

「いわて年末年始無災害運動」展開中！

令和5年12月1日から
令和6年1月31日まで

あなたの安全 家族の願い 年末年始も無災害

岩手山の初冠雪は10月17日でしたが、何十年ぶりの11月の夏日、暑かったですね。街路樹の葉も散り、もうすぐ里にも雪が降り、寒い冬の訪れですね。
例年、12月から2月の厳冬期は、降雪・凍結等による転倒・交通事故、除雪作業における災害等が多発し、最も労働災害が多くなる季節です。
冬季の労働災害を防止するため、以下の点に関して、リスクアセスメントを行った上で、早め早めに必要な措置を講じ、年末年始の無災害を達成しましょう！

あなたの安全 家族の願い 年末年始も無災害

岩手県内における労働災害による休業4日以上の死者数について、令和4年は1月から3月にかけて例年を大きく上回る転倒災害が発生したこと、数波にわたる新型コロナウイルス感染症の流行の影響から2,734人と、前年から1,204人、78.7%増加し、過去最高の増加幅を記録しました。
令和5年は、1月から3月の転倒災害が減少したことにより減少傾向を示していますが、これから迎える年末年始は、俄ただしさに加え、凍結、積雪等の自然要因も重なり、労働災害のリスクが高まります。特に、本県の場合は、年末年始の期間に発生する転倒災害の約6割、交通労働災害では約5割が凍結や積雪などの冬季特有要因により発生しています。



「いわて年末年始無災害運動」のリーフレット、実施要項はこちら ➡



1 積雪・凍結による転倒災害、墜落災害の防止

- ◆ 事業場の敷地図等に積雪・凍結しやすい場所を記入した転倒危険マップ等を作成・掲示し、転倒リスクの見える化を図る。
- ◆ 事務所・工場等の出入口付近、駐車場、通路、作業箇所の積雪・凍結防止のための囲いの設置、除雪、融雪措置の徹底。
- ◆ 工事現場の外部足場、事業場建屋の外階段等の雪の吹き込み防止用ネット等の設置。
- ◆ 滑り難い靴等の着用徹底。
- ◆ 作業時のヘルメットの着用。

2 作業時の保温・体操の実施

- ◆ 作業場内の気温調整、防寒衣の着用等による保温の徹底。
- ◆ 作業開始前及び作業の合間の筋肉をほぐす体操の励行。

3 雪降ろしの際の災害の防止

- ◆ 作業開始前の腰痛予防体操の励行。
- ◆ 安全装備（滑り難い靴・墜落制止用器具（安全带）・ヘルメット等）の徹底。
- ◆ 軒先の立入禁止の徹底。

4 その他の冬季特有災害の防止

- ◆ 積雪・強風によるハウス等の転倒・倒壊防止。
- ◆ 雪崩による危険防止。
- ◆ 吹雪・濃霧による遭難防止対策の徹底。
- ◆ 除雪作業に用いる車両系建設機械の有資格者による運転と安全教育の徹底。
- ◆ 除排雪機械の着氷除去作業時のエンジンの停止。

除雪機による死亡・重傷事故を防ごう

除雪機の取扱い、除雪作業に係る安全対策に関する資料はこちらをご覧ください。➡
ご安全に



除雪機安全協議会 各種資料



除雪中の事故防止に向けた対策



ちょっと小耳情報 「免疫力」の話

「NK細胞（ナチュラルキラー細胞）」一度は聞いたことがある「自然免疫」。体内で24時間、365日、絶えずパトロールし、我々を守ってくれていることで知られています。免疫力の活性化というのは、このNK細胞の活性化のことをいうそうです。また、「T細胞」「B細胞」など獲得免疫もあり、これら免疫細胞の活性化＝免疫力のUPにより、寒い冬も元気に過ごしたいですね。



NK細胞は20代前半が最も高く、その後は加齢とともに着実に減少するそうです。免疫力を低下させる要因は、疲労、ストレス、不規則な生活習慣・偏った食習慣、運動不足などと言われています。そして、これらを改善し、免疫力を高める方法はいろいろあるようです。

- 例えば、① バランスの取れた食事（免疫細胞の約7割が集中する腸内環境の整備）、② 良い睡眠により体内時計を整え、日光浴でセロトニンの分泌（寝る直前のスマホは睡眠の妨げになるので注意）、③ 適度な運動と「笑い」でリフレッシュ（ストレス解消、自律神経を整える）、④ 体を温め代謝を高める（規則正しい生活＋十分な睡眠、入浴）、⑤ 薬・抗生物質を乱用しない、⑥ 適度の飲酒、禁煙 など。

天気の良い日に散歩しながらウォーキングで軽く汗を流し、温かい湯船に浸り、たっぷり野菜のなべ料理で体の中から温め、ちょっとだけ熱燗、笑顔で暮らす、寝る前は軽～くストレッチ。いかが？できそう？これから寒い季節になります。体を温め免疫力UPで健康に！

