



シニア女性を転倒災害から守れ！ 「転倒災害防止 & 健康支援セミナー」を開催しました

滋賀労働局労働基準部健康安全課

労働災害で最も多い転倒災害。中でも50代、60代のシニア女性の転倒災害が同年代の男性と比較して極端に多いことから、滋賀労働局では全国初となるシニア女性に照準を当てた転倒災害防止及び健康支援のセミナーを開催しました。

開催日：令和7年9月4日（木）

会場：コラボしが21 大会議室（大津市打出浜2-1）

講師：中央労働災害防止協会

近畿・大阪安全衛生総合サービスセンター

代表 森岡郁晴 氏（和歌山県立医科大学名誉教授）

健康快適推進室長 戸次由佳 氏

参加者：101名 女性労働者を雇用する事業主、労務・安全担当者

年代別・男女別 転倒災害（滋賀県内 過去10年）



多和田 労働局長



中災防 戸次 室長



中災防 森岡 代表

講演1 「転倒災害防止」 戸次室長

女性は骨粗しょう症などの影響により転倒した際の骨折率が男性より高く、休業が長引く傾向にあり、視力の低下や貧血なども転倒に影響しているとの説明がありました。

また、「エイジアクション100」を活用した職場改善について紹介がありました。

さらには、「座位ステッピングテスト」や「ロコモ度テスト」により各自で身体機能を確認し、筋力強化やバランス維持のエクササイズを実践しました。



講演2 「シニア女性の健康課題」 森岡代表

医学的な面から、女性には骨粗しょう症、閉経後のホルモン変化に伴う骨密度の低下、変形性膝関節症、股関節症などによる歩行の不安定などがあり、貧血や更年期障害に係る服薬によっても感覚鈍麻、ふらつき、注意力低下など転倒リスクが高まることが紹介されました。

最後に、転倒災害防止には環境整備と健康理解の両方が不可欠であり、労働者は自身の加齢に気づくこと、事業主は労働者の背景に気づくこと、そして現場でのリスクに気づいたら声をあげることが重要であると締めくくられました。

