

# 誰もが働きやすい安心・安全な職場づくり説明会

～行動災害の現状と今後の対策について～

令和5年12月14日（木）

和気労働基準監督署

Ministry of Health, Labour and Welfare of Japan

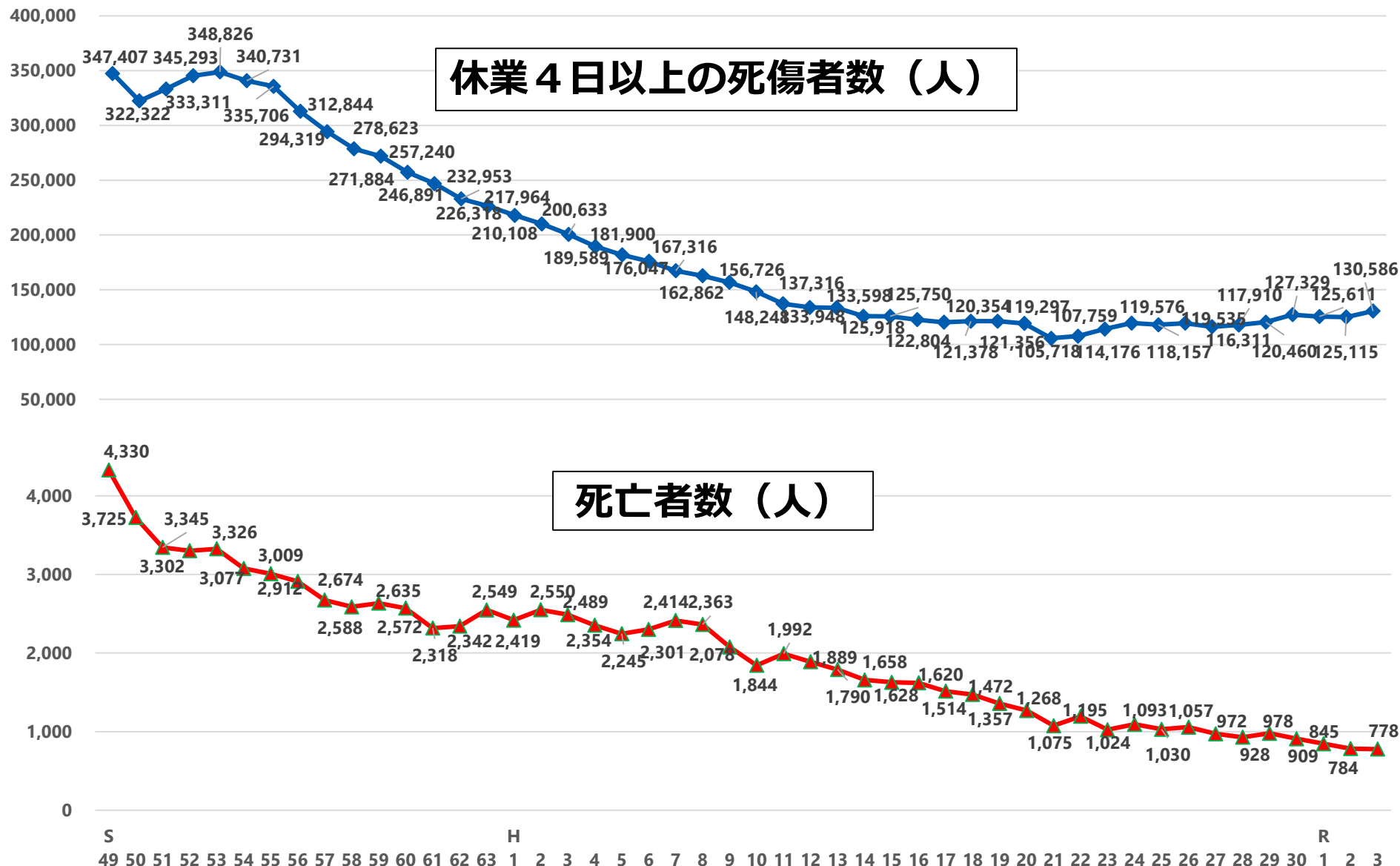
# そもそも行動災害とは・・・？

**転倒**や

腰痛等の**動作の反動・無理な動作**など、  
