

飲食店(飲食業)における行動災害(高齢労働者)対策について

第1回	令和8年6月25日(木)	9:30~11:00
第2回	令和8年6月25日(木)	14:30~16:00
第3回	令和8年6月29日(月)	9:30~11:00
第4回	令和8年6月29日(月)	14:30~16:00

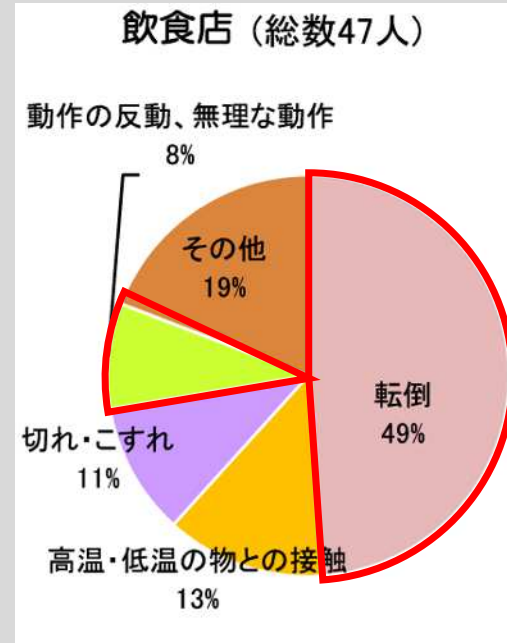
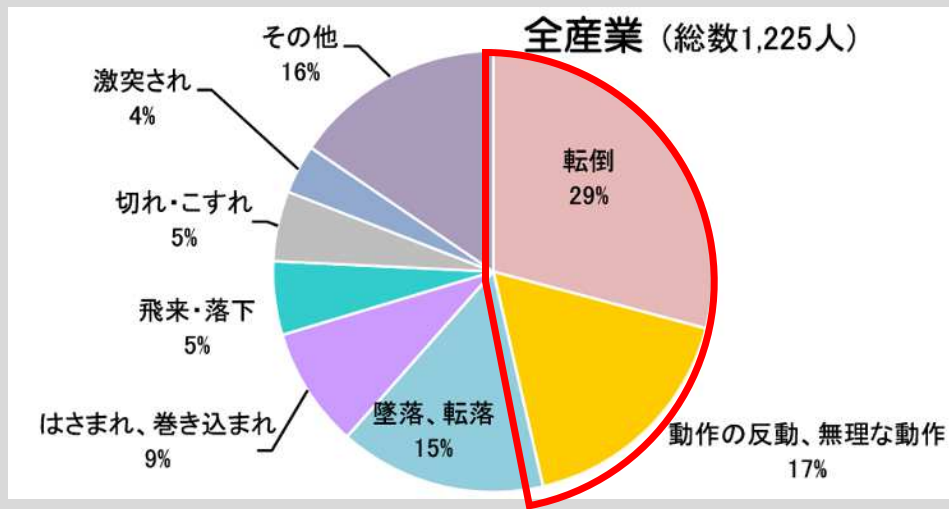
厚生労働省 佐賀労働局

佐賀労働基準監督署
唐津労働基準監督署
武雄労働基準監督署
伊万里労働基準監督署

行動災害とは

転倒や動作の反動・無理な動作(主に腰痛)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

令和7年労働災害発生状況 (佐賀労働局管内 事故の型別 コロナ除く 休業4日以上に限る)



