

# 沖縄県内労働災害 被災者アンケートに寄せられた声

回答期間

令和3年（2021年）4月1日～令和5年（2023年）11月30日

## 資料の目的

この資料は沖縄労働局にて令和3年度より実施しております、労働災害被災者アンケートに寄せられた声をご紹介しますものとなります。

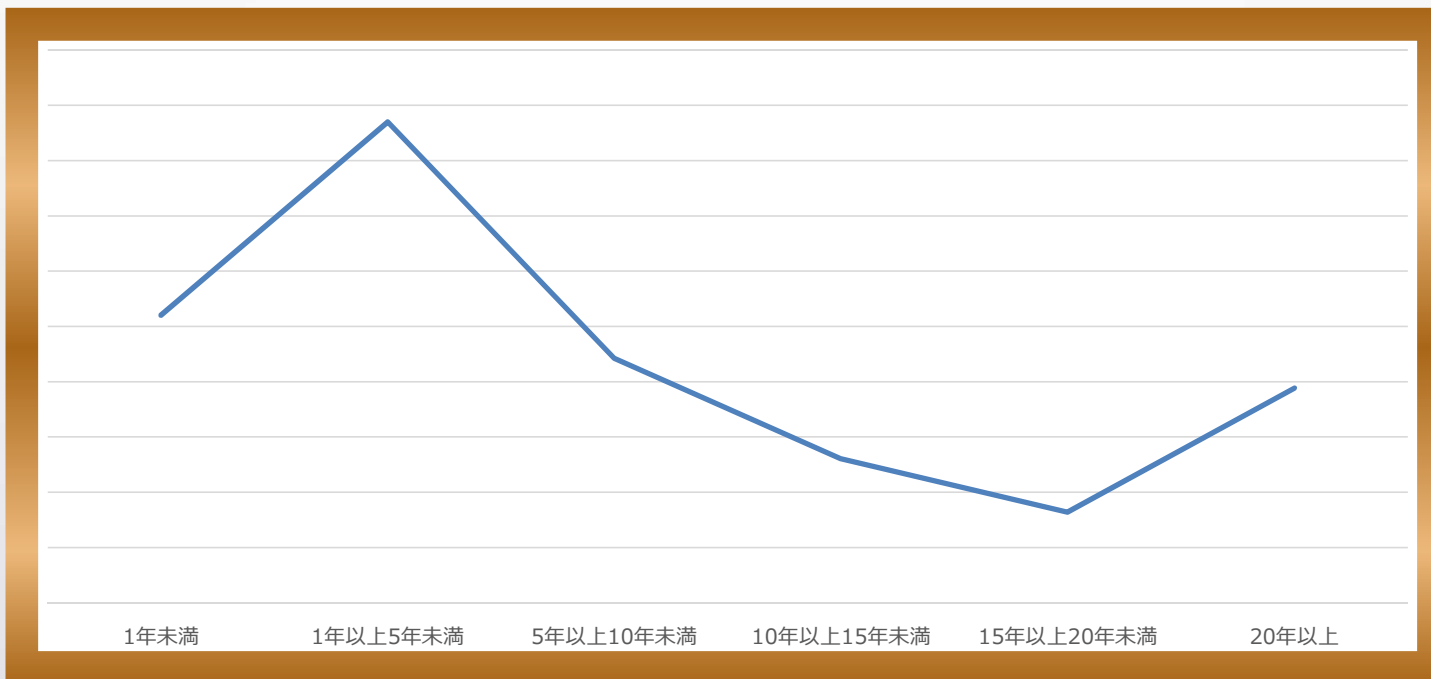
被災者アンケートは、実際に労働災害に被災された方々の経験を広く周知させていただくことにより、労働災害防止の必要性を労働者・事業者の双方にご認識いただくために実施しております。

今資料にて、実際に労働災害に被災された方々から寄せられた被災されて困ったことや、労働災害を防止するためのアドバイスをご紹介しますので、社内での教育資料への利用など、労働災害防止に向けてご活用いただきますようよろしくお願いいたします。

よろしくお願いいたします



被災者の経験年数別労働災害発生件数グラフ（令和4年）



令和4年の労働災害の発生件数を被災者の経験年数別にみたグラフです。  
1年未満、1年以上5年未満の件数が多く、そこから少なくなっていますが、20年以上になるとまた件数が増加しております。  
こちらをご参考に、次ページ以降の被災者の声をお読みください。



