

# 転倒防止に集中!!

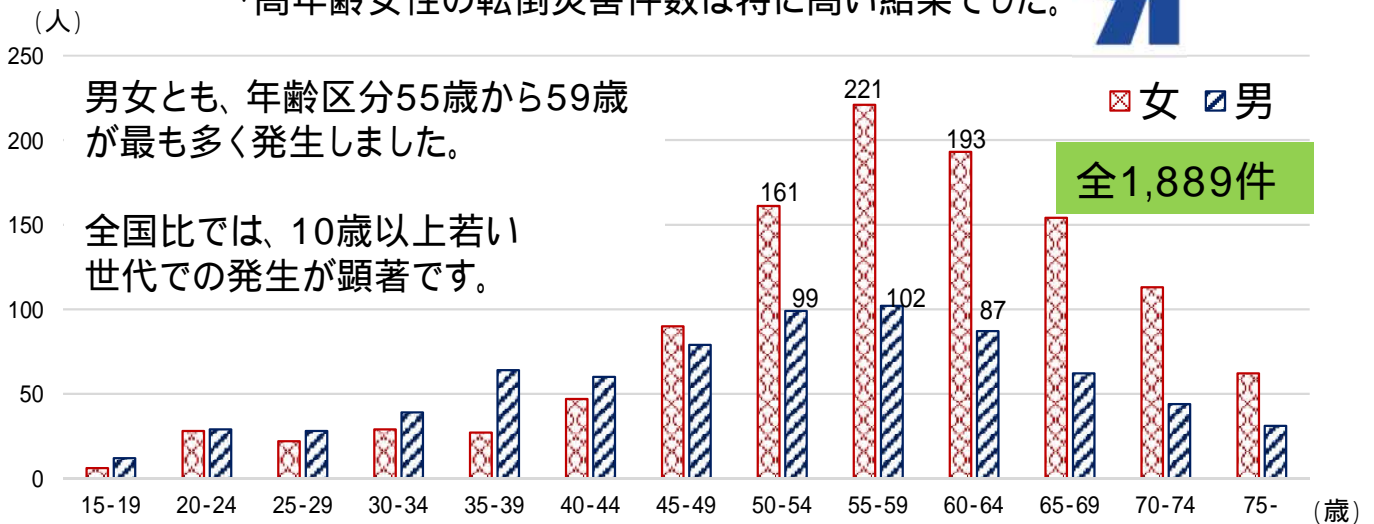
## 令和5年の転倒災害発生状況



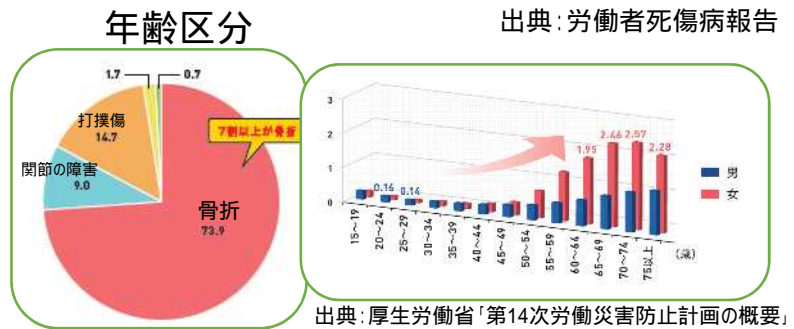
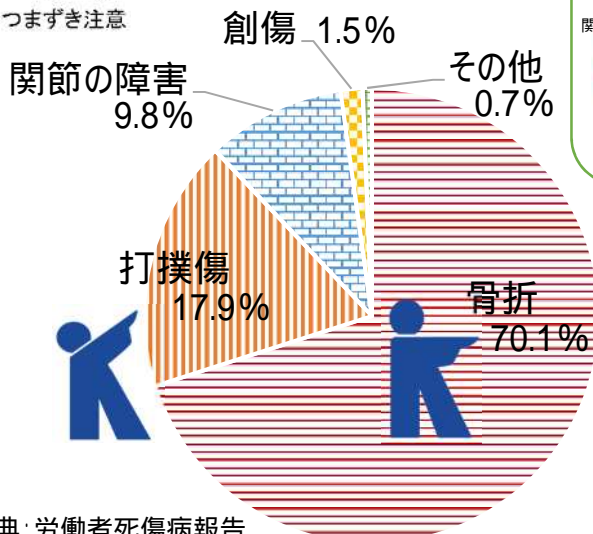
### STOP! 転倒災害プロジェクト神奈川 2024

すべり注意

- ・転倒は、50歳代以上で多発しています。
- ・高齢女性の転倒災害件数は特に高い結果でした。



つまずき注意



- ・中高年齢女性は「骨密度の低下により骨折しやすい」と言われています。
- ・骨折が全国と同様、7割以上です。
- ・神奈川では全国と比べ「打撲傷」がやや多く発生しています。
- ・休業見込1か月以上が54%です。

出典: 労働者死傷病報告

50歳以上女性のみ904件

# 転倒災害防止のポイント

	チェック項目	☑
1	通路、階段、出口に物があれば片づける。	<input type="checkbox"/>
2	床の水・氷・油・粉類などを除去、放置しない！	<input type="checkbox"/>
3	足元の十分な明るさ（照度）を確保。	<input type="checkbox"/>
4	転倒予防の教育を実施。	<input type="checkbox"/>
5	作業靴は作業現場にあった耐滑性 & 適したサイズ。	<input type="checkbox"/>
6	転倒しそうな / 転倒のあった場所の危険マップを作成し、周知。	<input type="checkbox"/>
7	段差のある箇所・滑りやすい場所に標識で注意喚起。	<input type="checkbox"/>
8	ながらスマホ、ポケットに手を入れ歩く等を禁止！手すり持って階段昇降。	<input type="checkbox"/>
9	ストレッチ体操・転倒予防体操などを導入	<input type="checkbox"/>

転倒は腰痛等と併せて「行動災害」と言われています。

まずは、行動災害が経済的損失であることを知ることが重要であり、次に対策を検討します。対策はハード・ソフト両面の対策が求められます。

事業者・発注者のほか、労働者、消費者・サービス利用者など、全ての関係者が安全衛生対策について、自身の責任を認識し、真摯に取り組むことが求められます。

## ソフト対策としての具体的取組み



ころばNICEかながわ体操

短時間で、どこでも体操！動画も掲載！

(神奈川県労働局のサイトです)



ゼロ災！無料出張サービス

健康測定・チェック、社内セミナー実施等  
企業への専門家派遣でお手伝い！無料です！

(神奈川県産業保健総合支援センターのサイトです)



### ☑ 転倒等リスクチェック

### ☑ 運動プログラムの導入等

- 労働者の身体機能低下を抑制し、転倒災害を予防する。

中災防  
転倒災害防止のための身体機能向上セミナー



厚生労働省 毎日3分でできる  
転びにくい体をつくる職場エクササイズ



### ☑ 骨粗しょう症検診の受診勧奨

- 特に高齢女性に対して、市町村が実施する「骨粗しょう症検診」の受診を勧奨する。