

介護施設の労働災害を防止しましょう

職員の幸せのための安全アクション



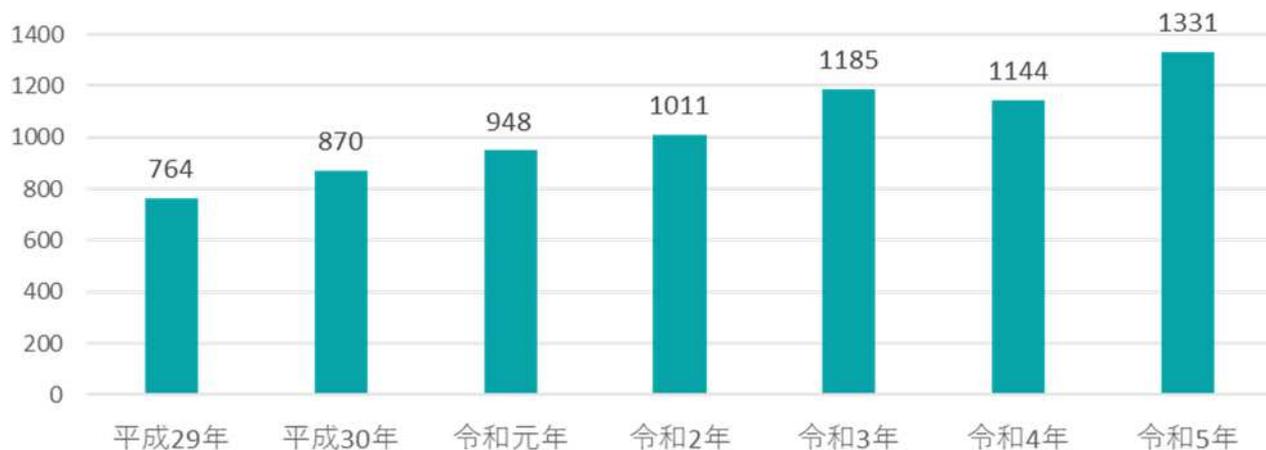
労働災害を防止しましょう

社会福祉事業における労働災害（ ）の約3分の1は腰痛災害を含む「動作の反動・無理な動作」で占められています。

新型コロナウイルス感染症のり患を除く。

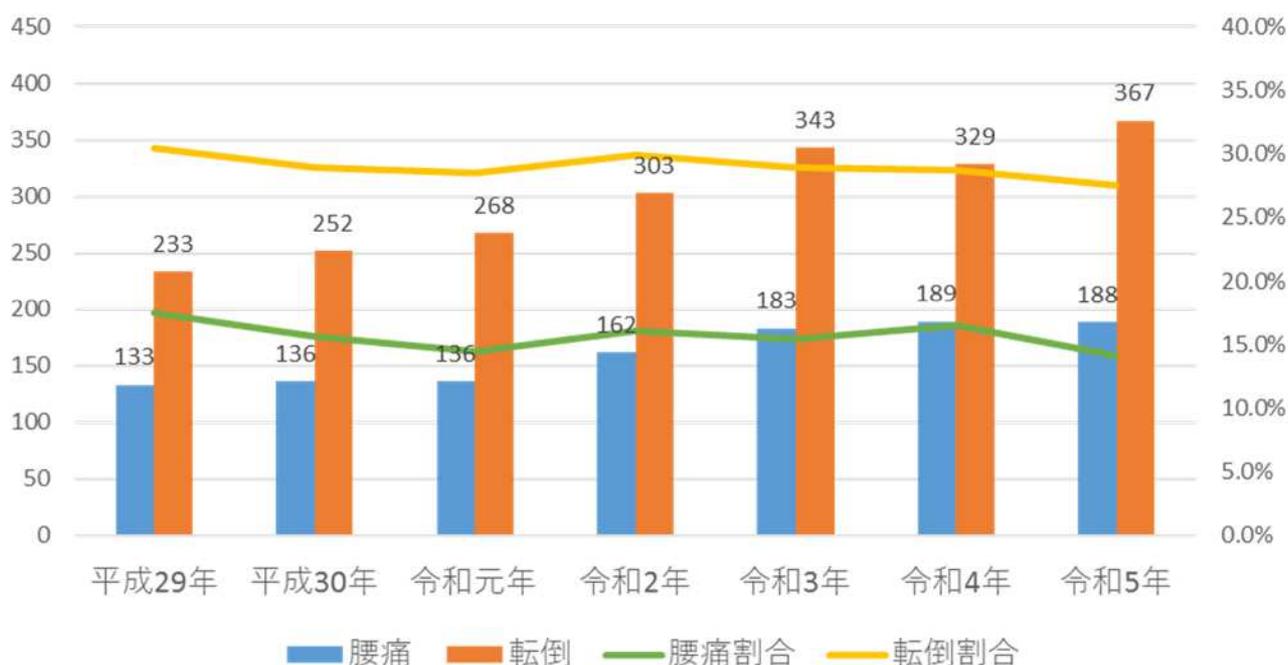
労働災害の発生状況（平成29年～令和5年）

社会福祉事業における労働災害発生件数の推移



社会福祉事業の労働災害発生件数は年々増加している傾向が認められます。

社会福祉事業における主な事故の型の推移

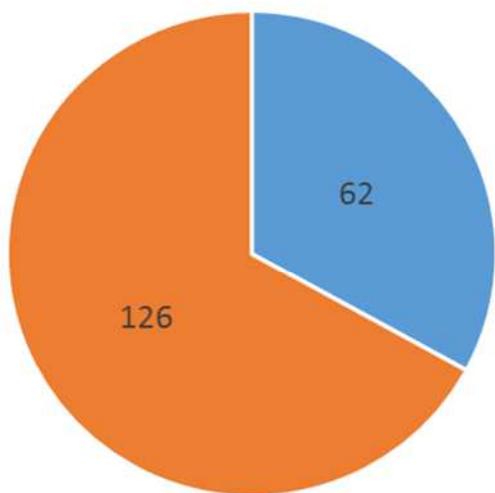


社会福祉事業の事故の型別の労働災害は、「転倒」が全体の約30パーセント、「腰痛」が全体の約15パーセントを占めています。

腰痛災害の発生状況

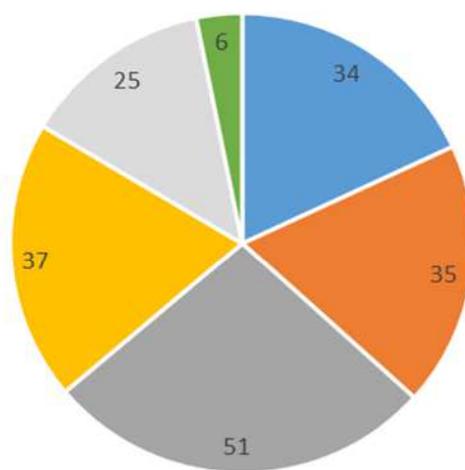
令和5年に東京都内の社会福祉事業で発生した腰痛災害（188件）