被災して困ったこと  
・多く寄せられた声

- ・収入が無くて困った。
- ・怪我の痛み等が辛かった。
- ・日常生活動作が出来なくなって困った。
- ・家事、育児、介護等が出来ず困った。
- ・車が運転出来ず、買い物や送り迎え等が出来なくなって困った。
- ・出来ていた事が出来なくなったため、ストレスを感じた。
- ・復帰後、職場に戻る事が出来るかどうか不安に思った。
- ・家族や同僚、上司に負担をかけてしまい、申し訳ないと思った。



## 労働災害を防止するためのアドバイス

### ・多く寄せられた声

- ・無理をしない。
- ・集中して作業を行う。
- ・落ち着いて作業をする。
- ・どんな作業でも安全確認を怠らず、自分は大丈夫だと思わずに作業を行う。
- ・決められた作業手順を必ず守る。
- ・保護具を正しく着用する。
- ・危険予知活動を行い、日頃から災害の予防に努める。
- ・精神、身体を休めるため、きちんと休みを取る。
- ・協力して仕事にとりかかることが出来るよう、気配りする。
- ・重量物を持つなど一人では危険な場合は、必ず二人以上で作業を行う。



## 被災者の声（事例 1）

### 【被災して困ったこと】

- ・職場の同僚にシフトの穴埋めをさせてしまい、迷惑をかけて申し訳ないと思った。
- ・腰痛のため、体が痛く、私生活での動きが思うように出来ず辛い。

### 【働く方へのアドバイス】

- ・体に負担がある場合は一人で無理せず、同僚の助けを願います。
- ・体に負担がかからないようにする器具を積極的に取り入れ、予防に努める。
- ・日ごろから自分の体に関心を持ち、運動等にて自己管理を行う。

### 【伝えたいこと】

- ・腰痛は日常生活にかなり影響があるため、方々に迷惑をかけることになるので、自己管理を大切にする必要がある。



---

## 被災者の声（事例2）

### 【被災して困ったこと】

・動けなくなり、生活や会社からの信頼を失うかもしれないという不安を感じた。

### 【働く方へのアドバイス】

・足場を踏み外して大ケガを負うこととなったため、自分では安全確認の徹底を、会社には手すり・足場板の固定等行ってほしい。

### 【伝えたいこと】

・現場でのケガが出た時はすぐに正しい手続きを行ってほしい。



---

## 被災者の声（事例3）

### 【被災して困ったこと】

- ・右手指を骨折したため、家事が出来ず、食事等日常動作も仕事も出来ず困った。

### 【働く方へのアドバイス】

- ・仕事をするときは急がず焦ることなく、注意する。
- ・年を取ると下肢筋力が低下するので、歩行訓練やストレッチをしたほうが良い。  
自分も転倒防止のために歩行訓練、ストレッチを始めた。





---

## 被災者の声（事例4）

### 【被災して困ったこと】

- ・被災に伴い通常の動きができなくなった。
- ・怪我がよくなるまで、職場に迷惑をかけていないかが心配だった。

### 【働く方へのアドバイス】

- ・仕事をするときその仕事に集中する。
- ・時間に余裕をもって行動する。
- ・運動量の多い仕事をする際は、準備運動を心がける。



## 被災者の声（事例5）

### 【被災して困ったこと】

- ・家事や日常生活が不便になって困った。
- ・怪我のせいで以前のように手が動かさなくなるのが怖い。

### 【働く方へのアドバイス】

- ・作業中は安全を重視して作業を行う。
- ・動いている機械には手を出さず、保護具を着用する場合は保護具を着ける。

### 【伝えたいこと】

- ・外国人技能実習生として日本で働いているが、労災が起きると治療等に時間がかかるので、労災にならないようルールや対策を理解する必要があると感じた。



## 被災者の声（事例6）

### 【被災して困ったこと】

・利用者の登園時間と申し送りの時間がほぼ同時のため、利用者を送り出すために急いで行動し転倒してしまったため、会社の同僚にシフトの変更等で負担をかけてしまった。

### 【働く方へのアドバイス】

・グループホームの仕事の流れを考慮したうえで、時間調整をしてもらうと良い。



## 被災者の声（事例7）

### 【被災して困ったこと】

- ・作業を終えようと焦ってしまった結果、作業用具に足を引っかけて転倒してしまった。
- ・日常生活のちょっとした動作が出来ず、大変難儀した。
- ・手術の必要もあると聞いており、生活費を含め、経済的な不安がある。