職場における労働者の**作業行動**を起因と  
する労働災害のこと

# 労働災害による死傷者数の推移

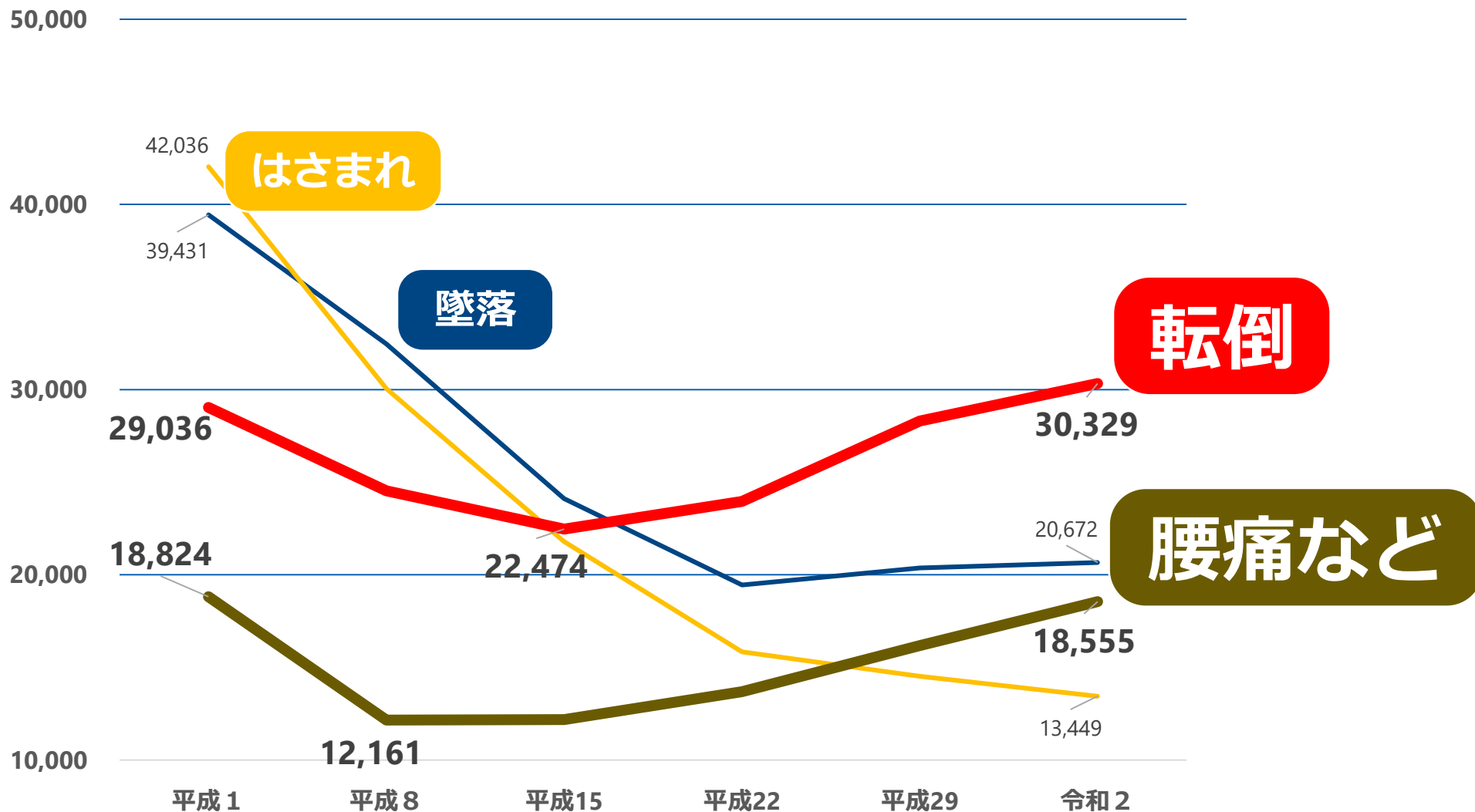
死傷者数および死亡者数 (人)



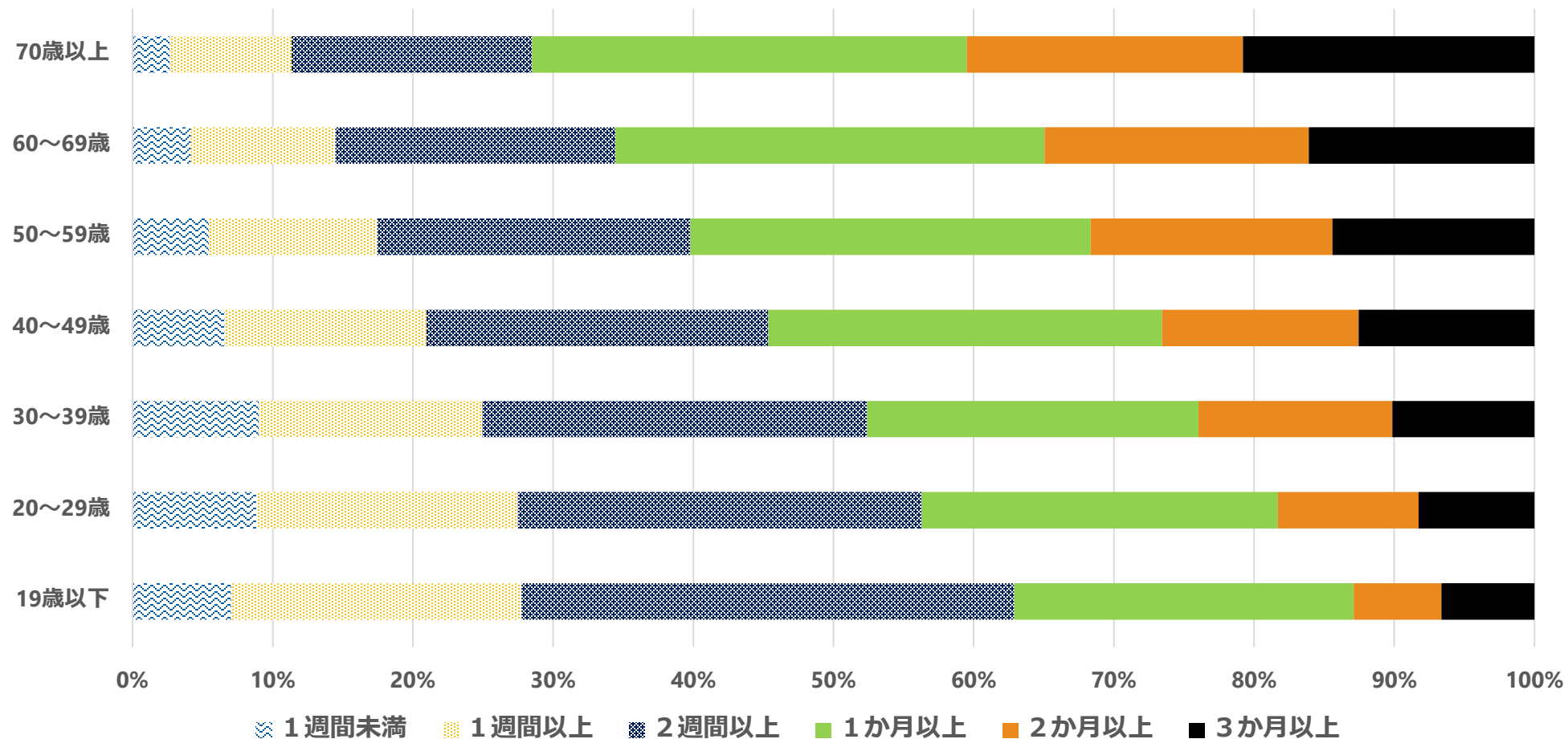
出典：平成23年までは、労災保険給付データ（労災非適用事業を含む）、労働者私傷病報告、死亡災害報告より作成。平成24年からは、労働者死傷病報告、死亡災害報告より作成。

