

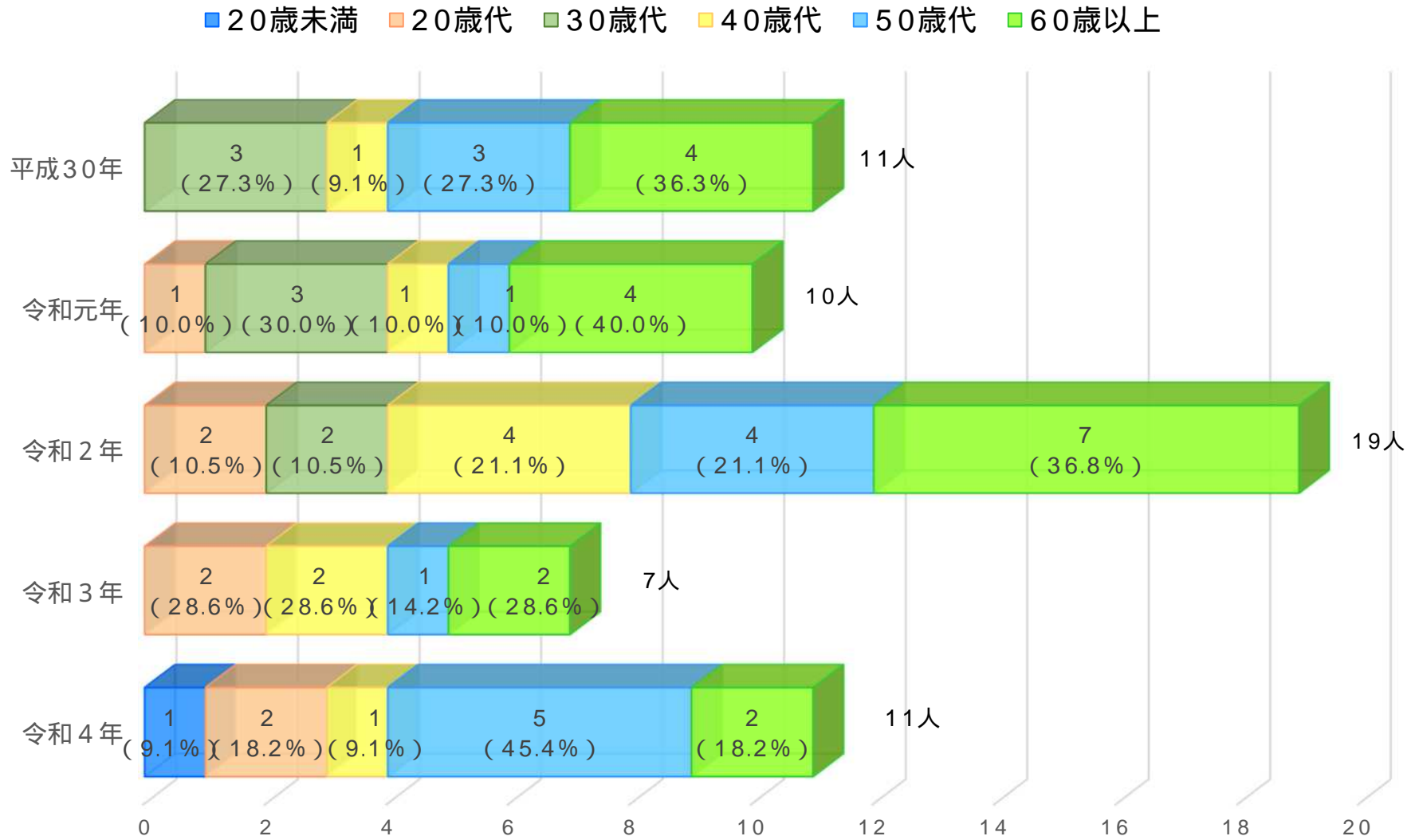
## 【重点事項 3】高年齢労働者の労働災害防止対策の推進

滋賀労働局 労働基準部 健康安全課

Ministry of Health, Labour and Welfare of Japan

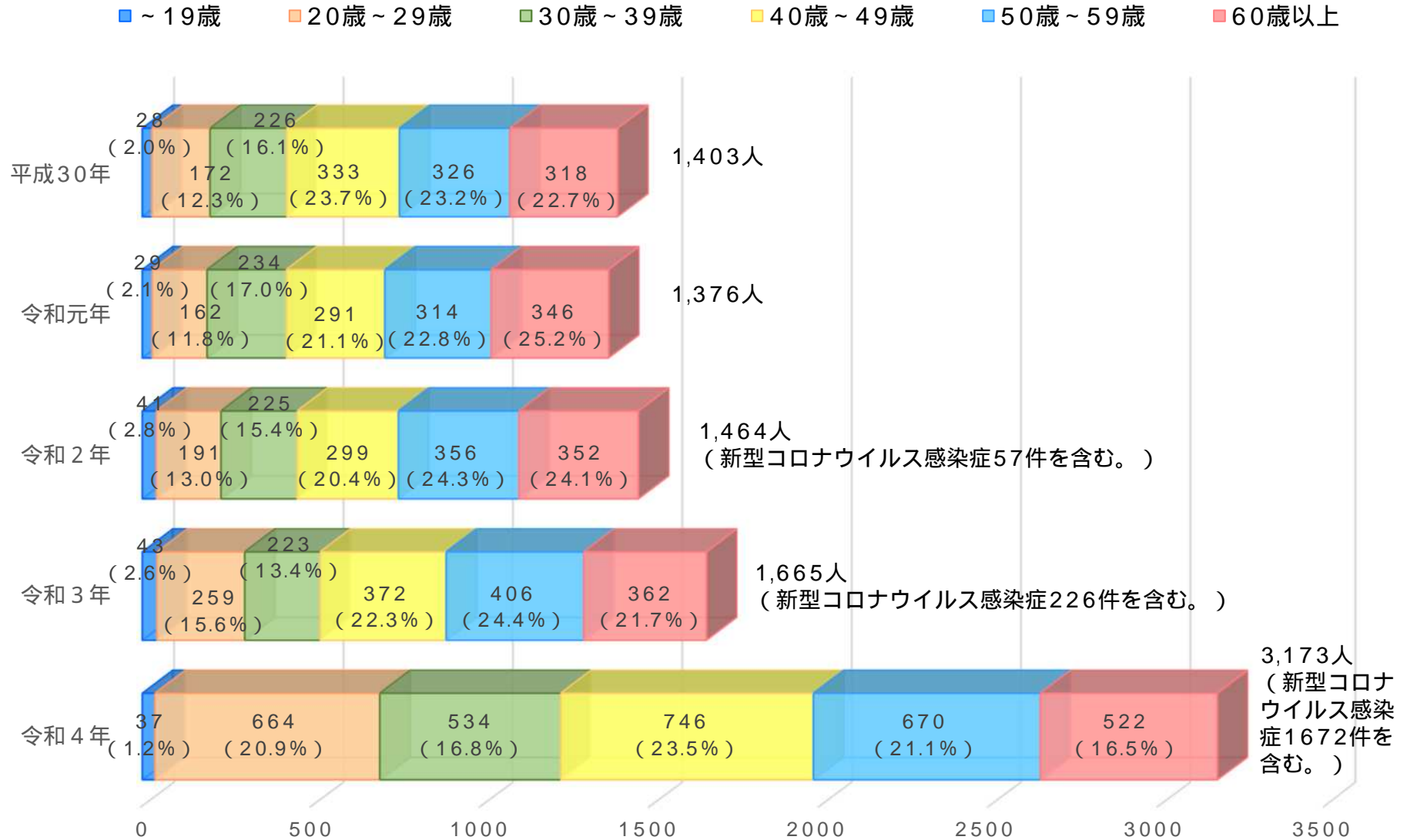
# 【重点事項3】高年齢労働者の労働災害防止対策の推進

## 年齢別死亡災害発生状況



# 【重点事項3】高年齢労働者の労働災害防止対策の推進

## 年齢別死傷災害発生状況（全産業）



## 【重点事項3】高年齢労働者の労働災害防止対策の推進

### アウトプット指標

- 「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）」に基づく高年齢労働者の安全衛生確保の取組（安全衛生管理体制の確立、職場環境の改善等）を実施する事業場の割合を2027年までに50%以上とする。

