

転倒・墜落災害防止対策、 管理的対策について

令和8年4月23日、28日 熱中症災害防止、労務管理に関する説明会

東近江労働基準監督署
安全衛生課 浜口 幸一



安全対策の優先度

個人用保護具使用

リスクの低減
ヘルメット、マスク、手袋

等

管理的対策

リスクの回避
教育訓練、作業管理、
手順書の作成、4S活動

等

工学的対策

リスクの隔離
機械設備の囲いや安全装置

等

本質的対策

リスクの除去
危険作業をなくしたり、
仕事の計画段階から危険を除去

等

高

優先度

低



転倒

- 転倒とは、人がほぼ同一平面上で転ぶ場合をいい、つまづき、滑りにより倒れた場合等をいう。
- 転倒は「いつでも」「どこでも」「だれにでも」発生する
- 「転んだだけ」「ちょっと急いでたから」「しかたがない」と十分な対策をされず、再度同様の災害が発生してしまうことも

しかし、十分な対策を行わなければ災害は減らせない

転倒

- どの様に転倒しているか？

後向きに転倒 36.4%

前向きに転倒 32.5%

横向きに転倒 9.8%

- 何が「原因」で転倒しているか？

「すべり」：床面の濡れ、凍結 等

「つまづき」：床面の段差、凹凸 等

「踏み外し」：荷物で足元が見えない 等





対策

- 設備管理面の対策

- 物を放置しない

- 床面の水等を取り除く

- 床面の凹凸や段差等の解消

- その他の対策

- 作業に適した靴

- 危険マップの作成等による情報共有

- 危険箇所注意喚起

- 筋力維持・アップ

- 転倒しにくい作業方法

- 余裕をもって行動する

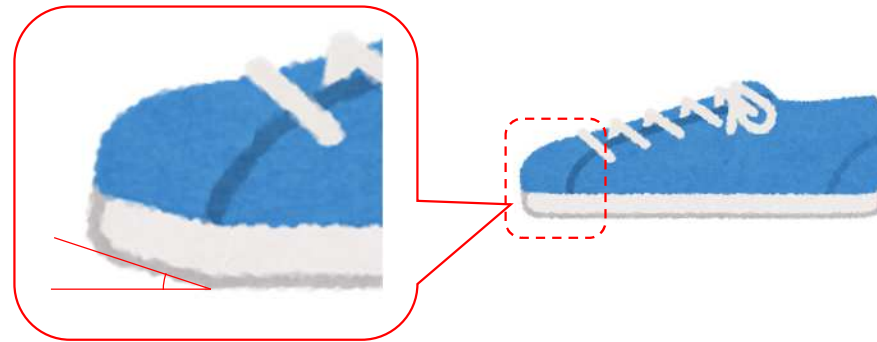
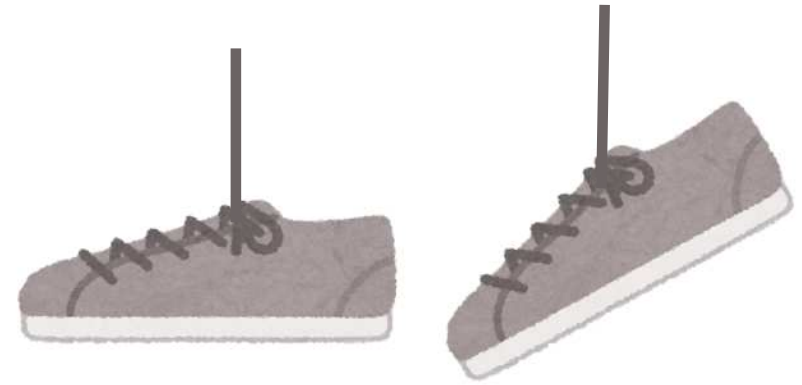
- 滑りやすい場所では小さな歩幅で歩行