# 労働災害の種類と推移

※資料出所：労働者死傷病報告



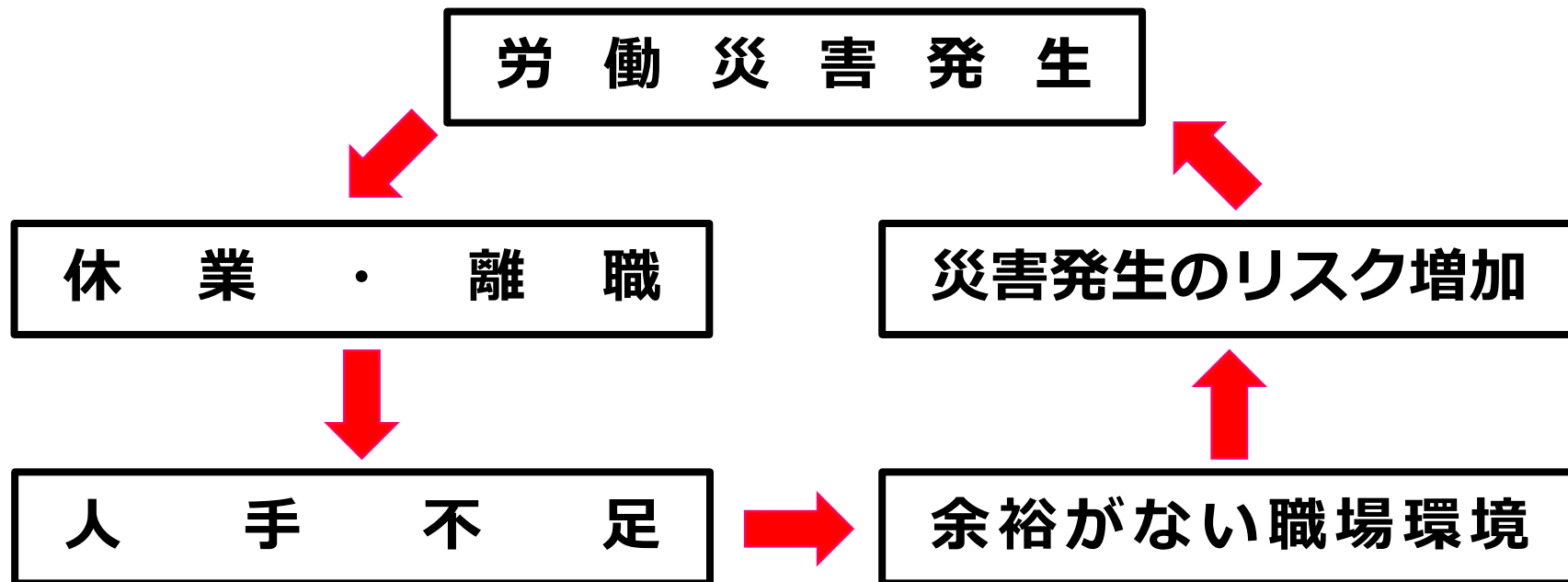
# 転倒災害に係る年齢別の休業見込み期間の長さ



データ出所：労働者死傷病報告 休業4日以上死傷者数（令和3年）

# ひとたび発生すると経営問題に直結する

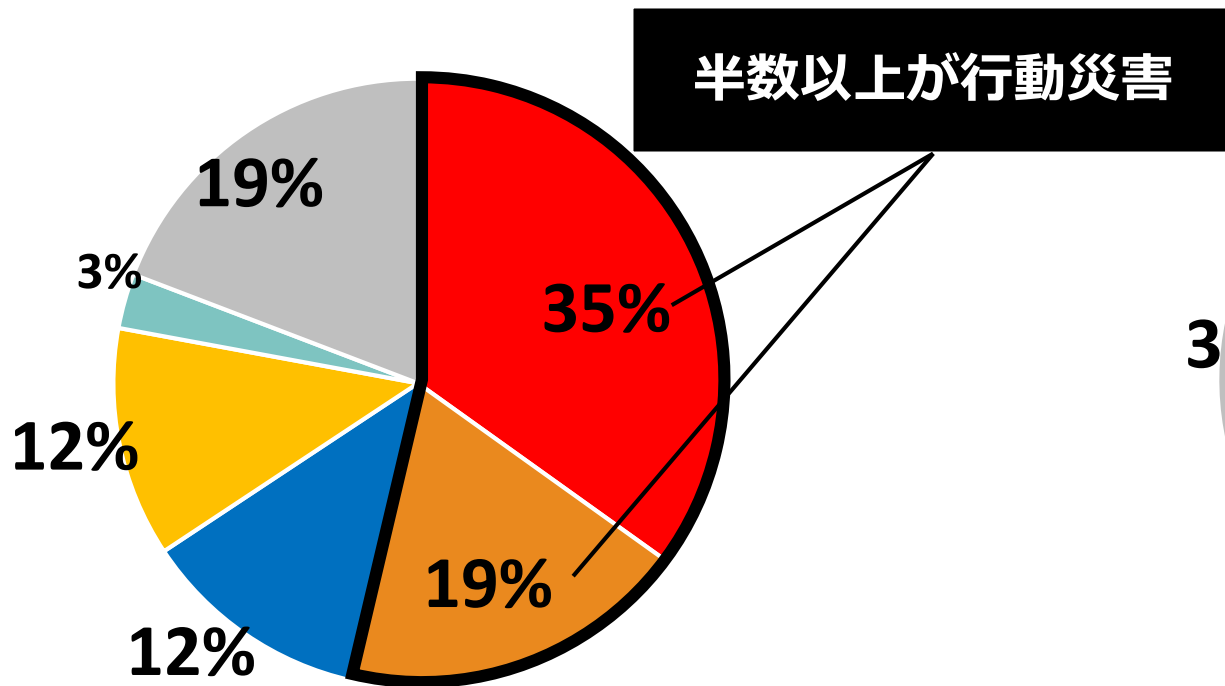
労働災害が発生すると…



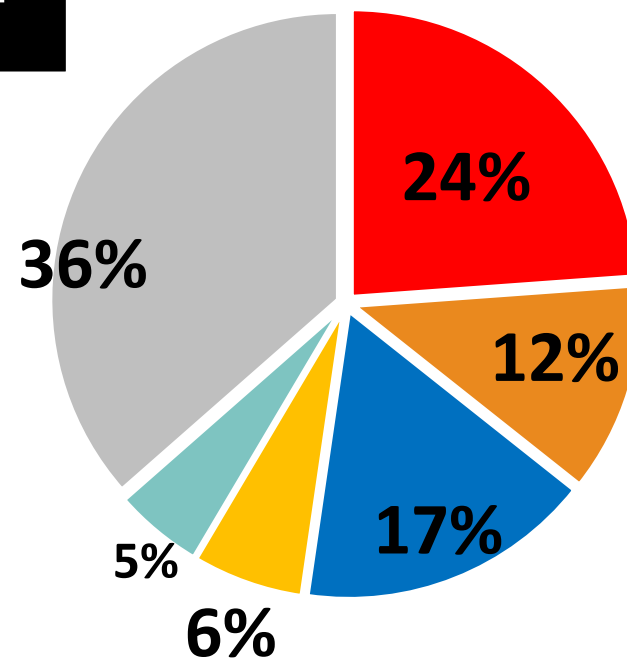
**悪循環で経営問題となることも・・・**

# 第13次労働災害防止推進計画期間中（平成30年度～令和4年度） の和気署管内の事故の型別の死傷災害の割合

## 第三次産業



## 全業種



- 転倒
- 動作の反動、無理な動作
- 墜落・転落
- 交通事故（道路）
- 切れ、こすれ
- その他

# 第14次労働災害防止推進計画（令和5年度～令和9年度） 和気労働基準監督署版における行動災害防止について

**従来の4Sなどの一般的な対策に加えてさらに踏み込んだ対策を！**

## 【ハード（物的）対策】

- ・ 段差や凹凸の解消
- ・ 転倒リスク箇所の「洗い出し」「見える化」
- ・ 負担軽減の為に省力化設備の導入、介護技術「ノーリフトケア」の導入・定着 など

**→災害を発生させる環境要因の解消**

## 【ソフト（人的）対策】

- ・ 転倒・腰痛予防教育
- ・ 労働者毎の転倒・腰痛等のリスクチェックの実施
- ・ 職場エクササイズやストレッチの実施 など

**→個人的要因にも配慮した対応の促進、  
事業者・労働者の意識改革**



## 【ハード（物的）対策】

- 段差や凹凸の解消、4Sの徹底
- 転倒危険箇所の「洗い出し」「見える化」
- 作業に適した靴の導入
- 負担軽減の為の省力化設備の導入、  
介護技術「ノーリフトケア」の導入・定着