「エイジフレンドリーガイドライン」に基づく、高年齢労働者の就労状況等を踏まえた安全衛生管理体制の確立、職場環境の改善等の取組の推進  
転倒災害対策が対策を講ずべきリスクであることを認識した上での取組の推進  
健康診断情報の電磁的な保存・管理や保険者へのデータ提供を行い、プライバシー等に配慮しつつ、保険者と連携して、年齢を問わず、労働者の疾病予防、健康づくりなどのコラボヘルス（「事業場における労働者の健康保持増進のための指針＝THP指針」）の推進

### アウトカム指標

- 増加が見込まれる60歳代以上の死傷年千人率を2022年と比較して2027年までに男女ともその増加に歯止めをかける。  
（2022年60歳代以上の死傷年千人率 男2.53 女 3.39）

## 【重点事項3】高年齢労働者の労働災害防止対策の推進

### エイジフレンドリーガイドライン (高年齢労働者の安全と健康確保のためのガイドライン)

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。

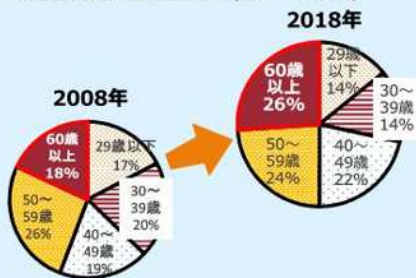
働く高齢者の特性に配慮したエイジフレンドリーな職場を目指しましょう。



働く高齢者が増えています。60歳以上の雇用者数は過去10年間で1.5倍に増加。特に商業や保健衛生業をはじめとする第三次産業で増加しています。

こうした中、労働災害による死傷者数では60歳以上の労働者が占める割合は26% (2018年)で増加傾向にあります。労働災害発生率は、若年層に比べ高年齢層で相対的に高くなり、中でも、転倒災害、墜落・転落災害の発生率が若年層に比べて高く、女性が顕著です。

<年齢別死傷災害発生状況(休業4日以上)>



高齢者は身体機能が低下すること等により、若年層に比べ労働災害の発生率が高く、休業も長期化しやすいことが分かっています。

体力に自信がない人や仕事に慣れていない人を含めすべての働く人の労働災害防止を図るためにも、職場環境改善の取組が重要です。

<年齢別・男女別の労働災害発生率 2018年>



<年齢別の休業見込み期間の長さ>

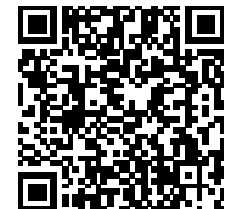


働く高齢者が増えてます。60歳以上の雇用者数は過去10年間で1.5倍に増加、特に商業や保健衛生業をはじめとする第三次産業で増加しています。

こうした中、労働災害による死傷者数では60歳以上の労働者が占める割合は26% (2018年)で増回傾向にあります。労働災害発生率は、若年層に比べ高年齢層相対的に高くなり、中でも、**転倒災害**、**墜落・転落災害**の発生率が若年層に比べて高く、女性が顕著です。

高齢者は身体機能が低下すること等により、若年層に比べ**労働災害の発生率が高く、休業も長期化しやすい**ことが分かっています。

体力に自信がない人や仕事に慣れていない人を含め**すべての働く人の労働災害防止を図るためにも、職場環境改善の取組が重要**です。



エイジフレンドリーガイドラインのダウンロードは、右のQRコード若しくは、下のURLよりできます。

<https://www.mhlw.go.jp/content/11300000/000815416.pdf>

このガイドラインは、雇用される高齢者を対象としたものですが、請負契約により高齢者を就業させることのある事業者においても、請負契約により就業する高齢者に対し、このガイドラインを参考として取組を行ってください。

# 【重点事項3】高年齢労働者の労働災害防止対策の推進

## ガイドラインの概要

このガイドラインは、高齢者を現に使用している事業場やこれから使用する予定の事業場で、事業者と労働者に求められる取組を具体的に示したものです。全文はこちら→

令和2年3月16日付け基安発0316第1号  
「高年齢労働者の安全と健康確保のためのガイドラインの策定について」



## 事業者求められる事項

事業者は、以下の1～5について、高年齢労働者の就労状況や業務の内容等の実情に応じ、国や関係団体等による支援も活用して、**実施可能な労働災害防止対策に積極的に取り組むように努めてください。**

事業場における安全衛生管理の基本的体制と具体的取組の体系を図解すると次のようになります。



## 1 安全衛生管理体制の確立

### ア 経営トップによる方針表明と体制整備

- ・企業の経営トップが高齢者労働災害防止対策に取り組む方針を表明します
- ・対策の担当者や組織を指定して体制を明確化します
- ・対策について労働者の意見を聴く機会や、労使で話し合う機会を設けます



### 🌀考慮事項🌀

- ・高年齢労働者が、職場で気付いた労働安全衛生に関するリスクや働く上で負担に感じていること、自身の不調等を相談できるよう、社内に相談窓口を設置したり、孤立することなくチームに溶け込んで何でも話せる風通しの良い職場風土づくりが効果的です

### イ 危険源の特定等のリスクアセスメントの実施

- ・高年齢労働者の身体機能の低下等による労働災害発生リスクについて、災害事例やヒヤリハット事例から洗い出し、対策の優先順位を検討します
- ・リスクアセスメントの結果を踏まえ、2以降の具体的事項を参考に取組事項を決定します

### 🌀考慮事項🌀

- ・職場改善ツール「エイジアクション100」のチェックリストの活用も有効です→
- ・必要に応じフレイルやロコモティブシンドロームについても考慮します
- ※フレイル：加齢とともに、筋力や認知機能等の心身の活力が低下し、生活機能障害や要介護状態等の危険性が高くなった状態
- ※ロコモティブシンドローム：年齢とともに骨や関節、筋肉等運動器の衰えが原因で「立つ」、「歩く」といった機能(移動機能)が低下している状態
- ・社会福祉施設、飲食店等での家庭生活と同様の作業にもリスクが潜んでいます



## 事業者求められる事項

事業者は、以下の1～5について、高年齢労働者の就労状況や業務の内容等の実情に応じ、国や関係団体等による支援も活用して、**実施可能な労働災害防止対策に積極的に取り組むように努めてください。**

## 1 安全衛生管理体制の確立

### ア 経営トップによる方針表明と体制整備

- ・企業の経営トップが高齢者労働災害防止対策に取り組む方針を表明します。
- ・対策の担当者や組織を指定して体制を明確化します。
- ・対策について労働者の意見を聞く機会や、労使で話し合う機会を設けます。

### 参考事項

高年齢労働者が、職場で気付いた労働安全衛生に関するリスクや働く上で負担に感じていること、自身の不調等を相談できるよう、社内に相談窓口を設置したり、孤立することなくチームに溶け込んで何でも話せる風通しの良い職場風土づくりが効果的です。

### イ 危険源の特定等のリスクアセスメントの実施

- ・高年齢労働者の身体機能の低下等による労働災害発生リスクについて、災害事例やヒヤリハット事例から洗い出し、対策の優先順位を検討します。
- ・リスクアセスメントの結果を踏まえ、2以降の具体的事項を参考に取組事項を決定します。

# 【重点事項3】高年齢労働者の労働災害防止対策の推進

## ガイドラインの概要

### 2 職場環境の改善

- (1) 身体機能の低下を補う設備・装置の導入（主としてハード面の対策）
- ・高年齢者でも安全に働き続けることができるよう、施設、設備、装置等の改善を検討し、必要な対策を講じます
  - ・以下の例を参考に、事業場の実情に応じた優先順位をつけて改善に取り組みます

