

# 積雪・凍結による 転倒災害 を防止しましょう

京都労働局 労働基準部 健康安全課

令和5年の京都府内における死亡又は休業4日以上**の労働災害**（新型コロナウイルス感染症を除く）2,672人のうち、**転倒によるものが640人と、全体の約4分の1**を占めています。

転倒した640人の**約7割が骨折し、平均休業日数は46.8日**となっており、労使に大きなダメージを与えます。

特に冬季は、寒さで体が動きにくくなるうえ、**積雪・凍結で滑りやすくなり、転倒災害のリスクが高まりますので、冬季に備え、転倒防止対策を実施しましょう。**



図1 令和5年「事故の型別」  
休業4日以上死傷災害発生状況

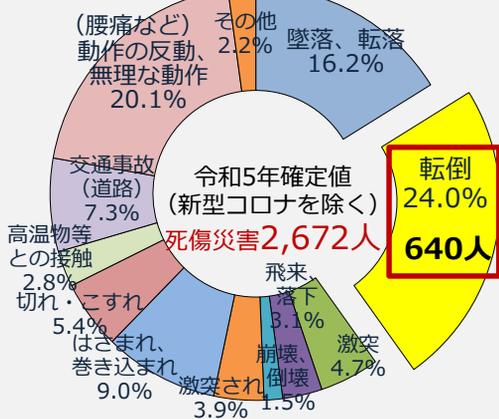
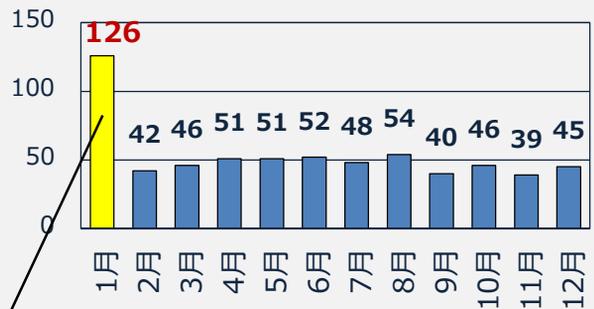


図2 令和5年の月別転倒災害発生状況



令和5年1月24日晚の大雪により、**1月25・26日の2日間だけで51人の転倒災害が発生**しています。**降雪後の対応が重要**です。

## 冬季における転倒防止対策 実施事項

- 「天気予報」をチェック！**  
寒波が予想される場合などには、労働者に周知し、早めに、以下の項目の対策をとりましょう。
- 「除雪・融氷」を万全に！**  
駐車場内や、駐車場から職場までの通路に、除雪や融雪剤の散布を行いましょう。また、出入口には転倒防止用マットを敷き、照明設備を設けて夜間の照度を確保しましょう。
- 「時間に余裕」を持った行動を！**  
悪天候による交通機関の遅れが見込まれる場合は、時間に余裕をもって出勤するようにし、落ち着いて作業をするように心がけましょう。
- 滑りにくい「履物」を！**  
作業に適し、氷に対する防滑性の高い履物を装着しましょう。
- 転倒しにくい「歩き方」を！**  
屋外では、小さな歩幅で靴の裏全体を地面に付けて歩くようにしましょう。

寒波が訪れてから慌てるのではなく、日頃から以下のような準備を行うことが重要です。

- ① 積雪・凍結など滑りやすい箇所の把握
- ② 除雪器具・融雪剤・マット等の用意
- ③ 履物の用意
- ④ 転倒しにくい歩き方や滑りやすい箇所の教育

詳しくは、次ページをご参照ください。



# 冬季の転倒災害防止対策のポイント

## 降雪・凍結時に滑りやすい場所を知ろう！

駐車場出入口	車のタイヤで路面上が磨かれ、非常に滑りやすい場所があります。
バス乗り場	踏み固められ、滑りやすくなっている場合があります。
白線	薄い氷膜が張っている場合があります。
マンホール・グレーチング	薄い氷膜が張っている場合があります。 金属に水分が付着すると摩擦係数が特に低くなります。
坂・スロープ	歩行時、路面に力を掛けにくく、坂の下側に滑りやすくなります。

・ 除雪・融氷を念入りに  
 ・ 水分を落とすマットや凍結防止マットが効果的



ヒートマット

・ 歩行時は歩き方を意識

・ 実際に対策を講じている事業場があります。  
 (京都労働局「転倒防止対策事例集 ①製造業編」から抜粋  
 ⇒ 京都労働局転倒防止対策特設ページからダウンロードできます。)



泥落としマット

水拭きマット

透水性舗装  
(路面への降水が、舗装の下の地層に浸透するため、降雨時に凍結しにくい)

## 滑りにくい「履物」を知ろう！

やわらかいゴム底	路面への接着が高くなり、摩擦が増します。
滑り止め入りゴム底	靴底ゴムに混ぜたガラス繊維などの滑り止め材で、摩擦を増加させます。
深い溝のある底	凹凸が路面に掛かることで、摩擦を増加させます。
ピン・スパイク金具付き底	金具が氷を突き刺します。固く凍った路面で威力を発揮します。

## 転倒しにくい「歩き方」を知ろう！

歩幅を小さく	歩幅を小さくしたほうが、路面に鉛直に力が掛かり、摩擦が増します。
靴の裏全体を路面に着ける	路面との接触部分が多いほうが、摩擦が増します。
左右の足幅を少し開ける	左右の足幅を閉じるよりも、少し開けたほうが体が安定します。
体を少し前に	背中を反ると、体の重心が後ろに来るため、滑りやすくなります。
両手は空ける	ポケットに手を入れたり荷物を持つと、バランスを崩しやすくなります。また、荷物を持っていると、前方や足元を確認できません。
急がず焦らず余裕をもって	焦ると歩幅が大きくなりやすく、体のバランスも崩しやすくなります。

「履物」「歩き方」のポイントは「摩擦」です。摩擦が不足するとすべってしまいます。  
**「よちよち、小刻み、ペンギン歩き」を意識しましょう。**

◆ 一般的な転倒予防対策については、以下のページをご参照ください。  
 (リーフレット、予防体操の動画、転倒防止対策事例集等があります)



厚生労働省「転倒予防・腰痛予防の取組」のページ

厚生労働省職場のあんぜんサイト  
「転倒災害防止対策の推進について」のページ



京都労働局  
転倒災害防止特設ページ