

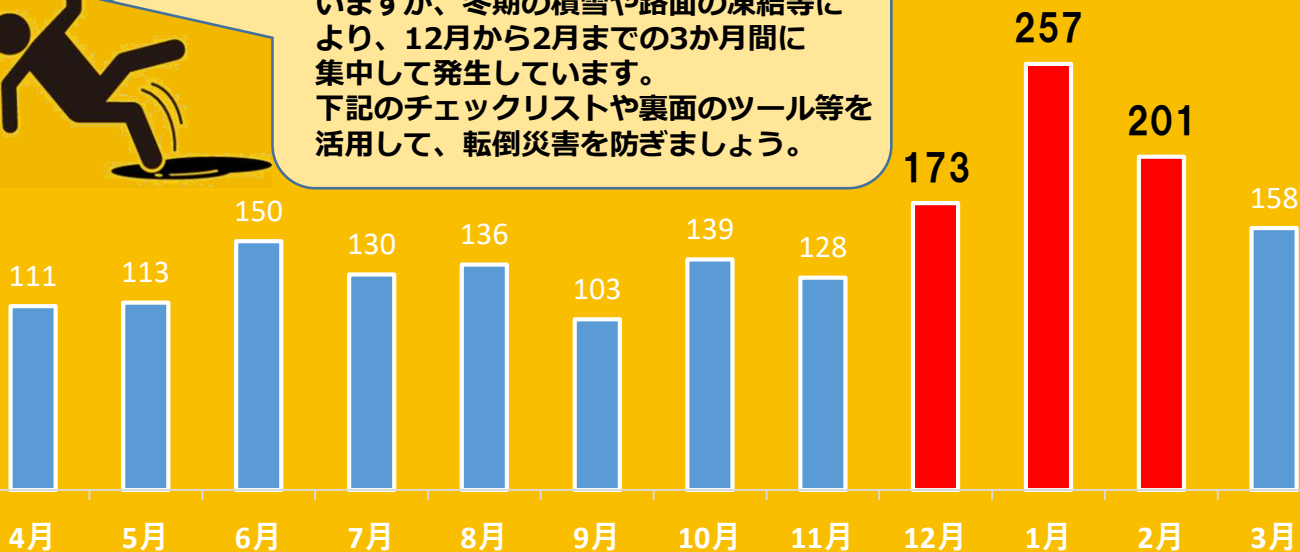
STOP! 転倒

しまね冬の ゼロ災キャンペーン



島根県内では、転倒災害が多く発生していますが、冬期の積雪や路面の凍結等により、12月から2月までの3か月間に集中して発生しています。
下記のチェックリストや裏面のツール等を活用して、転倒災害を防ぎましょう。

月別転倒災害発生状況



出所:労働者死傷病報告【平成25年4月～令和5年3月 年月別転倒災害発生状況（休業4日以上）】

転倒災害防止のためのチェックシート

あなたの職場の危険をチェックしてみましょう！

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> 1 通路、階段、出口に物を放置していませんか | → 通路、階段、出口などの歩行する場所には、物を放置ないようにしましょう。 |
| <input type="checkbox"/> 2 床の水たまりや氷、油、粉類等は放置せず、その都度取り除いていますか | → 床面が水、氷、油、粉類等で汚れている場合には放置せず、すぐに取り除きましょう。 |
| <input type="checkbox"/> 3 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 | → 移動中に物につまずかないよう、適切な明るさ（照度）を確保しましょう。 |
| <input type="checkbox"/> 4 作業靴は作業に適したちょうど良いサイズのものを選び、定期的に点検していますか | → 作業に適した靴を選んで着用し、靴底の磨り減りがないかなど、定期的に点検をするようにしましょう。 |
| <input type="checkbox"/> 5 ヒヤリ・ハット情報を活用して、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 | → 職場の危険マップを作成し、危険情報を共有しましょう。 |
| <input type="checkbox"/> 6 段差のある箇所や滑りやすい場所などに、注意を促すステッカー（標識）をつけていますか | → 転倒の危険性がある場所にはステッカー（標識）をつけて、注意喚起をしましょう。 |
| <input type="checkbox"/> 7 ポケットに手を入れたまま歩いていませんか | → ポケットに手を入れて歩かないようにしましょう。階段は手すりをを使って昇降しましょう。 |
| <input type="checkbox"/> 8 転倒災害を予防するための運動を取り入れていますか | → ストレッチや体操などを適宜行って、転倒災害予防に努めましょう。また、日ごろの歩き方も見直してみましょう。 |
| <input type="checkbox"/> 9 転倒を予防するための教育を行っていますか | → 転倒予防のための教育、研修を実施しましょう。 |

出所:中央労働災害防止協会

転倒災害防止 お役立ちツール

◆一般に加齢とともに身体機能が低下し、 転倒しやすくなります

「転びの予防体力チェック」「ロコチェック」をご覧ください。



転びの予防体力チェック



ロコチェック

◆しまねMAMEインフォ

健康づくりにプラスワンしていただくeラーニングサイトです。



しまねMAMEインフォ

◆職場のあんぜんサイト

～転倒災害防止対策の推進について～

厚生労働省、各労働災害防止団体が行っている対策等をご紹介します。



職場のあんぜんサイト