#### 対策の例

 <p>通路を含め作業場所の照度を確保する</p>	 <p>警報音等は聞き取りやすい中低音域の音、パトライト等は有効視野を考慮</p>	 <p>階段には手すりを設け、可能な限り通路の段差を解消する</p>
 <p>不自然な作業姿勢をなくすよう作業台の高さや作業対象物の配置を改善する</p>	 <p>涼しい休憩場所を整備し、通気性の良い服装を準備する</p>	
 <p>防滑靴を利用させる</p>	 <p>例えば戸口に段差がある時 解消できない危険箇所に標識等で注意喚起</p>	 <p>リフト、スライディングシート等を導入し、抱え上げ作業を抑制</p>
 <p>水分・油分を放置せず、こまめに清掃する</p>	<p>その他の例</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・床や通路の滑りやすい箇所に防滑素材（床材や階段用シート）を採用する</li> <li>・熱中症の初期症状を把握できるウェアラブルデバイス等のIoT機器を利用する</li> <li>・パワーアシストスーツ等を導入する</li> <li>・パソコンを用いた情報機器作業では、照明、文字サイズの調整、必要な眼鏡の使用等により作業姿勢を確保する 等</li> </ul>	

## 2 職場環境の改善

(1) 身体機能の低下を補う設備・装置の導入（主としてハード面の対策）

- ・高年齢者でも安全に働き続けることができるよう、施設、設備、装置等の改善を検討し、必要な対策を講じます。
- ・以下の例を参考に、事業場の実情に応じた優先順位をつけて改善に取り組みます。

#### 対策の例

- ・通路を含め作業場所の照度を確保する。
- ・警報音等は聞き取りやすい中低音域の音、パトライト等は有効視野を考慮
- ・階段には手すりを設け、可能な限り通路の段差を解消する。
- ・不自然な作業姿勢をなくすよう作業台の高さや作業対象物の配置を改善する。
- ・涼しい休憩場所を整備し、通気性の良い服装を準備する。
- ・防滑靴を利用させる。
- ・解消できない危険箇所に標識等で注意喚起。
- ・リフト、スライディングシート等を導入し、抱え上げ作業を抑制。
- ・水分・油分を放置せず、こまめに清掃する。

# 【重点事項3】高年齢労働者の労働災害防止対策の推進

## ガイドラインの概要

### (2) 高年齢労働者の特性を考慮した作業管理（主としてソフト面の対策）

- ・ 敏捷性や持久性、筋力の低下等の高年齢労働者の特性を考慮して、作業内容等の見直しを検討し、実施します
- ・ 以下の例を参考に、事業場の実情に応じた優先順位をつけて改善に取り組みます

#### 対策の例

##### <共通的な事項>

- ・ 事業場の状況に応じて、勤務形態や勤務時間を工夫することで高年齢労働者が就労しやすくします（短時間勤務、隔日勤務、交替制勤務等）

- ・ ゆとりのある作業スピード、無理のない作業姿勢等に配慮した作業マニュアルを策定します

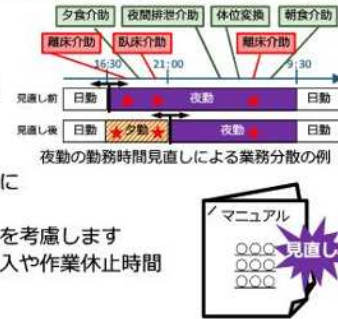
- ・ 注意力や集中力を必要とする作業について作業時間を考慮します
- ・ 身体的な負担の大きな作業では、定期的な休憩の導入や作業休止時間の運用を図ります

##### <暑熱な環境への対応>

- ・ 一般に年齢とともに暑い環境に対処しにくくなるので、意識的な水分補給を推奨します
- ・ 始業時の体調確認を行い、体調不良時に速やかに申し出るよう日常的に指導します

##### <情報機器作業への対応>

- ・ データ入力作業等相当程度拘束性がある作業では、個々の労働者の特性に配慮した無理のない業務量とします



## 3 高年齢労働者の健康や体力の状況の把握

### (1) 健康状況の把握

- ・ 労働安全衛生法で定める雇入時および定期の健康診断を確実に実施します
- ・ その他、以下に掲げる例を参考に、高年齢労働者が自らの健康状況を把握できるような取組を実施するよう努めます

#### 取組の例

- ・ 労働安全衛生法で定める健康診断の対象にならない者が、地域の健康診断等（特定健康診査等）の受診を希望する場合、勤務時間の変更や休暇の取得について柔軟に対応します
- ・ 労働安全衛生法で定める健康診断の対象にならない者に対して、事業場の実情に応じて、健康診断を実施するよう努めます



### (2) 高年齢労働者の特性を考慮した作業管理（主としてソフト面の対策）

- ・ 敏捷性や持久力、筋力の低下等の高年齢労働者の特性を考慮して、作業内容等を見直しを検討し、実施します。

- ・ 以下の例を参考に、事業場の実情に応じた優先順位をつけて改善に取り組みます。

#### 対策の例

##### <共通的な事項>

- ・ 事業場の状況に応じて、勤務形態や勤務時間を工夫することで高年齢労働者が就労しやすくします（短時間勤務、隔日勤務、交代制勤務等）。

- ・ ゆとりのある作業スピード、無理のない作業姿勢等に配慮した作業マニュアルを策定します。

- ・ 注意力や集中力を必要とする作業について作業時間を考慮します。

- ・ 身体的な負担の大きな作業では、定期的な休憩の導入や作業休止時間の運用を図ります。

##### <暑熱な環境への対応>

- ・ 一般に年齢とともに暑い環境に対処しにくくなるので、意志的な水分補給を推奨します。

- ・ 始業時の体調確認を行い、体調不良時に速やかに申し出るよう日常的に指導します。

##### <情報機器作業への対応>

- ・ データ入力作業等相当程度拘束性がある作業では、個々の労働者の特性に配慮した無理のない業務量とします。



# 【重点事項3】高年齢労働者の労働災害防止対策の推進

## ガイドラインの概要

### (2) 体力の状況の把握

- ・高年齢労働者の労働災害を防止する観点から、事業者、高年齢労働者双方が体力の状況を客観的に把握し、事業者はその体力にあった作業に従事させるとともに、高年齢労働者が自らの身体機能の維持向上に取り組めるよう、主に高年齢労働者を対象とした体力チェックを継続的に行うよう努めます
- ・体力チェックの対象となる労働者から理解が得られるよう、わかりやすく丁寧に体力チェックの目的を説明するとともに、事業場における方針を示し、運用の途中で適宜その方針を見直します

### 対策の例

- ・加齢による心身の衰えのチェック項目（フレイルチェック）等を導入します
- ・厚生労働省作成の「転倒等リスク評価セルフチェック票」等を活用します
- ・事業場の働き方や作業ルールにあわせた体力チェックを実施します。この場合、安全作業に必要な体力について定量的に測定する手法と評価基準は、安全衛生委員会等の審議を踏まえてルール化するようにします

### 考慮事項

- ・体力チェックの評価基準を設ける場合は、合理的な水準に設定し、安全に行うために必要な体力の水準に満たない労働者がいる場合は、その労働者の体力でも安全に作業できるような職場環境の改善に取り組むとともに、労働者も必要な体力の維持向上の取組が必要です。

