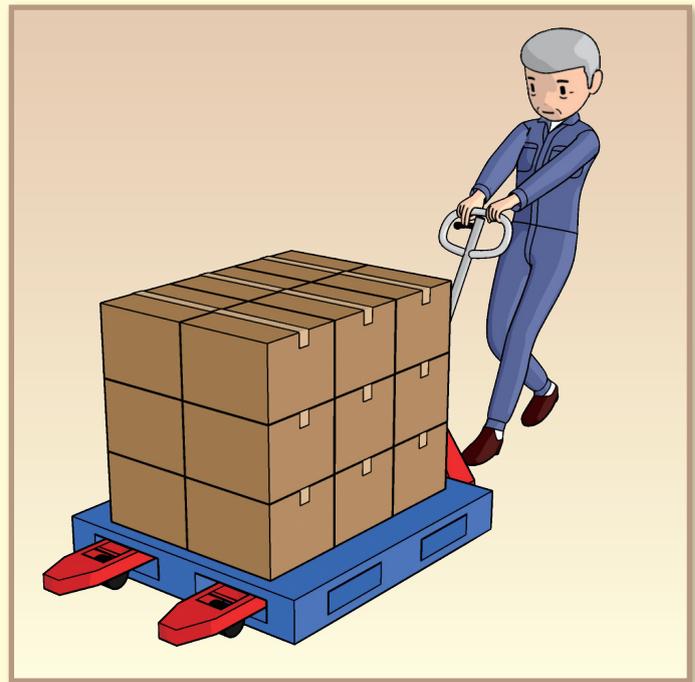
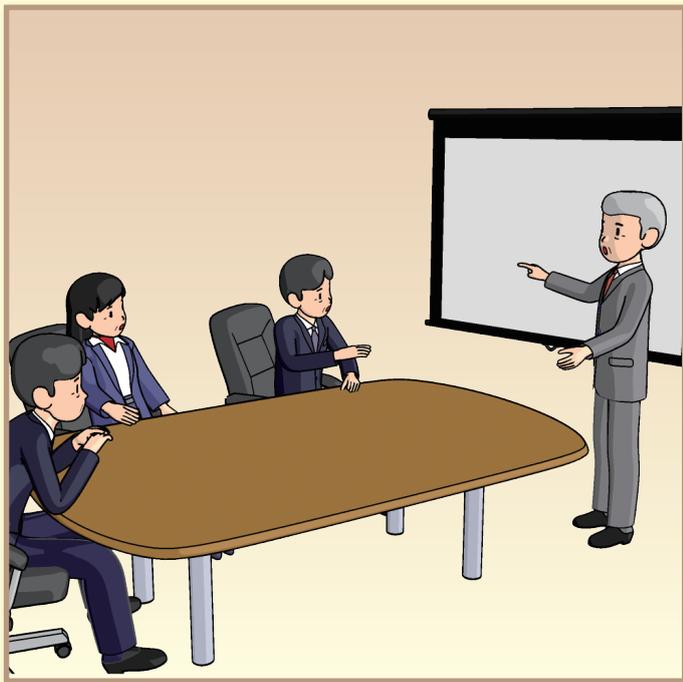


高年齢労働者の安全と健康



東京労働局労働基準部

(東京労働局ホームページ) <http://tokyo-roudoukyoku.jsite.mhlw.go.jp>

1. はじめに

労働安全衛生法第62条では、中高年労働者等についての配慮について「事業者は、中高年齢者その他労働災害の防止上その就業に当たって特に配慮を必要とする者については、これらの者の心身の条件に応じて適正な配置を行うように努めなければならない。」と定めています。

本条は、事業者に対して、これらの者の配置に際しては、労働災害防止の観点から、その心身にみあった適正な職場配置をするよう要請しているものです。

労働安全衛生法では、中高年労働者の定義について一律に定めていませんが、「高年齢者等の雇用の安定等に関する法律」では、高年齢者の年齢を55歳以上、中高年齢者の年齢を45歳以上と定めています。労働災害は中高年労働者等に発生危険が多くなります。

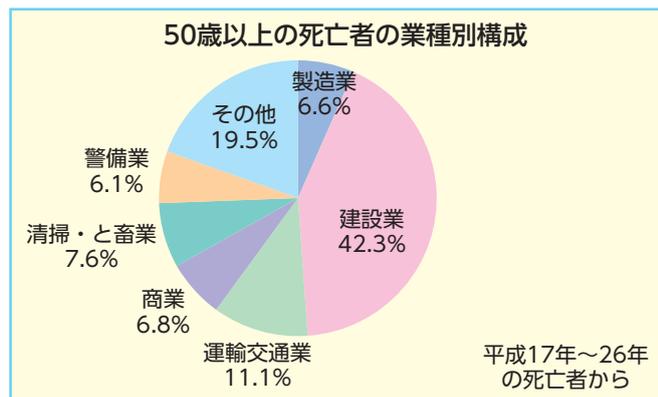
中高年労働者の労働災害の防止は従来から取り組まれている設備面の対策だけでなく、加齢による身体機能の変化に対応した対策が必要です。

2. 高年齢労働者の安全と健康の状況

1 過去10年間にみる50歳以上の労働者の死亡災害

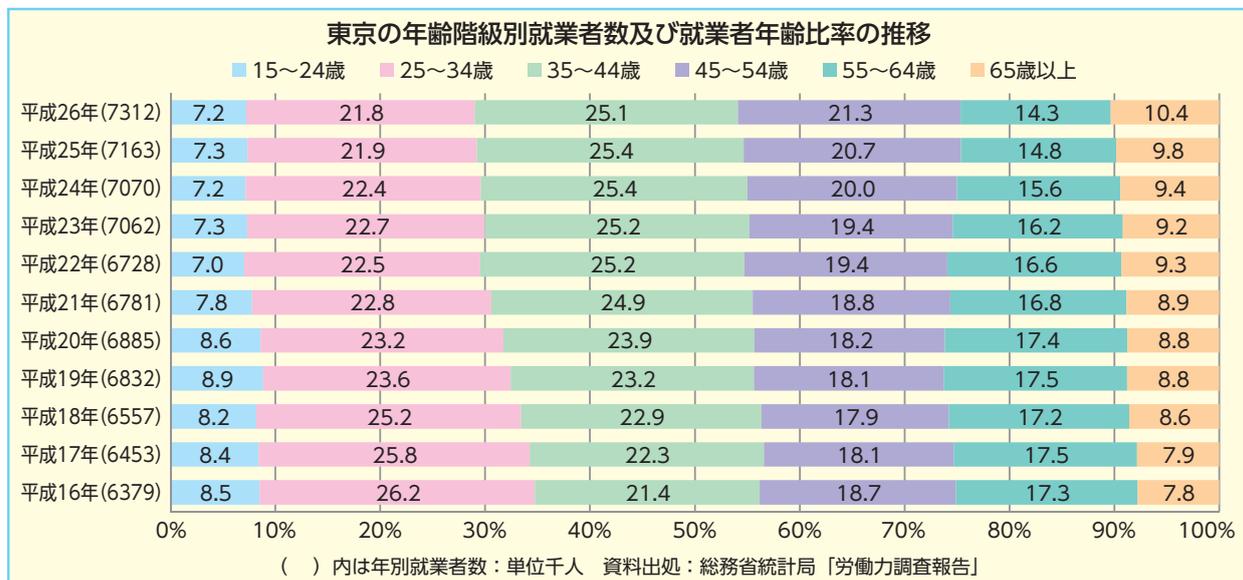
東京労働局管内の労働災害による死亡災害の被災者の中で50歳以上の占める割合は、平成17年～26年までの10年間では50.8%（778人のうち395人）となっています。

これを業種別にみると、製造業6.6%（26人）、建設業42.3%（167人）、運輸交通業11.1%（44人）、商業6.8%（27人）、清掃・と畜業7.6%（30人）、警備業6.1%（24人）となっています。