- 足元が見えにくい状態で 作業しない



靴の選定

- 屈曲性
- 重量
- 重量バランス
- つま先の高さ
- 耐滑性





対策

- チェックリストを用いる
- 危険箇所の見える化
- ヒヤリ・ハットの共有



＜危険マップ及びマーカのイメージ＞

＜マーカの種類＞

転倒等リスク評価セルフチェック票

① ストレッチ (伸筋力・筋力)

② 足元スキャン (転倒性)

③ ファンクションリフト (腰部トラス)

④ 傾斜歩立立 (腰部トラス)

⑤ 傾斜歩立立 (腰部トラス)

あなたの職場は大丈夫？

転倒の危険をチェックしてみましょう！

チェック項目	<input type="checkbox"/>
1 通路、階段、出口に物を放置していませんか	<input type="checkbox"/>
2 床の水たまりや氷、油、粉類などは放置せず、その都度取り除いていますか	<input type="checkbox"/>
3 通路や階段を安全に移動できるように十分な明るさ（照度）が確保されていますか	<input type="checkbox"/>
4 靴は、すべりにくくちょうど良いサイズのものを選んでいませんか	<input type="checkbox"/>
5 転倒しやすい場所の危険マップを作成し、周知していますか	<input type="checkbox"/>
6 段差のある箇所や滑りやすい場所などに、注意を促す標識をつけていますか	<input type="checkbox"/>
7 ポケットに手を入れたまま歩くことを禁止していますか	<input type="checkbox"/>
8 ストレッチや転倒予防のための運動を取り入れていますか	<input type="checkbox"/>
9 転倒を予防するための教育を行っていますか	<input type="checkbox"/>

チェックの結果は、いかがでしたか？

問題のあったポイントが改善されれば、きっと作業効率も上がって働きやすい職場になります。どのように改善するか「安全委員会」などで、全員でアイデアを出し合いましょう！

転倒 チェックリスト | 検索



転ばぬ先の杖48 (転倒予防のための48の方法)

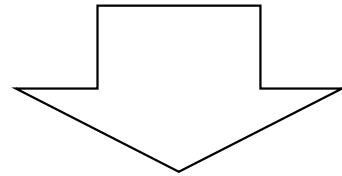
番号	分類	内容
1	設備	階段には滑り止めを設置する
2	設備	スロープはなだらかなものにし、足元注意などの表示をする
3	設備	足ふきマットは裏面に滑り止めのついたものを使用する
4	設備	足元が暗くならないよう照明器具を清掃する
5	設備	敷地内の床面の凹凸は補修する
6	設備	電気コードは通路上から排除する
7	床面状態	油で汚れた床面の清掃頻度をあげる
8	床面状態	床が水でぬれたらすぐにふき取る
9	床面状態	凍結箇所には凍結防止剤をまく
10	掲示	曲がり角手前に停止ライン、足形、一旦停止の表示をする
11	掲示	パーテーションの脚、机の脚にトラテープで目立つ化する
12	掲示	扉の開閉半径を床面に表示する
13	掲示	扉の押す側には「この先に人がいます、開閉注意」と掲示する
14	掲示	車止めにペンキを塗り目立つ化する
15	掲示	仮置き品の電化製品の電気コードはトラテープで固定、目立つ化する
16	履き物	スリッパは履かない。靴を履く
17	履き物	つま先(ノーズ)の長い靴やハイヒールは避ける
18	履き物	重心が中心にある靴を履く
19	履き物	自分の足にあった大きさの靴を履く
20	履き物	重すぎる、硬すぎる靴は避ける
21	履き物	靴の内側で靴下が滑るものは避ける
22	職場習慣	階段付近の踏み面や踊り場に物を置かない
23	職場習慣	台車は所定の位置を決め、元に戻す
24	職場習慣	通路に物が置いていないか定期的にチェックする