男女別



■ 男 ■ 女

年代別

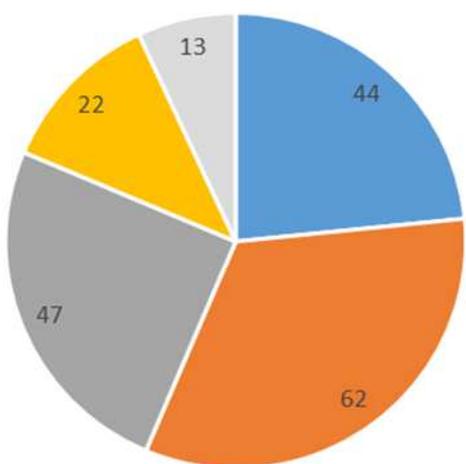


■ 20歳代 ■ 30歳代 ■ 40歳代
■ 50歳代 ■ 60歳代 ■ 70歳代以上

男女比はおおよそ1対2となっている。

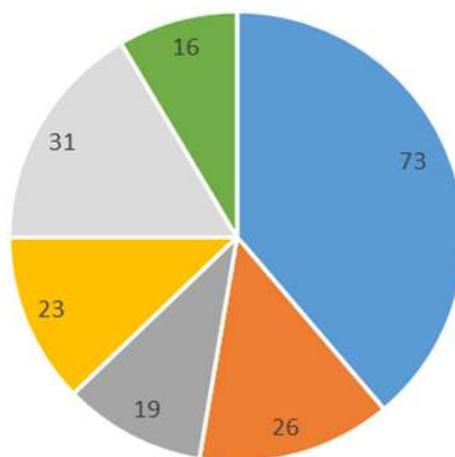
40歳代が最多であるが、年代による差はあまりない。

休業見込日数別



■ 1週間以下 ■ 2週間以下 ■ 1ヵ月以下
■ 2ヵ月以下 ■ 2ヵ月超

経験年数別



■ 1年以下 ■ 2年以下 ■ 3年以下
■ 5年以下 ■ 10年以下 ■ 10年越

過半数が2週間以下となっているが、2ヵ月超と長期の休業を要する事案も認められる。

経験年数1年以下の者が全体の約4割、5年以下の者が全体の4分の3を占めるなど経験の浅い者による災害が目立つ。

腰痛災害の特徴

- 腰痛災害は年齢差がなく発生する災害となっています。
- また、転倒災害でも腰痛を発症させることがあります。
- 腰痛は、一度発症すると慢性化しやすいため、予防が重要です。