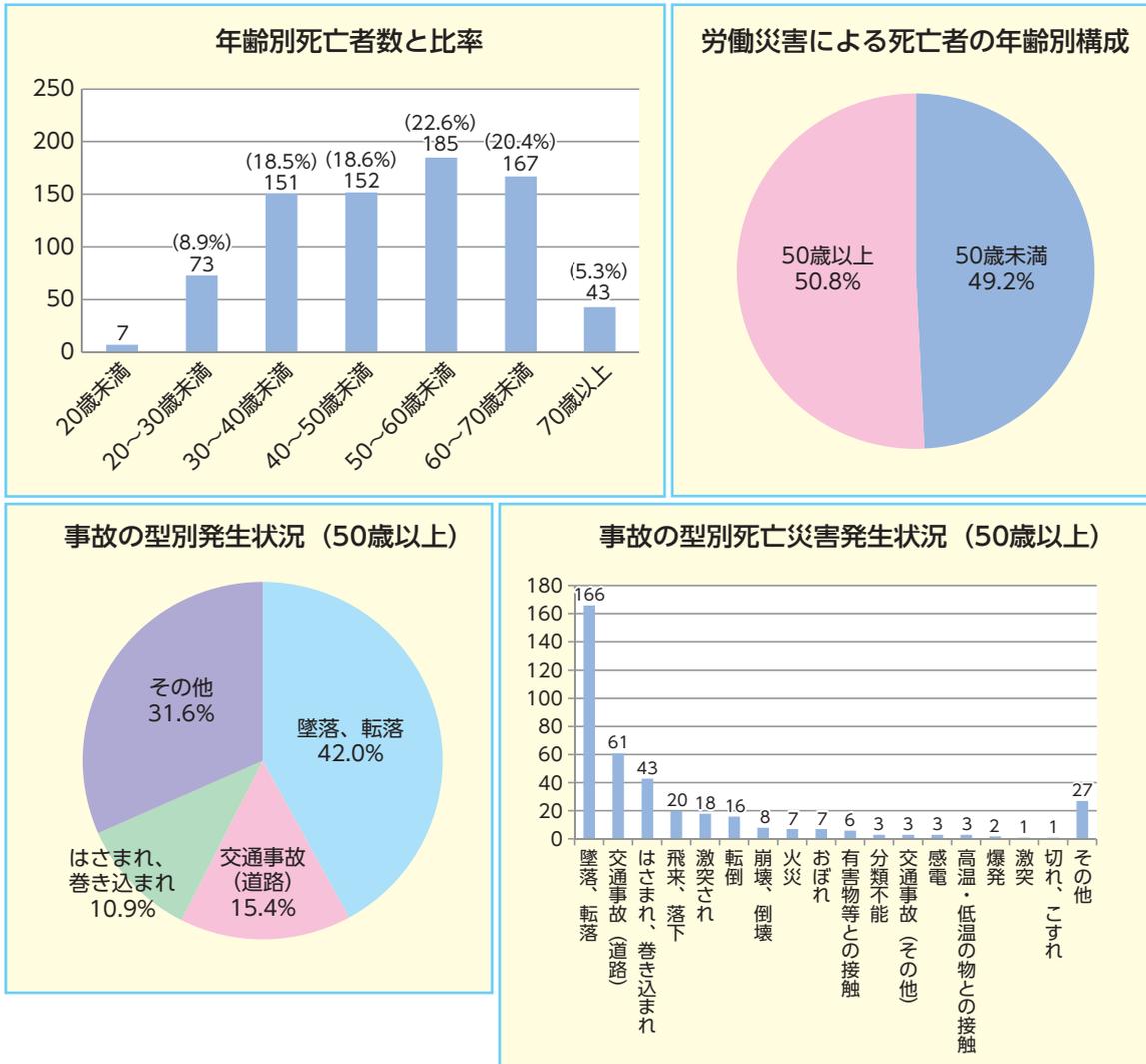
2 年齢階級別就業者数及び就業者年齢比率の推移

東京の就業者数は、平成16年の6379（千人）から平成26年の7312（千人）まで年平均1.3%増加しています。就業者年齢比率を見ると、45歳以上の比率が大きくなってきています。



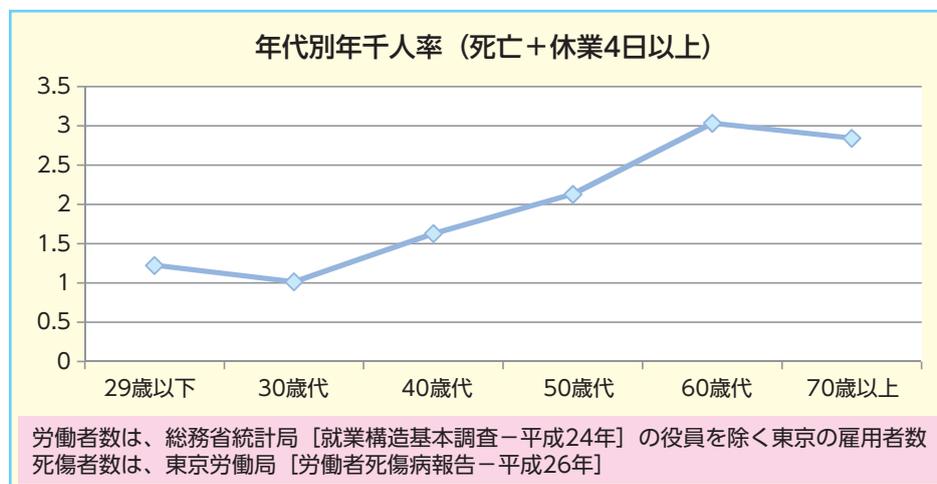
3 50歳以上の「事故の型別」死亡災害発生状況

(東京局の平成17年から平成26年までの10年間における死亡災害より)



4 年代別の労働災害年千人率

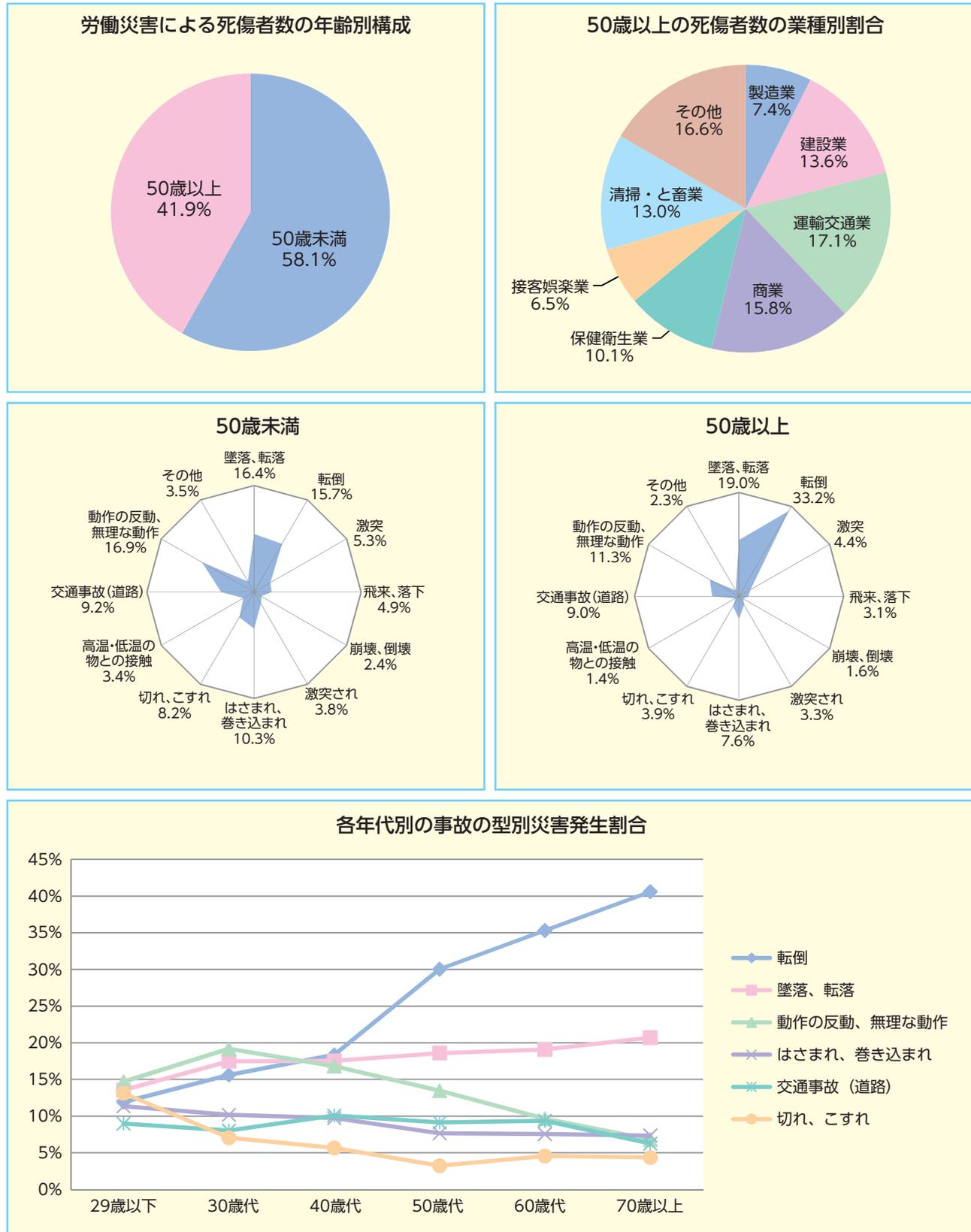
年齢別年千人率は、30歳代が最も低く、その後は年齢とともに増加する傾向となっています。30歳代と比較すると、60歳代では約3倍の高い数値となっています。