転倒等リスク評価セルフチェック票

体力チェックの一例 詳しい内容は→

1. 身体機能測定結果

① スタップテスト（歩行能力・体力）

測定時間（秒）

下段の検査項目に該当する場合は「評価」

評価

② 座位のスタンプテスト（敏捷性）

測定時間（秒）

下段の検査項目に該当する場合は「評価」

評価

③ フランクリンズキーマーテスト（動的バランス）

測定時間（秒）

下段の検査項目に該当する場合は「評価」

評価

④ 片足立ち（静的バランス）

測定時間（秒）

下段の検査項目に該当する場合は「評価」

評価

⑤ 片足立ち（動的バランス）

測定時間（秒）

下段の検査項目に該当する場合は「評価」

評価

身体機能測定結果の数字を、下の「スコアシート」に関連して記入

2. 転倒等（身体的特性）

検査項目	測定結果（スコア）	評価	対策
1. 心臓病、高血圧、糖尿病、脳卒中、心臓病、高血圧、糖尿病、脳卒中、心臓病、高血圧、糖尿病、脳卒中			
2. 関節炎、腰痛、足関節痛、膝関節痛、股関節痛、肩関節痛、肘関節痛、手関節痛、手指関節痛			
3. 視力低下、聴力低下、平衡感覚低下、歩行速度低下、歩行リズム低下、歩行姿勢低下			
4. 一時的な意識障害、めまい、眩暈、頭痛、耳鳴、目眩、手足のしびれ、手足の麻痺、手足の冷え、手足の乾燥、手足の皸裂、手足の凍傷			
5. 薬物療法、手術療法、放射線療法、化学療法、免疫療法、標的薬療法、細胞療法、遺伝子療法、再生医療			
6. 認知機能低下、記憶力低下、集中力低下、判断力低下、意思決定力低下、コミュニケーション能力低下			
7. 睡眠障害、うつ病、不安障害、強迫性障害、双極性障害、統合失調症、発達障害			
8. 飲酒習慣、喫煙習慣、薬物使用、違法薬物使用、違法薬物使用、違法薬物使用			

スコアシート

評価結果を記入してください  
（身体機能測定結果を記入し、上の検査項目の該当する項目に「評価」を記入してください）

参照チャート

身体機能の状況

身体機能の状況

### (3) 健康や体力の状況に関する情報の取扱い

- 健康情報等を取り扱う際には、「労働者の心身の状態に関する情報の適正な取扱いのために事業者が講ずべき措置に関する指針」を踏まえた対応が必要です。
- また、労働者の体力の状況の把握に当たっては、個々の労働者に対する不利益な取扱いを防ぐため、労働者自身の同意の取得方法や情報の取扱い方法等の事業場内手続について安全衛生委員会等の場を活用して定める必要があります。

## 3 高年齢労働者の健康や体力の状況の把握

### (1) 健康状況の把握

- ・労働安全衛生法で定める雇入時および定期的健康診断を確実に実施します。
- ・その他、以下に掲げる例を参考に、高年齢労働者が自らの健康状況を把握できるような取組を実施するよう努めます。

### (2) 体力の状況の把握

- ・高年齢労働者の労働災害を防止する観点から、事業者、高年齢労働者双方が体力の状況を客観的に把握し、事業者はその体力にあった作業に従事させるとともに、主な高年齢労働者を対象とした体力チェックを継続的に行うよう努めます。
- ・体力チェックの対象となる労働者から理解が得られるよう、わかりやすく丁寧に体力チェックの目的を説明するとともに、事業場における方針を示し、運用の途中で適宜その方針を見直します。

### (3) 健康や体力の状況に関する取扱い

健康状況等を取り扱う際には、「労働者の心身の状態に関する情報の適正な取扱いのために事業者が講ずべき措置に関する指針」を踏まえた対応が必要です。

また、労働者の体力の状況の把握に当たっては、個々の労働者に対する不利益な取扱いを防ぐため、労働者自身の同意の取得方法や情報の取扱い方法等の事業場内手続について安全衛生委員会等の場を活用して定める必要があります。

## 【重点事項3】高年齢労働者の労働災害防止対策の推進

### ガイドラインの概要

#### 4 高年齢労働者の健康や体力の状況に応じた対応

##### (1) 個々の高年齢労働者の健康や体力の状況を踏まえた措置

脳・心臓疾患が起こる確率は加齢にしたがって徐々に増加するとされており、高年齢労働者については基礎疾患の罹患状況を踏まえ、労働時間の短縮や深夜業の回数の減少、作業の転換等の措置を講じます



##### 考慮事項

- ・業務の軽減等の就業上の措置を実施する場合は、高年齢労働者に状況を確認して、十分な話し合いを通じて本人の理解が得られるよう努めます

##### (2) 高年齢労働者の状況に応じた業務の提供

健康や体力の状況は高齢になるほど個人差が拡大するとされており、個々の労働者の状況に応じ、安全と健康の点で適合する業務をマッチングさせるよう努めます

##### 考慮事項

- ・疾病を抱えながら働き続けることを希望する高齢者の治療と仕事の両立を考慮します
- ・ワークシェアリングで健康や体力の状況や働き方のニーズに対応することも考えられます

##### (3) 心身両面にわたる健康保持増進措置

- ・「事業場における労働者の健康保持増進のための指針」や「労働者の心の健康の保持増進のための指針」に基づく取組に努めます
- ・集団と個々の高年齢労働者を対象として身体機能の維持向上に取組むよう努めます
- ・以下の例を参考に、事業場の実情に応じた優先順位をつけて取り組みます

##### 対策の例

- ・フレイルやロコモティブシンドロームの予防を意識した健康づくり活動を実施します
- ・体力等の低下した高年齢労働者に、身体機能の維持向上の支援を行うよう努めます  
例えば、運動する時間や場所への配慮、トレーニング機器の配置等の支援を考えます
- ・健康経営の観点や、コーポヘルスの観点から健康づくりに取り組みます

転倒・腰痛防止視聴覚教材

～転倒・腰痛予防！「いきいき健康体操」～(動画) 他



#### 5 安全衛生教育

##### (1) 高年齢労働者に対する教育

- ・高齢者対象の教育では、作業内容とリスクについて理解させるため、時間をかけ、写真や図、映像等の文字以外の情報も活用します
- ・再雇用や再就職等により経験のない業種、業務に従事する場合、特に丁寧な教育訓練を行います

##### 考慮事項

- ・身体機能の低下によるリスクを自覚し、体力維持や生活習慣の改善の必要性を理解することが重要です
- ・サービス業に多い軽作業や危険と感じられない作業でも、災害に至る可能性があります
- ・勤務シフト等から集合研修が困難な事業場では、視聴覚教材を活用した教育も有効です

##### (2) 管理監督者等に対する教育

- ・教育を行う者や管理監督者、共に働く労働者に対しても、高年齢労働者に特有の特徴と対策についての教育を行うよう努めます

#### 4 高年齢労働者の健康や体力の状況に応じた対応

##### (1) 個々の高年齢労働者の健康や体力の状況を踏まえた措置

脳・心臓疾患が起こる確率は加齢に従って徐々に増加するとされており、高年齢労働者については基礎疾患の罹患状況を踏まえ、労働時間の短縮や深夜業の回数の減少、作業の転換等の措置を講じます。

##### (2) 高年齢労働者の状況に応じた業務の提供

健康や体力の状況は高齢になるほど個人差が拡大するとされており、個々の労働者の状況に応じ、安全と健康の点で適合する業務をマッチングさせるよう努めます。

##### (3) 心身両面にわたる健康保持増進措置

- ・「事業場における労働者の健康保持増進のための指針」や「労働者の心の健康の保持増進のための指針」に基づく取組に努めます。
- ・集団と個々の高年齢労働者を対象とした身体機能の維持向上に取組むよう努めます。
- ・以下の例を参考に、事業場の実情に応じた優先順位を付けて取り組みます。

#### 5 安全衛生教育

##### (1) 高年齢労働者に対する教育

- ・高齢者対象の教育では、作業内容とリスクについて理解させるため、時間をかけ、写真や図、映像等の文字以外の情報も活用します。
- ・再雇用や再就職等により経験の少ない業種、業務に従事する場合、特に丁寧な教育訓練を行います。

