

令和7年度 第1回目

小売業・介護施設SAFE協議会

山梨県SAFE協議会事務局（山梨労働局）



次第

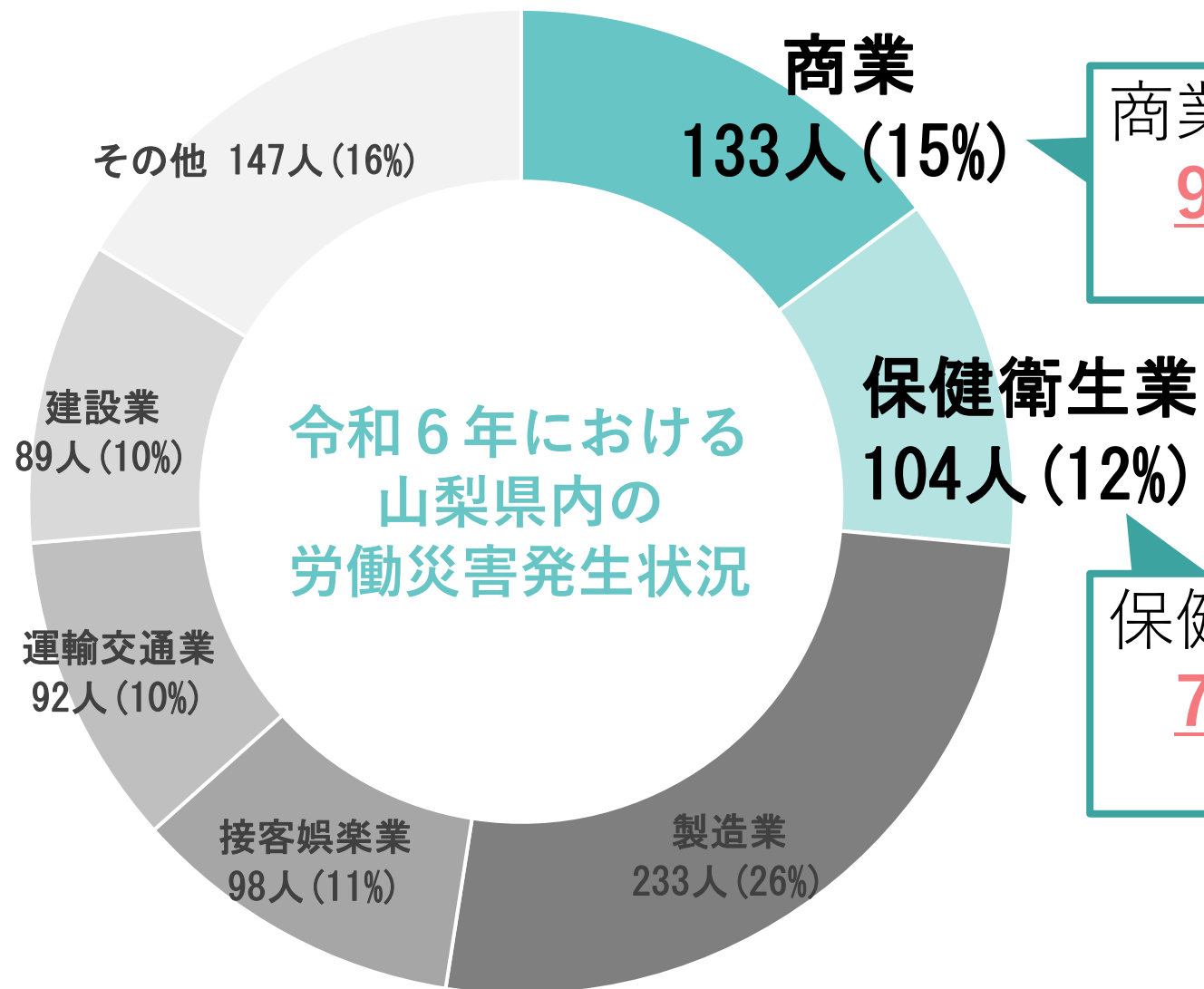
- 1 労働基準部長挨拶
- 2 SAFE協議会構成員 自己紹介
- 3 山梨県内の労働災害発生状況
- 4 転倒・腰痛による労働災害防止対策
- 5 SAFEコンソーシアム、SAFEアワードの紹介
- 6 各構成員による取組状況、支援事業の案内
- 7 意見交換
- 8 その他