番号	分類	内容
25	職場習慣	通路の曲がり角付近に物は置かない
26	職場習慣	整理整頓を徹底する
27	行動	スマホや資料読みなど、ながら歩きをしない
28	行動	歩くときにはポケットに手を入れない
29	行動	駐車場のチェーンはまたがない
30	行動	階段で一段、二段抜かしをしない
31	行動	人の後ろを通る時は大きな声で「後ろ通ります」と声をかける
32	行動	階段では手すりに手を添える
33	行動	足元が見えなくなるほど両手で荷物を抱えない
34	行動	はしご、脚立の昇降時は、両手、両足のうち3点で体を支える
35	行動	車両の乗り降り時は、両手、両足のうち3点で体を支える
36	行動	歩き方に注意する。つま先下がり歩行・すり足歩行はしない
37	行動	靴のかかとを踏みつづさない
38	行動	冷凍室から出た後、眼鏡が曇った状態で歩き回らない
39	行動	手荷物を両手にかかえて歩かない
40	行動	曲がり角では一旦停止、スローダウンする
41	行動	車両誘導など後ずさり歩かない
42	行動	客先の玄関では指差して足元を確認する
43	行動	石の床、マンホール、屋外階段は滑りやすいと心得、避けられるなら踏まずに通る
44	行動	降雪中、降雪後は自転車通勤しない
45	行動	冬季の日陰は凍結に注意する
46	行動	自転車の傘さし運転はやめて合羽にする
47	行動	お客様の下へ全力疾走しない。早歩きで誠意は伝わる
48	教育	転倒を侮らずに教育の対象にする



脚立

- 脚立は、2つのてい形型のはしごを頂部で結合し、足を開いて踏み台として使用されるもの
- 運搬が容易、価格が安価、簡単な使用方法



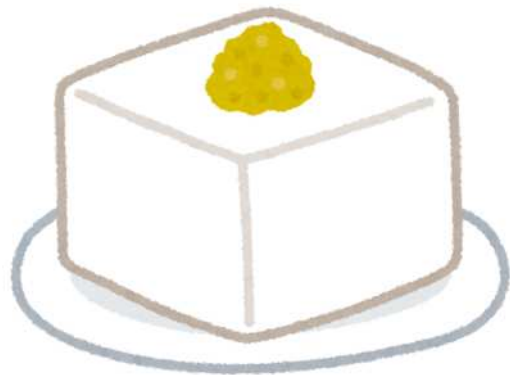
**手軽に使えるからこそ
安全対策が不十分**





豆腐とカボチャ

- 豆腐は人間の脳と、カボチャは頭蓋骨と同じくらいの硬さと言われている





関連する質問 :

なぜ脚立は禁止されているのですか？

脚立の使用を禁止するのは、**脚立に起因し発生した労働災害が頻発しており、しかも約7割が骨折等により長期の休業災害となっているからです**。事故を問題視した厚生労働省は、「三脚脚立に係る安全対策のお願いについて（要請）」（平29・3・23基安安発0323第1号）等の通達を出しています。 2019/01/16

 労働新聞社
<https://www.rodod.co.jp/faq>

脚立の使用禁じる理由は 内装工事で元請から要請 - 労働新聞社

家庭用の脚立は何段が一般的ですか？

脚立の国産メーカーは？

脚立とはしごの違いは何ですか？

脚立は高さ2m以上は禁止ですか？

脚立を使うと危険ですか？

脚立を安全に使用するためには、安定した平坦な場所に設置することが基本です。特に屋外では、泥や砂利など脚立が沈み込むような不安定な地面での使用は避けてください。**沈下やくらくつきが発生すると、わずかな体の動きでもバランスを崩して転倒する危険があります**。 2025/09/04

 高所安全対策のスペシャリスト！常設型転落防止システム「アクロバット」
<https://akrobat.jp/archives/column/checkpoint>

脚立1つでこんなにある！？事故を防ぐための安全管理チェック ...

