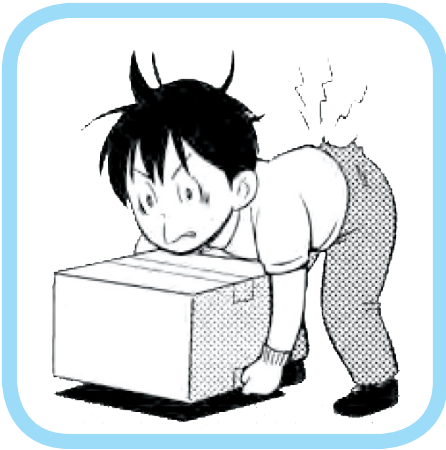
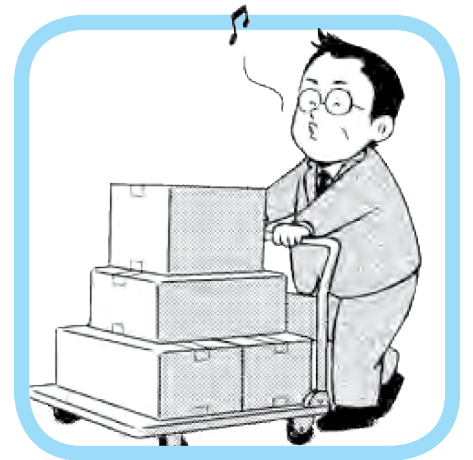


