



労働基準局広報キャラクター
「たしかめたん」



ダウンロード
はこちらから

みんなで転倒の予防に取り組みます！



「転倒災害の発生状況」

労働災害のうち
転倒
28%

60代以上
44%

60代以上のうち
女性
63%

平均休業
見込日数
41.5日

※職場における労働災害全体（令和7年：年間135,333件）

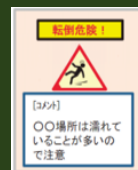
できることから転倒予防の取組を行いましょう

- ☑ **高年齢労働者の転倒災害防止**
(職場環境の改善、体力チェック等)



※令和8年4月1日～「高年齢者の労働災害防止のための措置」が努力義務化

- ☑ **危険箇所の見える化**
(職場の危険の可視化)



- ☑ **転倒や怪我をしにくい身体づくり**
(体操や運動プログラムの導入)



- ☑ **滑りにくい靴の着用**
(作業に適合した靴の着用)



テン トウ
10月10日は「**転倒**予防の日」です

厚生労働省と消費者庁は、日本転倒予防学会と協力して、日本転倒予防学会が主唱する10月10日の「転倒予防の日」の取組を推進しています。



東京労働局 労働基準監督署

～トップが発信！みんなで宣言 一人一人が「安全・安心」～

<https://jsite.mhlw.go.jp/tokyo-roudoukyoku/home.html>



転倒予防の取組には以下の情報を活用ください

高齢者の労働災害防止のための指針

転倒や怪我をしにくい身体づくり

高齢者の労働災害防止のための指針→

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou_roudou/roudoukijun/anzen/newpage_00010.html



高齢者の労働災害防止のための指針の解説動画

●解説動画
https://youtu.be/CbLR43hwj_w



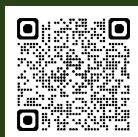
●ショート動画
<https://www.youtube.com/shorts/xebWXsmYCxs?feature=share>

ショート版→



事例で分かる職場のリスクアセスメント→

<https://www.mhlw.go.jp/new-info/kobetu/roudou/gyousei/anzen/110405-2.html>



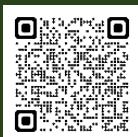
エイジフレンドリー補助金→

https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_09940.html



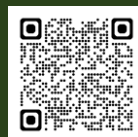
転倒等リスク評価セルフチェック票→

<https://www.mhlw.go.jp/content/001195415.pdf>



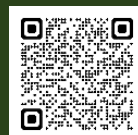
ヘルシーボディを目指しましょう！→

https://jsite.mhlw.go.jp/tokyo-roudoukyoku/healthy_body.html



目のセルフチェックと眼科検診の受診→

<https://www.eye-frail.jp/checklist/>



いきいき健康体操→

<https://www.youtube.com/watch?v=9jCi6oXS8IY>



転びの予防 体力チェック（中央労働災害防止協会）→

<https://www.jisha.or.jp/order2023/korobi/>



ロコチェック→

<https://loco-mo-joa.jp/check/lococheck>



東京労働局 高齢労働者対策ページ→

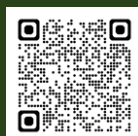
https://jsite.mhlw.go.jp/tokyo-roudoukyoku/news_topics/kyoku_oshirase/roudou_kijun/tentou_00003.html



その他の関連サイト情報

SAFEコンソーシアムアワード事例→

●転倒や高齢者対策の事例多数
<https://safeconsortium.mhlw.go.jp/>



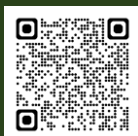
職場の安全サイト→

●転倒防止に係るセミナーや資料・教材等の情報
<https://anzeninfo.mhlw.go.jp/information/ten-tou1501.html>



SMART LIFE PROJECT（厚生労働省）→

●「健康寿命を延ばそう」をスローガンとした国民運動
<https://kenet.mhlw.go.jp/slp/>



Sport in Lifeプロジェクト（スポーツ庁）→

●目的を持った運動・スポーツを推進
<https://sportinlife.go.jp/>



転倒防止対策を
たしかめ
よう！



その他の転倒災害防止対策は

東京労働局 転倒

検索

https://jsite.mhlw.go.jp/tokyo-roudoukyoku/news_topics/kyoku_oshirase/roudou_kijun/tentou.html



東京労働局公式 X



<https://x.com/tokyoroudouMHLW>



東京労働局 労働基準監督署

～トップが発信！みんなで宣言 一人一人が「安全・安心」～

R8.8