➡ 全労働災害の約半分を占める

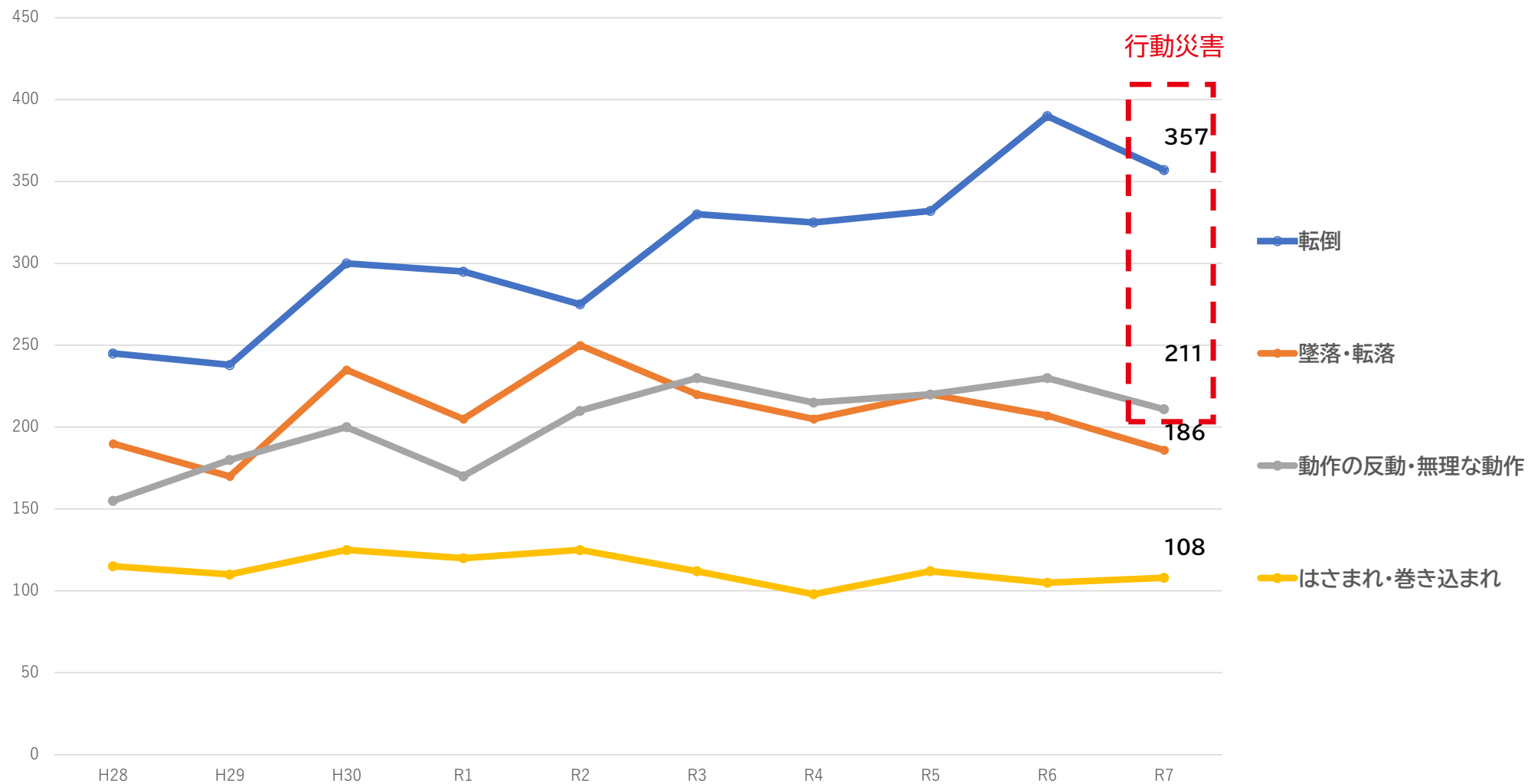
転倒については死亡事例もあります

飲食店の厨房において、濡れた床で転倒して死亡した

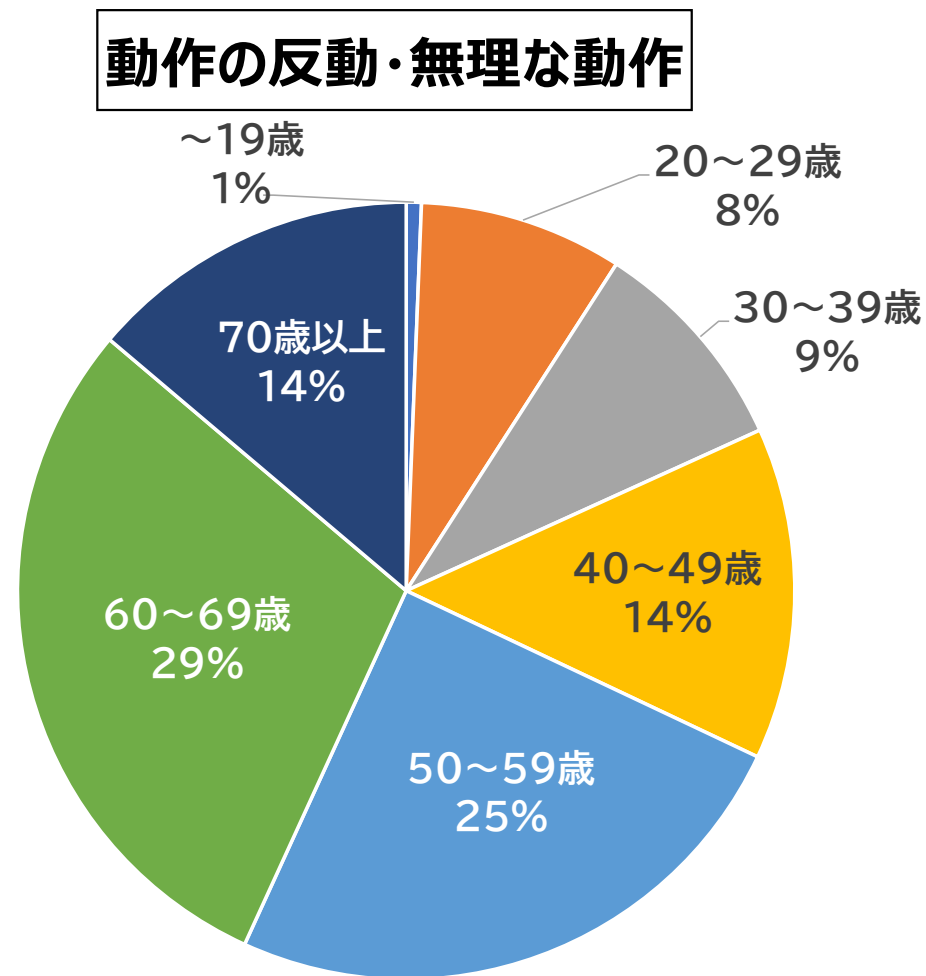
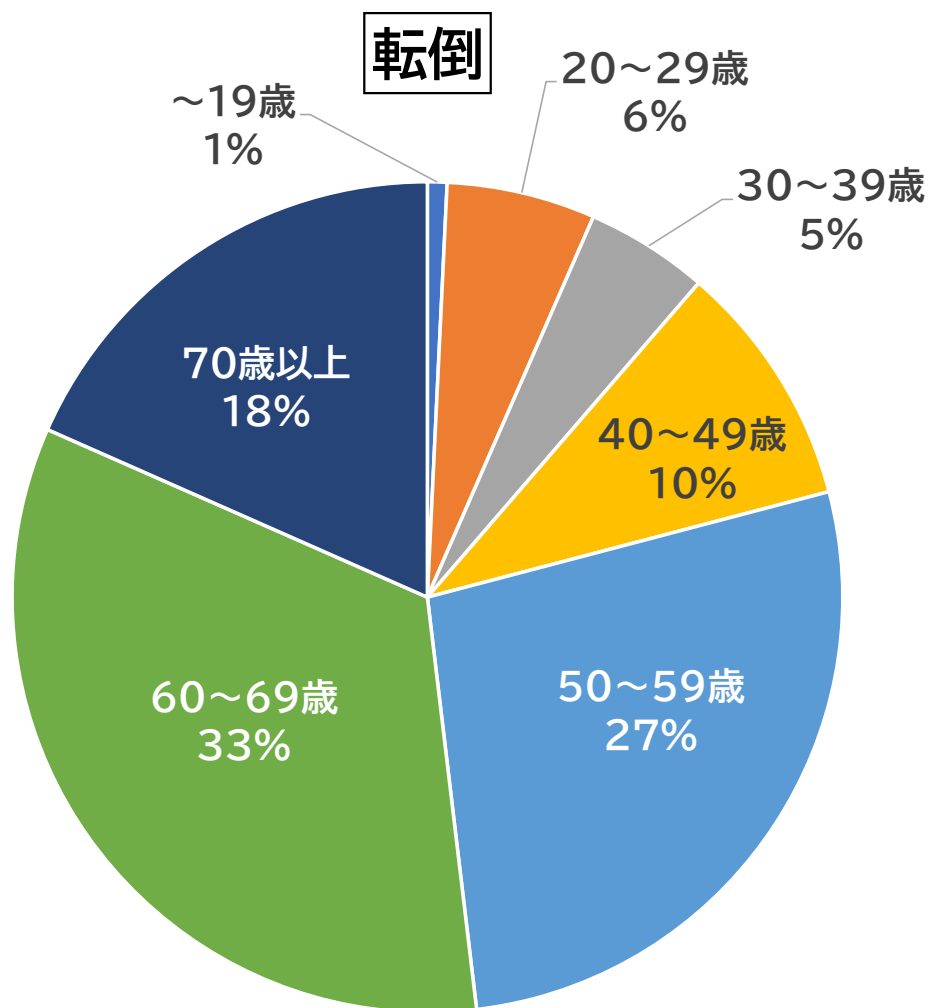
業種	飲食店	
事業場規模	30～99人	
機械設備・有害物質の種類(起因物)	作業床、歩み板	
災害の種類(事故の型)	転倒	
被害者数	死亡者数:11人 不慮者数:20人	休業者数:0人 行方不明者数:0人
発生要因(物)	保護具、服装等の欠陥	
発生要因(人)	職場的起因	
発生要因(管理)	保護具、服装の欠陥	