1 労働基準部長挨拶

2 SAFE協議会構成員 自己紹介

3 山梨県内の労働災害発生状況

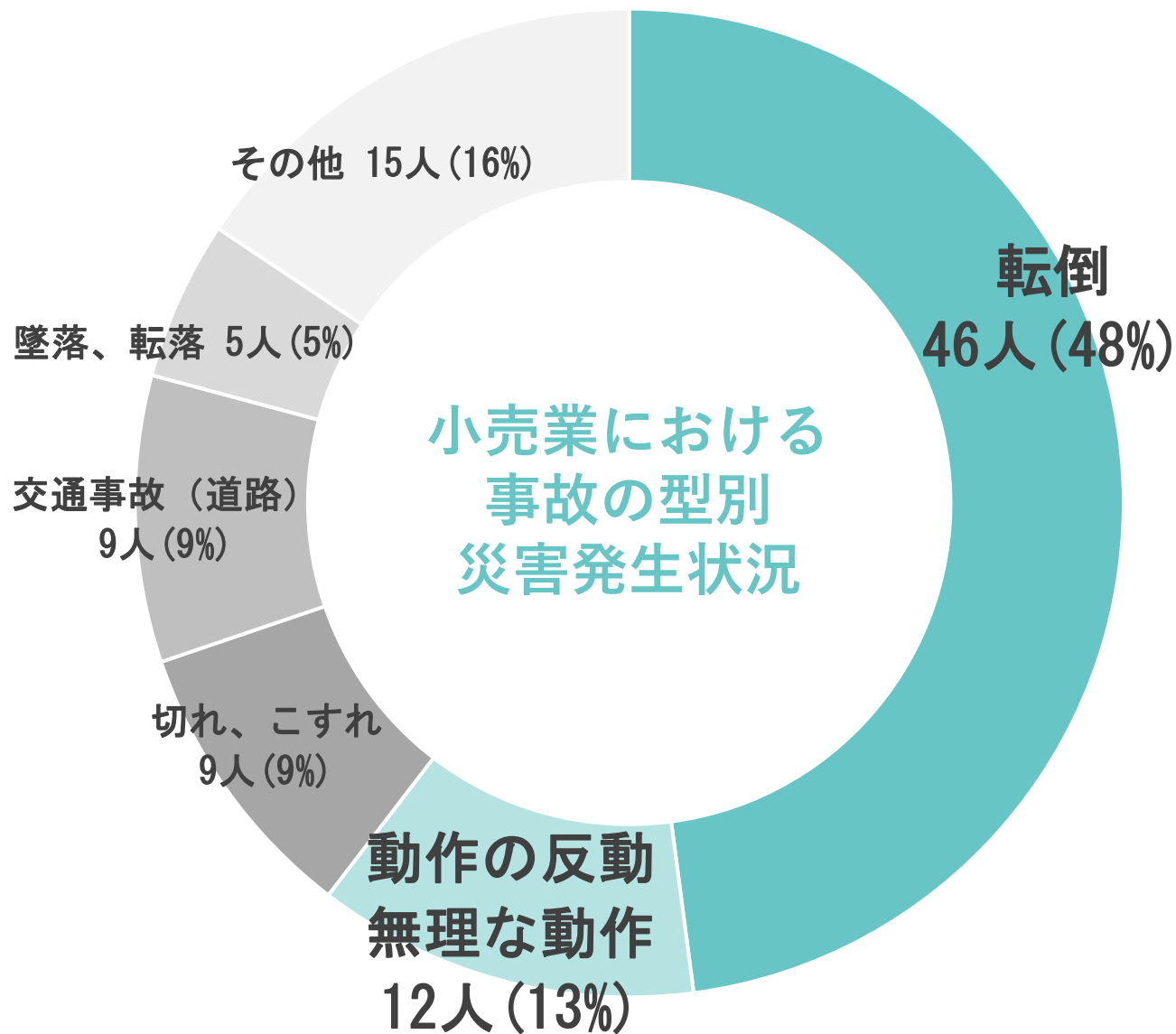
3 山梨県内の労働災害発生状況



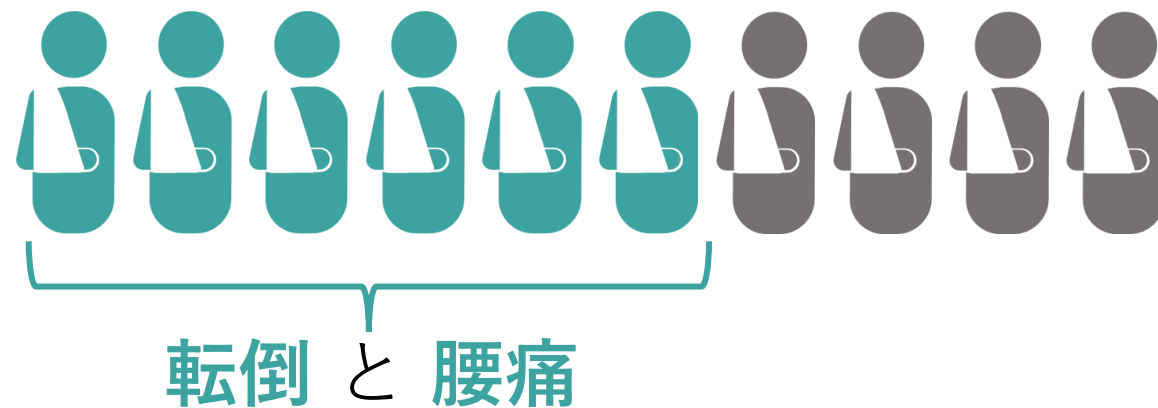
商業の133人のうち
96人が小売業での労働災害
(全体の10%を占める)

保健衛生業104人のうち
72人が介護施設での労働災害
(全体の8%を占める)