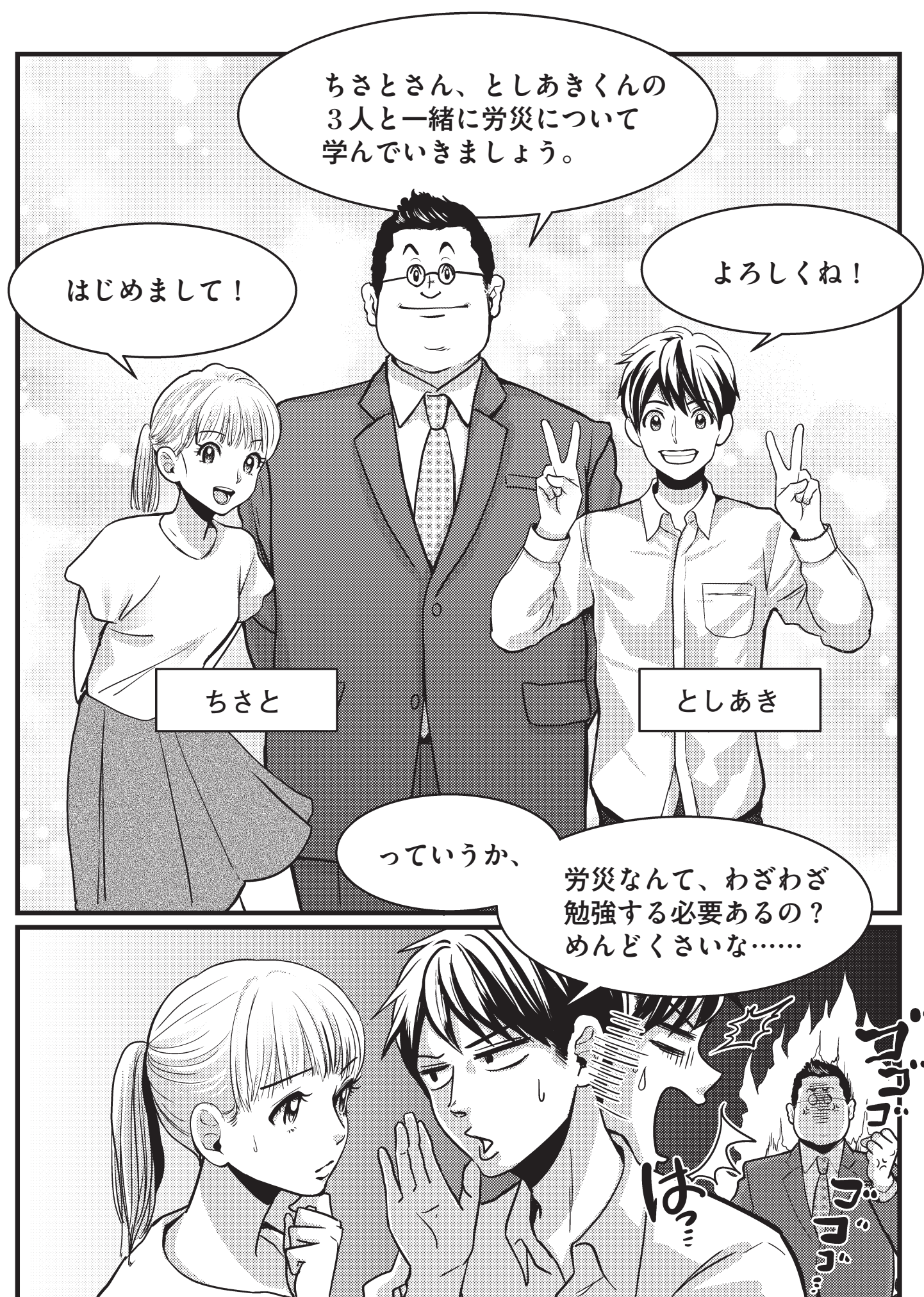
まんがでわかる

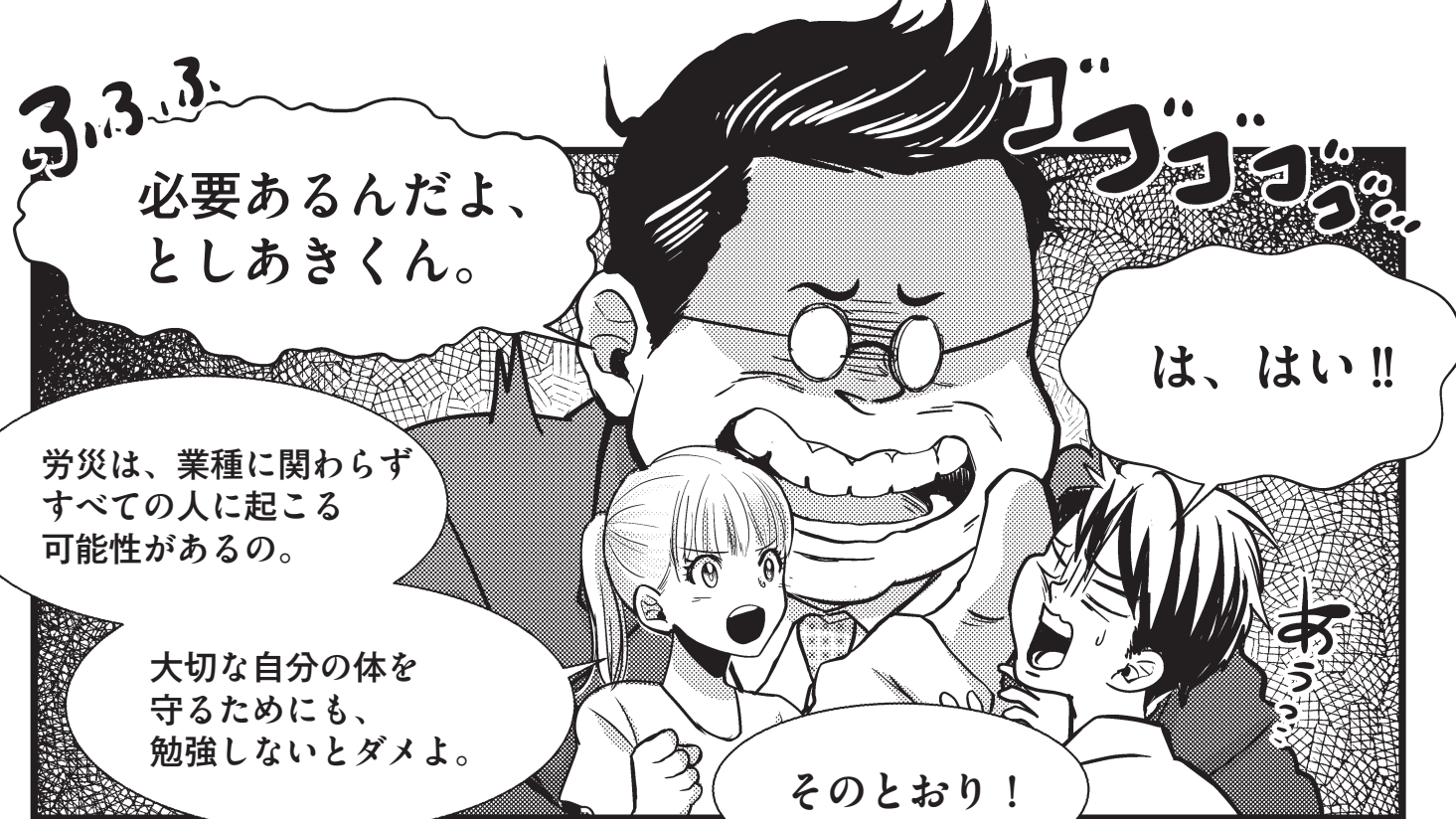
安全衛生と 労災防止の基本



日本語
にほんご







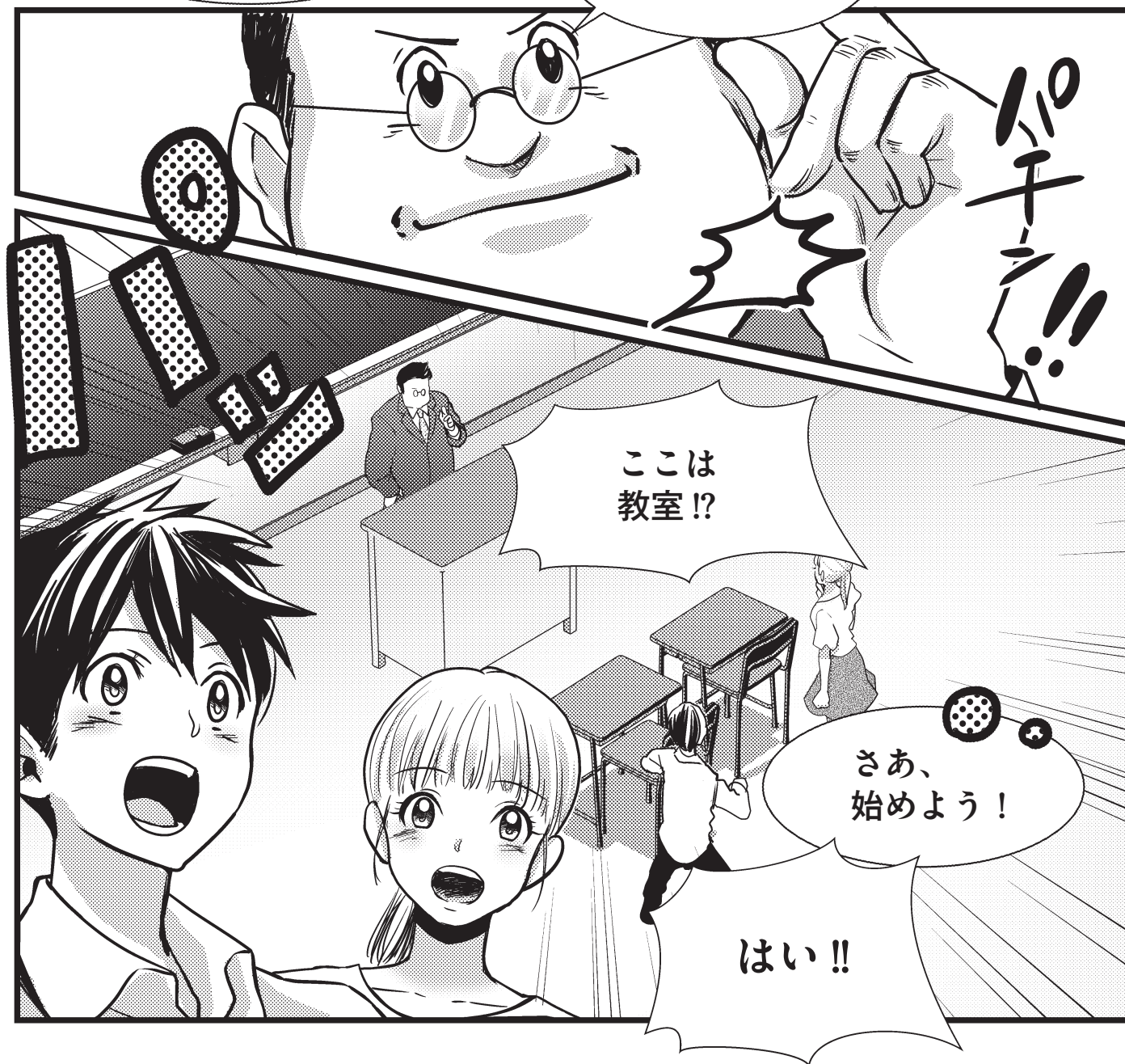
必要あるんだよ、
としあきくん。

は、はい!!

労災は、業種に関わらず
すべての人に起こる
可能性があるの。

大切な自分の体を