年千人率：労働者1000人当たりの1年間の死傷者数(死亡+休業4日以上)をいい、次の式で計算します。
 年千人率 = (1年間の死傷者数 ÷ 1年間の平均労働者数) × 1000

5 年代別の死傷災害発生状況

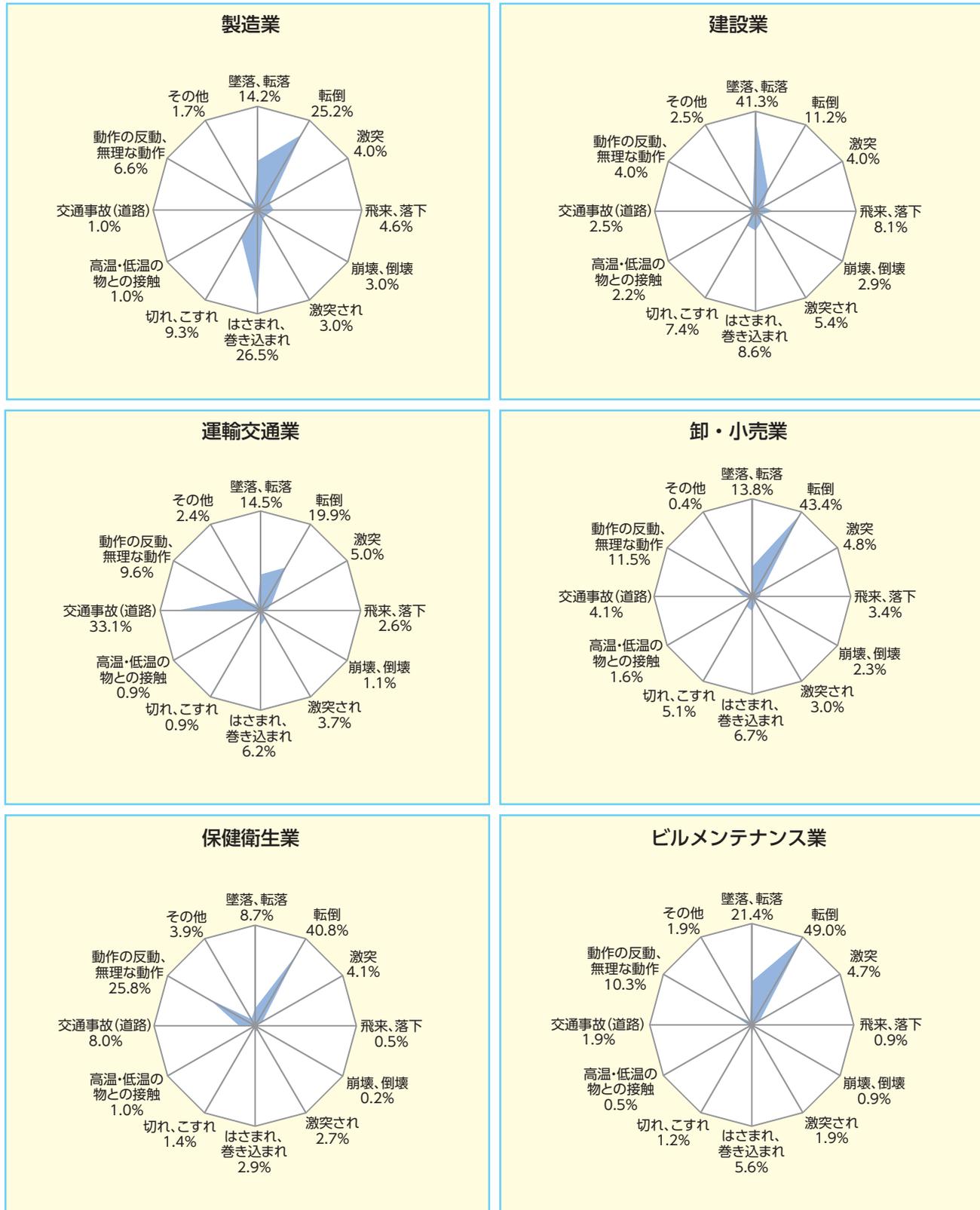
東京局の50歳以上の死傷者数（死亡+休業4日以上）は、労働災害全体の約4割を占めています。事故の型別で50歳未満と50歳以上を比較すると、50歳以上では転倒災害の占める割合が高くなっています。また、年齢とともに、転倒災害の割合が増加しており、高齢者の労働災害の原因の多くを占めています。



資料出処：東京労働局 [労働者死傷病報告—平成26年]

6 50歳以上の業種別事故の型別死傷災害発生状況

東京局の50歳以上の死傷者数（死亡+休業4日以上）を業種別にみると、業種を通じて転倒災害が第一位又は第二位の発生率となっており、多く発生しています。また、製造業でははさまれ、巻き込まれ、建設業では墜落、転落、運輸交通業では交通事故（道路）、保健衛生業では、動作の反動、無理な動作といった業種に特徴的な災害が多く発生しています。



資料出処：東京労働局 [労働者死傷病報告—平成26年]

7

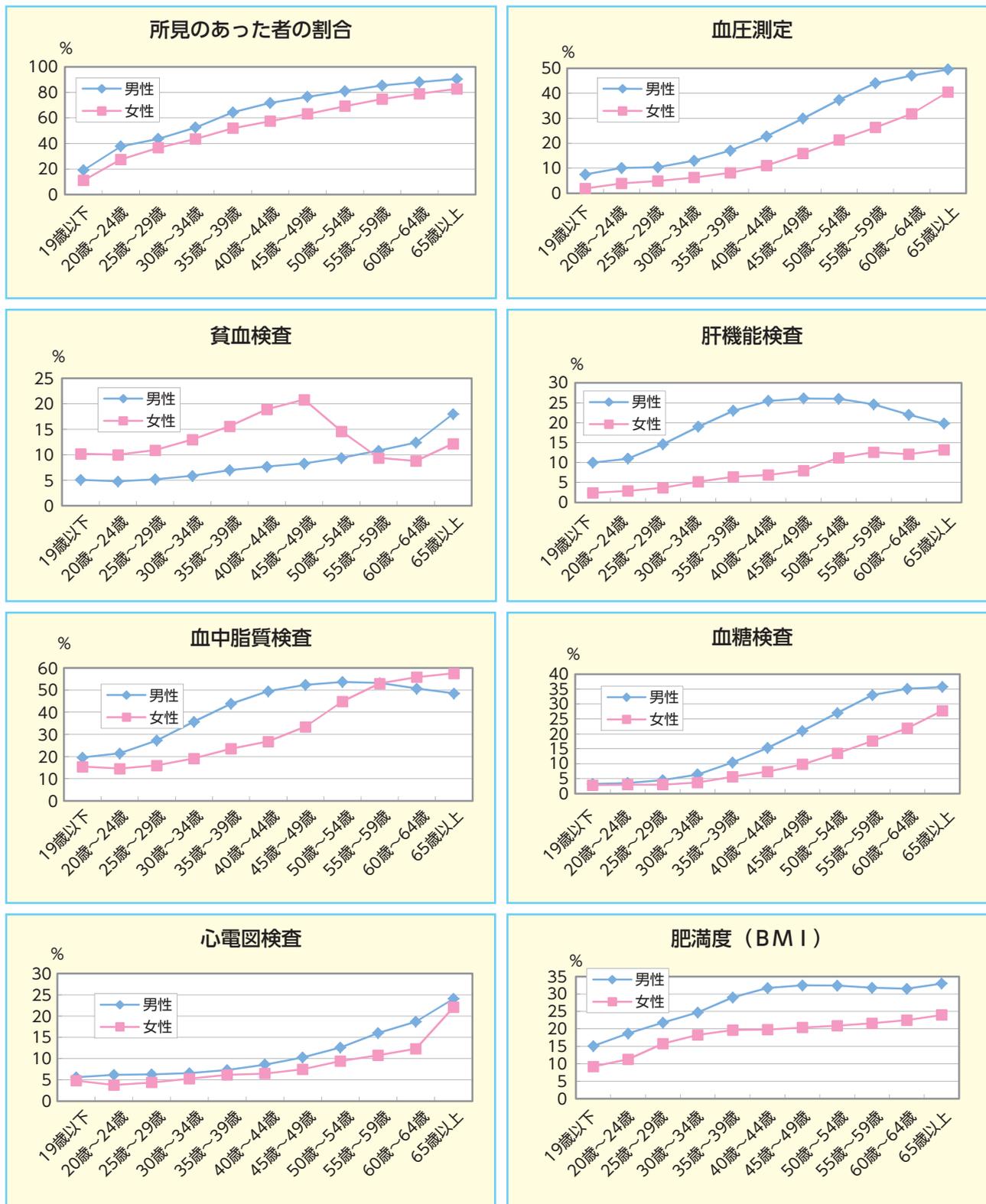
定期健康診断の年齢別・健診項目別有所見率

～東京都産業保健健康診断機関連絡協議会（都産健協）の調査から～

定期健康診断結果による労働者の健康状況

定期健康診断の受診結果によると、男女とも年齢が高くなるほど所見のあった者の割合が高くなっています。検査項目別では、「血圧」「血糖」「心電図」等の脳・心臓疾患の発症に影響を及ぼす検査結果も年齢とともに増加傾向にあります。