### 【働く方へのアドバイス】

- ・心理的に焦ってしまうと労災につながるため、焦らずに作業をする。  
普段なら危ない場所だという認識をもって動いていたと思う。

### 【伝えたいこと】

- ・職場内の危険箇所気づいたらすぐ報告。  
報告を受けたらすぐに対応してもらいたい。



## 被災者の声（事例 8）

### 【被災して困ったこと】

・職場の同僚に仕事をやってもらっていたため、迷惑をかけて申し訳ないと思った。

### 【働く方へのアドバイス】

・“ほんの一時”、“ちょっとだけだから…”と代わりになりそうな用途外のものを使って労災となってしまったため、高いところのものを取るなら脚立を使う等、用途にあったものを使うこと！



## 被災者の声（事例9）

### 【被災して困ったこと】

- ・左肩を脱臼し肩が上がらないため、右手しか使えず困った。

### 【働く方へのアドバイス】

- ・KY（危険予知）の大事さを改めて認識した。
- ・危険の感受性を養わないといけないと感じた。
- ・病気やケガにならないため、経験を共有した方が良い。
- ・危険箇所は表示や、何らかの対応をしっかり行う。

### 【伝えたいこと】

- ・ブリーフィング時に実施しているKYを積極的に実施してほしい。
- ・自分の災害の経験をミーティング等で紹介してほしい。



## 被災者の声（事例10）

### 【被災して困ったこと】

・足の骨折のため、長期のリハビリにより、その間の給料がなく、経済面で困っている。

### 【働く方へのアドバイス】

・仕事中は集中し、周囲の確認を怠らない。

### 【伝えたいこと】

・会社、事業所側は社員に対して思いやりをもって対応してほしい。

・労災申請の対応が遅いと感じている。



## 被災者の声（事例11）

### 【被災して困ったこと】

- ・被災したところが痛くて、ギブスをしているため、生活に不自由を感じている。
- ・働くことができず、生活に不安を感じている。

### 【働く方へのアドバイス】

- ・自分の場合、安全靴を履いていたことで大事には至らなかったため、保護具の適切な使用が必要。
- ・毎朝の朝礼における安全確認はとても大切である。

### 【伝えたいこと】

- ・毎日の安全確認の積み重ねが安全な仕事につながると思う。





## 被災者の声（事例12）

### 【被災して困ったこと】

- ・車の運転が出来ず、家族に送迎してもらおうなど、迷惑をかけてしまった。
- ・会社にも休んでしまい、迷惑をかけてしまった。

### 【働く方へのアドバイス】

- ・日ごろから体力づくりを行い、筋力をつけ、骨を丈夫にするため、栄養を考えて食事をとることが大切だと思った。



## 被災者の声（事例13）

### 【被災して困ったこと】

- ・指はつなぐことができたが、リハビリに時間がかかってしまった。

### 【働く方へのアドバイス】

- ・作業中は気を抜かず、危険性を把握した上で作業する。

### 【伝えたいこと】

- ・毎日の仕事での慣れが一番危ないと感じた。



## 被災者の声（事例14）

### 【被災して困ったこと】

- ・合図の確認がきちんと出来ていなかった。

### 【働く方へのアドバイス】

- ・仕事中はオペレーターと合図、周囲の確認を徹底する。
- ・通勤中は交通ルールを守り、安全運転を行う。



## 被災者の声（事例15）

### 【被災して困ったこと】

- ・小さい子供と外で遊ばず、お出かけも出来なかった。
- ・X'masプレゼントを買ってあげることが出来なかった。
- ・動けなくなり、精神的に落ち込んだ。

### 【働く方へのアドバイス】

- ・ちゃんと周りを見て、落ち着いて仕事をする。

### 【伝えたいこと】

- ・労災がおきるまでが本当に辛く、一人親からすると1か月の生活がしんどい。



## 被災者の声（事例16）

### 【被災して困ったこと】

- ・勤務中に腰を痛めてしまい、1週間休むことになった。
- ・職員が少ない中、休んでしまい迷惑をかけてしまった。

### 【働く方へのアドバイス】

- ・介護には腰痛はつきものと言われるが、普段からストレッチや体力づくり等して気を付けること、不調の際や、何かある時は周りの協力を要請することも必要だと思った。



---

## 被災者の声（事例17）

### 【被災して困ったこと】

・お金のこと、仕事復帰のことが心配である。

### 【働く方へのアドバイス】

- ・設備、工具は新しいものを使うべきである。自分は古い脚立が破損して被災してしまった。