守るためにも、
勉強しないとダメよ。

そのとおり!



ここは
教室!?

さあ、
始めよう!

はい!!



まずは、労災は
どうすれば防げるのかを
考えてみよう。

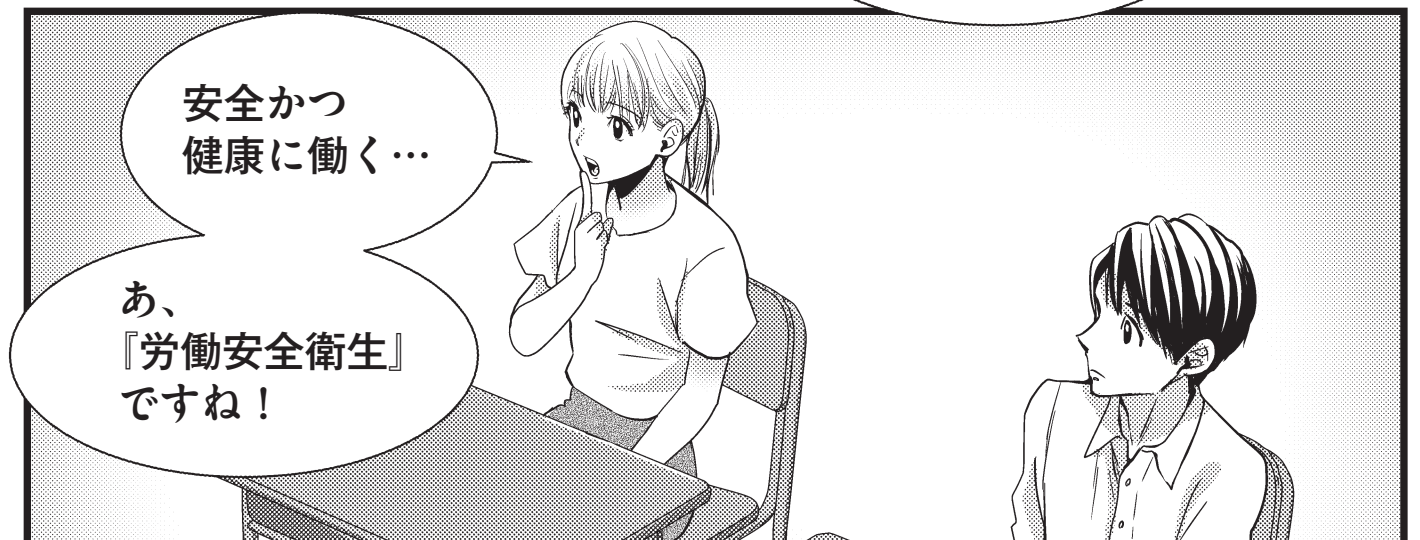
労災

正式には

労働災害

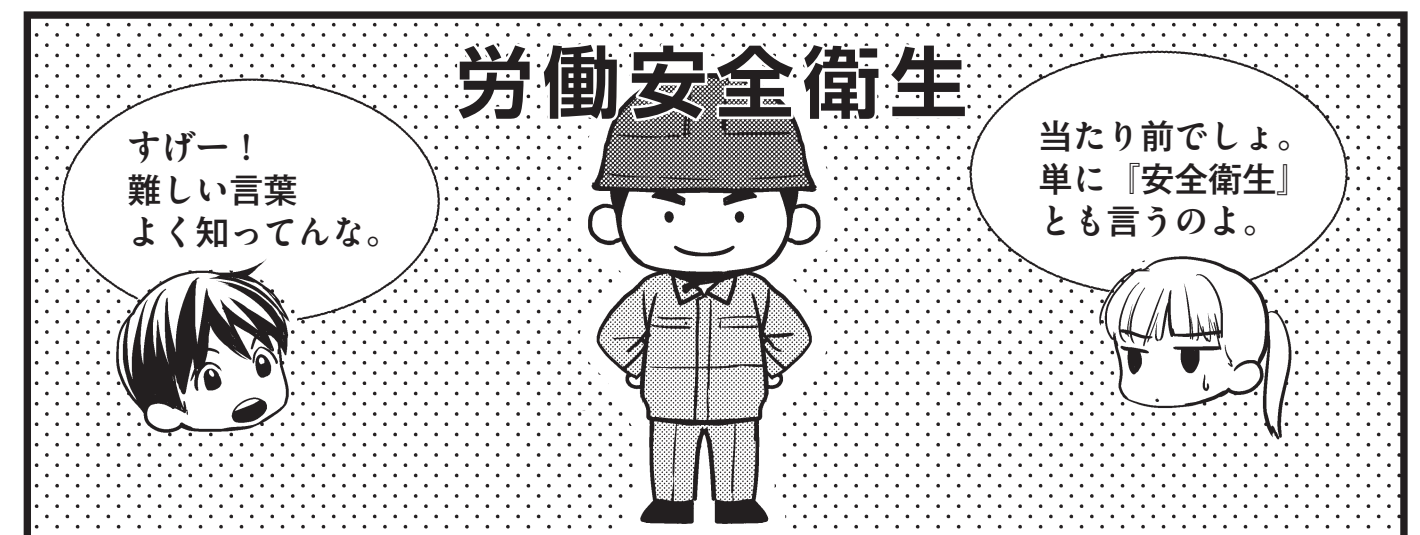
労働で大切なのは、
安全かつ健康に
働くこと。

これを一言で
なんと言うか
知ってるかい?