##### (2) 管理監督者等に対する教育

- ・教育を行う者や管理監督者、共に働く労働者に対しても、高年齢労働者に特有な特徴と対策についての教育を行うよう努めます。

# 【重点事項3】高年齢労働者の労働災害防止対策の推進

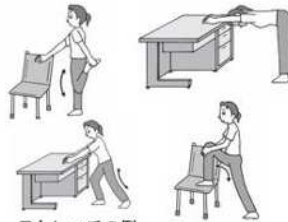
## ガイドラインの概要

### 労働者に求められる事項

生涯にわたり健康で長く活躍できるようにするために、一人ひとりの労働者は、事業者が実施する取り組み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**ことが必要です。

個々の労働者が、**自らの身体機能の変化が労働災害リスクにつながり得ることを理解し**、労使の協力の下、以下の取り組みを実情に応じて進めてください。

- ・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めます
- ・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めます



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

### 好事例を参考にしましょう

取り組み事例を参考にして、自らの事業場の課題と対策を検討してください。

#### ■厚生労働省ホームページ

(先進企業) <https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000156041.html>  
(製造業) <https://www.mhlw.go.jp/new-info/kobetu/roudou/gyousei/anzen/1003-2.html>

先進企業

製造業



#### ■独立行政法人高齢・障害・求職者雇用支援機構ホームページ

<http://www.jeed.go.jp/elderly/data/statistics.html>



## 国による支援等（令和5年度）

### エイジフレンドリー補助金 申請受付期間（令和5年6月12日～令和5年10月末日）

高齢者が安心して安全に働くための職場環境の整備等に要する費用を補助します。ぜひご活用ください。

	高年齢労働者の労働災害防止対策コース	コラボヘルスコース
対象事業者	(1) 労災保険加入している (2) 中小企業事業者（定義は次頁参照） (3) 高年齢労働者（60歳以上）を常時1名以上雇用し、対象の高年齢労働者が対策を実施する業務に就いている	(1) 労災保険加入している (2) 中小企業事業者（定義は次頁参照） (3) 労働者を常時1名以上雇用している
補助対象	高年齢労働者にとって危険な場所や負担の大きい作業を解消する取組に要した経費（機器の購入・工事の施工等）	コラボヘルス等の労働者の健康保持増進のための取組に要した経費
補助率	1 / 2	3 / 4
上限額	100万円 (消費税を除く)	30万円 (消費税を除く)
注意事項	※2コース併せての上限額は100万円です。2コース併せた申請の場合は、必ず2コース同時に申請してください（月を変えて別々の申請はできません）。 ※この補助金は、事業場規模、高年齢労働者の雇用状況等を審査の上、交付を決定します。全ての申請者に交付されるものではありません。 ※補助の具体的な条件、応募手続き等の詳細は、厚生労働省ホームページをご確認ください。	



## 労働者に求められる事項

生涯にわたり健康で長く活躍できるようにするため、一人ひとりの労働者は、事業者が実施する取り組み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、自ら健康づくりに積極的に取り組む**ことが必要です。

個々の労働者が、**自らの身体機能の変化が労働災害リスクにつながり得ることを理解し**、労使の協力の下、以下の取り組みを実情に応じて進めてください。

- ・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運動等を取り入れ、基礎的体力の維持に取り組めます。
- ・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めます。



「令和5年度エイジフレンドリー補助金」のご案内は、右のQRコードからダウンロードできます。

エイジフレンドリー補助金に関する情報は、下のURLからご確認ください。  
[https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage\\_09940.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_09940.html)

# 【重点事項3】高年齢労働者の労働災害防止対策の推進

中小企業事業者の皆さまへ

令和5年度（2023年度）版

## 「令和5年度エイジフレンドリー補助金」のご案内

「令和5年度エイジフレンドリー補助金」は、（一社）日本労働安全衛生コンサルタント会（以下「コンサルタント会」といいます。）が補助事業の実施事業者（補助事業者）となり、中小企業事業者からの申請を受けて審査等を行い、補助金の交付決定と支払を実施します。

- 近年の高年齢者の就労拡大に伴い、高年齢労働者の労働災害が増えています。
- 「高年齢労働者の労働災害防止コース」では、高年齢労働者が安全に働けるよう、高年齢労働者にとって危険な場所や負担の大きい作業を解消する取組等に対して、補助を行います。
- 「コラボヘルスコース」では、コラボヘルス等の労働者の健康保持増進のための取組に対して、補助を行います。
- 高年齢労働者の労働災害防止、労働者の健康保持増進のために、エイジフレンドリー補助金を是非ご活用ください。

### 補助金申請期間 令和5年6月12日～令和5年10月末日

	高年齢労働者の労働災害防止対策コース	コラボヘルスコース
対象事業者	(1) 労災保険加入している (2) 中小企業事業者（※1） (3) 高年齢労働者（60歳以上）を常時1名以上雇用し、対象の高年齢労働者が対策を実施する業務に就いている	(1) 労災保険加入している (2) 中小企業事業者（※1） (3) 労働者を常時1名以上雇用している 〔高年齢労働者が事業場に所属していない場合も補助の対象です。〕
補助対象	高年齢労働者にとって危険な場所や負担の大きい作業を解消する取組に要した経費（機器の購入・工事の施工等）	コラボヘルス等の労働者の健康保持増進のための取組に要した経費
補助率	1/2	3/4
上限額	100万円 （消費税を除く）	30万円 （消費税を除く）
注意事項	※2コース併せての上限額は100万円です。 ※2コース併せた申請の場合は、必ず2コース同時に申請してください。 （月を変えて別々の申請はできません）。 ※この補助金は、事業場規模、高年齢労働者の雇用状況等を審査の上、交付を決定します。 全ての申請者に交付されるものではありません。	

（※1）中小企業事業者の範囲

業種	業種	常時使用する労働者数	資本金又は出資の総額
小売業	小売業、飲食店、持ち帰り配達飲食サービス業	50人以下	5,000万円以下
サービス業	医療・福祉、宿泊業、娯楽業、教育・学習支援業、情報サービス業、物品賃貸業、学術研究・専門・技術サービス業など	100人以下	5,000万円以下
卸売業	卸売業	100人以下	1億円以下
その他の業種	製造業、建設業、運輸業、農業、林業、漁業、金融業、保険業など	300人以下	3億円以下

※ 労働者数または資本金等のいずれか一方の条件を満たせば中小企業事業者となります。  
 ※ 医療・福祉法人は原則資本金がありません。労働者の人数のみでの判断となります。



厚生労働省・都道府県労働局・労働基準監督署



一般社団法人 日本労働安全衛生コンサルタント会

## 高年齢労働者の労働災害防止コース

- 高年齢労働者(60歳以上)の労働災害の防止のための取組に要する費用を補助対象とします。

- 1 転倒・墜落災害防止対策に関する費用
- 2 重量物取扱いや介護作業における労働災害防止対策に関する費用
- 3 暑熱な環境による労働災害防止対策に関する費用
- 4 その他の高年齢労働者の労働災害防止対策に関する費用

●具体的には次のような対策が対象となります●

### 1 転倒・墜落災害防止対策

- ◆ 作業床や通路のつまずき防止対策（作業床や通路の段差解消）（※）
  - ◆ 作業床や通路の滑り防止対策（水場等への防滑性能の高い素材・グレーチング等の導入、凍結防止装置の導入）
  - ◆ 転倒時のけがのリスクを低減する設備・装備の導入
  - ◆ トラック荷台等の昇降設備の導入
  - ◆ 高所作業台の導入（自走式は含まず。床面から2m未満の物）
  - ◆ 階段への手すりの設置（※）
  - ◆ 身体機能のチェックや運動指導の実施
- （※）法令違反状態の解消を図るものではないこと  
 ★ 転倒災害対策のポイントは、厚生労働省HPをご確認ください。