主な一般健康診断項目の有所見率の傾向（平成25年度）



3. 加齢に伴う心身機能の変化

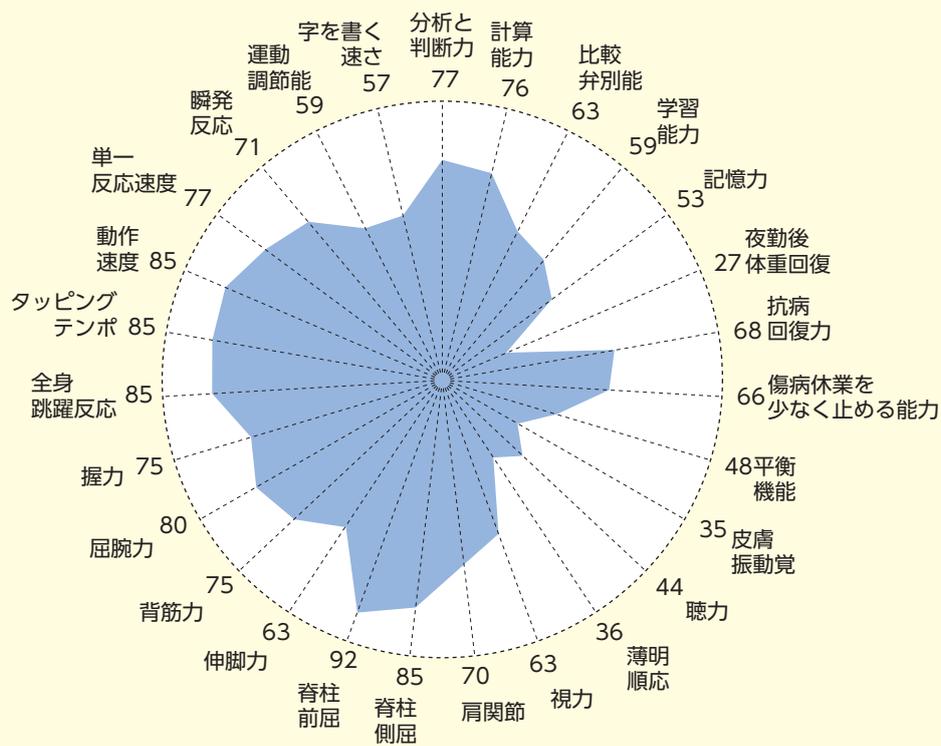
1 労働と「加齢」及び「心身機能」との関連

- ①生理的機能（特に感覚機能、平衡機能）は、早い時期から低下が始まります。
- ②筋力の低下は、脚力で始まり、体の上方へ向かい手の指先へと進みます。
- ③訓練によって得た能力（知識・技能）は、長時間使用するほど維持できます。
- ④経験と技能の蓄積は、熟練を構成し、より高度で複合的な作業能力を生みます。
- ⑤中高年期以降は、心身機能の個人差が拡大します。

2 加齢に伴う心身機能の変化と労働災害

高齢者の労働災害防止対策を策定する場合、加齢に伴う心身機能の変化を十分に考慮する必要があり、また、現実の作業場面では、労働者本人が加齢に伴う心身機能の変化を常に自覚していないため、結果として無理な行動につながりやすくなるということもあります。

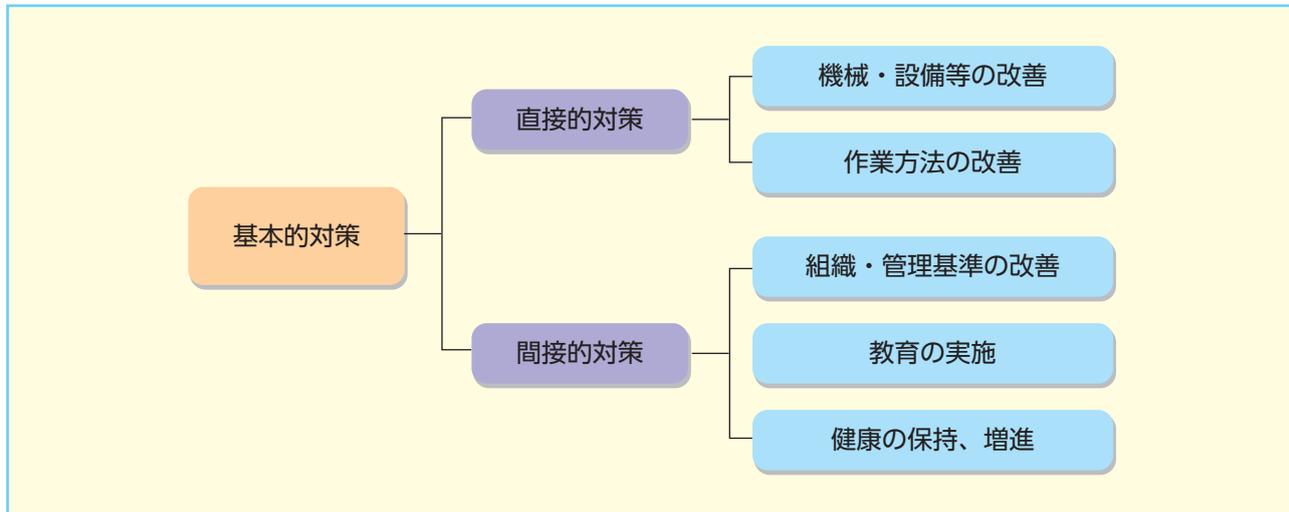
20～24歳ないし最高期を基準としてみた55歳～59歳年齢者の各機能水準の相対関係（%）



(斉藤一、遠藤幸男：高齢者の労働能力（労働科学業書53）労働科学研究所1980より)

4. 高年齢労働者の災害防止と健康確保

1 基本的対策等



1 直接的対策

加齢に伴い低下した身体機能に配慮した作業方法や作業環境となっているか、又、高年齢者に多い災害事例や、身体の特性等を考慮し、下記事項を踏まえ、調査・検討し改善を図る必要があります。

- ① **墜落・転落防止対策**.....
加齢に伴い、平衡機能が低下し、体のバランスがとれず「墜落・転落」する危険性が増大し、死亡災害など重篤な災害ともなるため、対策には細心の配慮が必要です。
- ② **転倒防止対策**.....
転倒災害は、高年齢者の労働災害の特徴の一つであり、骨折等の重篤な災害につながりやすく、さらに、同じ骨折でも若年者に比べ休業期間が長期化する傾向にあります。
- ③ **重量物取扱い方法の改善**.....
荷の取り扱い、運搬作業を人力に頼っている場合は、高年齢者にとって荷が重すぎてバランスを崩したり、握力不足によって荷を落したり、運搬距離が長いこと等によって腰痛などの災害が生ずることがあります。
- ④ **作業姿勢の改善**.....
作業点が作業者の身長と一致していないため、中腰状態で上体を前屈する姿勢や、上向き、ねじり姿勢等の自然な姿勢での作業は、筋疲労を招き、災害性腰痛等の労働災害発生の原因となっています。
- ⑤ **視聴覚機能の補助等**.....
人間の特性として、加齢とともに視力や聴力等の感覚機能や瞬間判断機能、反射的対応能力等が低下するといわれており、これが労働災害と結びつく原因ともなります。

2 間接的対策

高齢者対策を計画的に進めるために管理体制を整備する必要があります。また、教育については、労働者本人に生理的機能・心身機能の測定等を通じ、自分自身の機能を十分認識させながら、実施していくことが重要です。