- ・仕事は気負わずに行うべきである。

### 【伝えたいこと】

・工場に人員が少なく、仕事がきつくなっており、皆困っているが何もできず、もどかしく思う。



---

## 被災者の声（事例18）

### 【被災して困ったこと】

- ・腰痛を発症したことで、趣味のスポーツに制限がかかってしまった。
- ・長時間の座位など、痛みを感じる姿勢が増えた。

### 【働く方へのアドバイス】

- ・周囲のペースに合わせようと、介助を急いでしまい、必要な手順を省いてしまったことで腰を痛めてしまった。焦らず丁寧な介助を心掛けたい。



## 被災者の声（事例19）

### 【被災して困ったこと】

- ・身体にしびれや痛みがあり、動くのが辛かった。

### 【働く方へのアドバイス】

- ・大深度潜水をせず、一定より長い安全停止時間を取り、反復潜水が続く時は空気タンクではなく、ナイトロックス（注：空気よりも酸素濃度が高い窒素・酸素の混合ガスのこと）タンクを使用する。





---

## 被災者の声（事例20）

### 【被災して困ったこと】

- ・家事・運転も出来ず、家族や職場に迷惑をかけた。

### 【働く方へのアドバイス】

- ・仕事中歩きながら考え事などしていたため、転倒してしまった。
- ・仕事中は集中する。

### 【伝えたいこと】

- ・病気やケガで3か月も動けないなど、初めての経験であり、他人事だと思っていた。
- ・災害を起こさないよう気を付けてほしいとともに、人が災害にあってしまったら優しくしたいと思う。



## まとめ

転倒や腰痛、切ったり、挟まれたり、また、機械などとの激突など職場において様々な労働災害が発生しております。

労働者、事業者のみならず、皆様に関係する全ての方々も含め、一日の仕事を終えて怪我無くお帰りになることを願っていることと思います。

今資料は過去に労働災害に被災された方々から実際に寄せられた声を労働局にて要約させていただいたものであり、大変貴重な内容となっております。

是非ご一読いただき、同じ体験をされることが無いようご参考にして頂きたいと考えております。

また、改めて皆様方におかれましては、一人一人の作業前の体調確認、安全確認をよろしくお願いいたします。



(参考資料)

## 被災者アンケートに寄せられた声に対する支援一覧

### 産業保健活動総合支援

産業保健総合支援センターは、産業保健活動を支援するため、企業への訪問指導や相談対応、研修などを実施しています。

地域産業保健センター（地産保）では、小規模事業場を対象に、医師による健康相談などを実施しています。

また、事業主団体等を通じて、中小企業等の産業保健活動の支援を行う「団体経由産業保健活動推進助成金」による支援も実施しています。

- 産業保健総合支援センター（さんぽセンター）

<https://www.johas.go.jp/shisetsu/tabid/578/Default.aspx>



- 団体経由産業保健活動推進助成金

<https://www.johas.go.jp/sangyouhoken/tabid/1251/Default.aspx>



### メンタルヘルス対策

職場でのメンタルヘルス対策に関する法令・通達・マニュアル、「ストレスチェック実施プログラム（無料）」を掲載しています。

<https://www.mhlw.go.jp/bunya/roudoukijun/anzenisei12/>



メール・電話・SNS相談窓口を設置し、メンタルヘルス対策の取組事例などを紹介しています。

- 働く人のメンタルヘルスポータルサイト「こころの耳」

<https://kokoro.mhlw.go.jp/>



### 治療と仕事の両立支援

治療と仕事の両立支援のガイドラインや企業の取組事例、シンポジウムなどの総合的な情報を紹介しています。

- 治療と仕事の両立支援ナビ

<https://chiryoutoshigoto.mhlw.go.jp>



### 化学物質管理

化学物質のラベル・SDSの作成、危険有害性に応じたリスクアセスメントを着実に実施するための情報を提供しています。

- 職場のあんぜんサイト

[http://anzeninfo.mhlw.go.jp/user/anzen/kag/kagaku\\_index.html](http://anzeninfo.mhlw.go.jp/user/anzen/kag/kagaku_index.html)