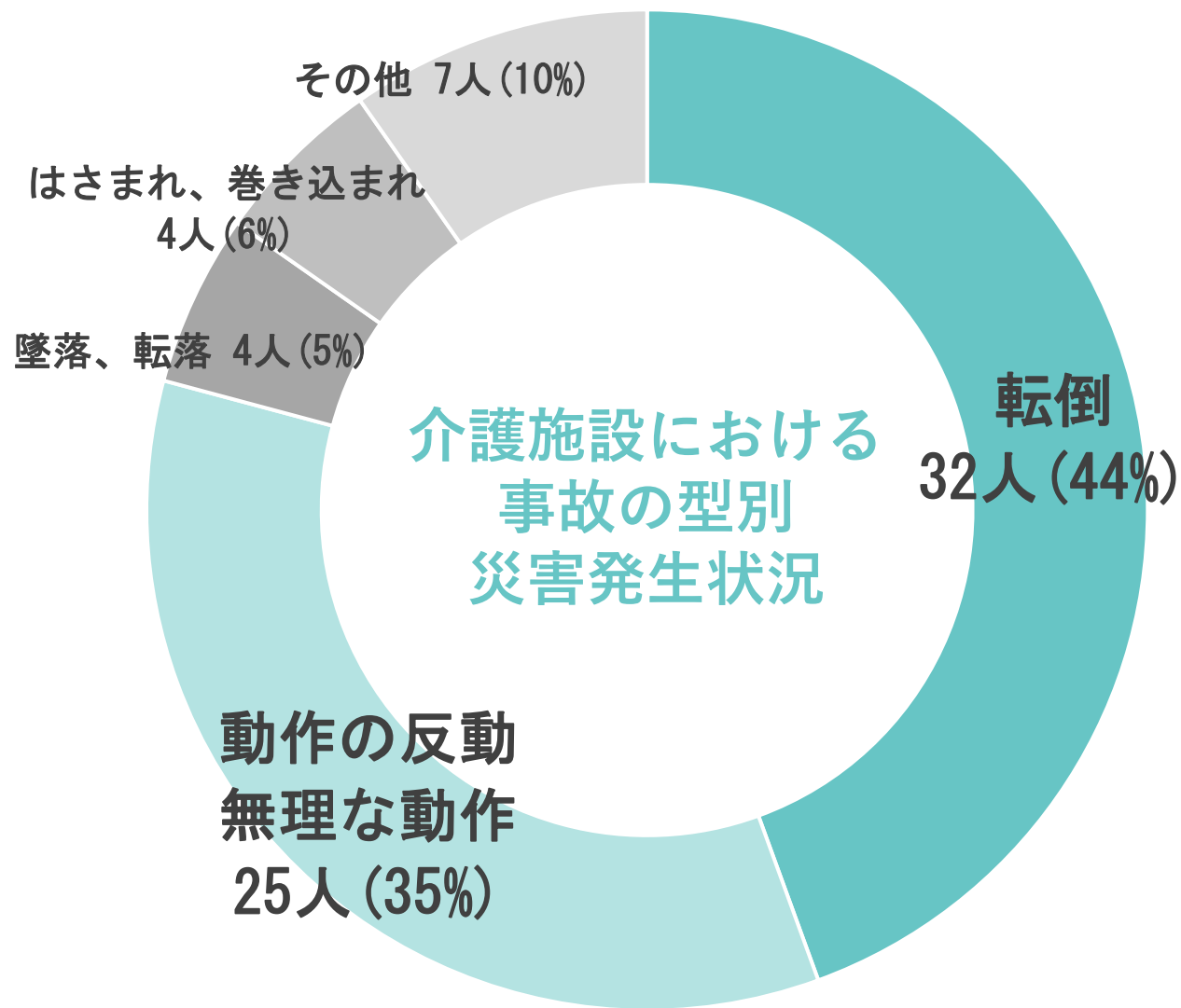
3 山梨県内の労働災害発生状況



小売業で発生した労働災害のうち
転倒災害、腰痛等の災害が
60%を占めている

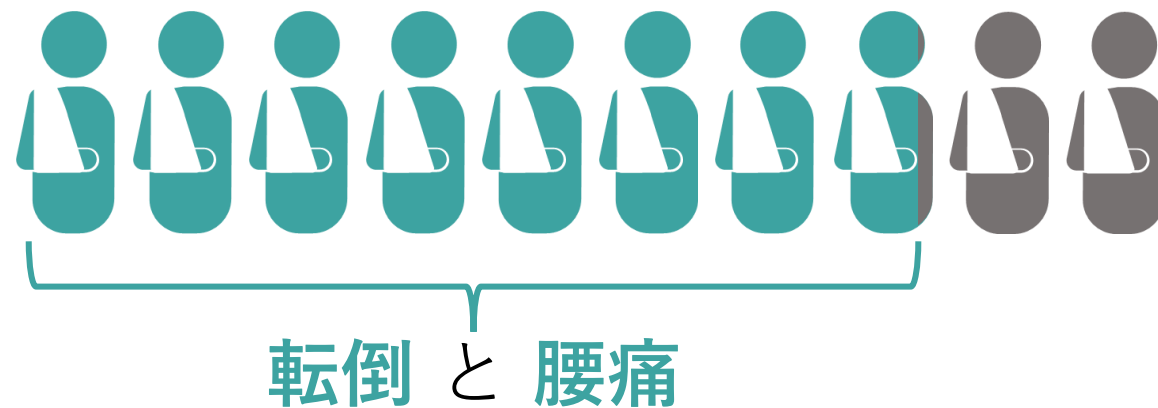