# 【ハード（物的）対策】 段差や凹凸の解消、4Sの徹底

## 段差や凹凸の解消

床面の穴や凹凸、危険な傾斜、滑りやすい床材は補修・改修を検討しましょう。

## 4Sの徹底

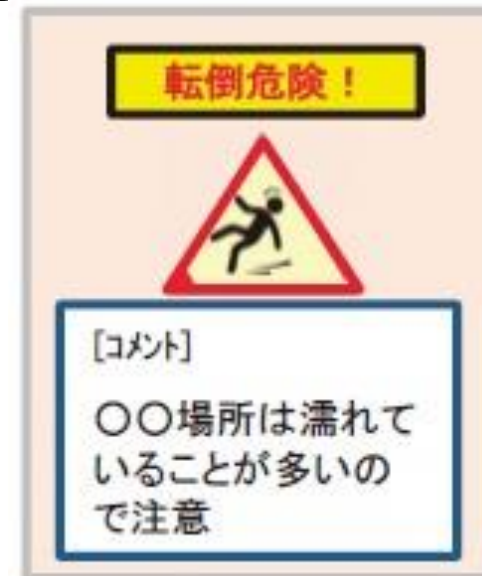
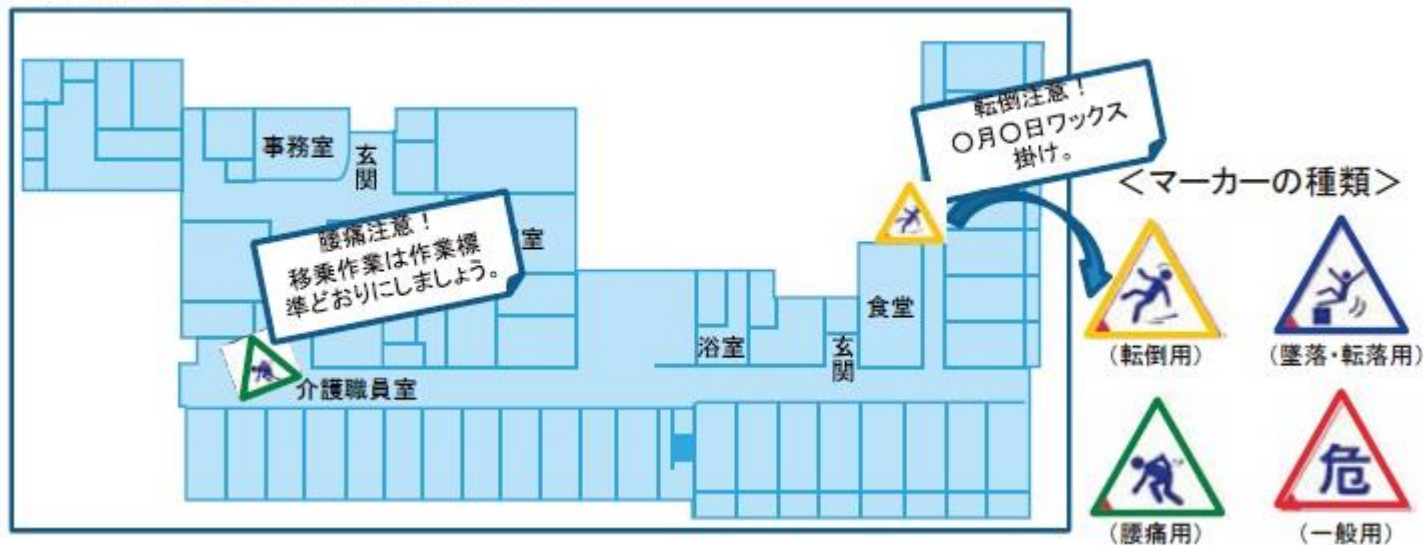
- 整理  
必要なものと不要なものを区分し、不要なものを処分する。
- 整頓  
必要なものを、決められた場所に片付ける。
- 清掃  
汚れや水濡れなどが無い状態にする。
- 清潔  
職場をきれいにした状態を維持する。作業者自身も身体、服装、身の回りをきれいな状態にしておく。

# 【ハード（物的）対策】

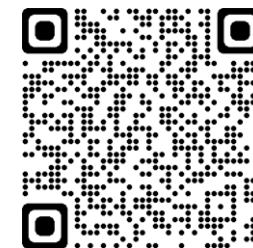
## 転倒危険箇所の「洗い出し」「見える化」

- 職場の危険マップを作成し、危険情報を共有する
- 転倒の危険性がある場所にステッカーを掲示し、注意喚起する。

＜危険マップ及びマーカのイメージ＞



職場の安全サイト  
転倒災害防止対策の推進について



# 【ハード（物的）対策】 作業に適した靴の導入

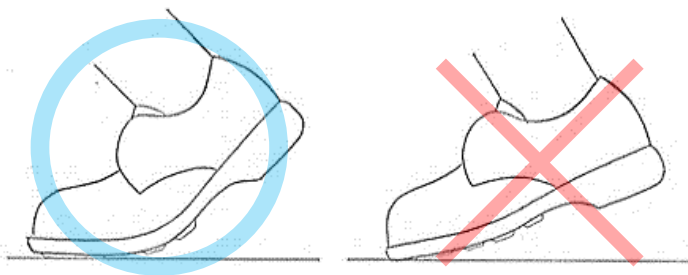
靴底の耐滑性を上げることで「滑り」と「踏み外し」のリスクを下げるすることができます。「つまずき」も、靴底の構造によって、ある程度の効果を出すことができます。

ただし、滑りにくいことが、かえってつまずきの原因になる場合があるなど、作業現場によって有効な安全靴・作業靴は異なりますので、メーカーや販売店とよく相談しましょう。