①安全衛生管理組織、管理規程、作業手順書等の改善

高齢者の心身機能の特徴を踏まえて、作業手順書等の見直しや整備を図り、周知する必要があります。また、効果的な対策を実施するため、管理体制等についても、検討・整備することも重要です。

②安全衛生教育の実施

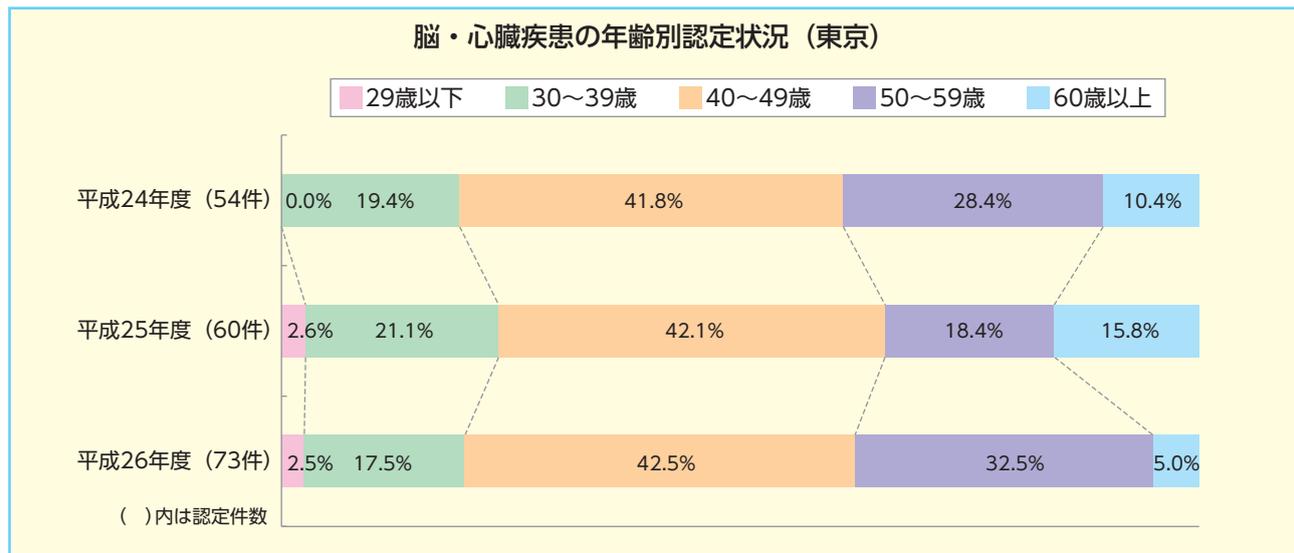
高齢者の場合、理解・納得に多くの時間がかかる場合もあり、教育をする際、対象を高齢者として実施することや、教材の文字を大きくしたり、絵や図解を入れる等「見える化」の工夫も必要です。

③高齢者の技能・知識を活かす職務への配置

長期にわたって身につけた豊富な知識や経験が心身機能の低下を補完し、若壮年者に劣ることなく活躍している実態もあり、これまでの知識や経験を生かし、さらに仕事の幅を拡げ、意欲をもたせる等の配慮も必要です。

④過重労働による健康障害防止

時間外・休日労働が月45時間を超えて長くなるほど、業務と脳・心臓疾患の発症との関連性が強まると考えられています。高齢者は脳・心臓疾患にかかる人の割合が高くなっています。過重労働による健康障害防止のための総合対策を実施しましょう。



⑤健康の保持増進

高齢者の労働適応能力を維持向上させるためにも、心身両面にわたる健康保持増進対策を実施することが重要です。

2 高齢労働者の転倒災害の防止対策

高齢労働者の労働災害発生率は若年労働者に比べて高くなっておりませんが、その原因の多くが転倒災害の増加によるものとなっています。高齢になると筋力、平衡機能、視力（薄明順応）、反射神経の機能低下などにより転倒しやすくなります。また、転倒した際に骨折しやすくなったり、休業期間が長くなったりしがちになります。

高齢労働者の豊富な経験・知識・判断力を生かして仕事を進めるために、転倒災害防止のための設備改善、安全衛生教育の実施など、転倒災害の防止対策に取り組みましょう。

1 転倒災害の典型的な事例

事例1：

品出し作業終了後、バックルームに戻る途中で、鮮魚売場前の床が濡れていたため、足を滑らせて転倒。右肋骨を骨折した（休業1か月、男性50代）。

事例2：

休憩後、勤務場所に戻る途中、荷物をしまった後の段ボールが廊下に一時的に置いてあり、その上を歩いた際足を滑らせ転倒した（休業28日、男性50代）。

事例3：

自転車で移動中、横断歩道の側溝に乗り上げた際、バランスを崩し前方のポールに自転車のペダルを引っ掛け転倒した。その際左膝を強く打ち打撲した（休業2週、女性60代）。



2 転倒の原因

①滑り

雨、雪、清掃後などの床の濡れ。床の汚れ、滑り止めの劣化。床が大理石などすべりやすい材質。走って作業を行っていたなどの行動。

②つまづき

床に凹凸、段差がある。床に段ボールなどが放置されている。敷物がめくれている。

③踏み外し

両手にものかかえるなど足元が見えない状態での移動や作業。暗い場所での移動。

3 転倒の防止対策

①設備面の対策

床の凹凸・段差の解消、滑り止めの設置、明るさの確保、手すりの設置、段差などへの注意表示

②管理面の対策

4S（整理・整頓・清掃・清潔）の実施（例：荷物などは通路に放置しない）

作業手順書の作成（例：床に水たまりがあったらすぐに拭き取る）

作業教育（例：通路は走らない、）

災害事例の周知（例：企業内の災害事例を共有。転倒災害が多発していることを知る）

また、高齢になると、転倒しそうになった時に、

- (1) 筋力でふんばって耐える。
- (2) 平衡機能によりバランスを取り直す。
- (3) とっさの反射神経で手を出して支える。

といった機能が衰えます。しかし、日頃の運動などにより維持することが可能です。高齢では機能の個人差が大きくなります。始業前体操などが有効です。



4 転倒災害防止のため職場の点検を実施しましょう

仕事中に転倒して4日以上仕事を休む方は、全国で年間26,000人ほどで、労働災害の種類では最も多くなっています。特に高齢者が転倒した場合は重症化する割合が高く、日常生活での不慮の事故による死因の中でも、転倒・転落死は交通事故死を超えています。

問題のあったポイントを改善して転倒災害の防止に努めましょう

チェック項目		✓
1	通路、階段、出口に物を放置していませんか	
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	
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	
4	転倒を予防するための教育を行っていますか	
5	作業靴は、作業現場に合った耐滑性があり、かつ、ちょうど良いサイズのものを選んでいませんか	
6	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	
7	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せんか	
8	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	
9	ストレッチ体操や転倒予防のための運動を取り入れていますか	

冬季の転倒災害防止対策のポイント

①気象情報の活用によるリスク低減の実施

- ・大雪・低温に関する気象情報を迅速に把握する体制の構築
- ・警報・注意報発令時等の対応マニュアルの作成、関係者への周知
- ・気象状況に応じた出張、作業計画等の見直し

②通路、作業床の凍結等による危険防止の徹底

- ・屋外通路や駐車場における除雪、融雪剤の散布による安全通路の確保
- ・事務所への入室時における靴裏の雪、水分の除去、凍結のおそれのある屋内の通路、作業場への温風機の設置等による凍結防止策の実施
- ・屋外通路や駐車場における転倒災害のリスクに応じた「危険マップ」の作成、関係者への周知
- ・凍結した路面、除雪機械通過後の路面等における荷物の運搬方法、作業方法の見直し