出典：職場のあんぜんサイト

佐賀県内の労働災害の種類と推移



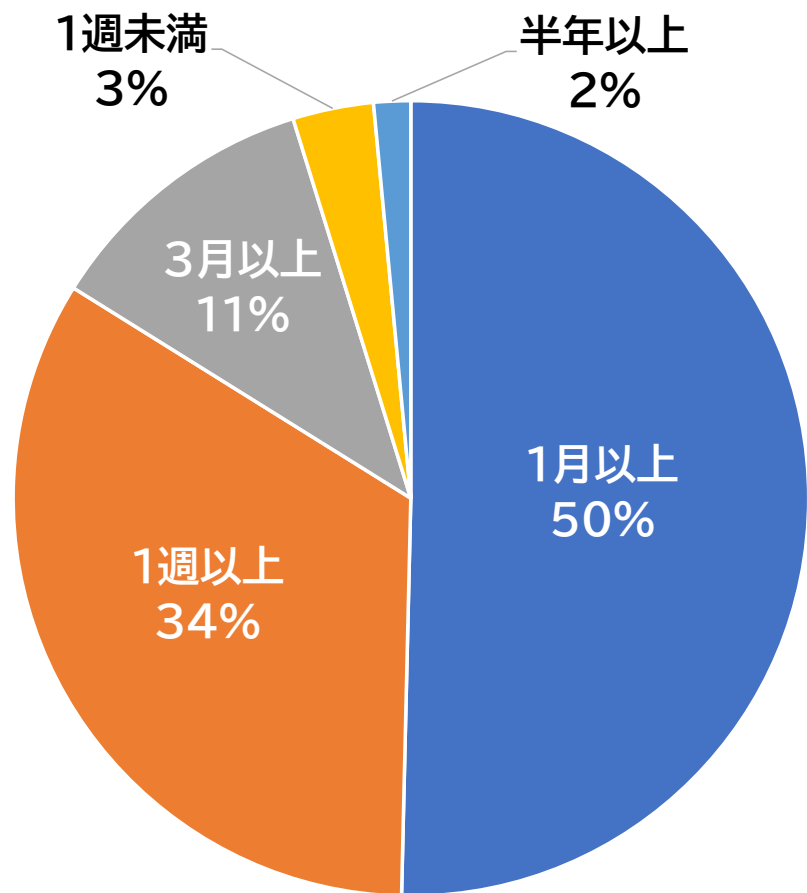
行動災害に係る年齢別の発生件数(令和6年佐賀県内)