### 労働者の転倒災害（業務中の転倒による重傷）を防止しましょう

（URL <https://www.mhlw.go.jp/content/001101299.pdf>）



### 2 重量物取扱いや介護作業における労働災害防止対策

- ◆ 不自然な作業姿勢を解消するための作業台等の設置
- ◆ 重量物搬送機器・リフト（乗用タイプは含まず）
- ◆ 重筋作業を補助するパワーアシストスーツの導入
- ◆ 介護における移乗介助の際の身体的負担を軽減する機器の導入
- ◆ 介護における入浴介助の際の身体的負担を軽減する機器の導入
- ◆ 介護職員自身の身体負担軽減のための介護技術（ノーリフトケア）の修得のための教育の実施
- ◆ 重量物取扱いや介護作業における労働災害防止のための運動指導の実施

### 3 暑熱な環境による労働災害防止対策

- ◆ 熱中症リスクの高い暑熱作業のある事業場における休憩施設の整備、送風機の設置
- ◆ 体温を下げるための機能のある服の導入
- ◆ 熱中症の初期症状等の体調の急変を把握できる小型携帯機器（ウェアラブルデバイス）による健康管理システムの導入

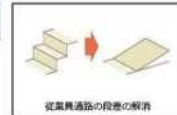
### 4 その他の高年齢労働者の労働災害防止対策

- ◆ 業務用車両への踏み間違い防止装置の導入

※労働者個人ごとに費用が生じる対策（運動指導、体温を下げるための機能のある服、ウェアラブルデバイス、パワーアシストスーツ等）については、対策にかかわる高年齢労働者の人数分に限り補助対象とします。

対象となる対策の具体例、補助の対象とならないものについては、エイジフレンドリー補助金事務センターのホームページ内にあるQ&Aにまとめています。申請前に必ずご確認ください。

エイジフレンドリー補助金事務センターHP：<https://www.jashcon-age.or.jp>



従業員通路の段差の解消



水場における防滑性能の高い素材等の導入



従業員通路への乗降防止装置の導入



転倒・墜落災害防止のための運動指導の実施



移乗介助の際の身体的負担を軽減する機器の導入



暑熱作業のある事業場における休憩施設の整備

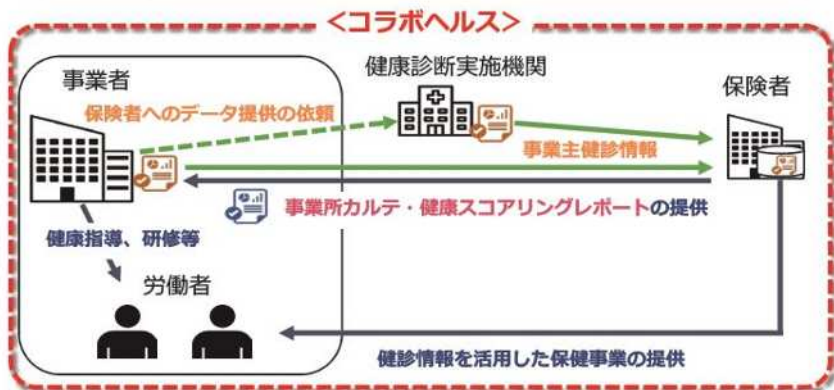
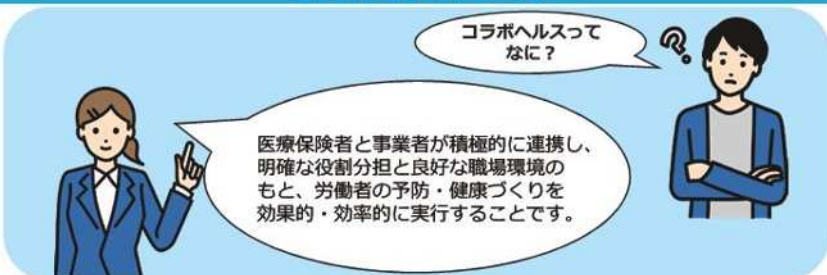
### 【財産を処分する場合の承認申請（必要な場合に手続きしてください）】

補助金を受けた機器等のうち50万円以上の物について、補助を受けた年度終了後5年以内に、事業の廃止等に併い、譲渡し、または廃棄する場合は、承認手続きを行ってください。

★注：申請内容確認のため、コンサルタント会が実地調査することがあります。

# 【重点事項3】高年齢労働者の労働災害防止対策の推進

## コラボヘルスコース



★労働者の健康保持増進のための次の取組に要する費用を補助対象とします★

【事業主健診情報が保険者に提供されていることが補助の前提となります】

- ◆健康診断結果等を踏まえた禁煙指導、メンタルヘルス対策、ハラスメント対策等の健康教育等（オンライン開催、eラーニングなども含む）  
※産業医、保健師、精神保健福祉士、公認心理師、労働衛生コンサルタント等によるもの
- ◆事業所カルテ・健康スコアリングレポートの活用等によるコラボヘルスを実施するための健康診断結果等を電磁的に保存及び管理を行うシステムの導入
- ◆栄養・保健指導の実施などの労働者への健康保持増進措置（健康診断、歯科検診、体力チェックの費用は除く）

### 事業所カルテ・健康スコアリングレポートの活用について

- 事業所カルテ・健康スコアリングレポートにより、各保険者の加入者の健康状態や医療費、予防・健康づくりへの取組状況等について、**全体平均や業態平均と比較したデータの見える化**が可能になります。
- 従業員等の健康状況について、現状認識を踏まえた具体的なアクションの検討にご活用ください。
- 事業者から保険者に安衛法に基づく定期健康診断等の結果を提供することは、データヘルスやコラボヘルス等の推進により、労働者の健康保持増進につながります。保険者への健康診断結果の提供にご協力ください。

## 申請方法

①補助金交付申請 (中小企業事業者)	<ul style="list-style-type: none"> <li>■事務センターHPから「申請関係書類」をダウンロードしてください</li> <li>■「注意事項」「提出資料一覧チェック表」を確認の上、全ての書類を揃えて送付してください（※消印、発送日がわかる方法で送付してください）</li> </ul>
②審査～交付決定 通知書発行 (事務センター)	<ul style="list-style-type: none"> <li>■申請書類は毎月末に取りまとめ、翌月に全ての書類を審査します</li> <li>■審査結果は、審査した月の月末から翌月初め頃、以下の方法でお知らせします                     <ul style="list-style-type: none"> <li>・交付を決定した案件⇒申請代表者宛に「交付決定通知書」等を郵送します</li> <li>・不採択になった案件⇒申請担当者宛にメールにより通知します</li> </ul> </li> </ul>
③対策の実施・費用 の支払い (中小企業事業者)	<ul style="list-style-type: none"> <li>■交付決定通知書を受領したのち、対策を実施し、費用を支払ってください（交付決定通知書が到着したらできるだけ早く対策を実施すること） ※交付決定日以前の発注、購入、施工等は、補助金の支払いが認められません</li> </ul>
④実績報告書及び 精算請求書提出 (中小企業事業者)	<ul style="list-style-type: none"> <li>■対策が終了し、費用の支払いが完了したのち「実績報告書及び精算請求書」を含む必要書類を全て送付してください ※「交付決定通知書」郵送時に同封される「請求に必要な提出資料一覧表」を確認の上、全ての書類を揃えてください</li> </ul>
⑤補助金の交付 (事務センター)	<ul style="list-style-type: none"> <li>■事業者より提出された「実績報告書及び精算請求書」を確認の上、確定通知書を郵送し、補助金を指定口座へ振り込みます</li> </ul>

### 申請に当たっての注意事項

- ◆この補助金は、「補助金等に係る予算の執行の適正化に関する法律」の対象のため、適正な運用が求められるものです。補助金の実施要領、交付規程等をよく読み、補助金の趣旨を理解した上で申請してください。
- ◆偽り、その他不正の手段によって補助金の交付を受けた場合、交付決定の内容や付された条件に違反した場合は、補助金の返還を求められます。
- ◆交付決定を受けられなかった事業者は、申請期間中に異なる対策での申請が可能です。ただし、9月及び10月申請分は除きます。