② 作業方法の改善

- 人力による運搬作業方法の改善をする

- 作業中の滑り防止

(3) 重量物等取扱方法の改善

- 手押車等を活用する

- 運搬物の大きさ、重量の面から改善する

- 揚重、運搬に動力運搬機械を活用する。

- 重量物の運搬場所等の改善

(4) 作業姿勢の改善

- 前屈姿勢作業を改善する

- 手押車等の活用により人力作業を軽減させる。

- 長尺物の運搬は複数で行う。
- 作業中に滑りやすい姿勢をとらないように、作業方法を改善する。

- 手作業で行っていた荷物の移動を専用台車で直接搬入できるようにする。

- ガスボンベ用手押車を採用する。

- 人力による運搬に適した大きさや重量になるように、ロットの設定をする。

- 足場材、型枠材、工具等仮設資材、機械、工具の軽量化を図る。

- 資材の搬入にフォークリフト、クレーン等を使用する。

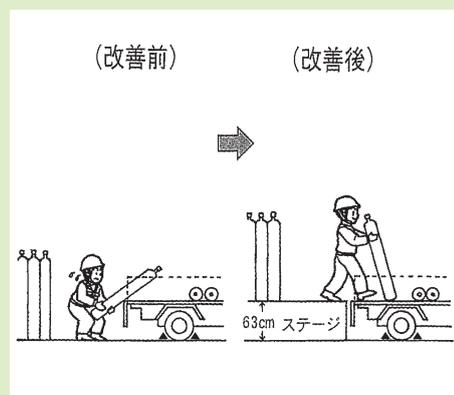
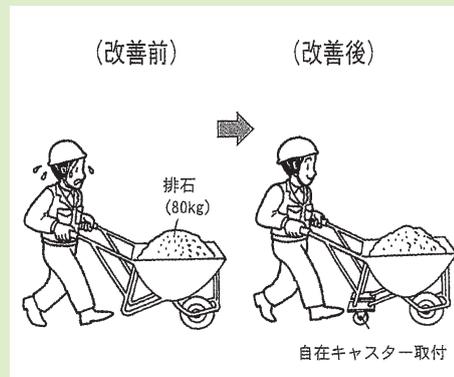
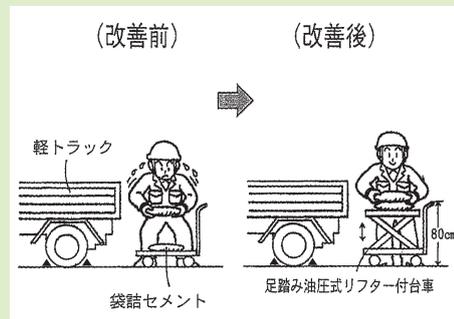
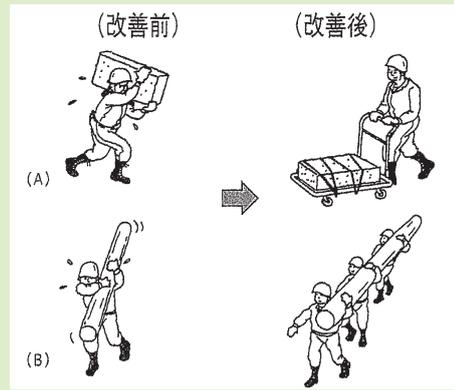
- 手作業で部品を搬送コンベヤーに移載していたのを、電動ホイスを設置し、搬送作業を自動化する。

- 重量物等の取扱作業は、広く平らな場所を確保し「はさまれ」の危険を防止する。

- レイアウトを変更するなど、運搬距離の短縮を図る。

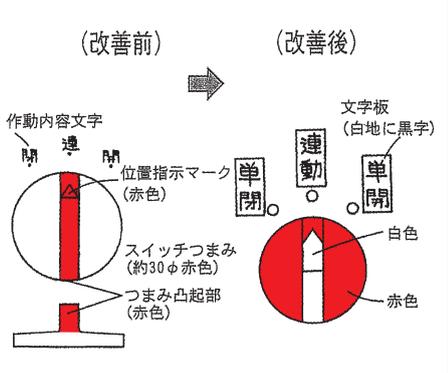
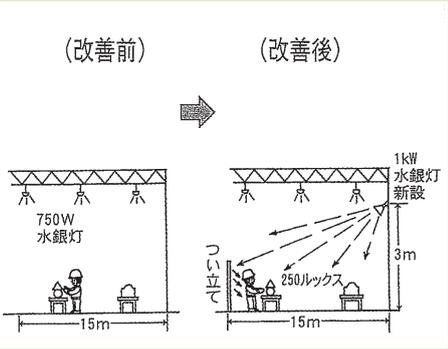
- 溶接作業を立位、座位で行える高さに変更する等により中腰作業を改善する。

- 床上にあったバルブの位置を変更し、立ったままバルブ操作ができるよう、作業姿勢の改善を図る。



- 腰痛、疲労防止のために作業姿勢を改善する
- (5) 視聴覚機能の補助等**
- 全体照明、局所照明を改善する
 - 作業指示票、図面等の表示を拡大し、簡素化する

- ベルトコンベヤー等を活用し、人力による運搬等の作業の機械化を図る。
- 高さ調節できる作業台、椅子を使用する。
- 全体照明に局所照明を併用して、作業に必要な照度を持たせるようにする。
- 外構工事等の夜間作業では照明の照らし方を工夫する。
- 注意表示には、イラスト等を多く採用する。
- 指示票や図面等に記入する文字を大きくする。
- ライト付きルーペを備え付けて、細部点検を行い易くする等、表示等を容易に読み取れるように改善する。



- 間 接 的 対 策**
- (1) 安全衛生管理組織、管理規程、作業手順書等の改善**
- (2) 安全衛生教育の実施**
- (3) 高年齢労働者の技能・知識を生かす職務への配慮**
- (4) 過重労働による健康障害防止**
- (5) 健康の保持増進**

- 具 体 例**
- 安全衛生管理規程等の改善を図る。
 - 高年齢者向けの作業手順書を作成する。
 - 災害事例を使つての高年齢者の安全衛生教育を実施する。
 - 繰り返して安全衛生教育及び訓練を実施する。
 - 勤務形態、作業内容に配慮する。
 - 試作、開発部門で熟練技能者としての経験知識を発揮させる。
 - 生産技術や安全衛生管理ノウハウの継承のため、若年者教育などの職務を担当させる。
 - 時間外・休日労働時間を削減する。
 - 労働時間を適正に管理する。
 - 長時間労働者に対し面接指導等を実施する。
 - 健康管理体制を整備し健康診断を実施する。
 - 健康診断の結果に基づき従業員の健康を保持するための措置について、医師の意見を聴く。
 - 健康保持増進計画により、全ての労働者に健康測定を行い、必要に応じて健康指導を行う。
健康測定（生活状況調査、問診・診察、医学的検査、運動機能検査）
健康指導（運動実践、保健指導、栄養指導、メンタルヘルスケア）

4 高齢労働者に配慮した作業負担管理状況チェックリスト

※各チェック項目の点数が1～3の場合は、「高齢労働者に配慮した職場改善事項」を参考にして職場の改善対策に取り組みてください。

出典：厚生労働省「高齢労働者に配慮した職場改善マニュアル」より

A：就労条件への配慮

チェック項目	評価のポイント	できていない	1/3以上	半分以上	2/3以上	ほぼできていない	わからぬ	自職場は該当なし	高齢労働者に配慮した職場改善事項
1 あらかじめ作業標準などで作業内容を具体的に指示し、作業者が事前に作業を計画できる	どんな作業をするのか、あらかじめ具体的にわかりやすく示し、作業にかかる前に自分で計画を立てて仕事に取りかかれるようにしていますか。	1	2	3	4	5			①反応型の作業ではなく、事前に計画がたてられる作業にする。 ②作業内容を明確にし、できる限り具体的に指示する。
2 適度な休憩時間を置いている	疲労感は、行っている作業だけではなく、休憩の間隔や長さによっても大きく変わります。適度な休憩を取れるようにしていますか。	1	2	3	4	5			○注意の集中が必要な作業の継続時間はより短時間とする。
3 作業から離れて休憩できるスペースを設けている	疲労感の軽減のために、作業を離れて快適に休憩できる十分な広さのスペースがありますか。	1	2	3	4	5			○作業から離れて休憩できるスペースを設ける。
4 夜勤(22時から5時の勤務)はなくしているか、やむを得ず夜勤をさせる場合には夜勤形態や休日に配慮している	加齢とともに、昼から夜、あるいは夜から昼といった勤務シフトの変更は体慣らしていくことが難しくなります。夜勤について十分な配慮をしていますか。	1	2	3	4	5			○交代勤務の場合は夜勤から次のシフトに変わる間の休日を長めに取る。
5 半日休暇、早退制度などの自由度の高い就業制度を実施している	加齢とともに、高血圧や高脂血症など、何らかの疾患を保持する人が増え、定期的に病院に行くことも多くなります。このための時間を取りやすくしていますか。	1	2	3	4	5			○半日休暇、早退などの自由度の高い休暇制度を実施する。