安全かつ
健康に働く...

あ、
『労働安全衛生』
ですね!



労働安全衛生

すげー!
難しい言葉
よく知ってんな。

当たり前でしょ。
単に『安全衛生』
とも言うのよ。

そう。

労働者が安全で健康的に働くことができる職場——

へえ！
会社は労働者の安全や健康を守る義務があるんだね！

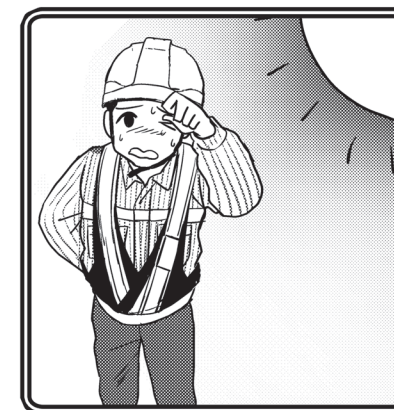
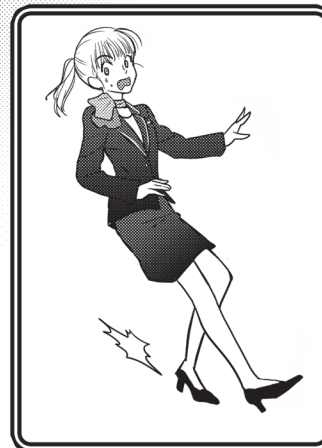
事業者は、安全衛生が保たれた職場を確保する必要があるんだ。

もちろん働く人も十分に注意しなきゃいけないわ。

さっき、としあきくんが『労災なんてわざわざ勉強する必要あるの？』って言ってただろ？

でもね、実は労災の原因ってどんな職場にも潜んでいるんだ。

そして、実際にたくさんの事例が身近に起こっているんだよ。



そうなの？



ああ。軽いけがや病気だけでなく、

重い障害や死亡につながるケースすらある。

怖いですね…。

このグラフを
見てごらん。

『死亡災害』と
『休業4日以上之死傷災害』を
まとめたものだよ。

厚生労働省『平成30年労働災害発生状況』(2018年)

死亡災害 909人

1 墜落・転落
256人

2 交通事故
175人

3 はさまれ・巻き込まれ
113人

休業4日以上之死傷災害 127,329人

1 転倒
31,833人

2 墜落・転落
21,221人

3 動作の反動・無理な動作
16,958人

ええ！
1年間で909人もの
命が失われているの!?

『転倒』と『墜落・転落』
がすごく多いのね！

冒頭で話した——

脚立の上で
バランスを
崩したり、

荷物を運んでいて
階段から足を
踏み外したり、

床の水で滑って
こけたり……。

どれも身近に
起こりそうな
ことだろう？

そうですね。
僕にも覚えが
あります。

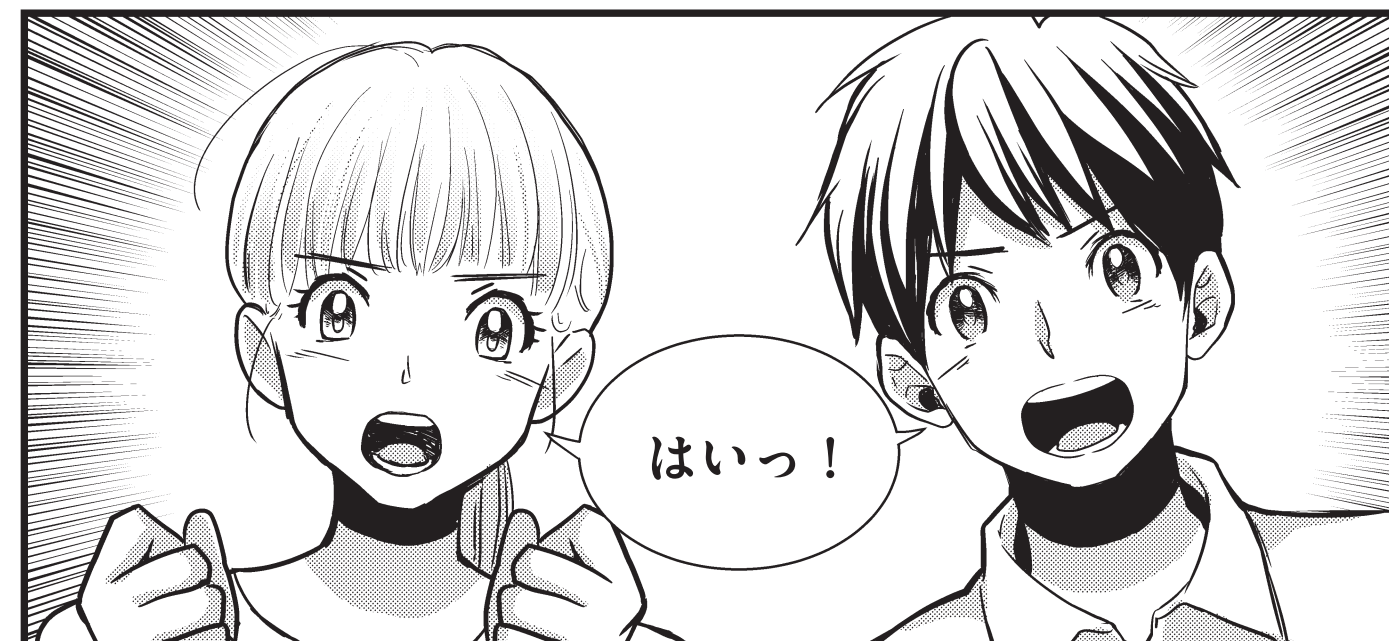
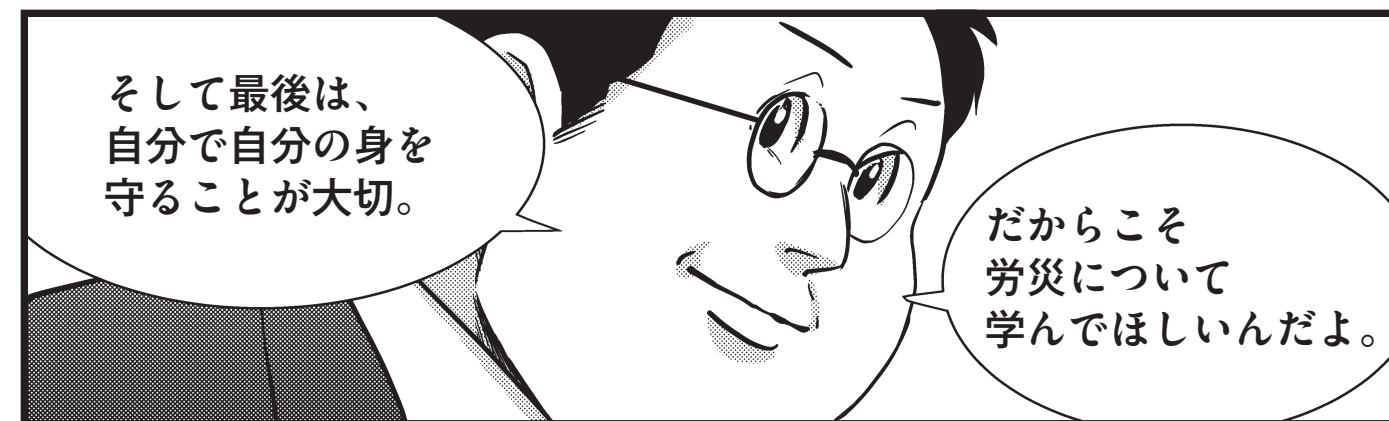
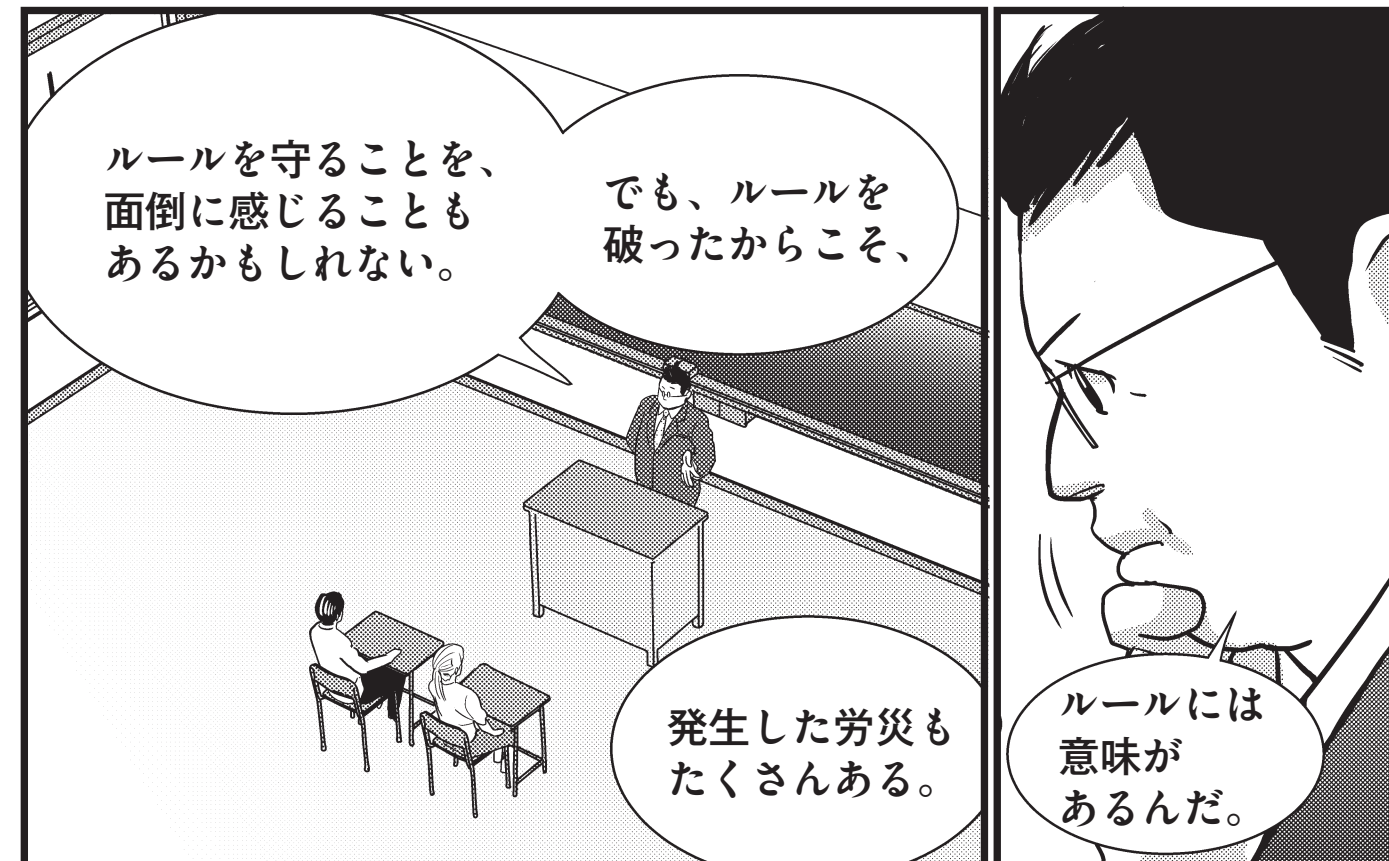
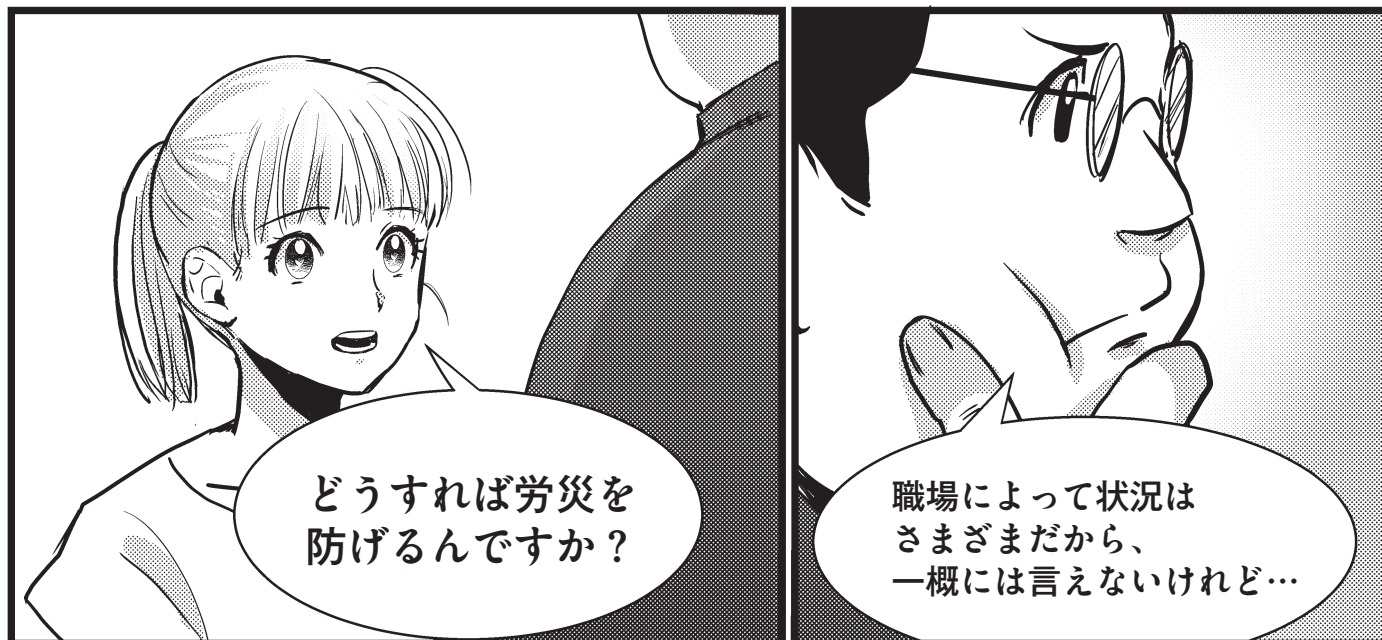
労災が発生する原因は、
業種や職場によって
さまざまだ。