## ポイント

### ①靴の屈曲性

屈曲性が悪いと、足に負担がかかる上に、擦り足になり易く、つまずく原因となります。

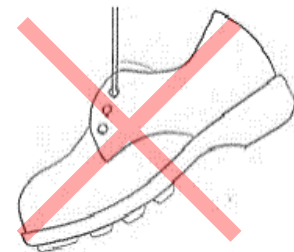


### ②靴の重量

靴が重くなると、足が上がりにくく、擦り足になり易く、つまずく原因となります。

### ③靴の重量バランス

重量がつま先部に偏っていると、歩行時につま先部が上がりにくくなり、擦り足になり易く、つまずく原因となります。



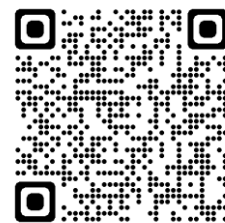
### ④つま先部の高さ

つま先部の高さが低いと、ちょっとした段差にもつまずき易くなります。



### ⑤靴底と床の耐滑性のバランス

靴底の耐滑性は、職場の床の滑り易さの程度に応じたものとする必要があります。滑りにくい床に滑りにくい靴底では、摩擦が強くなりすぎて歩行時につまずく場合があります。

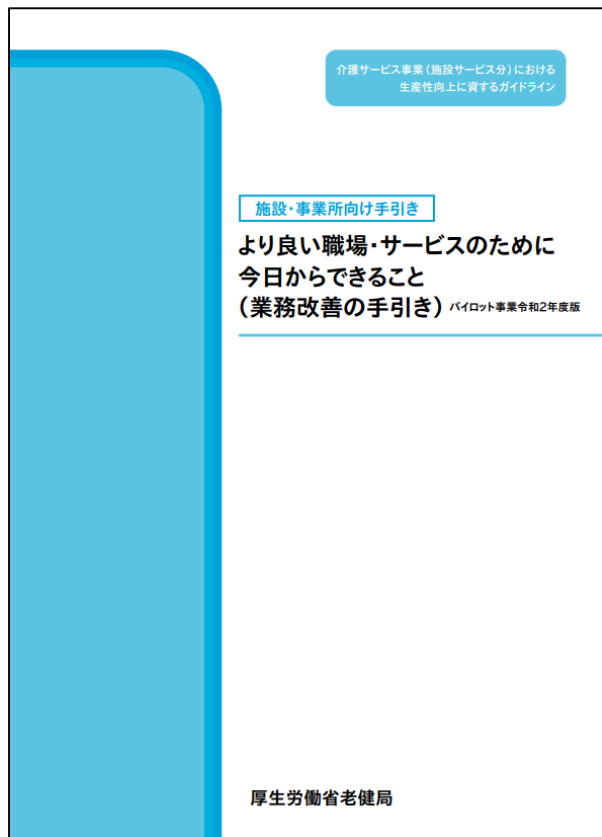


# 【ハード（物的）対策】

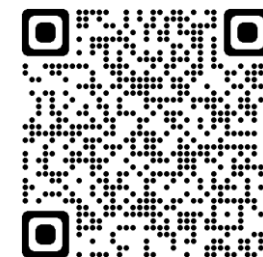
負担軽減の為の省力化設備の導入、介護技術「ノーリフトケア」の導入・定着



## 介護サービス事業における生産性向上 に資するガイドライン



## 腰痛を防ぐ職場の事例集



## 【ソフト（人的）対策】

- 転倒・腰痛予防教育
- 労働者の高齢化に伴う身体機能の低下への対策
- 労働者毎の転倒・腰痛等のリスクチェックの実施
- 職場エクササイズやストレッチ等の実施
- 「職場における腰痛予防対策指針」に基づく対策の推進

## 【ソフト（人的）対策】 転倒・腰痛予防教育

行動災害の発生原因の一因として、管理者や労働者が転倒や腰痛に関する知識・意識が薄いことがあげられます。

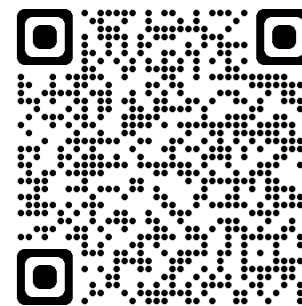
管理者、労働者一人ひとりが、転倒や腰痛について理解し、対策の重要性を理解した上で取り組むことが大切です。

厚生労働省のHPなどで公開されている映像教材、教育資料などをご紹介しますので、社内教育等にご活用ください。



保健衛生業における腰痛の予防  
－参考（教材・資料）

[https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage\\_31197.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_31197.html)





# 【ソフト（人的）対策】

## 労働者の高齢化に伴う身体機能の低下への対策

高齢者の就労が一層進むと予測される中、高齢者が安心して安全に働ける職場環境の実現が求められています。高年齢労働者の安全と健康確保のため、厚生労働省は高年齢労働者の安全と健康確保のためのガイドライン、通称「エイジフレンドリーガイドライン」を策定、事業者と労働者に求められる取組を具体的に示しています。

働く高齢者の特性に配慮したエイジフレンドリーな職場を目指しましょう。

**エイジフレンドリー職場を目指すということは、全ての労働者が安全で健康に働ける快適な環境を整えることにもなります。**

### エイジフレンドリーガイドラインのポイント（抜粋）

#### ■ 事業者求められる取組

高年齢労働者の就労状況や業務の内容等の実情に応じて、国や関係団体等による支援も活用して、法令で義務付けられているものに必ず取り組むことに加えて、実施可能な高年齢労働災害防止対策に積極的に取り組むよう努める。

##### 【具体的な取組】

- (1) 安全衛生管理体制の確立等
- (2) 職場環境の改善
- (3) 高年齢労働者の健康や体力の状況の把握
- (4) 高年齢労働者の健康や体力の状況に応じた対応
- (5) 安全衛生教育

#### ■ 労働者に求められる取組

事業者が実施する労働災害防止対策の取組に協力するとともに、自己の健康を守るための努力の重要性を理解し、自らの健康づくりに積極的に取り組むよう努める。

##### 【具体的な取組】

- ・健康診断等による健康や体力の状況の客観的な把握と維持管理
- ・日常的な運動、食習慣の改善等による体力の維持と生活習慣の改善

厚生労働省HP「高年齢労働者の安全衛生対策について」エイジフレンドリーガイドライン、エイジフレンドリー補助金、高年齢労働者の安全衛生に関する資料やリーフレット等の情報を提供しています。





## 【ソフト（人的）対策】

# 労働者毎の転倒・腰痛等のリスクチェックの実施

身体機能が低下すると、自分では大丈夫と以为ていても気がつかないうちに転倒しやすい状態になっている場合があります。

筋力、敏捷性、静的バランスなど、現在の身体の状態を確認してみましょう。

＼職場の安全を応援する情報発信サイト／

## 職場のあんぜんサイト 身体的能力のセルフチェック

[https://anzeninfo.mhlw.go.jp/information/tentou1501\\_14.html](https://anzeninfo.mhlw.go.jp/information/tentou1501_14.html)