3 山梨県内の労働災害発生状況



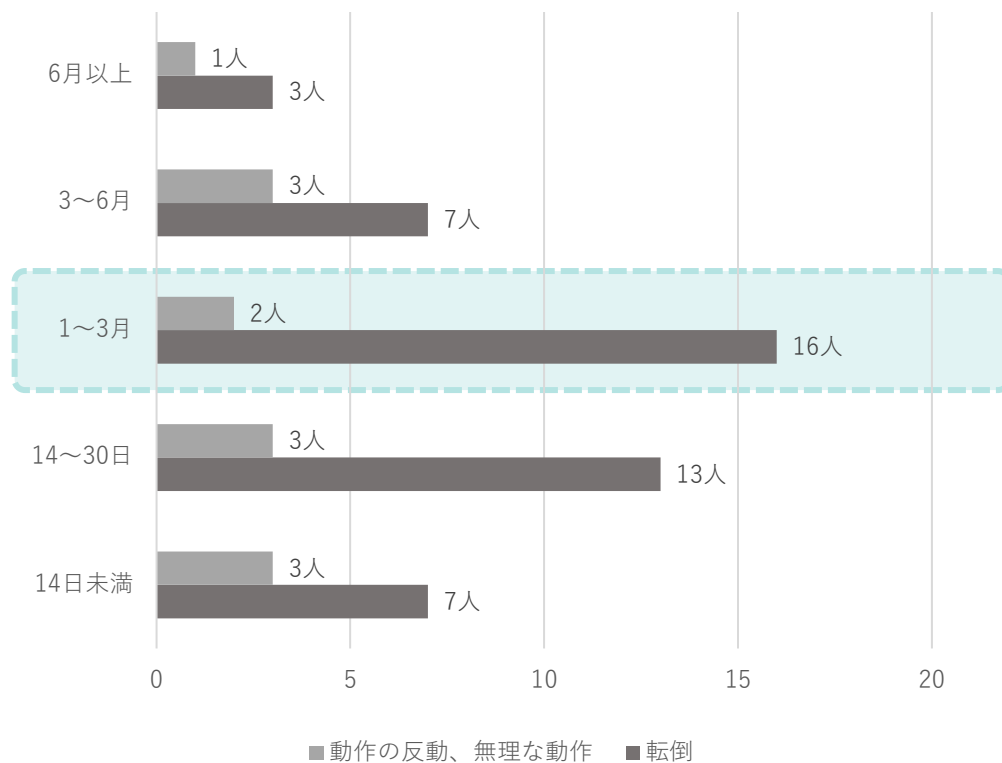
介護施設で発生した労働災害のうち
転倒災害、腰痛等の災害が

79%を占めている



