

(事業者・労働者のみなさまへ)

労働災害を防止するために【転倒災害編】

転倒災害は全国的に最も多く発生し、また多くの業種でも発生しています。さらに転倒による骨折等の重症となる場合も多く、およそ半数が1か月以上休業している実態にあります。転倒防止対策を推進し、働きやすい職場づくりをしましょう！

Q 転倒災害はどういった災害？

段差やケーブル、台車等の**通路や通路上の物**による転倒



床面の凍結や濡れている等の**通路の状態**による転倒



荷物を持っていて前が見えない等の**作業内容**による転倒



Q 転倒災害はどうして起こるのか？

転倒災害は、床の物や段差等のつまづきや濡れ、凍結等のすべりによって発生します。転倒災害における労働災害の約30%が何もない場所で転倒し、転倒災害のうち約75%が50代以上の災害です。

転倒災害の背景には老化による身体能力の低下や日々の運動不足が要因となって発生しています。

直接要因

(つまづき、すべり)



間接要因

(衰え、運動不足)



転倒災害の危険性について

転倒による労働災害は発生数が多く、また休業が1か月以上の重度の労働災害も多く発生しています。



様々な場所に転倒のリスク



骨折やねんざ

転倒災害は決して軽度な災害ではなく、対策しなければ生産性の低下や賠償等の企業リスクとなります。

本資料においては、転倒災害防止対策を以下の三点にまとめました。

1. 通路や作業場所等の環境要因の見直し
2. 整理整頓活動の徹底等の人的管理の見直し
3. 身体能力の低下防止等の労働者の身体管理の見直し

Point 1：通路や作業場所等の環境要因の見直し

転倒災害は、つまづきやすべりによって発生します。つまづきやすべりの要因を除去しましょう。

①つまづきの要因を除去しましょう

- ・ 道具や材料等が散乱していないか（安衛則 § 544）
- ・ 通路を有効に保持し、幅も確保できているか（安衛則 § 540、542、543）
- ・ 一定程度の照度が保たれるよう採光や照明があるか（安衛則 § 541）
- ・ 通路上の段差やへこみはないか



スロープの設置



道具や材料をしまう



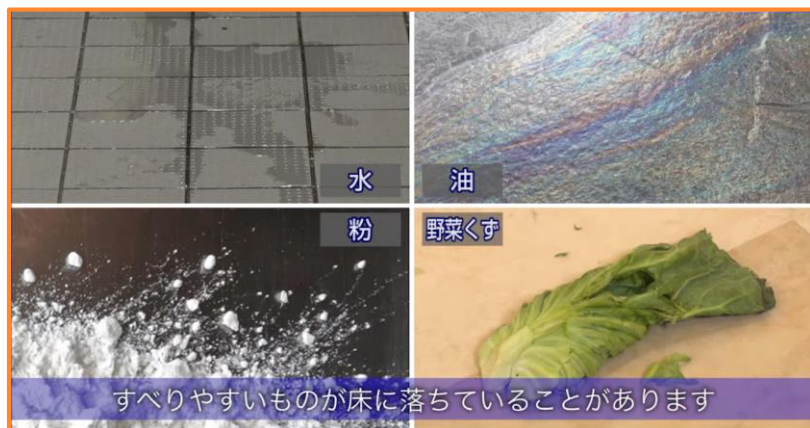
通路の必要な幅員

②すべりの要因を除去しましょう

- ・ 定期的な清掃等を行っているか

床の濡れ、凍結や油だけでなく、飲食業や小売業では落ちている野菜くずもすべりの要因となります。

定期的な清掃を実施し、すべりの要因を除去しましょう！



水まわりのグレーチング等の特にすべりやすい場所については、定期的な見回りや危険表示等による対策を講じましょう！

（出典：厚生労働省YouTube「飲食店、小売業向け転倒・腰痛防止用視聴覚教材」）

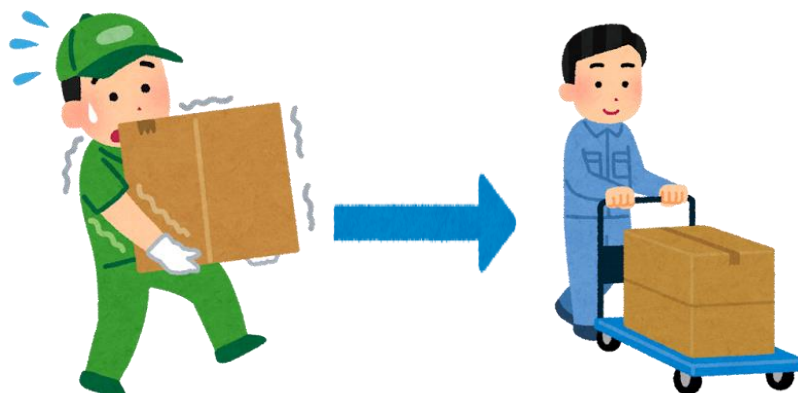
Point 2：整理整頓活動の徹底等の人的管理の見直し

①作業の見直しや整理整頓等により安全な状態を維持しましょう

後ろ向きの移動や荷物で前が見えない等による転倒も多く発生しているため、**台車の活用**や**小分けにして運ぶ**等、作業方法を見直しましょう。

また、一時的に安全な状態となっても意味はなく、適切に維持される必要があります。整理整頓等の5S活動の徹底等を通じて維持に努めましょう。

納期間近や急いでいる場合等の焦っている場合には、整理整頓等がおろそかになりやすくなります。余裕をもった作業を計画しましょう。



職場のあんぜんサイト
「転倒災害防止対策に役
立つ安全活動」

②適切に作業靴等の装備を着用しましょう

適切な作業靴を着用させましょう。選定にあたり、以下のポイントを参考としましょう。滑りにく過ぎるのは、かえってつまづきの要因となります。メーカーや販売店と相談したうえ選定しましょう。

