

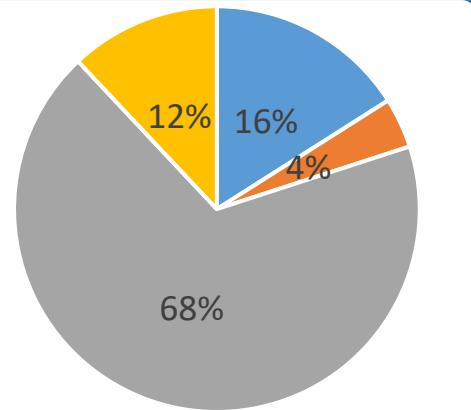
# 岩国労働基準監督署管内において 転倒による労働災害が多発しています！

岩国労働基準監督署管内（岩国市・大島郡・玖珂郡・柳井市大畠、神代、遠崎）における令和7年の転倒による休業4日以上の労働災害の発生割合は37%となり、全国における転倒災害の発生割合である27%を、10ポイントも上回っています。その内訳は、つまづき（46%）、もつれ等（20%）となっており、以下に掲げるような転倒災害が多発しています。

## ✓ つまづきのCheckPoints

つまづき災害では、可動な障害物につまづく災害が最も多発しています。特に、配線・ケーブル類や、仮置きした箱・カートなどにつまづくことがないように、日頃から整理整頓するように心がけましょう！

作業動線上にはつまづく原因となる物を配置しないようにし、やむを得ず仮置きしたときは、跨がらず先に復旧しましょう。



■ 段差  
■ 可動な障害物  
■ 固定の障害物、溝

## ✓ もつれ等のCheckPoints

もつれ等災害とは、自分の足にもつれた、風にあおられてバランスを崩した、門を閉めようとして手が滑りバランスを崩した、などといった転倒災害を指します。

令和7年の岩国署管内におけるもつれ等災害は、急に体の向きを変えたとき、ズボンのすそや履物によってバランスを崩したときなどに、多く発生しています。



かわいいフリー素材集  
「いらすとや」より

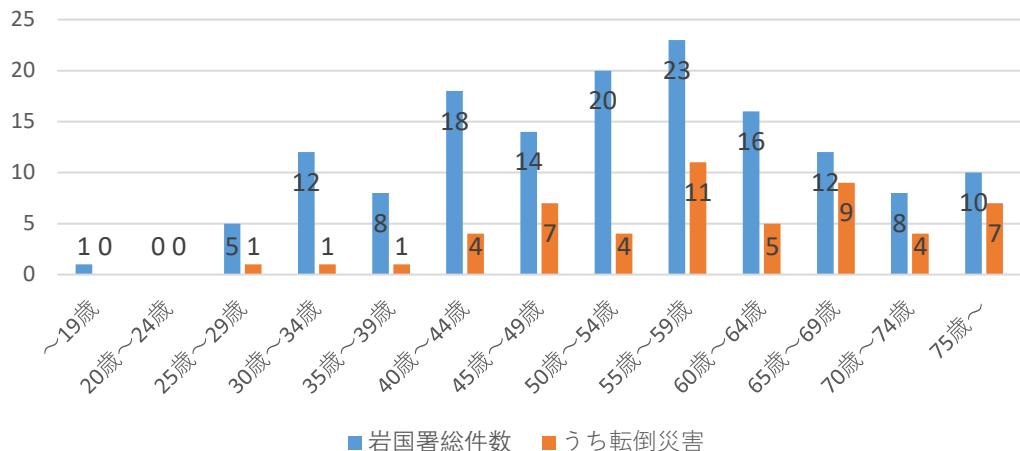
転倒災害は、高年齢労働者に多く見られる災害でもあります。

令和8年4月1日から施行される改正労働安全衛生法によって、高年齢者の特性に配慮した作業環境の改善、作業の管理その他の必要な措置を講ずることが事業者による努力義務とされます。詳しくは裏面をご覧ください。



厚生労働省・山口労働局・岩国労働基準監督署

# 年齢別労働災害発生状況（令和7年：休業4日以上）



高年齢労働者のうち、特に65歳以上の労働災害の2／3は転倒灾害となっています。

「高年齢労働者の労働災害防止対策に関する検討会報告書」によれば、『高年齢者の災害発生率の増加には、個人によりばらつきはあるが、業務に起因する労働災害リスクに、加齢とともに進む筋力やバランス能力等の身体機能や身体の頑健さの低下による労働災害リスクが付加されていることが大きいと考えられる』とされています。