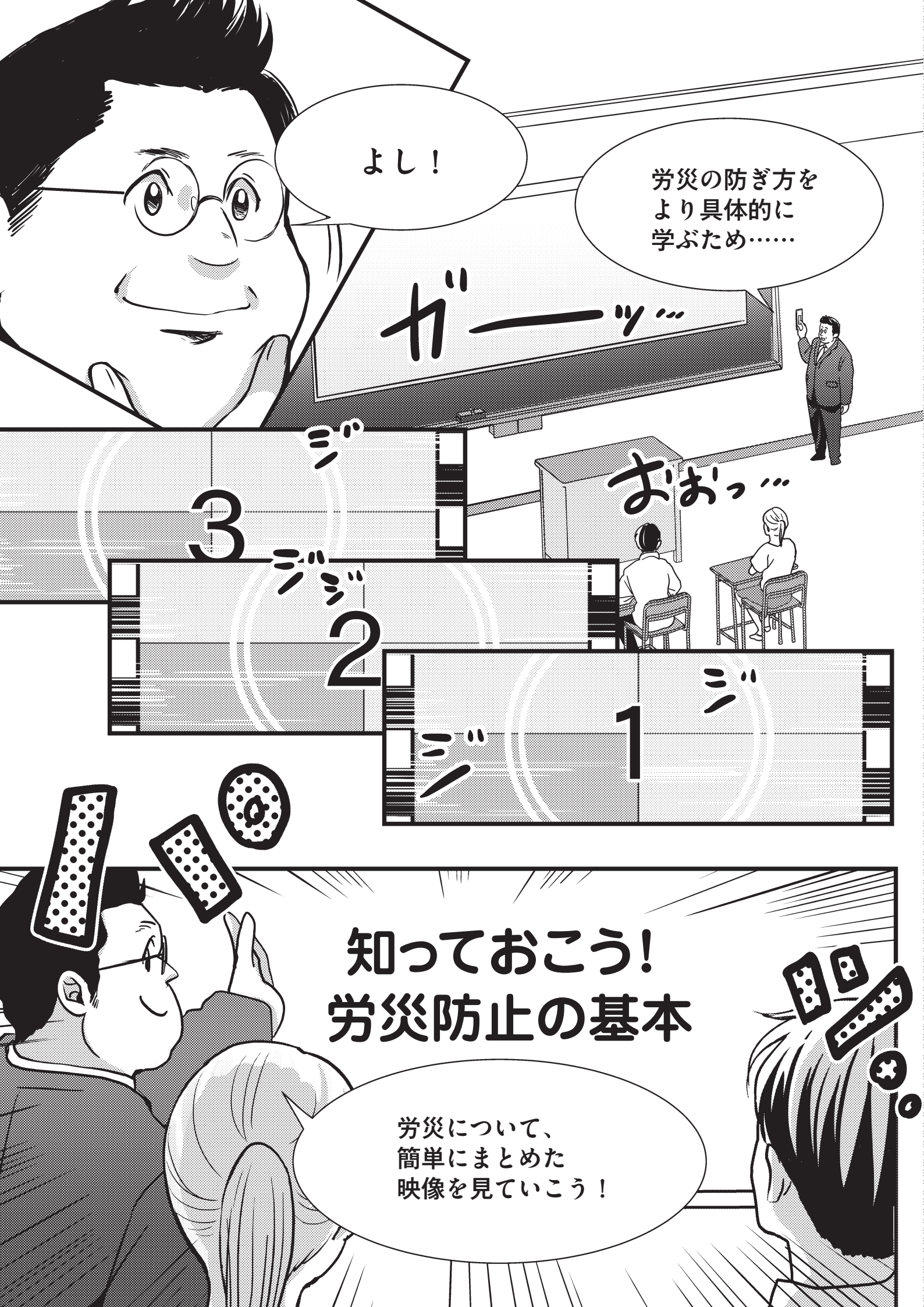
でもね、
十分に注意することで
防げるケースもあるんだ。

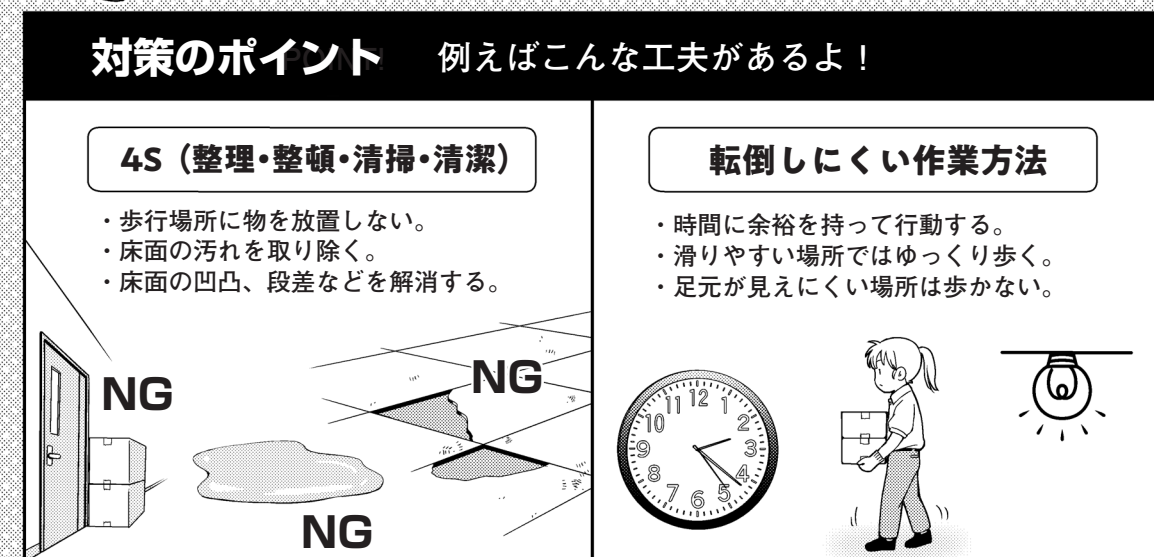
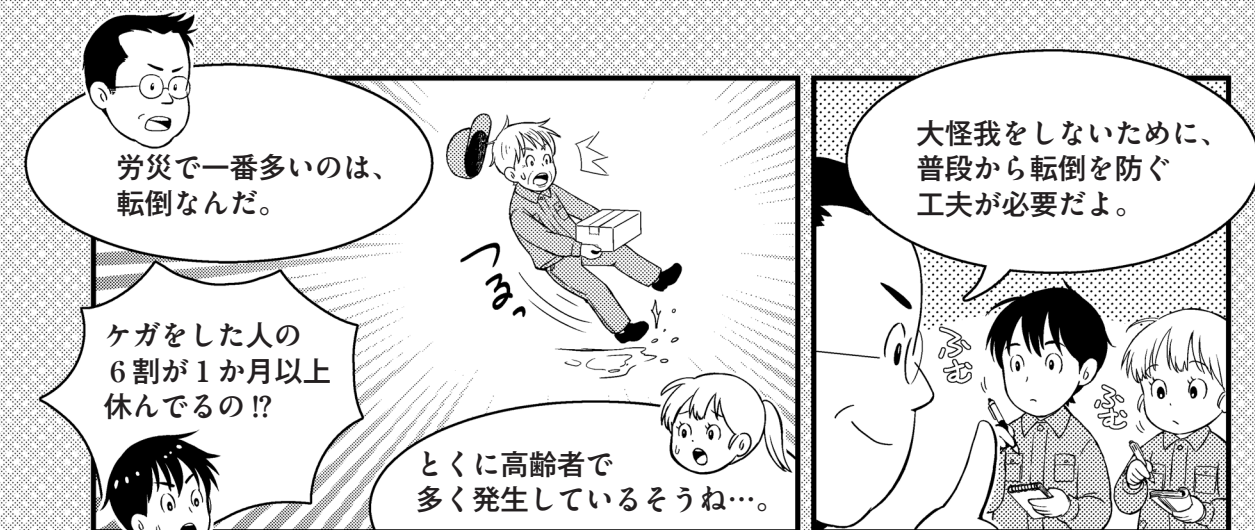
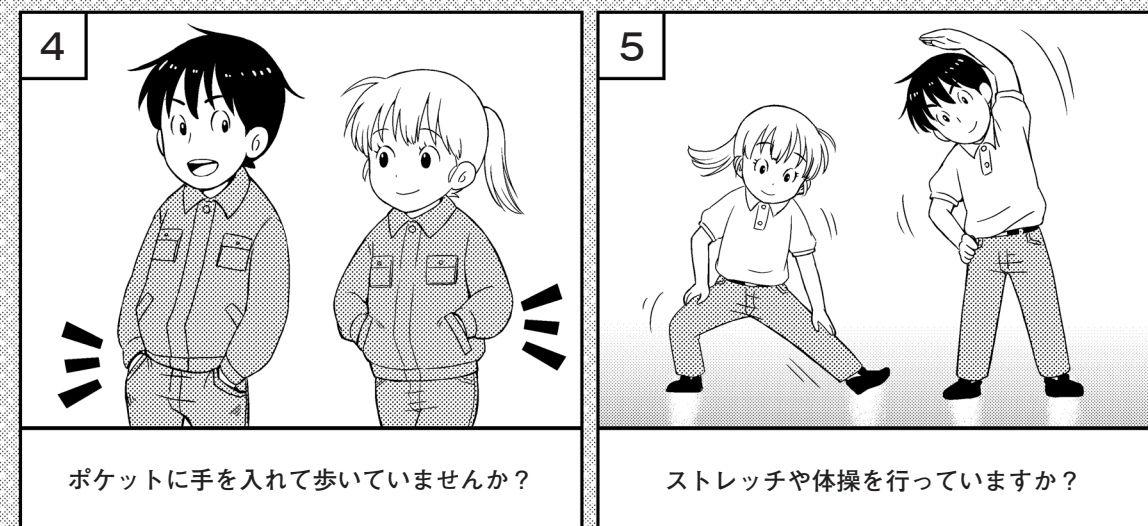
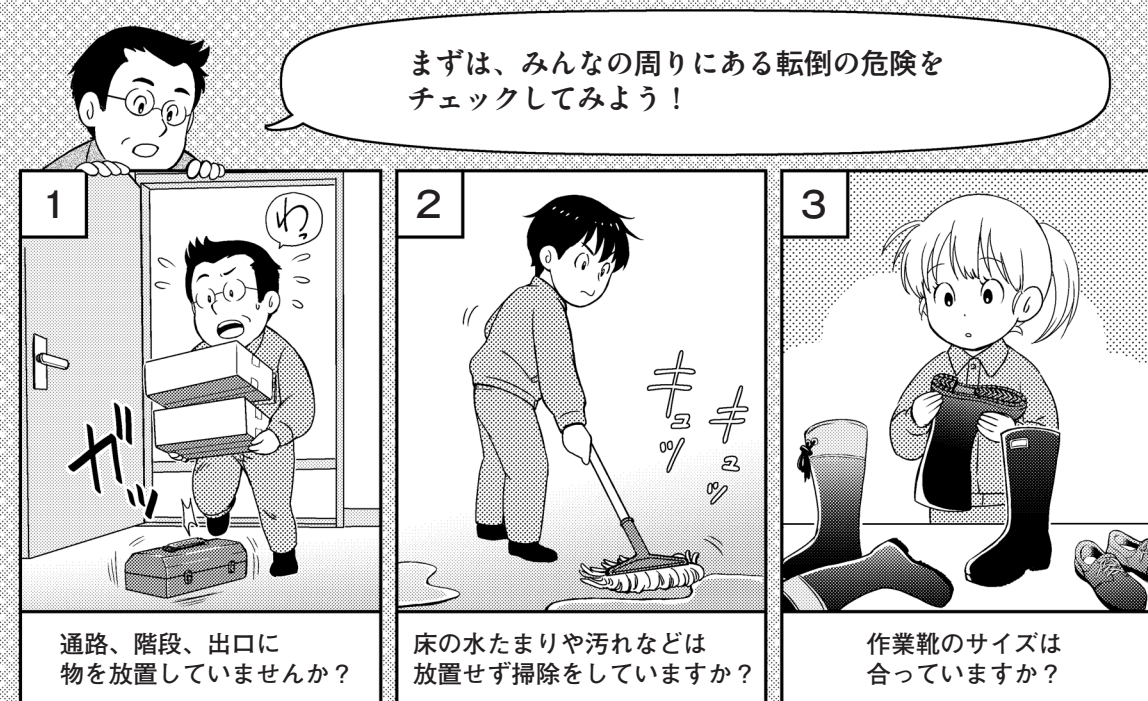
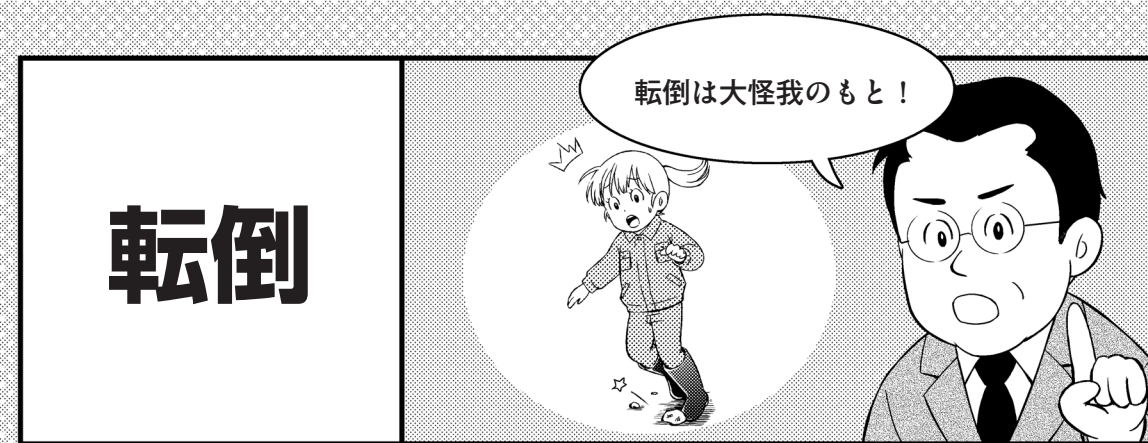
やっぱり労災に遭うのは、
僕みたいな新人ですか？