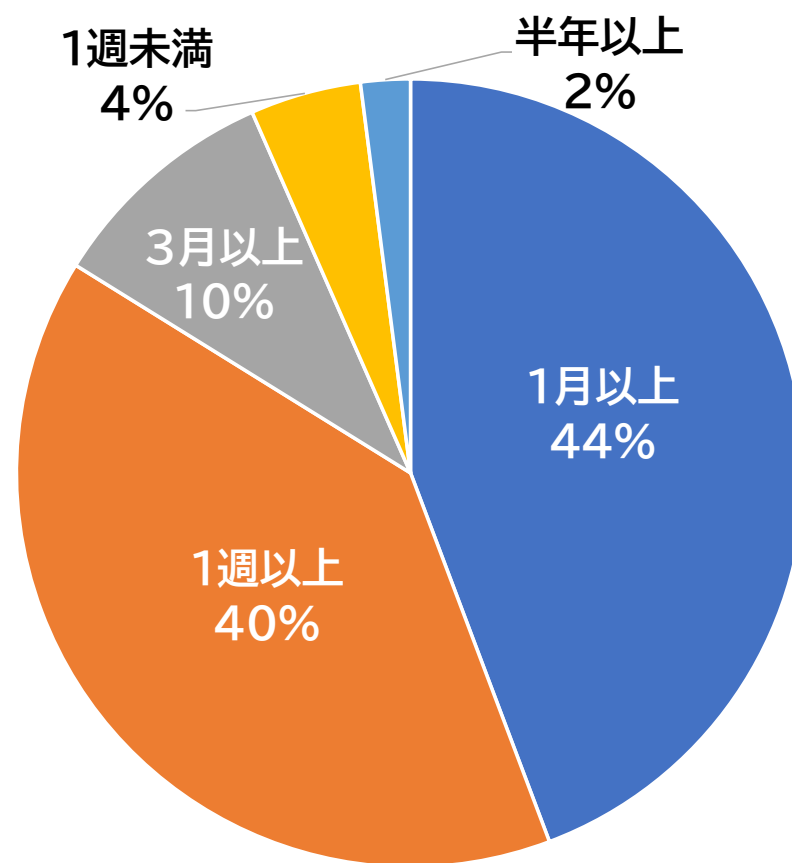
資料:休業4日以上労働者死傷病報告

行動災害に係る休業見込み日数(令和6年佐賀県内)

転倒



動作の反動・無理な動作

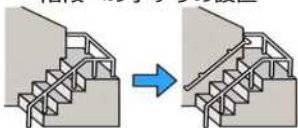


資料:休業4日以上労働者死傷病報告

第14次労働災害防止計画(令和5年度～令和9年度) 佐賀労働局版における行動災害防止対策について

従来からの4S活動に加えて、さらに踏み込んだ活動を！

階段への手すりの設置



【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」
- ・負担軽減のための省力化設備の導入 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
- ・労働者ごとの転倒・腰痛等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



滑りにくいグレーチングの導入

防滑性能の高い床材の施工

第14次労働災害防止計画(令和5年度～令和9年度) 佐賀労働局版における行動災害防止対策について

【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

【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・改修を検討する。

4Sの徹底

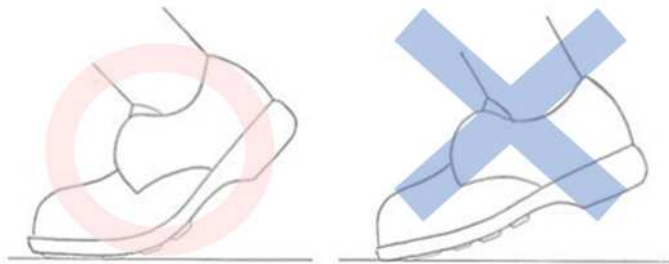
- 整理**
必要なものと不要なものとを区別し、不要なものを処分する
- 整頓**
必要なものを、決められた場所に片づけて使いやすくする。
- 清掃**
汚れや水濡れなどが無い状態にする。
- 清潔**
職場をきれいにした状態を維持する。作業者自身も体、服装、身の回りをきれいな状態にしておく。

【ハード(物的)対策】 作業に適した靴の導入

転倒の主な原因のうち、「滑り」と「踏み外し」は、靴底の滑りにくさを上げることで転倒リスクを下げるすることができます。一方で、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は異なりますので、メーカーや販売店などによく確認しましょう。

①靴の屈曲性

靴の屈曲性が悪いと、足に負担がかかるだけでなく、すり足になりやすく、つまずきの原因となります。



②靴の重量

靴が重くなると、足が上がりにくくなるため、擦り足になりやすく、つまずきの原因となります。

③靴の重量バランス

靴の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やすく、無意識のうちに擦り足になりやすく、つまずきを生じやすくなります。