対象者には定期的に医師による腰痛の健康診断を受診させましょう
社会福祉施設向け転倒・腰痛防止用視聴覚教材を活用してください

腰痛災害を防止しましょう

事例1 入浴介助時、利用者の上半身を抱え上げた際、腰部に強い痛みを感じた。

病院を受診したところ、急性腰痛症と診断された。

原因 前屈み、中腰等の不自然な姿勢を繰り返した。
浴室の床面は滑りやすいため、バランスを崩してしまった。
手摺りやスタンディングマシン等の福祉機器を使用しなかった。

対策 複数名で介助すること等により介護者に過度な負担とならないようにする。
滑り止めマットを敷く等滑り止め対策を行う。
手摺りやスタンディングマシン等の福祉機器を使用する。



事例2 通所介護事業所において、利用者のトイレ介助のため、車いすから利用者を抱きかかえ、トイレ便座への移動を介助しているとき、腰部に強い痛みが走った。

原因 トイレ誘導は腰部に著しく負担がかかる作業であるにもかかわらず、福祉用具を活用しなかった。

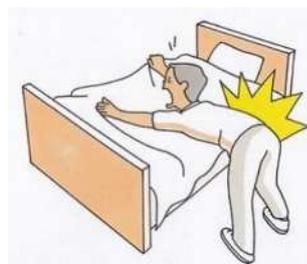
対策 利用者の残存機能に応じ、スタンディングマシン、スライディングボード、スライディングシート、リフト等福祉機器を利用する。



事例3 入居者のベッドのシーツ交換を行っていた。シーツを伸ばすためベッドの奥に体を伸ばそうとしたところ、バランスを崩し、腰を痛めた。

原因 ベッドの奥に体を伸ばした際、不自然な姿勢になった。

対策 マットレスに被せるタイプの「ボックス型シーツ」への変更や、ベッドを壁につけず対側にも入ることができる作業空間を確保する。



ノーリフトケアについて

ポイント1

介護を行う際に介助者の力だけで被介護者を持ち上げない介護方法がノーリフトケアです。

リフトの利用などの機械化、スライディングシートなどの移乗用具の活用、アシストスーツなどの介護機器の使用のほか、被介護者の残存能力をアセスメントし、不要な持上げ作業をなくすなどの方法もあります。



ポイント2

移乗、入浴作業などにおいて、省力化、腰痛対策として有力な選択肢が介護用リフトの導入です。さまざまな種類があり、条件や用途に応じたものを使います。

天井走行式リフト： 取り回しなどの自由度が高いが部屋への工事が必要

床走行式リフト： 導入は容易だが、床や部屋によっては移動や取り回しが困難

据え置き式リフト： 部屋への工事は不要だが、移動範囲は天井走行式より狭い

スタンディングリフト： 導入は容易だが、立位保持ができる方のみ対応可能



ポイント3

ノーリフトケアの取組を行う際には、介護者や介助者の意識の共有や仕組みの構築が必要になります。

「自分の力ならなんとか入居者を持ち上げられるから、リフトなど不要である」というような意識があると、取組みの意義が薄れてしまうからです。

ノーリフトケアの宣言を行う、ノーリフトケアの研修実施、ノーリフトケアのリーダーを選任するなどの取組が、意識の共有につながります。

厚生労働省 中央労働災害防止協会作成のノーリフトケアについての事例集です。小売の職場、介護・看護の職場向けの事例が掲載されていますが、小売の事例も参考になります。