B：作業への配慮

チェック項目	評価のポイント	できていない	1/3以上	半分以上	2/3以上	ほぼできていない	わからぬ	自職場は該当なし	高齢労働者に配慮した職場改善事項
1 年齢・個人差を配慮して仕事の内容・強度・時間等を調整している	筋力や運動能力は年齢に従って低下し、個人差も大きくなります。年齢だけでなく、個人の特徴を把握して作業内容や作業時間などの調整を行っていますか。	1	2	3	4	5			①配置に当たって経験を配慮する。 ②反応型の作業ではなく、事前に計画がたてられる作業にする。
2 職場配置に当たっては、本人の意向を反映させている	高齢という理由で職務適性を判断することなく、本人の意向、経験などをふまえて職場配置を行っていますか。	1	2	3	4	5			○本人の意向、経験等を聞き、これに基づいて職務適性を判断する。
3 作業者が仕事の量や達成度を確認できるようにしている	高齢者は若年者に比べて、仕事の量や内容の急な変更に対応しにくいことが知られています。作業の進み具合等が確認できるようにしていますか。	1	2	3	4	5			○高齢労働者が自分たちのペースで作業できるように設計する。
4 作業からのヒアリングの機会を積極的に設けている	仕事の内容や権限を把握しておくとともに、年長者としての立場を尊重し、不公平感、不安感を避けるために、ヒアリングの機会を設けていますか。	1	2	3	4	5			○職制と責任を明確化し、技能評価結果を明示する。

C: 作業負荷低減への配慮

チェック項目	評価のポイント	できていない	1/3以上	半分以上	2/3以上	ほぼできていない	わからない	自職場は該当なし	高年齢労働者に配慮した職場改善事項
1 素早い判断や行動を要する作業がないようにしている	認知能力も年齢が高くなるほど個人差は大きくなくなります。反応が低下してきた高年齢者については、素早い判断・行動を要する作業をなくしたり、適性を考慮して就かせるように配慮をしていますか。	1	2	3	4	5			①素早い判断を必要とする作業をなくす。 ②作業中に一呼吸おくことができない速い作業をなくす。 ③速い動作を伴う作業は極力避ける。
2 作業者が自主的に作業のペースや量をコントロールできるようにしている	高年齢労働者は若年者に比べ、時間に追われるような仕事には慣れにくく、またミスもしやすいことが知られています。作業者が自主的に作業負荷をコントロールできるようにしていますか。	1	2	3	4	5			○できる限り作業者が自主的に作業ペースをコントロールできるようにする。
3 強い筋力を要する作業や長時間筋力を要する作業を減らしている。あるいは、補助具を用いるなどの配慮をする	個人差はありますが、高年齢労働者は筋力が低下しています。作業内容を変える、補助具を用いるなどの配慮をしていますか。	1	2	3	4	5			○強い筋力を要する作業は極力減らすか避ける。
4 高度の注意集中が必要な作業は一連続作業時間や作業後の休憩時間を配慮する	監視作業や製品検査など高度の集中が必要な作業については、たとええば、一連続作業時間が長くないように、ローテーションによって作業を分担するなどの配慮をしていますか。	1	2	3	4	5			○注意の集中が必要な作業は、長くないよう配慮する。

D: 作業姿勢への配慮

チェック項目	評価のポイント	できていない	1/3以上	半分以上	2/3以上	ほぼできていない	わからない	自職場は該当なし	高年齢労働者に配慮した職場改善事項
1 背伸びする、腰、ひざを曲げる、体をひねる、腕をあげるなどの不自然な姿勢となる作業を減らしている	個人差はありますが、加齢による筋力、関節の動き、柔軟性などの低下は避けられません。体の曲げ伸ばしやねじれ姿勢など不自然な作業姿勢を減らしていますか。	1	2	3	4	5			○できるだけ不自然な姿勢となる作業を減らす。
2 必要に応じて作業時に椅子などを用いて立位作業を減らしている	加齢とともに筋力や平衡感覚が低下し、バランス能力も落ちてきて、体の安定がとりにくくなります。長時間の立位作業を減らしていますか。	1	2	3	4	5			○できるだけ立位作業を減らす。
3 必要なものは視野内の手の届く範囲にあり、無理なく作業ができるようにしている	加齢とともに関節の動く範囲が狭くなり、無理に手を伸ばしてバランスを崩すこともあります。視野に入り、体をねじることなく作業できるようにしていますか。	1	2	3	4	5			○腕を曲げた状態で手の届く範囲に負荷がくるよう作業設計する。
4 個人に合わせて選択、調整できる工具、椅子、作業台などを提供している	扱いにくい工具、無理な姿勢は、疲労の蓄積や傷病、また事故の生じる原因となります。個人の特性にあった工具や、高さ傾きが調整できる作業台・椅子などを提供していますか。	1	2	3	4	5			○個人に合わせて調整できる椅子、工具を提供する。

E: 作業環境への配慮									
チェック項目	評価のポイント	できていない	1/3以上	半分以上	2/3以上	ほぼできていない	わからない	自職場は該当なし	高年齢労働者に配慮した職場改善事項
1 作業で扱う機器・書類や作業場の掲示物、ディスプレイ(表示画面)などを見やすくする工夫をしている	個人差はありますが、高齢になると焦点の調整が難しくなります。文字の大きさや色調、コントラストに配慮していますか。	1	2	3	4	5			○ 掲示物は、見えにくい色彩、不明瞭なコントラストを確認し、改善する。青・緑色など一般の背景色から弁別しにくい識別表示を減らす。
2 作業場だけでなく、通路・階段なども適切な照度が確保されている	個人差はありますが、高齢になると、明るさに対して眼が慣れるのに時間が長くなります。また、暗いところでは足元が見えにくくなります。作業場だけでなく、歩行する箇所にも一定の照度が確保されていますか。	1	2	3	4	5			○ 作業場及び通路に適切な照明を設ける。
3 会話を妨げたり、異常音を聞き取りにくくするような背景騒音を減らしている	騒音が常にあると、警告音がわかりにくくなったり、いろいろな感や注意散漫が生じる原因になります。騒音対策をしていますか。	1	2	3	4	5			○ 会話を妨げる、異常音を聞き取りにくくする、いろいろなを募らせる背景騒音を減少させる。
4 暑熱職場・寒冷職場における対策をしている	個人差はありますが、加齢に伴い温度への耐性や体温を調節する能力が低下します。作業中の温熱対策、保護具の着用、継続時間の低減などの対策をとっていますか。	1	2	3	4	5			① 暑熱環境下の作業では、暑熱環境リスクをWBGT指数で評価し、熱中症予防のための基本的対策を講じる。 ② 作業休止時間・休憩時間の確保に努める。 ③ 寒冷環境下で作業をする場合には適切な防寒具を使用する。

F: 安全への配慮									
チェック項目	評価のポイント	できていない	1/3以上	半分以上	2/3以上	ほぼできていない	わからない	自職場は該当なし	高年齢労働者に配慮した職場改善事項
1 熟練者にありがちな慣れによる事故を防ぐ工夫をしている	個人差はありますが、高齢になると危険性を低く見積もり意識的・意図的な不安全行動により事故をおこすことがあります。十分に作業手順を理解し守るように工夫していますか。	1	2	3	4	5			○ 高年齢労働者と若年労働者が協働できる職場とし、高年齢労働者の生理機能の低下に起因する事故の発生を防止できる職場にする。
2 出来る限り危険な作業場での従事機会を減らしている	個人差はありますが、加齢とともに筋力や平衡感覚の低下は避けられません。極力危険な場所での作業を減らすとともに、そのような機会をつくらないように配慮していますか。	1	2	3	4	5			○ 本人の意向、経験を配慮しながら軽作業に配置することを検討し、高所作業、残業、深夜作業による負担を減らす。
3 墜落・転落防止のため、足場・はしご・脚立等を使用する場合には、安定したものを使用させている。転倒防止のため、段差・傾斜がなく、滑りにくい床面になっている	個人差はありますが、高齢になるとバランス能力が低下します。傾斜を下げる、床面の段差をなくす、滑りにくくする、手すりを設ける等の措置を講じていますか。	1	2	3	4	5			① 滑りやすい歩行路をなくす。 ② 階段には手すりを設ける。 ③ 段差のある場所の表示を行う。
4 警告音の音程、音調は聞き取りやすくする工夫をしている	個人差はありますが、高齢になると、特に高音域での聴覚低下が生じやすくなり、高い音の警告音が聞き取りにくくなります。警告音や指示音について対策や工夫をしていますか。	1	2	3	4	5			○ 警告音は高純音より低音の電子音とし、また、警告は、必要に応じて、視覚や嗅覚に訴えるようにする。
5 取り扱う物の重さが一目でわかる工夫(重量物色表示等)をしている	見た目以上に重いものを急に持ち上げる、支える、といった作業はケガや事故のもとになります。数値や色彩などで具体的に重さが分かるようにしていますか。	1	2	3	4	5			○ 手で取り扱う重量物には、重量表示をする。
6 高年齢労働者に配慮し、職場に合った上記以外の安全対策を実施している	高年齢労働者の特徴(視力、聴力、俊敏性、筋力等の低下など)を理解し、それに見合った安全対策を実施していますか。	1	2	3	4	5			① 高所作業床の囲いの手すりは高めとし、中棧や爪先板を付ける。 ② 見通しの悪い角には、カーブミラー等を設置する。 ③ 通路のコーナー部分は直角とせず、斜め線や曲線とする。