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つまずきやすくなります。



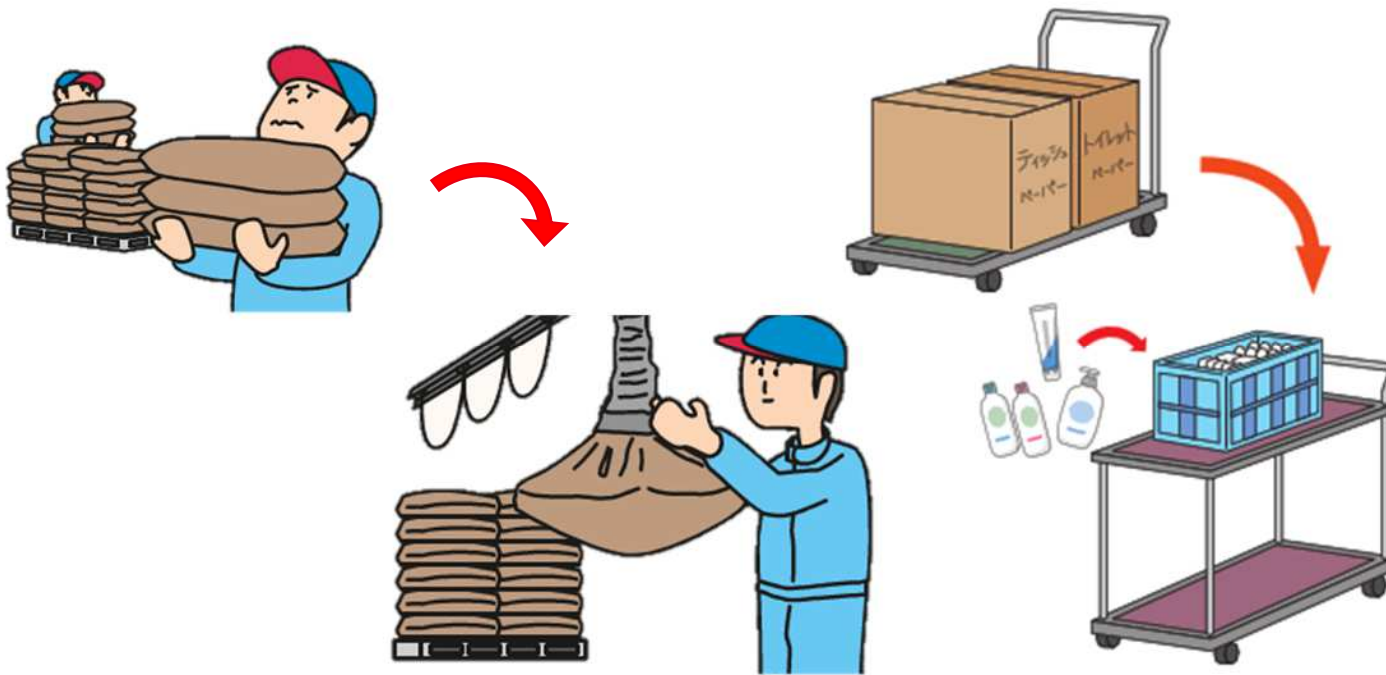
⑤靴底と床の耐滑性のバランス

靴底の耐滑性は、職場の床の滑りやす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

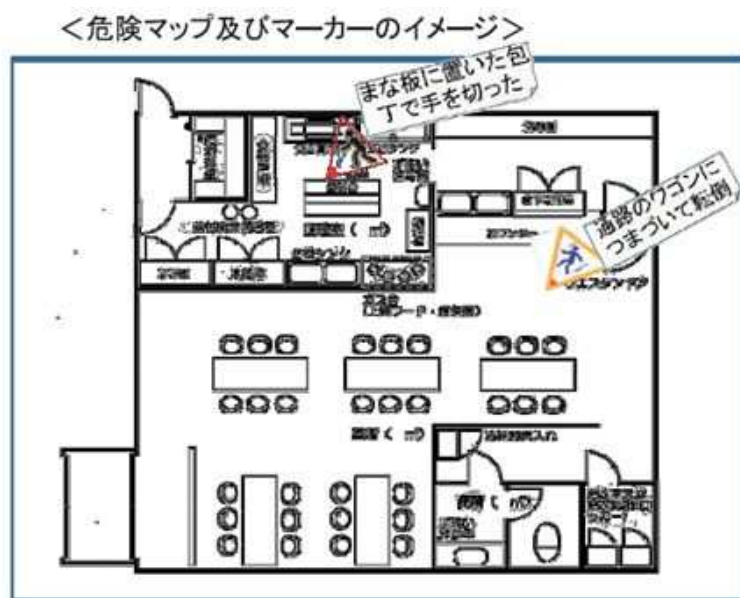
自動化、省力化

腰に負担がかかる重量物を取り扱う作業、不自然な姿勢を伴う作業では、機械による作業の自動化を行いましょう。それが困難な場合は、台車などの道具や補助機器を使うなど作業者の負担を減らす省力化を行いましょう。



【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。



＜マーカの種類＞



- 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。

第14次労働災害防止計画(令和5年度～令和9年度) 佐賀労働局版における行動災害防止対策について

【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
- 労働者ごとの転倒・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

行動災害発生の一因として、管理者や労働者の転倒・腰痛に関する知識や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。

「職場のあんぜんサイト」のHPや厚生労働省のHP等で映像教材及び教育資料が掲載されていますので、社内教育にご活用ください。



厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

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

転倒・腰痛防止用視聴覚教材