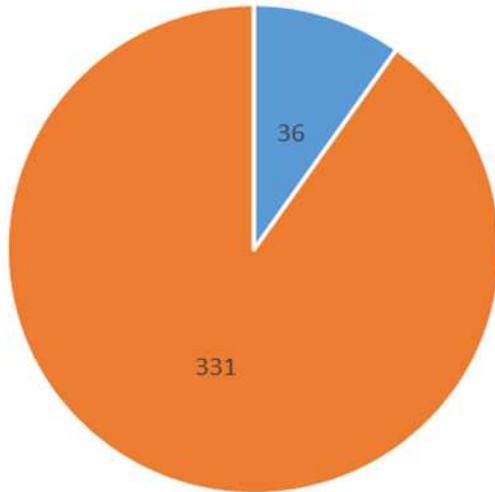


腰痛を防ぐ職場の事例集

転倒災害の発生状況

令和5年に東京都内の社会福祉事業で発生した転倒災害（367件）

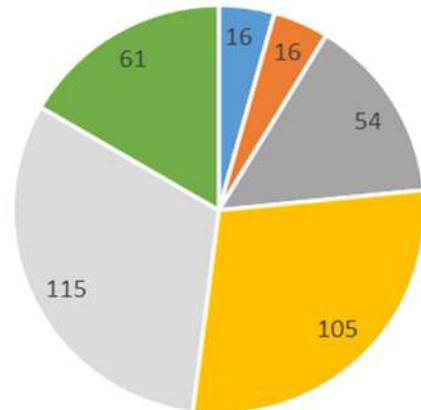
男女別



■ 男 ■ 女

男女比はおおよそ1対9となっている。

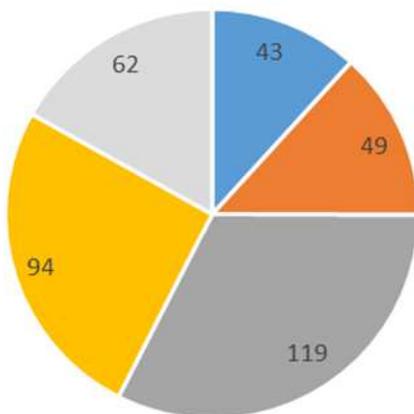
年代別



■ 20歳代以下 ■ 30歳代 ■ 40歳代
■ 50歳代 ■ 60歳代 ■ 70歳代以上

50歳代及び60歳代で全体の過半数を占めている。

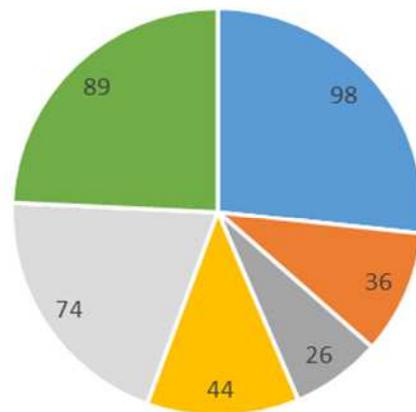
休業見込日数別



■ 1週間以下 ■ 2週間以下 ■ 1ヵ月以下
■ 2ヵ月以下 ■ 2ヵ月超

過半数が1ヵ月以下となっているが、2ヵ月超と長期の休業を要する事案も認められる。

経験年数別

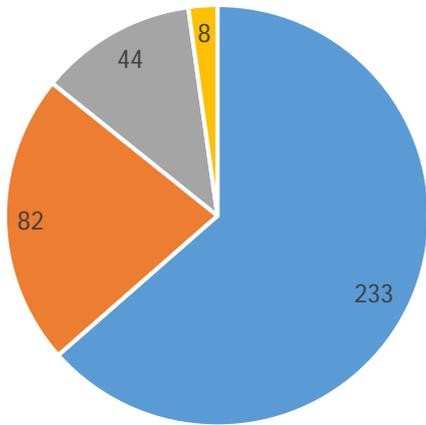


■ 1年以下 ■ 2年以下 ■ 3年以下
■ 5年以下 ■ 10年以下 ■ 10年越

経験年数1年以下が全体の約4分の1、5年以下の事案が全体の過半数を占めており、経験年数の少ない者による災害が目立つ。

転倒災害の発生状況

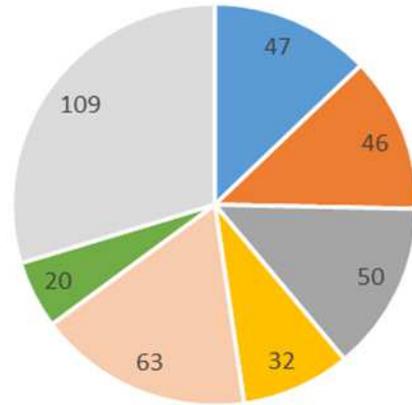
傷病種別



■ 骨折 ■ 打撲 ■ 捻挫、脱臼等 ■ その他

骨折が6割を超えている。

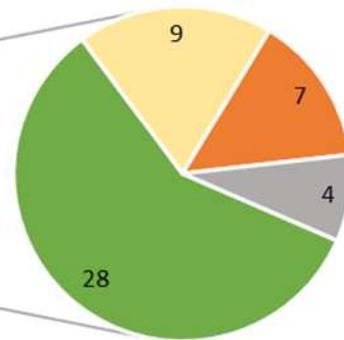
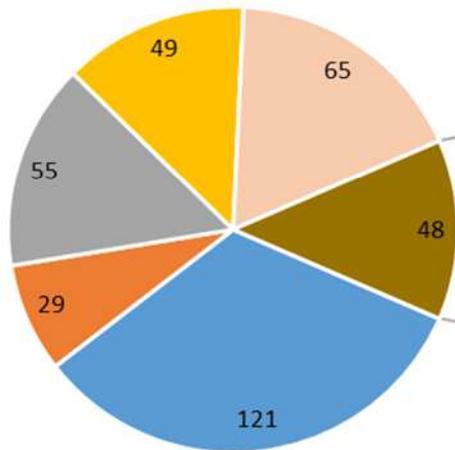
傷病部位別



■ 手首 ■ 膝 ■ 足及びもも
 ■ 足首及び足指 ■ 胴体 ■ 手及び指
 ■ その他

四肢の受傷が多い。

起因物別



■ 通路
 ■ 階段
 ■ 床等
 ■ 起因物なし
 ■ 他起因物
 ■ 自転車
 ■ 自動車
 ■ 車いす
 ■ 台車ほか

通路や床が起因物となる災害が目立つ。乗物及び人力運搬機による災害の内訳は自転車によるものが最も多く、次いで自動車及び車いすが起因物となる災害が続く。

転倒災害の特徴

- 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
- 特に女性は加齢とともに骨の量（骨量）が減って骨が弱くなり、骨粗しょう症を発症すること等により**骨折のリスクも著しく増大**します
骨粗しょう症は、骨形成と骨吸収のバランスが崩れることでおこり、高齢の女性に多くみられ、女性ホルモンの減少や老化と関わりが深いと考えられています。