厚生労働省では「職場のあんぜんサイト」を開設し、労働安全衛生の有効な情報等を発信しています。その中の「STOP！転倒災害プロジェクト」において、筋力、敏捷性、静的バランスなど、現在の身体の状態を簡単なチェックで確認できる方法が掲載されています。

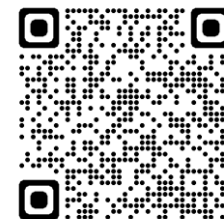
- 2ステップテスト [歩行能力・下肢筋力]
- 座位ステッピングテスト [下肢の敏捷性]
- ファンクショナルリーチ [動的バランス能力]
- 閉眼片足立ち [静的バランス能力]
- 開眼片足立ち [静的バランス能力]

# 【ソフト（人的）対策】

## 労働者毎の転倒・腰痛等のリスクチェックの実施



### 転びの予防 体力チェック



<https://www.jisha.or.jp/order/korobi/>

自分が意識する身体機能と実際の差との間に齟齬が生まれて転倒を引き起こすことがあります。労働者の特性を適切に把握し、その人にあった作業内容等にすることも重要です。

質問票

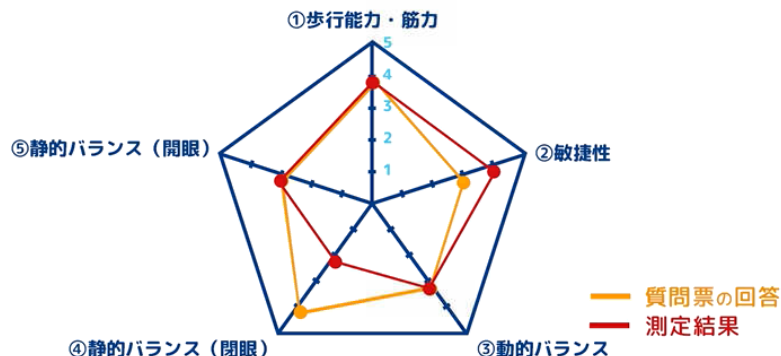
身体機能の意識

測定

身体機能の実際

評価

#### レーダーチャート



①歩行能力・筋力

②敏捷性

③動的バランス

④静的バランス（閉眼）

⑤静的バランス（開眼）

# 【ソフト（人的）対策】 職場エクササイズやストレッチ等の実施

加齢により筋肉の低下はもとより反射神経の衰えや骨強度の低下も伴って、転倒するリスクや骨折して事故が重篤化するリスクが増大します。

転びにくい、転んでも骨折しにくい身体作りのために「転倒予防体操」やラジオ体操を積極的に行うことなどによって、健康的な身体作りを心がけましょう。



ひと、暮らし、みらいのために

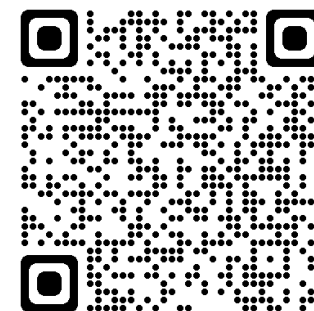
厚生労働省

Ministry of Health, Labour and Welfare

## SAFEコンソーシアムポータルサイト

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」

<https://safeconsortium.mhlw.go.jp/movie/>



### 職場における転倒・腰痛予防対策動画



小売業向けエクササイズ動画



社会福祉施設向けエクササイズ動画



飲食店向けエクササイズ動画

# 【ソフト（人的）対策】

## 「職場における腰痛予防対策指針」に基づく対策の推進

### 一般的な腰痛予防対策

#### 労働衛生管理体制

##### 作業管理

- 補助機器等による作業の自動化・省力化
- 作業姿勢・動作、服装、作業の実施体制等の改善
- 作業標準の策定
- 休憩時間・作業量の管理、作業の組合せ

##### 作業環境管理

- 温度、照明、作業床面、作業空間等の改善

##### 健康管理

- 腰痛の健康診断の実施（配置時、定期）
- 腰痛予防体操の実施
- 腰痛による休業者が職場復帰する際の措置

##### 労働衛生教育

- 腰痛予防のための労働衛生教育の実施（配置時等）

#### 〈リスクアセスメント等〉

- 腰痛発生要因のリスクアセスメントの実施、その結果に基づく適切な腰痛予防対策の実施
- P D C Aサイクルにより、継続的・体系的な腰痛予防対策の推進

### 作業態様別の対策

#### 〈重量物取扱い作業〉

- 動力装置、補助機器等による作業の自動化・省力化
- 重量の制限（満18歳以上の男性は体重の40%以下、女性は男性が取り扱う重量の60%程度）
- 荷姿の改善、重量の明示
- 作業姿勢・動作の改善

#### 〈立ち作業〉

- 労働者の体型を考慮した作業機器や作業台の配置
- クッション性のある靴やマットの利用

#### 〈座り作業〉

- 労働者の体格に合った椅子の使用
- 労働者が不自然な姿勢とならない範囲に作業対象物の配置
- 直接床に座る作業の回避

#### 〈福祉・医療分野における介護・看護作業〉

- 福祉用具の利用（介護ロボット等機器・道具）
- 作業姿勢・動作の改善（原則、人力による人の抱上げは行わないこと等）
- 具体的な作業を想定したリスクアセスメントの実施等