3 山梨県内の労働災害発生状況

小売業における転倒、腰痛災害の休業日数



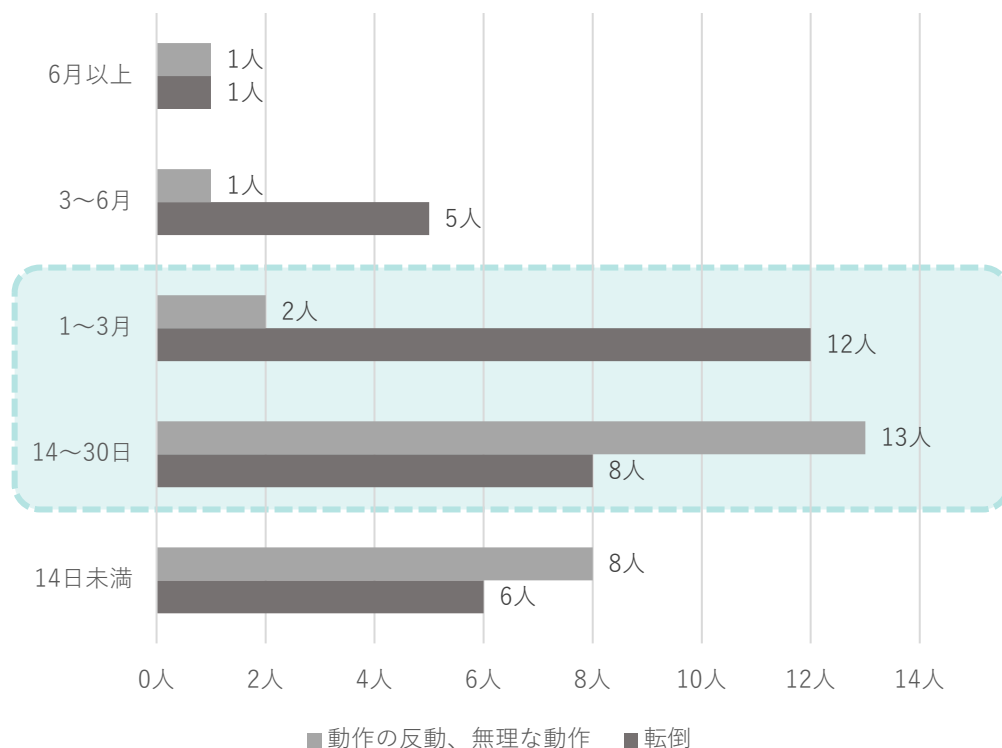
令和6年の小売業では
転倒災害で平均48.9日休業
腰痛災害で平均53.8日休業