このため、高年齢労働者の転倒災害防止対策にあたっては、例えばつまづきの原因となるような作業環境の改善といった取組に加えて、労働者が自己の健康を守るための努力の重要性を理解し、積極的に自らの健康づくりに努めることができるよう、事業者は、労働者と連携・協力して取組を進めることができます。

こうした事業者との連携・協力のため、高年齢労働者は、自らの体力チェックを行う等身体機能や健康状況を客観的に把握し、健康や体力の維持管理のため、日ごろから足腰を中心とした柔軟性や筋力を高めるためのストレッチや軽いスクワット運動等を取り入れ、適正体重を維持や栄養バランスの良い食事をとる等の食習慣や食行動の改善といった取組を積極的に行いましょう。

## 体力チェックの一例 詳しい内容は→



転倒等リスク評価セルフチェック票

### I 身体機能計測結果

#### ① 2ステップテスト（歩行能力・筋力）

あなたの結果は [ ] cm / [ ] cm (身長) = [ ]  
以下の評価表に当てはめると → 評価

評価表	1	2	3	4	5
結果／身長	~1.24	1.25	1.39	1.47	1.66~
	~1.38	~1.46	~1.65		



#### ② 坪位ステッピングテスト（敏捷性）

あなたの結果は [ ] 回 / 20秒  
以下の評価表に当てはめると → 評価

評価表	1	2	3	4	5
(回)	~24	25	29	44	48~
	~28	~43	~47		



#### ③ ファンクショナルリーチ（動的バランス）

あなたの結果は [ ] cm  
以下の評価表に当てはめると → 評価

評価表	1	2	3	4	5
(cm)	~19	20	30	36	40~
	~29	~35	~39		



#### ④ 閉眼片足立ち（静的バランス）

あなたの結果は [ ] 秒  
以下の評価表に当てはめると → 評価

評価表	1	2	3	4	5
(秒)	~7	7.1	17.1	55.1	90.1~
	~17	~55	~90		



#### ⑤ 閉眼片足立ち（静的バランス）

あなたの結果は [ ] 秒  
以下の評価表に当てはめると → 評価

評価表	1	2	3	4	5
(秒)	~15	15.1	30.1	84.1	120.1~
	~30	~84	~120		



### II 質問票（身体的特性）

質問内容	あなたの回答NOは	合計	評価
1. 人の中、正面から来る人にぶつからず、よけて避けます		点	①歩行能力・筋力
2. 同年代に比べて体力に自信はありませんか		点	②敏捷性
3. 突然的な緊急事に対する反応は素早い方だと思いますか		点	③動的バランス
4. 歩行中、小さい段差に躊躇なく乗り越えます		点	④静的バランス（筋肉）
5. 片足で立つまま軽下を隠こができると思いますか		点	⑤筋肉（筋肉・骨格）
6. 電車に乗ってつり革にかかづらうと立つて歩けます		点	
7. 部屋を開けて片足で立つ自信がありますか		点	
8. 電車に乗ってつり革にかかづらうと立つて歩けます		点	
9. 部屋を開けて片足で立つ自信がありますか		点	

それぞれの評価結果を赤字で記入

合計点数	評価表
2~3	1
4~5	2
6~7	3
8~9	4
10	5

質問内容	回答NO
1. 人の中、正面から来る人にぶつからず、よけて避けます	①歩行不能・筋力
2. 同年代に比べて体力に自信はありませんか	②敏捷性
3. 突然的な緊急事に対する反応は素早い方だと思いますか	③動的バランス
4. 歩行中、小さい段差に躊躇なく乗り越えます	④静的バランス
5. 片足で立つまま軽下を隠こができると思いますか	⑤筋肉（筋肉・骨格）
6. 電車に乗ってつり革にかかづらうと立つて歩けます	
7. 部屋を開けて片足で立つ自信がありますか	
8. 電車に乗ってつり革にかかづらうと立つて歩けます	
9. 部屋を開けて片足で立つ自信がありますか	

記入用

赤字

記入用

赤字