#### 〈車両運転等の作業〉

- 座席の改善、運転時間の管理
- 長時間運転した後に重量物を取り扱う場合、小休止・休息やストレッチを行った後に作業を行わせること
- 具体的な作業を想定したリスクアセスメントの実施等



# 労働災害防止・職場環境改善の取り組みの好事例

厚生労働省  
Ministry of Health, Labour and Welfare

従業員の幸せのための安全アクション  
SAFE コンソーシアムポータルサイト

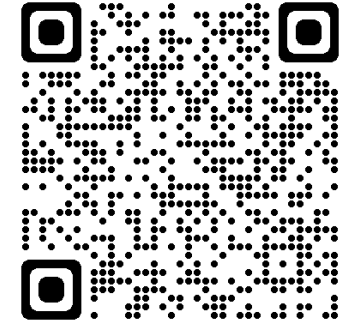
SAFEとは? コンソーシアム シンポジウム **アワード** 広告素材 動画

SAFE  
Safer Action For Employees

SAFEとは?  
事業の説明

動画をみたい  
動画一覧はこちら

コンソーシアムについて  
知りたい・加盟したい方へ



取組事例集

令和4年度  
SAFEアワード  
取組事例集

▶ 令和4年度 取組事例集はこちら

受賞企業

ウェルビーイング (安全衛生) 部門 ▶ 転倒災害防止部門 ▶ 腰痛予防部門 ▶ 企業等連携部門 ▶ 特別賞

SAFE  
コンソーシアム

3 JFEスチール株式会社  
西日本製鉄所 (倉敷地区)  
安全健康福祉サポートセンター

製造業 従業員規模 300~ 岡山 ブロンズ賞

安全な作業に必要な体力の観点から転倒予防! 「安全体力®」の把握と維持・改善

弊社統合の2003年前後、転倒災害被災者の約半分以上が中高年齢労働者であった。そこで安全に作業を行うために必要な体力を安全体力と定義し、**全従業員の安全体力を把握・改善するため独自の5段階評価を示した安全体力機能テスト (2004年~7項目) と転倒予防体操 (2009年~15時/毎日) を開発し実施している。**転倒リスクは3項目で評価し、毎年の健康診断時に全従業員が実施している。評価1.2の低体力者および筋骨格系疾患による中止者について、改善のための運動指導を行い再測定や産業医面談でフォローしている。転倒経験者は非経験者に比べ低体力者の割合が多く、本テストの有用性も示された。また、転倒予防体操を開発し、この体操が転倒リスクテスト3項目を改善させることを確認し、全職場に展開している。行動災害のひとつである転倒災害を予防するため、これらの活動を約20年間取り組んだ結果、倉敷地区における50歳以上の転倒災害は減少傾向にある。

◆「安全体力®」機能テスト ◆5段階評価の概念とフォロー体制 ◆転倒予防体操 「アクティブ体操®」part II ◆体力低下が原因と推定される50歳以上の転倒災害の推移 倉敷地区

50歳以上の転倒災害は減少傾向  
+労働災害発生率が改善された2006年からの推移

**ポイント**

転倒災害の防止のためには職場の環境改善だけでなく、労働者の方の身体機能の維持向上の取組も不可欠です。そのための実効的な仕組を構築し、既に約20年間も運用されている点が評価されました。

# 労働災害防止・職場環境改善の取り組み好事例

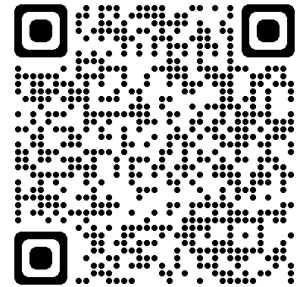


## 岡山県+SAFE 協議会

(小売業、介護・障害福祉)

岡山労働局では、増加する小売業、介護施設の労働災害防止への取り組みとして令和4年度から岡山県+SAFE協議会を設置して、県内リーディングカンパニー、岡山県所管部署、業界関係者の協力のもと好事例の発信、労働災害防止の啓発資料作成方針などを協議しています。

[jsite.mhlw.go.jp/okayama-roudoukyoku/newpage\\_01079.html](https://jsite.mhlw.go.jp/okayama-roudoukyoku/newpage_01079.html)

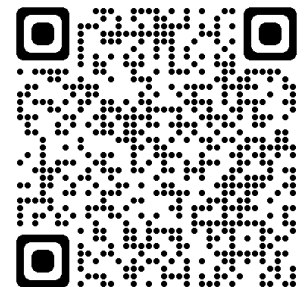


## 高齢者活躍企業事例サイト


独立行政法人 高齢・障害・求職者雇用支援機構 (JEED)

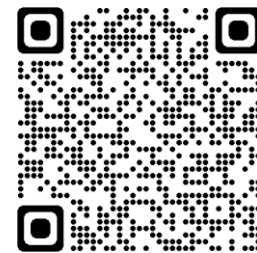
高齢者が働きやすい職場環境づくりや、新たな職場・職務の創出など、年齢にかかわらず生涯現役でいきいきと働くことができる環境にするための改善策や創意工夫を行った企業の事例を掲載しています。

<https://www.elder.jeed.go.jp/index.html>



- ソフト対策の前に、まずはハード対策が  
可能か検討してください。
- ソフト対策を実施する場合は、注意喚起に  
とどまらず、個人的要因に配慮するため、  
個人の心身の状況の把握・維持・向上を  
図ることが必要です。  
このためには、事業者だけでなく、労働者  
も一体となつての意識改革が必要です。

本日の説明会に関する資料は、  
後日、岡山労働局ホームページ  
「労働基準監督署のコーナー」に掲載予定です。



ご清聴ありがとうございました。