- たった一度の転倒で寝たきりになることも
「**たった一度の転倒で寝たきりになることも。転倒事故の起こりやすい箇所は？**」（内閣府ウェブサイト）



転びの予防
体力チェック



ロコチェック



転倒事故の起こり
やすい箇所は？

「つまずき」による転倒災害を防止しましょう



事例 1

何もないところでつまずいて転倒、足がもつれて転倒

対策

転倒や怪我をしにくい身体づくりのための運動プログラム等の導入



職場3分
エクササイズ



事例 2

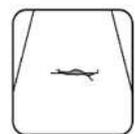
作業場や通路に放置された物につまずいて転倒

対策

整理、整頓（物を置く場所の指定）の徹底



中央労働災害防止協会
転倒予防セミナー



事例 3

通路等の凹凸につまずいて転倒

対策

敷地内（特に従業員用通路）の**凹凸、陥没穴等**（ごくわずかなものでも危険）の**修復**



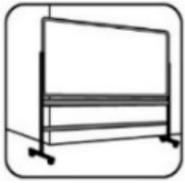
事例 4

作業場や通路以外の障害物（車止め等）につまずいて転倒

対策

安全な通路の設定、敷地内駐車場の車止めを目立つ色で塗装する等、確認しやすくする





事例5

作業場や通路の設備、什器等に足を引っかけて転倒

対策

設備、什器等の安全な位置への移動、足がひっかからないための覆いの設置



事例6

作業場や通路のコードなどにつまずいて転倒

引き回した労働者が自らつまづくケースも多い

対策

電気コード等をひっかけ防止のケーブルカバーの設置

「滑り」による転倒災害を防止しましょう



事例1

凍結した通路等で滑って転倒

対策

従業員用通路の除雪・融雪。凍結しやすい箇所には融雪マット等を設置

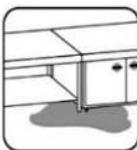


事例2

作業場や通路にこぼれていた水、洗剤、油等により滑って転倒

対策

清掃中エリアの立入禁止、清掃後乾いた状態を確認してからの立入禁止の解除



事例3

水場（食品加工場等）で滑って転倒

対策

滑りにくい履き物の使用（労働安全衛生規則第558条）
防滑床材・防滑グレーチング等の導入、摩耗している場合は再施工



事例4

雨で濡れた通路等で滑って転倒

対策

雨天時に滑りやすい敷地内の場所を確認し、
防滑処置等の対策を行う



中央労働災害
防止協会安全
衛生サポート
事業

ご安全に



～トップが発信！ みんなで宣言 一人一人が「安全・安心」～



東京労働局



Safe work Tokyo

TOKYO介護施設SAFE協議会

東京労働局・労働基準監督署