<https://anzeninfo.mhlw.go.jp/information/videokyoza.html>



保健衛生業における腰痛の
予防一参考(教材・資料)

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

令和8年4月1日～ 高年齢者の特性に配慮した労災防止対策が**努力義務化**

【労働安全衛生法第62条の2】

→措置に関する具体的指針:「高年齢者の労働災害防止のための指針」

高年齢者の労働災害防止のための指針のポイント(抜粋)

事業者に求められる取組

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、**実施可能な高年齢者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

労働者と協力して取り組む事項

労働者は**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。(教育によって理解を促す)

国、関係団体等による支援の活用

- (1)高年齢者労働災害防止対策の取組事例の活用
- (2)個別事業場に対するコンサルティング等の活用
- (3)補助金等の活用
- (4)社会的評価を高める仕組みの活用
- (5)職域保健と地域保健の連携及び健康保険の保険者との連携の仕組みの活用

【ソフト(人的)対策】

労働者ごとの転倒・腰痛等のリスクチェックの実施

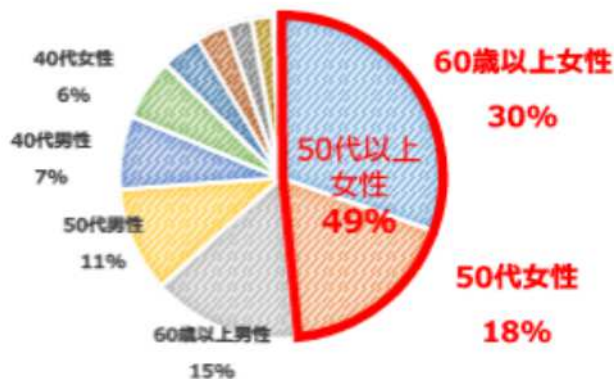
身体機能が低下すると、自分では大丈夫と以为っていても、気が付かないうちに転倒しやすい状態になっている場合があります。運動器の障害のために移動機能の低下をきたした状態を「ロコモティブシンドローム」=ロコモといいます。ロコモかどうかは、「ロコチェック」で判定することができます。すでにロコモである場合も、早めの対応で回復が可能となるため、現在の身体の状態を知るところから始めましょう。

 ロコモ ONLINE ロコチェック

<https://locomo-joa.jp/check/lococheck>



性別・年齢別内訳 (令和5年)