そうだね。
でも——

ベテランだって、
油断してミスすること
もあるんだよ。





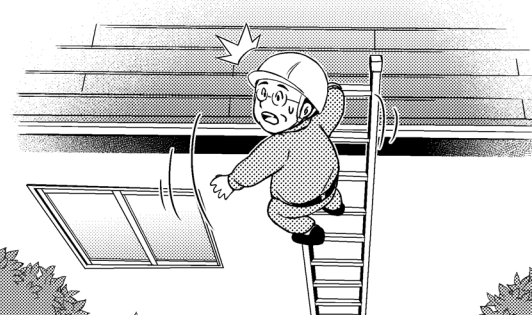


転落

はしごや脚立などを用いた
高所作業は
危険がいっぱいだ！

はしごで起こりやすい労災例と対策

はしごの上でバランスを崩す。

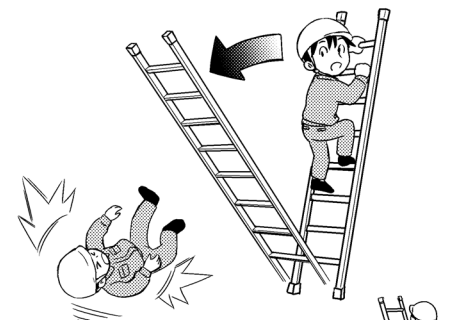


対策のポイント

より安全な作業方法がないか検討しよう。

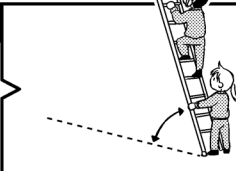


はしごが倒れる。

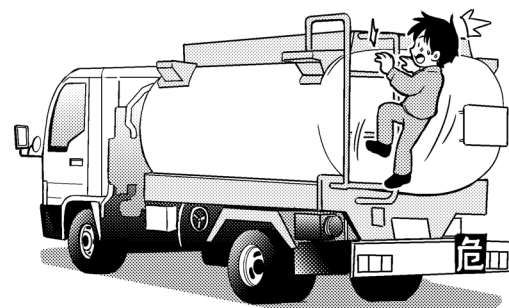


対策のポイント

しっかり固定するか、誰かに支えてもらおう。

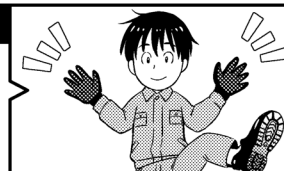


はしごの昇降時に手足がすべる。



対策のポイント

滑りにくい靴や手袋を着用しよう。



安全使用のポイント

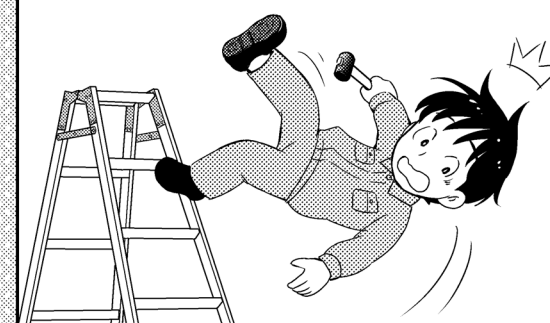
立てかける位置は水平で
傾斜角 75°、突き出しは 60cm 以上
になっているか確認しよう。