1 靴の屈曲性

屈曲性（曲がりやすさ）が高い方が、接地面積が大きくなり、安定します。



2 靴の重量

重量が大きくなると足が上がりづらく、つまづきの要因となるため、短靴（片足）では900g以下が推奨されます。



3 靴の重量バランス

つま先が重いと歩行時に上がりにくくなり、つまづきの要因となります。



4 つま先の高さ

つま先部が低いと、ちょっとした段差につまづきやすくなります。

5 靴底と床の耐滑性のバランス

床面に応じた動摩擦係数の靴を使用しましょう。

	動摩擦係数
耐滑性が優れる靴	0.2以上
一般のプロテクティブスニーカー	0.05～0.15程度
市販の紳士靴	0.01～0.1程度

Point 2：整理整頓活動の徹底等の人的管理の見直し

③安全教育等による安全意識の向上を図りましょう

・転倒災害防止に係る安全教育を実施（安衛則 § 35）

転倒災害防止に係る安全教育を実施しましょう。安全衛生教育を一度だけ実施しても慣れによる省略行動等による転倒災害は発生します。**定期的な安全教育**の実施等の安全意識の向上に努めましょう。

作業場所でのヒヤリハット事例の共有や転倒が多く発生している場所の再周知等を行いましょう。



【参考】
厚生労働省
YouTube動画教材
プレイリスト



整理	・ 必要なものと不要なものを区分し、不要、不急なものを取り除くこと
整頓	・ 必要なものを、決められた場所に、決められた量だけ、いつでも使える状態に、容易に取り出せるようにしておくこと
清掃	・ ゴミ、ほこり、かす、くずを取り除き、油や溶剤など隅々まできれいに清掃し、仕事をやりやすく、問題点が分かるようにすること
清潔	・ 職場や機械、用具などのゴミや汚れをきれいに取って清掃した状態を続けること ・ 作業者自身も身体、服装、身の回りを汚れの無い状態にしておくこと

・「危険の見える化」を実施

危険の見える化は、職場の危険を可視化し、従業員間で共有することです。転倒のおそれがある箇所を認識させ、安全意識を向上させましょう。

職場の危険マップによる「危険の見える化」

①職場マップから危険の洗い出し

職場の平面図から、従業員の参加の下でヒヤリハット事例の多い場所等※の危険な箇所や作業の洗い出しを行います。

※ヒヤリハット事例の多い場所、過去に労働災害が発生した場所、危険予知活動やリスクアセスメントで注意が必要と思われる場所

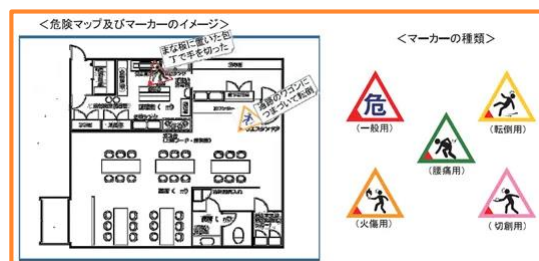
②危険回避対策の検討

危険を回避するために、注意すべきことや守るべきことを検討します。

③危険マップの作成・掲示

職場の平面図に危険箇所をマークし、コメントを記載した危険マップを作成し、休憩室等従業員が確認しやすい場所に掲示しましょう！

～危険マップの例～



Point 3：身体能力低下防止等の労働者の身体管理の見直し

転倒災害は、加齢による身体強度の低下や運動機能の低下に伴い、発生することがあります。厚生労働省では転倒災害防止のための**いきいき健康体操**を推奨しています。

また、日ごろから**無理のない範囲で運動**を行い、**バランスの良い食事**を摂ることにより、筋力の維持に努めましょう。



いきいき健康体操のリンク



転倒・腰痛予防！「いきいき健康体操」、転倒リスク評価セルフチェック表

その他：冬季における転倒災害防止

積雪・凍結による転倒災害も一定数発生しています。職場の入り口の除雪作業等を実施するにあたっては転倒する危険性が高いため、天気予報に気を配り、**時間に余裕をもって作業をさせましょう！**

①気象情報の迅速な把握と対策

- ❑ 大雪等、気象情報を迅速に把握、共有する体制を作る。
- ❑ 警報等発令時の対応マニュアルの作成と周知を行う。

②作業場所の危険防止対策の徹底

- ❑ 凍結した路面となることが見込まれる場合の作業方法の見直しと徹底を行う。
- ❑ 転倒防止のための滑りにくい靴の着用を勧奨する。
- ❑ 靴裏の雪や水分除去等、屋内作業場所の凍結防止対策の徹底させる。



問い合わせ先

山梨労働局健康安全課
甲府労働基準監督署
都留労働基準監督署
鰺沢労働基準監督署

甲府市丸の内1-1-11
甲府市下飯田2-5-51
都留市四日市場23-2
南巨摩郡富士川町鰺沢1760-1
富士川地方合同庁舎5階

TEL：055-225-2855
TEL：055-224-5617
TEL：0554-43-2195
TEL：0556-22-3181