### 労災保険について

沖縄労働局HP「労災保険制度とは？」※ご不明点につきましては沖縄労働局労災補償課又はお近くの監督署まで！  
[https://jsite.mhlw.go.jp/okinawa-roudoukyoku/hourei\\_seido\\_tetsuzuki/rousai\\_hoken/rousaihoken.html](https://jsite.mhlw.go.jp/okinawa-roudoukyoku/hourei_seido_tetsuzuki/rousai_hoken/rousaihoken.html)

### SAFEコンソーシアム

「従業員の幸せのためのSAFEコンソーシアム」

※ に加盟し安全衛生の取り組みを社内外にPRしましょう！



※増加傾向にある転倒・腰痛などの労働災害について、顧客や消費者も含めたステークホルダー全員で解決を図る活動体です。趣旨に賛同した企業、団体がコンソーシアムを構成し、労働災害問題の協議や、加盟者間の取り組みの共有、マッチング、労働安全衛生に取り組む加盟メンバーの認知度向上などをサポートします。

- SAFEコンソーシアムポータルサイトはこちら（サイト内から加盟申請もできます）

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



### 高齢労働者の健康づくり

高齢者が安心して安全に働ける職場環境の実現に向けた取り組みを進めましょう。

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou\\_roudou/roudoukijun/anzen/newpage\\_00007.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou_roudou/roudoukijun/anzen/newpage_00007.html)



### 転倒・腰痛予防対策

「いきいき健康体操」（監修：松平浩）

- 動画

<https://www.mhlw.go.jp/content/000895038.mp4>

- 解説書

<https://www.mhlw.go.jp/content/kaisetu.pdf>

- パンフレット

<https://www.mhlw.go.jp/content/001101746.pdf>

- 腰痛予防アドバイザー（参考：令和5年度分）

<https://jsite.mhlw.go.jp/okinawa-roudoukyoku/content/contents/001568538.pdf>



### その他

- 職場における熱中症予防情報

<https://neccyusho.mhlw.go.jp/>

- 職場における受動喫煙防止対策

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou\\_roudou/roudoukijun/anzen/kitsuen/index.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou_roudou/roudoukijun/anzen/kitsuen/index.html)



- 労働基準監督署等への届出は電子申請が便利です！

<https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000184033.html>



→次ページに続く

## 中小規模事業場 安全衛生サポート事業 個別支援

労働災害防止団体が中小規模事業場に対して、安全衛生に関する知識・経験豊富な専門職員を派遣して、高年齢労働者対策を含めた安全衛生活動支援を無料で行います。

### 現場確認

専門職員が2時間程度で**現場確認**と**ヒアリング**を行い、事業場の安全衛生管理状況の現状を把握します。

費用は  
**無料**です！



### 結果報告

専門職員が現場確認の結果を踏まえた**アドバイス**を行います。

- ◆ **転倒、腰痛、墜落・転落災害の予防**のアドバイスを行います。
- ◆ **現場巡視における目の付け所**のアドバイスを行います。
- ◆ 災害の芽となる「危険源」を見つけ、**リスク低減の具体的な方法**をお伝えします。

労働災害防止団体 問い合わせ先

・中央労働災害防止協会	技術支援部業務調整課	03-3452-6366 (製造業等関係)
・建設業労働災害防止協会	技術管理部指導課	03-3453-0464 (建設業関係)
・陸上貨物運送事業労働災害防止協会	技術管理部	03-3455-3857 (陸上貨物運送事業関係)
・林業・木材製造業労働災害防止協会	教育支援課	03-3452-4981 (林業・木材製造業関係)
・港湾貨物運送事業労働災害防止協会	技術管理部	03-3452-7201 (港湾貨物運送事業関係)

### ★各種連絡先

#### ■ 沖縄労働局労働基準部

〒900-0006 沖縄県那覇市おもろまち2-1-1 那覇第二地方合同庁舎1号館3階  
健康安全課 ☎098-868-4402  
労災補償課 ☎098-868-3559

#### ■ 県内監督署（総合労働相談コーナー）

- ★ 那覇労働基準監督署 ☎098-868-8008
- ★ 沖縄労働基準監督署 ☎098-982-1400
- ★ 名護労働基準監督署 ☎0980-52-2691
- ★ 宮古労働基準監督署 ☎0980-72-2303
- ★ 八重山労働基準監督署 ☎0980-82-2344



UCHINA

うちなー健康経営宣言



厚生労働省

沖縄労働局