突き出し 60cm、
75° 立てかけ ヨシ！



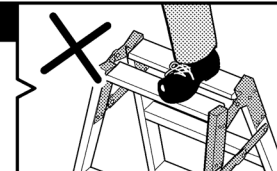
脚立で起こりやすい労災例と対策

脚立の天板に乗りバランスを崩す。

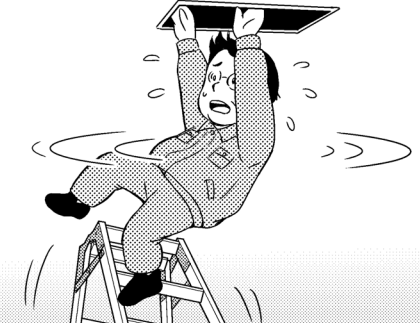


対策のポイント

天板に乗らない。

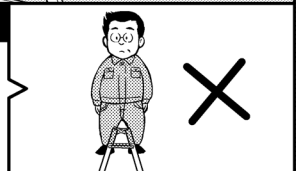


脚立にまたがってバランスを崩す。

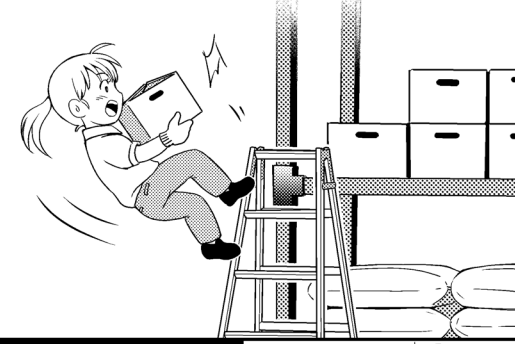


対策のポイント

脚立にまたがらない。



荷物を持っていてバランスを崩す。



対策のポイント

荷物を持って
昇り降りしない。



安全使用のポイント

脚立での作業は上から
2 段目以下で使用し、不安定な体勢を
とるのはやめよう。



安全に使用するための 4 つのポイント

1. あご紐をしっかり、確実に締める
2. 傾けずにかぶる
3. 破損したものは使わない
4. 耐用年数を守る

頭を守るために、
日ごろからヘルメットを
被るのもいいわ。



特にあご紐は
確実に締めよう！

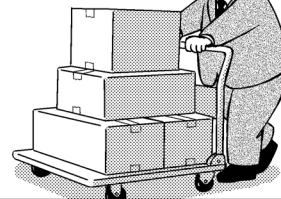


腰痛

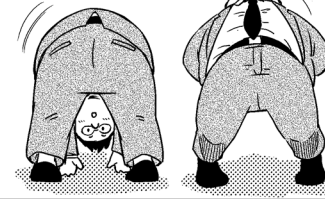
腰痛は慢性化しやすいから
日頃から注意が必要だよ。



重いものは、
台車やコンテナを
使ったほうがいいわね。



日頃のストレッチで
予防するのも大切！



台車やコンテナを使えない場合は
正しい方法で荷物を運ぼう！

持ち上げる姿勢



NG
膝を曲げずに、
腰の力で持ち上げる。

対策のポイント



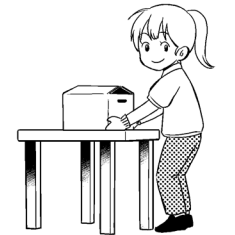
しゃがんだ姿勢から膝を
伸ばすようにして、足や
膝の力で持ち上げる。

荷の位置



NG
身体から
荷が離れている。

対策のポイント



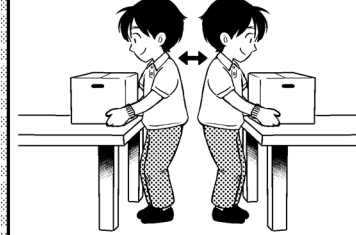
身体はなるべく荷に近づけて、
重心を低くする。

身体の使い方



NG
上半身だけで
荷を動かす。

対策のポイント

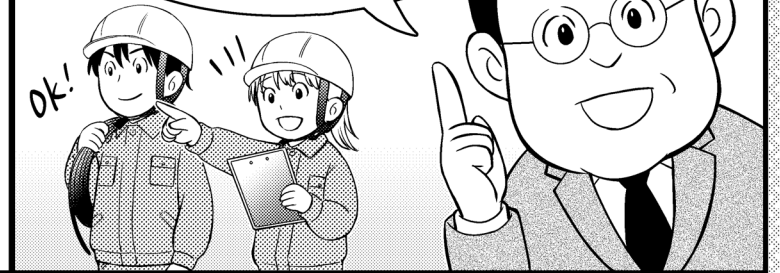


身体ごと向きを変えれば、
腰をひねらずにすむ。

参考文献：建設業労働災害防止協会「あなたを守るポイント 腰痛予防対策編」

4S

4Sとは安全で
働きやすい職場づくりを
身近なところから
目指す活動のこと。

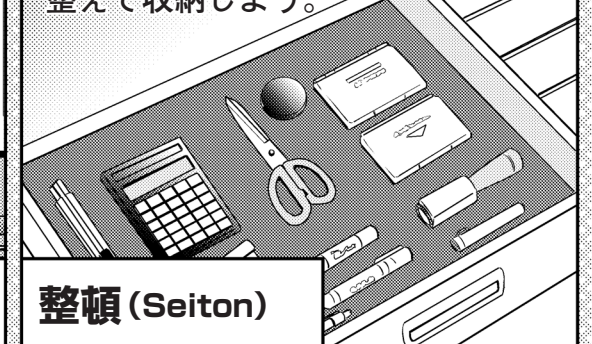


いらないものは処分しよう。



整理 (Seiri)

いるものは
整えて収納しよう。



整頓 (Seiton)

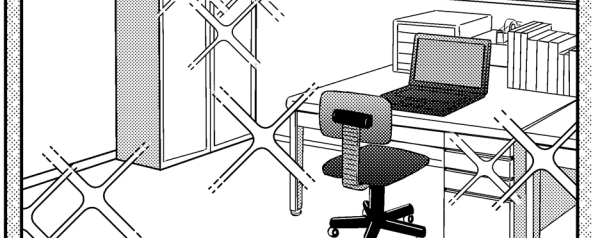
清掃 (Seiso)

職場は
きれいに掃除しよう。



清潔 (Seiketsu)

職場も働く人も
きれいな状態を保とう。



4Sを徹底した職場なら
みんなが気持ちよく
働くことができるわね。

僕も身近なところから
取り組んでみるよ！

参考文献：中央労働災害防止協会「4S きほんのき」

熱中症※

※気温や湿度の高さによって、頭が痛くなるなど体調が悪くなること。

年齢も場所も関係なく、

条件次第で誰でもかかるのが熱中症。

暑い日本の夏に熱中症を起こさないための方法を紹介しよう！

対策のポイント 1

水分・塩分はこまめに補給



対策のポイント 2

涼しいところで休憩



対策のポイント 3

「おかしいな？」と思ったらすぐ報告

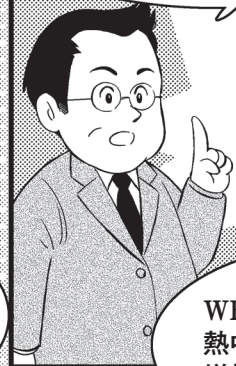


十分な睡眠は何よりの熱中症対策になるわ。



他にも、お酒を控え朝食をしっかり摂ることが大事だよ。

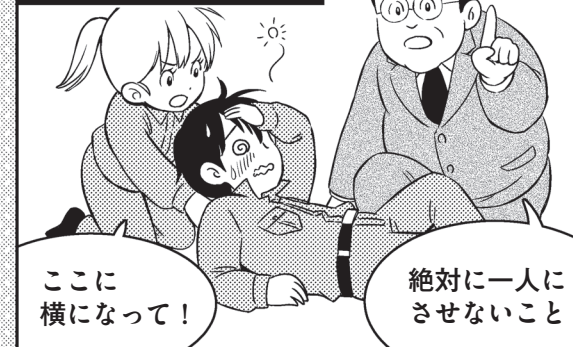
気温だけでなく湿度なども考慮した WBGT 値（暑さ指数）という指標もあるんだ。



WBGT 値が 28 度を超えると、熱中症になる人が増加するそうよ。

それでも、もし熱中症が発生してしまったらすぐに応急手当をしよう。

■ 応急手当 その1 涼しい場所に避難



■ 応急手当 その2 衣類をゆるめる



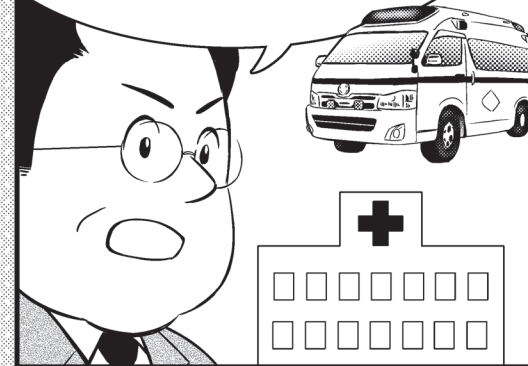
■ 応急手当 その3 スポーツ飲料で水分補給



■ 応急手当 その4 身体を冷やそう



発熱している、気を失っている場合は特に危険なので、すぐに病院に連絡しよう。



熱中症は死亡事故にも繋がることもあるわ。



労働 安全衛生 保護具



ヘルメット

頭上からの物の落下時や
高所からの転落時に頭を守る。

安全に使用するための4つのポイント

1. あご紐をしっかり、確実に締める
2. 傾けずにかぶる
3. 破損したものは使わない
4. 耐用年数を守る

特にあご紐は
確実に締めよう！

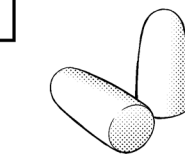


保護メガネ

粉じんや飛沫が
目に入るのを防ぐ。



防音保護具



耳を騒音から
守るために使う。
騒音環境に応じて、
道具を使い分けよう。

呼吸用保護具

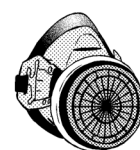
空気中のガスや粉じんを
吸い込むのを防ぐ。



不織布やガーゼの
マスクには、
こういった効果は
ないんだ！

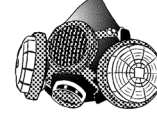
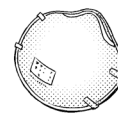
防毒マスク

有毒なガスを吸い
込むのを防ぎます。



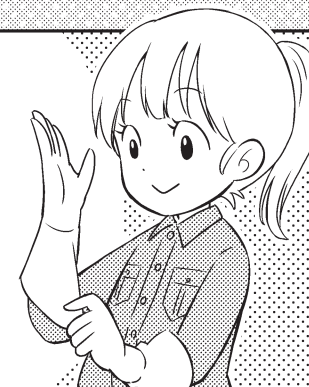
防じんマスク

空気中の粉じんを
吸い込むのを防ぎます。



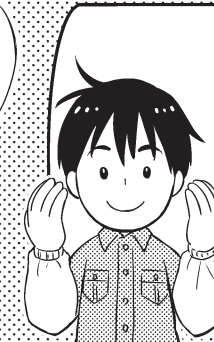
手袋

火傷や切り傷、運搬時の
荷物の滑りなどを防ぐ。
布やゴムなど、用途に
よって使い分けよう。

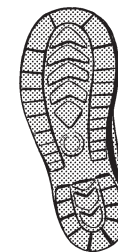


化学防護手袋

化学物質などから
皮膚を守るために
使用します。



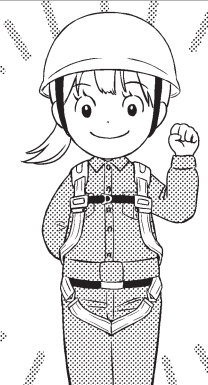
安全靴



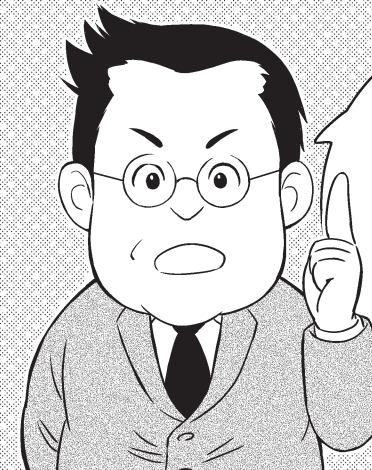
重い落下物や
釘などの踏み抜き、
機械への挟み込み
などから足を守る。

ハーネス

高所からの墜落を
防止するために
使用される。



保護具は、
**装着すべき
時と場所で、
正しく使用**
しないと
意味がないぞ！



対策のポイント 1

それぞれの現場環境、取り扱う
物質や作業にあう保護具を選ぼう！



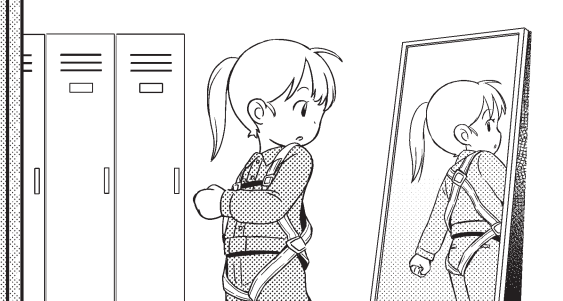
対策のポイント 2

顔や手足など、身体のサイズに合った保護具を
選ぼう！



対策のポイント 3

正しく装着し、正しく使用しよう。
十分な機能が発揮できないよ！



安全標識

安全標識には5種類ある。
ここでは代表的な
標識を紹介しよう！

安全標識は、職場に潜む危険や
大切な情報を『見える化』することで
働く人が安全に働けるようにするんだ。

禁止標識 (prohibition sign)