### この補助金についてのお問合せは

一般社団法人日本労働安全衛生コンサルタント会  
「エイジフレンドリー補助金事務センター」まで  
(エイジフレンドリー補助金事務センターHP <https://www.jashcon-age.or.jp>)

受付時間：平日10:00～12:00/13:00～16:00（土日祝休み）  
（8月8日～8月15日（夏季休暇）、12月29日～1月3日（年末年始）を除く）

#### ◎関係書類送付先◎

〒105-0014 東京都港区芝1-4-10 トイヤビル5階  
エイジフレンドリー補助金事務センター

申請に関する書類は「申請担当」宛に、支払に関する書類は「支払担当」宛にお送りください。

関係書類は郵送または宅配便でのみ受付します（メールでの申請はできません）。

消印が確認できない料金別納・料金後納や発送日が確認できない方法で送付しないでください。

◆支払関係資料の提出の最終締切日は令和6年1月31日(当日消印有効)です◆

### 申請、支払に関するお問合せは電話でのみ受付しています

「申請担当」  
電話：03-6381-7507  
FAX：03-6381-7508  
追加資料送付専用メールアドレス  
af-hojyojyocenter@jashcon.or.jp

「支払担当」  
電話：03-6809-4085  
FAX：03-6809-4086  
追加資料送付専用メールアドレス  
af-shiharai@jashcon.or.jp

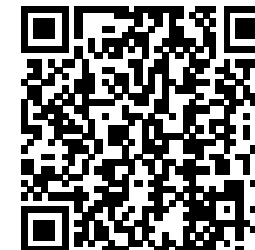
# 【重点事項3】高年齢労働者の労働災害防止対策の推進

エイジアクション100  
高年齢労働者の安全と健康確保のためのチェックリスト

番号	チェック項目（100の「エイジアクション」）	結果	
			優先度
<b>1 高年齢労働者の戦力としての活用</b>			
1	高年齢労働者のこれまでの知識と経験を活かして、戦力として活用している。		
<b>2 高年齢労働者の安全衛生の総括管理</b>			
<b>(1) 基本方針の表明</b>			
2	高年齢労働者の対策も盛り込んで、安全衛生対策の基本方針の表明を行っている。		
<b>(2) 高年齢労働者の安全衛生対策の推進体制の整備等</b>			
3	高年齢労働者の対策も盛り込んで、安全衛生対策を推進する計画を策定している。		
4	加齢に伴う身体・精神機能の低下による労働災害発生リスクに対応する観点から、高年齢労働者の安全衛生対策の検討を行っている。		
5	高年齢労働者による労働災害の発生リスクがあると考える場合に、相談しやすい体制を整備し、必要に応じて、作業内容や作業方法の変更、作業時間の短縮等を行っている。		
<b>3 高年齢労働者に多発する労働災害の防止のための対策</b>			
<b>(1) 転倒防止</b>			
<b>① つまずき、踏み外し、滑りの防止措置</b>			
6	通路の十分な幅を確保し、整理・整頓により通路、階段、出入口には物を放置せず、足元の電気配線やケーブルはまとめている。		
7	床面の水たまり、氷、油、粉類等は放置せず、その都度取り除いている。		
8	階段・通路の移動が安全にできるように十分な明るさ(照度)を確保している。		
9	階段には手すりを設けるほか、通路の段差を解消し、滑りやすい箇所にはすべり止めを設ける等の設備改善を行っている。		
10	通路の段差を解消できない箇所や滑りやすい箇所が残る場合は、表示等により注意喚起を行っている。		
<b>② 安全な作業靴の着用</b>			
11	作業現場の環境に合った耐滑性があり、つまずきにくい作業靴を着用させている。		
<b>③ 歩行時の禁止事項</b>			
12	書類や携帯電話を見ながらの「ながら歩き」、ポケットに手を入れた「ポケットハンド」での歩行や「廊下を走ること」は禁止している。		
<b>④ 危険マップ等の作成・周知</b>			
13	ヒヤリ・ハット情報を活用して、転倒しやすい箇所の危険マップ等を作成して周知している。		
<b>(2) 墜落・転落防止</b>			
<b>① 高所作業の回避</b>			
14	高所作業をできる限り避け、地上での作業に代えている。		
<b>② 作業床・手すり等の設置</b>			
15	高所で作業をさせる場合には、安全に作業を行うことができる広さの作業床を設けて、その端や開口部等には、バランスを崩しても安全な高さの囲い、手すり、覆い等を設けている。		
<b>③ 保護具の使用</b>			
16	高所で作業をさせる場合には、ヘルメット(「飛来・落下物用」と「墜落時保護用」の規格をともに満たすもの。以下同じ。)を着用させた上で、安全帯を使用させている。		



中央労働災害防止協会作成



エイジアクション100のダウンロードは右のQRコード若しくは下のURLからダウンロードしてください。

[https://www.mhlw.go.jp/content/11200000/age\\_action\\_100.pdf](https://www.mhlw.go.jp/content/11200000/age_action_100.pdf)

# 【重点事項3】高年齢労働者の労働災害防止対策の推進

## 転倒等リスク評価セルフチェック票

### I 身体機能計測結果

#### ① 2ステップテスト（歩行能力・筋力）

あなたの結果は  cm /  cm (身長) =

下の評価表に当てはめると →  評価

評価表	1	2	3	4	5
結果 / 身長	~1.24	1.25 ~1.38	1.39 ~1.46	1.47 ~1.65	1.66~



#### ② 座位ステップングテスト（敏捷性）

あなたの結果は  回 / 20秒

下の評価表に当てはめると →  評価

評価表	1	2	3	4	5
(回)	~24	25 ~28	29 ~43	44 ~47	48~



#### ③ ファンクショナルリーチ（動的バランス）

あなたの結果は  cm

下の評価表に当てはめると →  評価

評価表	1	2	3	4	5
(cm)	~19	20 ~29	30 ~35	36 ~39	40~



#### ④ 閉眼片足立ち（静的バランス）

あなたの結果は  秒

下の評価表に当てはめると →  評価

評価表	1	2	3	4	5
(秒)	~7	7.1 ~17	17.1 ~55	55.1 ~90	90.1~



#### ⑤ 開眼片足立ち（静的バランス）

あなたの結果は  秒

下の評価表に当てはめると →  評価

評価表	1	2	3	4	5
(秒)	~15	15.1 ~30	30.1 ~84	84.1 ~120	120.1 ~



身体機能計測の評価数字をⅢのレーダーチャートに黒字で記入

転倒等リスク評価セルフチェック票のダウンロードは右のQRコード若しくは下のURLから



<https://jsite.mhlw.go.jp/miyagi-roudoukyoku/content/contents/001458092.pdf>

転倒等災害評価セルフチェック実施マニュアルのダウンロードは右のQRコード若しくは下のURLから



[https://www.mhlw.go.jp/new-info/kobetu/roudou/gyousei/anzen/dl/101006-1a\\_07.pdf](https://www.mhlw.go.jp/new-info/kobetu/roudou/gyousei/anzen/dl/101006-1a_07.pdf)

# 【重点事項3】高年齢労働者の労働災害防止対策の推進

## II 質問票（身体的特性）

質問内容	あなたの回答NOは	合算	評価	評価
1. 人ごみの中、正面から来る人によつからず、よけて歩けますか				① 歩行能力 筋力
2. 同年代に比べて体力に自信はありますか		点		② 敏捷性
3. 突発的な事象に対する体の反応は素早い方と思えますか		点	下記の評価表であなたの評価は	③ 静的バランス (開眼)
4. 歩行中、小さい段差に足を引っ掛けたり、すぐに次の足が出ると思えますか		点		④ 動的バランス
5. 片足で立ちまわると下を履くことができると思えますか		点		⑤ 静的バランス (閉眼)
6. 一直線に引いたラインの上を、継ぎ足歩行で開始に多くかかると思えますか		点		⑥ 動的バランス
7. 腰を回して片足でどのくらい立つ自信がありますか		点		⑦ 静的バランス (開眼)
8. 電車で乗って、つり革につかまらずどのくらい立っていられると思えますか		点	下記の評価表であなたの評価は	⑧ 動的バランス
9. 腰を回して片足でどのくらい立つ自信がありますか		点		⑨ 静的バランス (閉眼)

