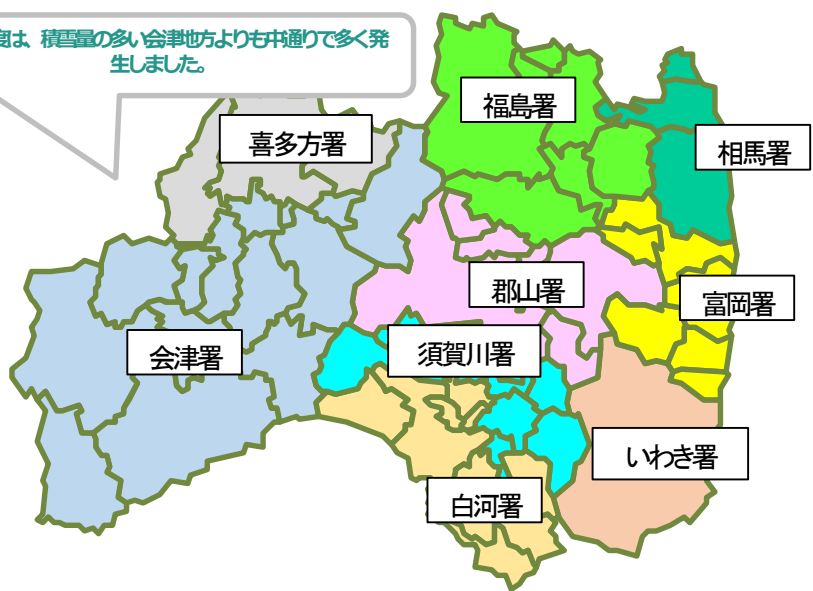
転倒災害で被災すると休業
見込み期間が1か月以上にな
るケースが全体の約6割
です。

◎ 転倒災害発生状況 3

署別転倒災害発生状況（令和4年12月～令和5年2月）



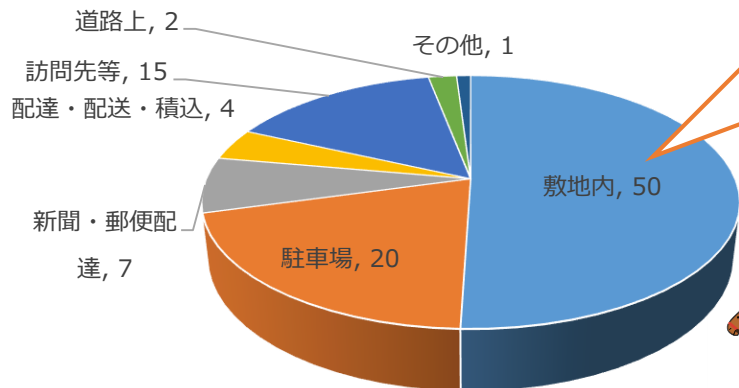
R4年度は、積雪量の多い会津地方よりも中通りで多く発生しました。



◎ 福島冬季転倒災害防止運動（転ばないでね！） 特記事項

積雪・凍結による転倒災害の発生場所

積雪・凍結による転倒災害の発生場所別
(令和4年12月～令和5年2月)

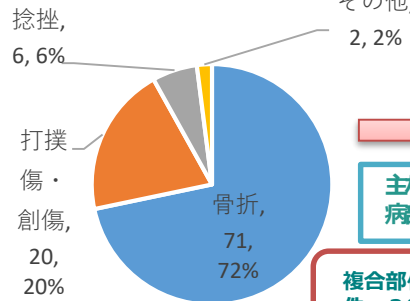


7割以上が事業場で維持・管理することが可能な敷地内・駐車場で発生しています。

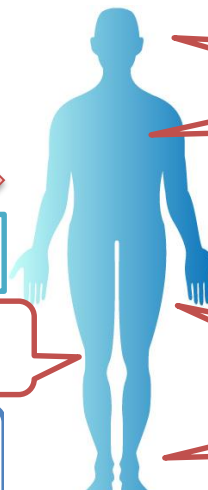


積雪・凍結による転倒災害の傷病性質・傷病部位

積雪・凍結による転倒災害の傷病性質別
(令和4年12月～令和5年2月)



主な傷病部位



頭蓋部・頭部・頸部 11件 11.1%

胸部・胴体・背部・骨盤部 19件 19.2%

手・手首・ひじ等 36件 36.4%

もも・ひざ・すね等 11件 11.1%

足首・足・足指等 20件 20.2%

複合部位、2件、2%

- ・積雪・凍結による転倒災害の3/4は骨折です。
- ・骨盤骨折や大腿骨骨折等、長期の休業を要する災害も発生しています。

通常の歩き方とすべりにくい歩き方



通常の歩き方

歩幅が大きく、重心投影位置と足の接地位置が遠い



すべりにくい歩き方

重心投影位置と足の接地位置が近いとすべりにくい

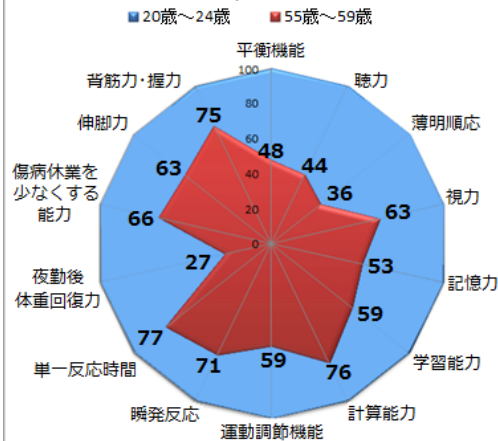
準備期間中や休みの日の散歩のときなど練習してみましょう！



出典：独立行政法人労働者健康安全機構 労働安全衛生総合研究所「すべり転倒」の実態と評価・対策について

加齢に伴う各種身体機能の変化

加齢に伴う各種身体機能の変化



身体機能のピーク期（20～24歳）を基準とした場合と、55～59歳の高齢者の各種身体機能水準の相対関係が、どの程度であるかを示した図です。

特に高齢者にとっては、日頃の運動（体力の強化）が転倒災害防止に有効ですので、自分に合ったストレッチや運動を行いましょう！



(齊藤一ほか：『労働科学叢書53 高齢者の労働能力』1980)