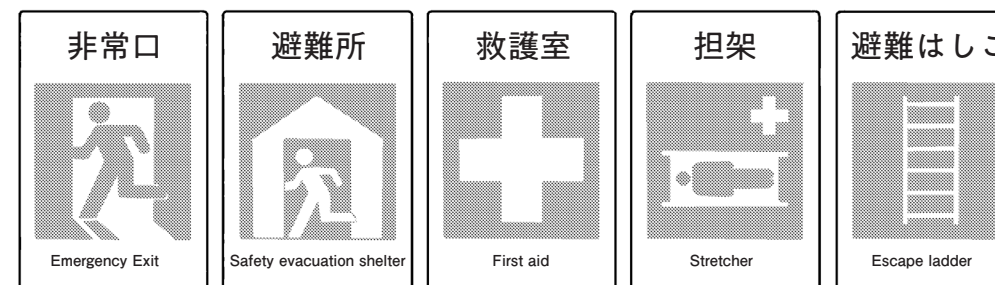
指示標識 (mandatory action sign)



注意警告標識 (warning sign)



安全状態標識 (safe condition sign)



防火標識 (fire equipment sign)



安全標識には
いろんな種類が
あるんだなあ。

『見える化』で
誰でも簡単に
危険や安全が
分かるのね。

職場によって、
さまざまな安全標識が
使われている。

自分の職場には
どんな標識があるか、
一度確認してみよう。

はい

通勤

通勤時にも
危険はあるよ。

みんなで
交通ルールを守って
事故を減らそう。

① 横断歩道がない
場所は渡らない。

NG

② 信号を守る。

NG

③ 移動中は携帯電話を使用しない。

NG

※イヤホンも
使わないでね！

④ 交差点は
飛び出さない。

NG

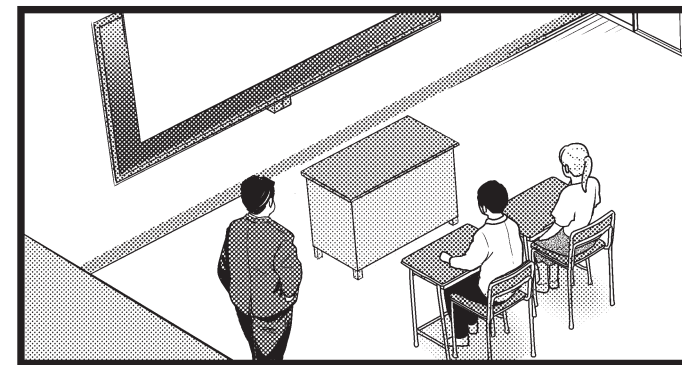
※わき見運転も
しないでね！

治療中、
働けなくなると
生活に困るな。

怪我をしたら
家族が悲しむわ。

場合によっては、
後遺症が残ることも
あるし…。

交通ルールを守ることは
自分の身体を守ることだと
覚えておこう！



というわけで
起こりやすい労災について
見てもらったけど、

どうだった？

身近なところに
危険って潜んで
いるんだね…。

としあきくんは
特に気をつけないと。

もしも
怪我人や病人が出た場合、
素早い対応が大切だ。



まんがでわかる
安全衛生と労災防止の基本

2020 年 3 月発行

発行：厚生労働省

企画：みずほ情報総研株式会社

協力：労働安全衛生教材作成推進委員会

制作：株式会社サイドランチ



症状・病状説明のための 指さしシート

Sheet for pointing to symptoms and their descriptions

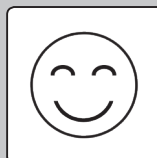
このシートの利用方法 | How to use this sheet

例 | Example

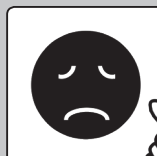
病状と、その程度を示して伝えましょう。
Describe your condition and its severity



頭が痛い
I have a headache



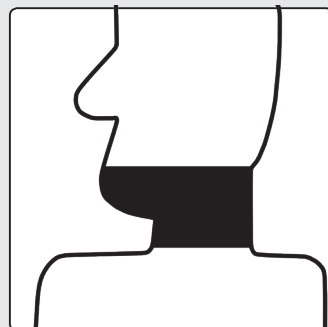
我慢できる
Tolerable



かなりつらい
Very severe

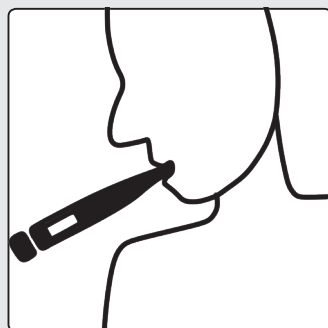


頭が痛い
I have a headache

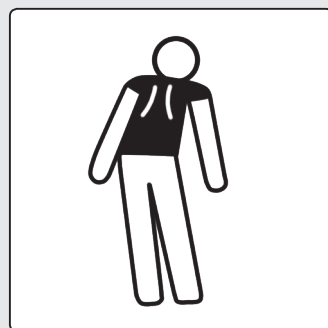


のどが痛い
I have a sore throat

せきがでる
I have a cough

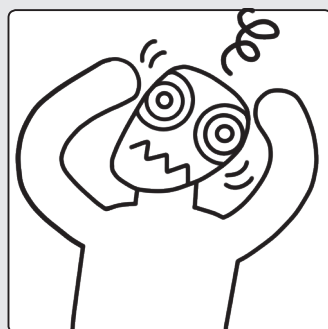


熱がある
I have a fever

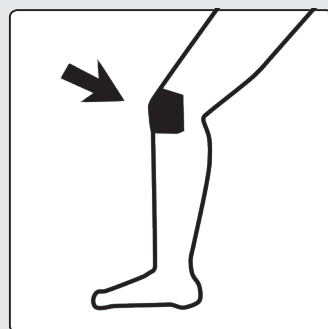


腰が痛い
My lower back hurts

足がしびれる
My legs are numb



めまいがする
I feel dizzy



膝が痛い
My knee hurts

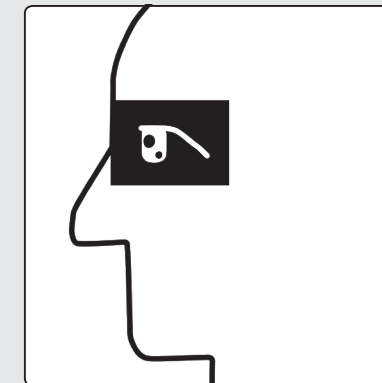
曲げられない
I cannot bend
my knee



おなか(胃)が痛い
I have a stomachache



かぶれた
I have a rash (in one place)



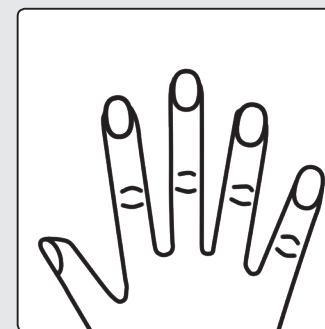
目が痛い
I have sore eyes

下痢
I have diarrhea

発疹がでた
I have a rash (all over)

目がかゆい
I have itchy eyes

怪我をした | injured myself



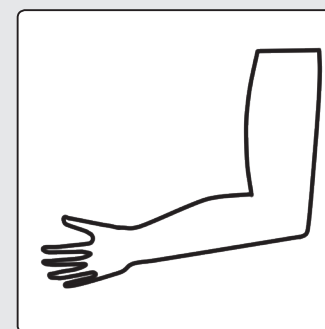
転倒した
I fell down

落ちた
I fell (from...)



刺さった
I picked myself

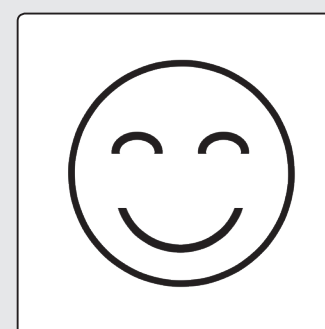
やけどした
I burned myself



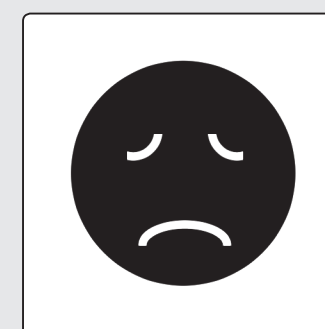
切った
I cut myself



ぶつかった
I bumped (against...)



我慢できる
Tolerable



かなりつらい
Very severe



本資料に関するお問い合わせ

厚生労働省 労働基準局 安全衛生部 安全課