

# エイジフレンドリーガイドラインに 取り組んでまっ堺運動

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。

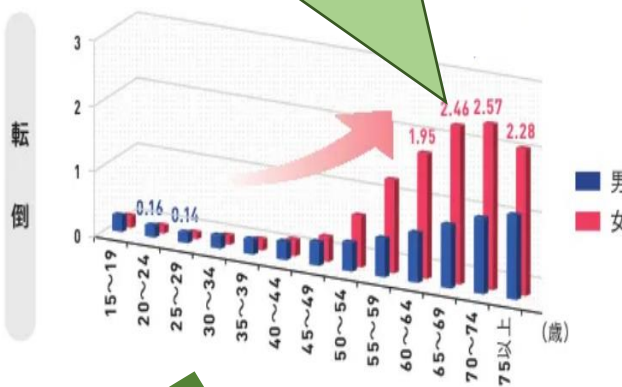
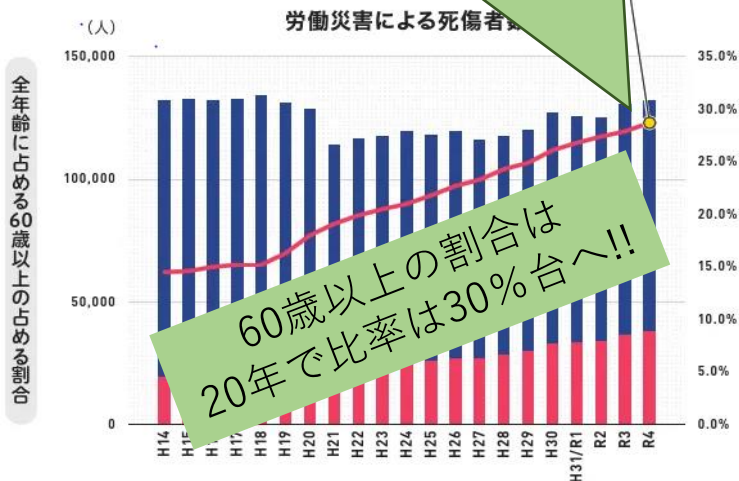


厚生労働省では、令和2年3月に「高年齢労働者の安全と健康確保のためのガイドライン」  
(エイジフレンドリーガイドライン。以下「ガイドライン」)を策定しました。

## 働く人5人に1人、労災死傷者数の30%弱が60歳以上

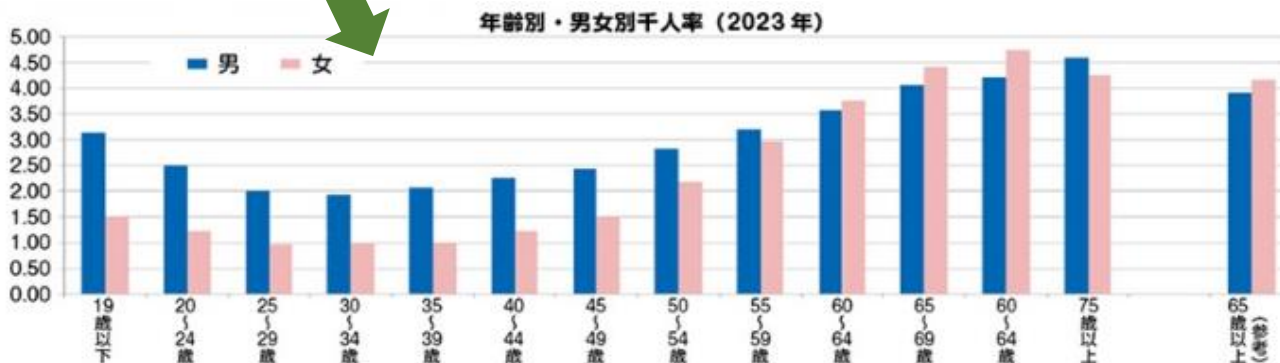
休業4日以上死傷者数のうち60歳以上の高齢者の占める割合は28.7%

女性の場合60歳以上(平均2.24)は  
20台平均(0.16)の約15倍



60歳以上の労災発生率は30代と比べ男性2倍、女性4倍

男性は「墜落・転落」防止、  
女性は「転倒」防止が急務



データ出所：労働者死傷病報告※新型コロナウイルスへの感染症へのり患によるものを除く：労働力調査(年次2023年・基本集計第1-2表役員を除く雇用者)



厚生労働省

大阪労働局・堺労働基準監督署

<http://osaka-roudoukyoku.jsite.mhlw.go.jp>

改訂 2025.4

# ガイドラインの概要（抜粋）

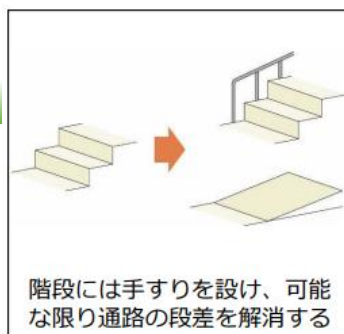
## 事業者求められるもの

### 1. 安全衛生管理体制の確立 等

（経営トップ自ら安全衛生方針を表明し、担当組織、担当者を指定、リスクアセスメントの実施）

### 2. 職場の環境改善

（身体機能低下を補う設備・装置の導入、高年齢労働者の特性を考慮した作業環境、勤務形態等の工夫）



### 3. 高年齢労働者の健康や体力の状況の把握

（健康測定等により、事業者、高年齢労働者双方が健康や体力の状況を客観的に把握）

### 4. 高年齢労働者の健康や体力の状況に応じた対応

（把握した状況に応じて適合する業務をマッチング、身体機能維持向上への取り組み）

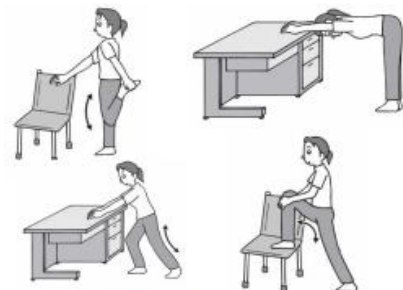


### 5. 安全衛生教育

（写真や映像等の情報を活用した安全衛生教育、経験のない業種や業務に従事する場合の丁寧な教育訓練）

## 労働者に求められるもの

- ・ 自らの身体機能や健康状況を客観的に把握し、健康や体力の維持管理に努めます
- ・ 法定の定期健康診断を必ず受けるとともに、法定の健康診断の対象とならない場合には、地域保健や保険者が行う特定健康診査等を受けるようにします
- ・ 体力チェック等に参加し、自身の体力の水準を確認します
- ・ 日ごろからストレッチや軽いスクワット運動等を取り入れ、基礎的体力の維持に取り組みます
- ・ 適正体重の維持、栄養バランスの良い食事等、食習慣や食行動の改善に取り組みます



ストレッチの例  
「介護業務で働く人のための腰痛予防のポイントとエクササイズ」より

高年齢労働者の労働災害防止対策についての情報は厚生労働省ホームページに掲載しています。