特に女性は加齢とともに**骨折のリスク**が著しく増大します。市町村が実施する「骨粗鬆症検診」の受診や、骨粗鬆症予防を推進しましょう。



健康寿命をのぼそう
SMART LIFE PROJECT

「骨活のすすめ」

<https://www.smartlife.mhlw.go.jp/event/honekatsu/>



【ソフト(人的)対策】

労働者ごとの転倒・腰痛等のリスクチェックの実施

JISHA 中央労働災害防止協会 転びの予防 体力チェック
中災防 Japan Industrial Safety & Health Association

<https://www.jisha.or.jp/order2023/korobi/>



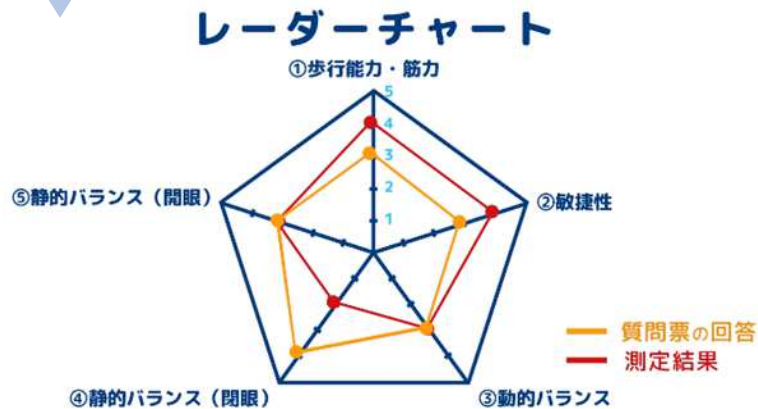
自分が意識する身体機能と実際の差との間に齟齬が生まれて転倒を引き起こすことがあります。労働者の特性を適切に把握し、その人にあった作業内容にすることも重要です。

質問票
評価

身体機能の意識

測定

身体機能の実際



- 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

加齢により筋力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症状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。



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】 Sport in Life プロジェクト

毎日の生活の中にスポーツを



Sport in Life プロジェクト

一人でも多くの方がスポーツに親しむ社会を実現していく仲間を大募集!



Sport in Life コンソーシアムとは?

スポーツ庁では、Sport in Lifeの理念に賛同いただいた民間企業、団体、地方公共団体等で構成する「コンソーシアム」を設置しています。これを情報や資源のプラットフォームにして、加盟団体間の連携や情報共有、スポーツ庁から表彰や認定を行うなど、様々な取組を行っています。

Sport in Life コンソーシアム加盟要件

- 「Sport in Life」の趣旨に賛同し、コンソーシアム加盟の意思を示した団体をご加盟いただけます。
(加盟の可否については下記の中央幹事会による承認が必要となります。)
- 年度末には、スポーツ実施率向上に向けた具体的な取組の活動成果について、ご報告いただきます。詳細については、追って事務局よりご連絡いたします。

※加盟要件の詳細は、「Sport in Life コンソーシアム規約」をご参照ください。



Sport in Life コンソーシアム加盟の仕方

- 1 スポーツ庁では、生活の中に自然とスポーツが取り込まれる(Sport in Life)ような取組を目指す自治体・スポーツ団体・経済団体・企業などを幅広く募ります。
趣旨に賛同し、コンソーシアム規約に同意する団体は、コンソーシアムに加盟できます。
※加盟には所定の手続きが必要です。
- 2 Sport in Life コンソーシアムの加盟団体になると、「Sport in Life」のロゴマークが使用でき、スポーツ実施者増加に向けた取組や加盟団体間の連携・情報共有などに関するサポートを受けることが可能になります。
※Sport in Life コンソーシアムの詳細は[こちら](#)。

【参考資料】

「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、作業の打ち合わせ

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
- PDCA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>

- 労働者の体格にあった椅子の使用
- 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せないこと等)
- 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

まとめ

転んだり腰痛になったりするのは自己責任なので、事業主がやれることなんてありません！



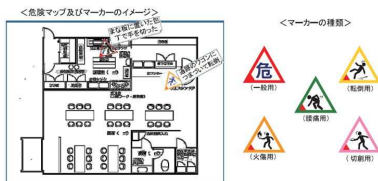
ハード対策、ソフト対策の両面から行動災害防止対策ができているか、検討してください。

ハード面

- 段差・凹凸の解消
- 4Sの徹底
- 防滑靴の導入
- 器具を用いた自動化・省力化

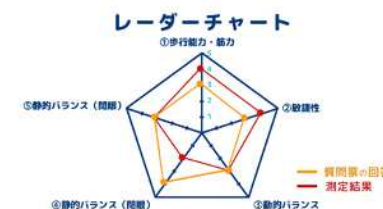


危険マップの作成・周知



ソフト面

- 教育
- 高齢者への対策
- リスクチェック
- 職場エクササイズ



Sport in Life プロジェクト
一人でも多くの方がスポーツを楽しむ社会を実現していく仲間を大募集！
スポーツ庁