している。

中央値も「1～3月」の区分となっている。

3 山梨県内の労働災害発生状況

介護施設における転倒、腰痛災害の休業日数



令和6年の介護施設では
転倒災害で平均42.8日休業
腰痛災害で平均111日休業

している。

転倒災害では「1～3月」の区分に
腰痛災害では「14～30日」の区分に
中央値が存在している。

⇒ 平均値と中央値の関係性から腰痛災害は
長期の休業となる可能性もある。

3 山梨県内の労働災害発生状況

・ 転倒災害TOP 3 小売業

1 ものによるつまづき

床においてあった台車や番重につまづいた
転倒防止用マットのめくれた部分につまづいた



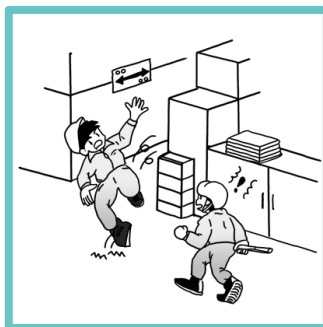
2 凍結によるすべり

配送の最中に凍結路面ですべった
ゴミ出しの際の店舗の出入り口ですべった



3 なんもない場所での転倒

お客様呼出等で急いでいた
荷物を持っており、バランスを崩した



その他、水回りのすべり（調理場等）
段差のつまづき

etc.



転倒災害は

①作業環境（床面にもものが散乱、凍結等）

②作業内容（荷を持つ、急いでいた等）

が主な要因となっている。

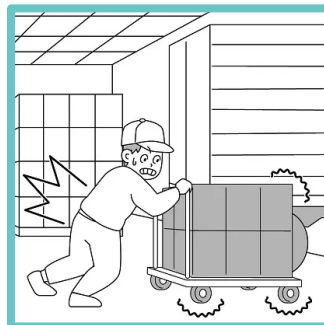
3 山梨県内の労働災害発生状況

• 腰痛災害 小売業

- 1 荷や商品の重量物を持ち上げた際
荷物を持ち上げた際に腰を痛めた
荷は軽いもので7～8 kg、重い物で20kg程度



- 2 台車やかごを動かそうとした際
重量物を載せた台車や台車が段差等に引っかかっていた際に、無理に動かそうとして体を捻り、腰を痛めた



腰痛は

①身体に対する急激な負荷

(重量物を持ち上げる等)

②姿勢の悪さ (体を捻る等)

が主な要因となっている。

3 山梨県内の労働災害発生状況

• 腰痛災害TOP 3 介護施設

1 移乗介助を行った際

入居者の体重が30～40kg※程度あることや、前傾姿勢の腰に負担がかかりやすい

(※大西玲子、藤井弘二、津田博子、今井克己共著「寝たきり要介護高齢者における体重推定式の作成」を参考とした)



2 排泄介助を行った際

ズボンの上げ下げによる前傾姿勢や、トイレの個室で十分な空間が確保できずに、体を捻る等負担がかかりやすい



3 入浴介助を行った際

移乗介助と同様に腰に負担となる前傾姿勢になりやすい。



腰痛は

①身体に対する急激な負荷

(重量物を持ち上げる等)

②姿勢の悪さ (前傾姿勢、体を捻る等)

が主な要因となっている。

3 山梨県内の労働災害発生状況

・ 転倒災害TOP 3 介護施設

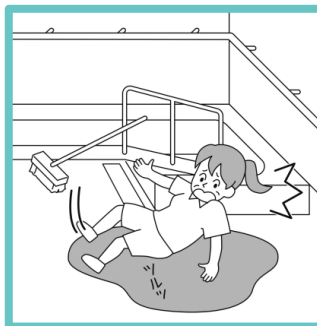
1 ものによるつまづき

床においてあった台車につまづいた
電気コードに引っかかり、つまづいた



2 水場でのすべり

入浴介助や浴室内の清掃中にすべった



3 なんにもない場所での転倒

急いでいた
利用者を支えようとしたところ、踏ん張りが
きかず、体勢を崩し、転倒した



その他、段差のつまづき、凍結路面での転倒 etc.