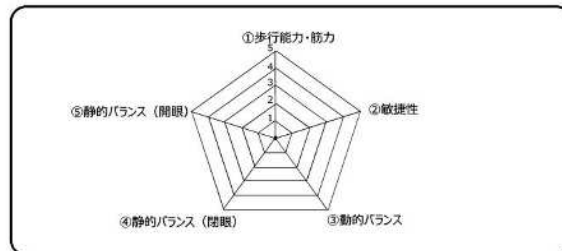
それぞれの評価結果をⅢのレーダーチャートに赤字で記入

合計点数	評価表
2～3	1
4～5	2
6～7	3
8～9	4
10	5

質問内容	回答No.
1. 人ごみの中、正面から来る人によつからず、よけて歩けますか	① 自信がない ② あまり自信がない ③ 人並み程度 ④ 少し自信がある
2. 同年代に比べて体力に自信はありますか	① 自信がない ② あまり自信がない ③ 人並み程度 ④ やや自信がある ⑤ 自信がある
3. 突発的な事象に対する体の反応は素早い方と思えますか	① 大変遅くないと思う ② 多少遅くない方と思う ③ 普通 ④ やや素早い方と思う ⑤ 素早い方と思う
4. 歩行中、小さい段差に足を引っ掛けたり、すぐに次の足が出ると思えますか	① 自信がない ② あまり自信がない ③ 少し自信がある ④ かなり自信がある ⑤ とても自信がある
5. 片足で立ちまわると下を履くことができると思えますか	① できないと思う ② 最近やっているとできないと思う ③ 最近やっていると何回か1回はできると思う ④ 最近やっているとできると思う ⑤ できると思う
6. 一直線に引いたラインの上を、継ぎ足歩行（後ろ足のかかとを前足のつま先に行かせるように歩）で開始に多くかかると思えますか	① 継ぎ足歩行ができない ② 継ぎ足歩行はできるがラインからずれる ③ 歩幅で歩ける ④ 普通に歩ける ⑤ 簡単に歩ける
7. 腰を回して片足でどのくらい立つ自信がありますか	① 10秒以内 ② 20秒程度 ③ 40秒程度 ④ 1分程度 ⑤ それ以上
8. 電車で乗って、つり革につかまらずどのくらい立っていられると思えますか	① 10秒以内 ② 30秒程度 ③ 1分程度 ④ 2分程度 ⑤ それ以上
9. 腰を回して片足でどのくらい立つ自信がありますか	① 15秒以内 ② 30秒程度 ③ 1分程度 ④ 1分30秒程度 ⑤ 2分以上

## III レーダーチャート

1、2ページの評価結果を転記し線で結びます  
(Iの身体機能計測結果を黒字、IIの質問票（身体的特性）は赤字で記入)



### チェック項目

#### 1 身体機能計測（黒枠）の大きさをチェック

身体機能計測結果を示しています。黒枠の大きさが大きい方が、転倒などの災害リスクが低いといえます。黒枠が小さい、特に2以下の数値がある場合は、その項目での転倒などのリスクが高く注意が必要といえます。

#### 2 身体機能に対する意識（赤枠）の大きさをチェック

身体機能に対する自己認識を示しています。実際の身体機能（黒枠）と意識（赤枠）が近いほど、自らの身体能力を的確に把握しているといえます。

#### 3 黒枠と赤枠の大きさをチェック

(1) 「黒枠 ≧ 赤枠」の場合  
それぞれの枠の大きさを比較し、黒枠が大きいもしくは同じ大きさの場合は、身体機能レベルを自分で把握しており、とっさの行動を起こした際に、身体が悪いとおりに反応すると考えられます。  
(2) 「黒枠 < 赤枠」の場合  
それぞれの枠の大きさを比較し、赤枠が大きい場合は、身体機能が自分で考えている以上に表れている状態です。とっさの行動を起こした際など、身体が悪いとおりに反応しない場合があります。枠の大きさの差が大きいほど、実際の身体機能と意識の差が大きくなり、より注意が必要といえます。

詳細はホームページ参照 <https://www.mhlw.go.jp/new-info/kobetu/roudou/gyousei/anzen/101006-1.html>

転倒等は筋力、バランス能力、敏捷性の低下等により起きやすくなると考えられます。この調査は転倒や転落等の災害リスクに重点を置き、それらに関連する身体機能及び身体機能に対する認識等から自らの転倒等の災害リスクを認識し、労働災害の防止に役立てるものです。

## レーダーチャートの典型的なパターン

**パターン1 身体機能計測結果 > 質問票回答結果**

あなたの身体機能（太線）は、自己認識（点線）よりも高い状態にあります。このことから、比較的自分の体力について慎重に評価している傾向にあるといえます。生活習慣や加齢により急速に能力が下がる項目もありますので、今後も改善することなく、体力の維持向上に努めましょう。

一方、太線が点線より大きても全体的に特が小さい場合（特に2以下）は、すでに身体機能面で転倒等のリスクが高いといえます。筋力やバランス能力の向上、整理整頓や転倒・転落しやすい箇所の削減に努めてください。また、職場の整理整頓がなされていない場合などは転倒等リスクが高まる可能性がありますので注意しましょう。

**パターン2 身体機能計測結果 < 質問票回答結果**

あなたの身体機能（太線）は、自己認識（点線）よりも低い状態にあります。このことから、実際よりも自分の体力を高く評価している傾向にあり、自分で考えている以上に力が入っていない場合があります。

体力の維持向上を図り、自己認識まで体力を向上させる一方、体力等の数値による転倒等のリスクがあることを認識してください。日頃から、急な動作を避け、足元や周辺の安全を確認しながら行動するようにしましょう。

また、特が大きい数値があると、身体機能と自己認識の差が大きくなることを示しており、さらに、太線が小さい場合（特に2以下）はすでに身体機能面で転倒等のリスクが高いことが考えられます。筋力やバランス能力等の向上に努めてください。

**パターン3 身体機能計測結果 ≈ 質問票回答結果（特が大きい）**

あなたの身体機能（太線）とそれに対する自己認識（点線）は同じくらいで、どちらも高い傾向にあります。このことから、転倒等リスクから見た身体機能は現時点で問題はなく、同様に自分でそれを認識しているといえます。

現在は良い状態にありますが、加齢や生活習慣の変化により身体能力が急速に低下し、転倒等リスクが高まる場合もありますので、日頃から、転倒等に対するリスクを認識するとともに、引き続き体力の維持向上に努めてください。

**パターン4 身体機能計測結果 ≈ 質問票回答結果（特が小さい）**

あなたの身体機能（太線）とそれに対する自己認識（点線）は同じくらいで、身体機能と認識の差は小さいですが、身体機能・認識とも低い傾向にあります（主に2以下）。

このことから、転倒等リスクから見た身体機能に不安を持っており、そのことを自分でも認識しているといえます。日頃から、体力の向上等により身体面での転倒等のリスクを減らし、全体的に特が大きくなるように努めてください。

また、すでに転倒リスクを減らすため、職場の整理整頓や転倒・転落しやすい箇所の改善等を行ってください。

**パターン5 項目により逆転している**

あなたは、評価項目によって、身体機能（太線）の方が高い場合と自己認識（点線）の方が高い場合が混在しています。

このことから、それぞれの体力要素について、実際より高く自己評価している場合と慎重に評価している場合があるといえます。

転倒等リスクから見た場合、特に自己認識に比べ、身体機能が低い項目（太線が小さい項目）が問題となります。身体機能の向上により太線の方が大きくなるよう努めてください。

また、身体機能と認識にばらつきがあるため、思わぬところで転倒や転落する可能性がありますので、転倒・転落しやすい箇所の改善等を行ってください。