12月は「職場のハラスメント撲滅月間」です

職場のメンタルヘルス対策はしっかりできていますか？ 職場内に笑顔がありますか？ イジメ・嫌がらせはありませんか？

労働局・労働基準監督署には、日々多くの相談が寄せられ、そのワーストがイジメ・嫌がらせを含む「ハラスメント」です。

精神疾患発症の大きな要因になり、労災請求に至った方の多くは、職場のハラスメント（パワハラ、セクハラ）です。メンタルヘルス対策としても非常に重要であり、令和4年4月から事業主にパワハラ防止措置を講ずることが義務付けられています。

ハラスメントのない快適な職場づくりに取り組みましょう！

月間中に実施していただきたい事項

1 事業主の方針等の明確化及びその周知・啓発

- ① 職場におけるパワハラの内容・パワハラを行ってはならない旨の方針を明確化し、労働者に周知・啓発すること
- ② 行為者について、厳正に対処する旨の方針・対処の内容を就業規則等の文書に規定し、労働者に周知・啓発すること

2 管理者を対象とする研修の実施

上司によるハラスメントが最も多いため、管理者を対象とした研修を実施すること（外部支援の活用）

3 すべての労働者を対象とする研修の実施

メンタルヘルスを含め、すべての労働者を対象とする研修を実施すること（外部支援の活用）

4 快適な職場環境づくり

従業員満足度（E S）を向上させ、生産性の向上を図るため、職場環境の実態把握、必要な改善計画を作成すること

厚生労働省
明るい職場応援団



管理者の方
必見



人事担当の方
必見



裁判事例、他社の取組、Q & A などご活用ください。

職場におけるパワハラ防止措置（労働施策総合推進法第30条の2）

- 1 事業主は、職場において行われる優越的な関係を背景とした言動であって、業務上必要かつ相当な範囲を超えたものによりその雇用する労働者の就業環境が害されることのないよう、当該労働者からの相談に応じ、適切に対応するために必要な体制の整備その他の雇用管理上必要な措置をこころじなければなりません。
- 2 事業主は、労働者が相談を行ったこと又は事業主による当該相談への対応に協力した際に事実を述べたことを理由として、解雇その他不利益な取扱いをしてはなりません。

職場におけるセクハラ防止措置（男女雇用機会均等法第11条）

- 1 事業主は、職場で行われる性的な言動に対するその雇用する労働者の対応により、当該労働者が労働条件に付つき不利益を受け、又は性的な言動により当該労働者の就業環境が害されることのないよう、当該労働者からの相談に応じ、適切に対応するために必要な体制の整備その他の雇用管理上必要な措置をこころじなければなりません。
- 2 事業主は、労働者が相談を行ったこと又は事業主による当該相談への対応に協力した際に事実を述べたことを理由として、解雇その他不利益な取扱いをしてはなりません。
- 3 事業主は、ほかの事業主から当該事業者の講ずる第1項の措置の実施に関し、必要な協力を求められた場合には、これに応ずるよう努めなければなりません。

職場における妊娠・出産・育児等に関するハラスメント防止措置（男女雇用機会均等法第11条の3、育児・介護休業法第25条）

- 1 事業主は、労働者が妊娠したこと又は出産したこと、産前産後休業等の母性保護措置を受けたこと、育児休業、介護休業、子の看護休暇、所定外労働の制限、時間外労働の制限、深夜業の制限、所定労働時間の短縮措置等の申し・利用に関する言動により、当該労働者の就業環境が害されることのないよう、当該労働者からの相談に応じ、適切に対応するために必要な体制の整備その他の雇用管理上必要な措置をこころじなければなりません。
- 2 事業主は、労働者が相談を行ったこと又は事業主による当該相談への対応に協力した際に事実を述べたことを理由として、解雇その他不利益な取扱いをしてはなりません。

発着荷主の皆様へ トラック運転者の長時間労働解消にご協力を！

トラック運転者の過労死等に係る労災請求・決定件数は全産業で最多であり、この解消に向け、令和6年4月からトラック運転者の時間外労働上限規制と改正改善基準告示が適用、労働時間・運転時間が短縮します。

発着荷主・着荷主となる各企業におかれましては、ドライバーの長時間労働の要因となる以下のような無理な対応を求めず、改正改善基準告示に合致した安全な運行のため、運送業者から打診があった際には前向きにご協力をお願いいたします。

1 長時間の恒常的な荷待ちを改善しましょう

- 取組例・納品時間の指定を柔軟にする、・納品を特定の曜日・時間帯に集中させない
- ・積込場所を分散し1か所当たりの車両台数を減らす
 - ・パレットを用いるなどで荷役作業の時間を短縮する

2 改善基準告示を発注担当者へ周知しましょう

- ・トラック運転者が告示を守る着時刻などを設定しましょう
- ・安全な運転を確保できないような発注を行うことはやめましょう

3 事前通知のない荷役作業の依頼はやめましょう

トラック運転者に事前通知なく荷役作業を行わせてはいけません。

STOP！長時間の荷待ち

荷主・元請運送事業者の皆様へ



荷主から労働時間等を無視した指示・強要など過労運転への荷主の関与が認められる場合、荷主動告書の発出、荷主名等が公表されます。