天井高2700で後悔する理由は？

脚立作業 何mまで？

なぜ脚立の天板に乗ったらダメなのですか？

脚立を使う前に

脚立を使う時は、次のチェックリストを使って、作業現場の点検をしてください。
あなたやあなたと一緒に働く仲間を守るため、すべてにチェックがついた状態に
なってから、作業を始めましょう！

作業前 10 のチェック！！

(作業前点検リスト)

年 月 日 天気 (晴・曇・雨・雪)
現場名 確認担当者名

- 脚立は安定した場所に設置している
- 開き止めに確実にロックをかけた
- ねじ、ピンの緩み、脱落、踏みさんの明らかな傷みはない
- ヘルメットを着用し、あごひもをしめている
- 靴は脱げにくく、滑りにくいものを履いている
- 身体を天板や踏みさんに当て、身体を安定させる
- 天板上や天板をまたいで作業をしない
- 作業は2段目以下の踏みさんを使用する
(3段目以下がよりよい)
- 作業は頭の真上でしない
- 荷物を持って昇降しない

「労働安全衛生規則」で定められている事項

脚立 (安衛則第528条)

- 1 丈夫な構造
- 2 材料は著しい損傷、腐食等がない
- 3 脚と水平面との角度を75度以下とし、
折りたたみ式の場合は、角度を確実に保つ
ための金具等を整える
- 4 踏み面は作業を安全に行うため必要な面積を有する



高さ2m以上の作業時は、墜落制止用器具の使用も必要です！

「はしごや脚立からの墜落・転落災害をなくしましょう！」
(リーフレット) も確認してください。⇒⇒⇒



厚生労働省・都道府県労働局・労働基準監督署



(R3.3)





保護帽の使用上の注意事項 (日本安全帽工業会マニュアル)

- 頭によくあった保護帽を使用し、あごひもは必ず正しく締める
- 一度でも大きな衝撃を受けた保護帽は、外観に損傷がなくても使用しないこと
- 保護帽を改造、加工、部品を取り除かないこと
- 定期的に点検し、不備があればただちに交換すること
- 長期間使用しないこと(PC、PE、ABS等の熱可塑性樹脂製のものは3年以内、FRP等の熱硬化性樹脂のものは5年以内に交換)
- 装着体は1年くらいで交換すること(同一メーカー、同一型式)

帽体素材 FRP	
〇〇〇-ABC	保護帽
労 (平 00 - 00) 検	
(1)H2700	(2)H2701
製造業者	〇〇〇〇
製造年月	00 - 00
(1)飛来落下用	(2)墜落時保護用
〇〇工場	



労働災害の撲滅に向けて！

～事例から学んでゼロ災害～

脚立災害編



- ◆災害事例
脚立から転落、胸部を強打し死亡
- ◆災害事例
高さ59cmの脚立から転落死
- ◆災害事例
脚立を使用して看板を取外し中に墜落
- ◆災害事例
壁に穿孔作業中、脚立が転倒し転落

●安全テスト



問題

脚立作業を行っています。
脚立の使用方法に問題はありませんか？



問1

脚立にまたがって使用



問2

脚立にまたがって座って使用



問3

脚立の天板に立って使用



問4

脚立を閉じて使用



問5

脚立から乗り出して使用



問6

片側の踏さんに乗って作業



脚立の正しい使い方を覚えて
ゼロ災害！

～安全テスト編～





回答



脚立にまたがっての使用は、身体の安定感は得られますが、脚立から降りる際に身体を反転させる必要がありバランスを崩し脚立ごと転倒する危険性があります。
また、壁面に力を加えての作業を行う際は、力の反作用で後方へ脚立が転倒する危険性があります。

回答



天板は踏み面も狭く、周りに支えるものもないためバランスを崩して転倒や転落する危険があります。

回答



脚立を壁に立て掛けての使用は、立てすぎると倒れ、ねかせすぎると脚部が滑り、転倒や転落の危険があります。
(注: 梯子兼用脚立を除く)

回答




脚立には転倒しやすい方向があります。
このため、脚立から身を乗り出し、踏さんの幅を超えて使用すると転倒する危険があります。

回答



身体の前を脚立の昇降面に向け、天板や踏さんに身体を当て作業を行いましょう。

 グレーチングの上など脚部がガタつくおそれのある箇所では使用禁止





チューイカン吉
労働現場での熱中症予防
など労働災害防止を注意
喚起するキャラクター