G：健康への配慮									
チェック項目	評価のポイント	できていない	1/3以上	半分以上	2/3以上	ほぼできていない	わからない	自職場は該当なし	高年齢労働者に配慮した職場改善事項
1 腰痛予防のための教育とトレーニングを積極的に受けさせている	腰痛は、特に高年齢労働者に多く発生します。腰痛予防のための教育、トレーニングの機会をつくり、積極的に受けさせていますか。	1	2	3	4	5			○腰痛発生防止のための教育、トレーニングの機会を提供する。
2 身体機能維持のための運動、栄養、休養に関するアドバイスを受けさせている	健康の保持・増進を行うために健康に関するアドバイスを受けられる環境を整備し、その機会を提供していますか。	1	2	3	4	5			① 高血圧症罹患、耐糖能異常及び糖尿病罹患、握力、心肺機能、貧血、肝機能異常といった指標には特に配慮する。 ② 健康に関するアドバイスを受けられる環境を整え、必要な情報を提供する。
3 健康診断の結果の説明を作業者に受けさせている	健康診断を受けただけでなく、必ず結果を通知し、その内容についてよく理解してもらうことで、健康の維持増進に努める配慮をしていますか。	1	2	3	4	5			
4 生活習慣病などに対する健康指導・健康教育を受けさせている	高齢になると高血圧、糖尿病、高脂血症などの生活習慣病にかかる人が増えます。これらに関する知識や対策について指導・教育を受けさせていますか。	1	2	3	4	5			① 健康の保持増進に関わる生活習慣、運動習慣についての知識と実践の機会を提供する。 ② 精神衛生上の配慮をした形で、必要な技能教育・健康教育の機会を提供する。
5 健康状態を配慮して適正配置を行っている	作業者の健康状態に応じて、勤務シフトを変更したり、作業負荷の高いものは軽作業と組み合わせ、ローテーションするなどの配慮をしていますか。	1	2	3	4	5			

H：新しい職場への適応の配慮									
チェック項目	評価のポイント	できていない	1/3以上	半分以上	2/3以上	ほぼできていない	わからない	自職場は該当なし	高年齢労働者に配慮した職場改善事項
1 職務内容の難易度に応じて適切な導入教育期間の調整を（作業者の要望を考慮しながら）行っている	個人差はありますが、高齢になると適応にかかる時間がより長くなります。新たな作業に就く際には、個人差、体力差、習熟度、職務経験などを考慮し、習熟のための時間を十分にとっていますか。	1	2	3	4	5			① 配置に当たって経験を配慮する。 ② 反応型の作業ではなく、事前に計画がたてられる作業にする。
2 新規の作業に従事する場合には、過去の作業経験との関連性を活かした教育を行っている	個人差はありますが、高齢になると新たな作業への適応には時間がかかります。過去の経験を踏まえ、以前の作業との関連性を示すことで、より早く習熟できるようにしていますか。	1	2	3	4	5			○配置に当たって経験を配慮する。
3 作業標準を守っているかどうか確認を行っている	慣れや過去の経験からの「思い込み」で作業の手順・やり方を勝手に変えていないことを確認していますか。	1	2	3	4	5			○作業標準を設定し、遵守の確認を行う。
4 職務習熟のための機会や手段が用意、提供されている	個人差がありますが、高齢になると新しいことへの対応が困難になってきます。時間をかけることで十分に克服できます。教育時間に余裕を持たせたり、ビデオや簡易教材などで自己学習できるようにしていますか。	1	2	3	4	5			○作業手順の省略を行わないよう教育する。

資料

「高年齢労働者の災害要因分析に関する項目」

(事業場での分析の際活用して下さい)

1 動作	1. 急激に機械等を操作した時。
	2. 力を込めた時。
	3. 体を移動した時。
	4. 姿勢を変化（ヒネル等）した時。
2 環境等の状況	1. 床面に凸凹・段差・滑りやすさ等があった。
	2. 作業場所がちらかっていた。
	3. 梯子・脚立等を使った安定しない場所での作業であった。
	4. 視覚をさえぎるものがあり、注意物が見えなかった。
	5. 作業場所が暗すぎた。
	6. 乱反射等があり、まぶしくて見えにくかった。
	7. 作業場所がうるさい状況であった。
	8. 振動を受ける場所であった。
	9. 高温（低温）あるいは高湿度下での作業であった。
	10. 作業場所の空気が汚れた（粉じん等により）状態であった。
3 作業内容	1. 休憩をいれない長時間の作業であった。
	2. 夜間作業であった。
	3. 修理・点検等をたまにしか行わない作業であった。
	4. 複雑な操作が必要な作業であった。
	5. 細かい神経を使う作業であった。
	6. 複雑な知識・情報が必要な作業であった。
	7. 指先を使う細かい作業であった。
	8. 急を要する作業であった。
	9. 流れ作業で決められた速度での作業であった。
4 作業指示	1. 作業手順・方法が間違っていた。
	2. 作業手順・方法が明確に示されていないかった。
	3. 現場で十分な指導・教育がなされていないかった。
	4. 監督者から特別の指示あるいは注意事項が明確に示されていないかった。
	5. 安全装置・防護装置等を使うように指示されていないかった。
	6. 安全靴・安全帽等を使うように指示されていないかった。
5 作業程度	1. 持続的に無理な姿勢での作業であった。
	2. 人力運搬でかなり力を使う作業であった。
	3. 瞬発力の必要な作業であった。
	4. 持続力にかなりの体力を必要とする作業であった。
	5. 作業速度が速く、体力的についていけない作業であった。
	6. 昇り・降り等の作業であった。
	7. 立ち作業の連続であった。

1 事故直前の気持	1. その時、作業に必要な注意を向けていなかった。
	2. その瞬間どうしようかと判断を迷ってしまった。
	3. あぶないと思っていたが、そのまま作業を続けていた。
	4. 単純な繰り返し作業のため仕事にマンネリ的であった。
	5. 緊張のため、かたくなっていた。
	6. かなり感情的・衝動的であった。
	7. 心配ごと（家族のこと、人間関係等）を気かけながら作業をしていた。
	8. かたくなな気持（がんこな気持ち）が災いしてしまった。
	9. もう少しで休憩または終業になるという気分で作業していた。
	10. 作業にとりかかったばかりなので調子がでていなかった。
	11. 疲れのためボンヤリしていた。
	12. かなりあわてて作業していた。
2 事故時の動作等	1. 合図や連絡が聞こえなかったり、または標識等を見誤った。
	2. 手・足・腰等が弱っていた。
	3. 体のバランスが思うようにとれなかった。
	4. 気持ちが先走り、体がついていかなかった。
	5. 動作が緩慢（のろかったり）であった。
	6. 目まい等により、その時フラットした。
	7. 体調が思わしくないのに作業をしていた。
	8. 寝不足や二日酔いの状態であった。
3 作業知識・技能程度	1. 作業手順・方法を間違えて覚えていた。
	2. 作業手順・方法が決まっていたが、省略しても大丈夫であると思った。
	3. 正確な作業手順・方法を忘れて、自己流でやった。
	4. 今までの経験に頼ってやった。
	5. 作業経験・知識が不足していた。
	6. 良くない習慣のまま作業をしていた。
4 共同作業	1. 相手との呼吸が合っていなかった。
	2. 相手がやってくれるものと信じ込んでいた。
	3. 作業に必要な人数が不足していたが、無理してその作業に取りかかった。
	4. 仲間との間がうまくいかず、一人ぼっちの状態であった。
5 作業指示等の状況	1. 作業手順・方法が示されていたが、守りにくいので無視してしまった。
	2. 現場で十分な指導・教育を受けたが、その通りに行わなかった。
	3. 監督者から特別の指示あるいは注意事項が示されていたが、無視してしまった。
	4. 安全装置・防護装置等を使うように指示されていたが使わなかった。
	5. 安全靴・安全帽等を使うよう指示されていたが使わなかった。

<問い合わせ先>

東京労働局労働基準部安全課又は各労働基準監督署安全衛生担当へ