転倒災害は

①作業環境 (床面にものが散乱、濡れ等)

②作業内容 (介助中、急いでいた等)

が主な要因となっている。

4

転倒・腰痛による労働災害防止対策

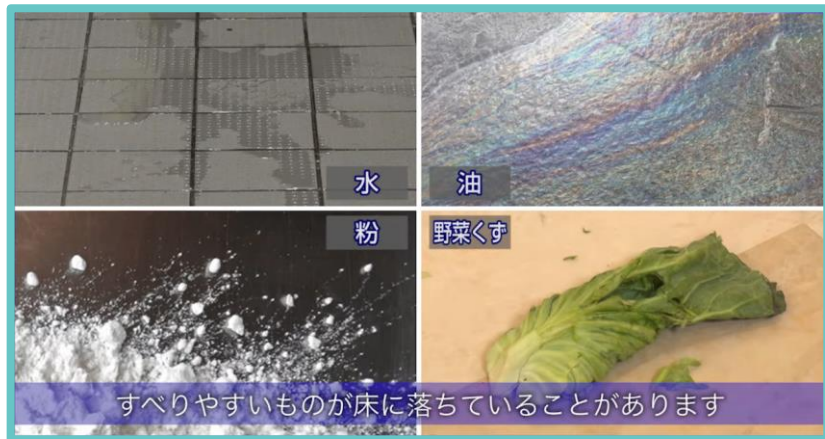
4 転倒・腰痛による労働災害防止対策（小売業）

転倒災害は、つまづき・すべりの要因を除去する作業環境と荷をもって前が見えない・バランスが悪い等の作業方法により発生します。

①作業環境の見直し

●つまづき、すべりの要因の除去

- 道具や材料が放置されていないか
- 通路の幅が確保されているか
- 倉庫等において、必要な照度はあるか
- 通路上に段差やへこみはないか



すべりの要因は水や油だけでなく、飲食店や小売業では落ちている野菜くず等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する。

（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」）

道具や材料、野菜くず等が放置されている場合には、整理整頓や清掃を実施する。
段差等があれば、段差用のスロープ等を設置する。



お客様からの呼出等により急いでいる、焦っている場合には、清掃等がおろそかになるため、余裕を持った作業を計画する。

4 転倒・腰痛による労働災害防止対策（小売業）

転倒災害は、つまづき・すべりの要因を除去する作業環境と荷をもって前が見えない・バランスが悪い等の作業方法により発生します。

①作業環境の見直し

●適切な作業靴の選定

以下の5点を踏まえて選定する。

- ① 靴の屈曲性
- ② 靴の重量
- ③ つま先・かかとの重量バランス
- ④ つま先の高さ
- ⑤ 靴底と床の耐滑性のバランス

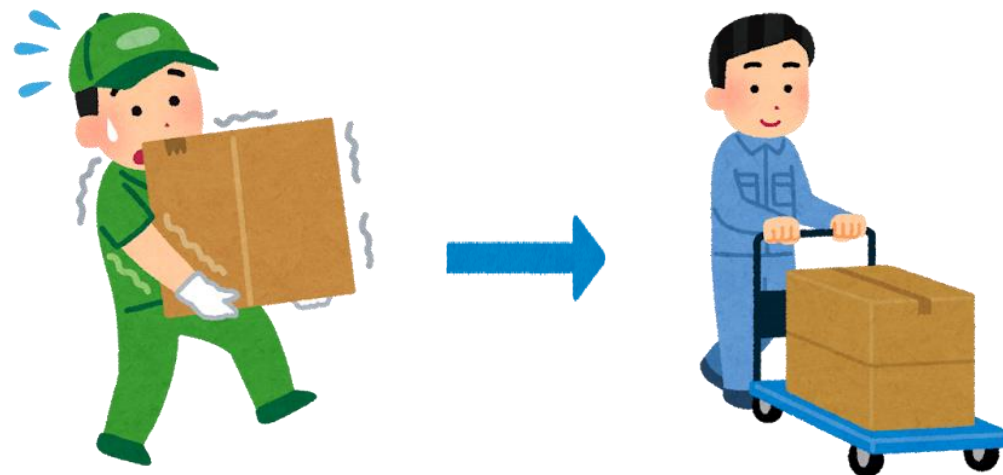


耐滑性が優れすぎたり、靴が汚れていたりすると、転倒リスクとなるため、**作業靴の選定、保守には十分注意**する。

②作業方法の見直し

●作業方法による転倒リスクの低減

後ろ向きの移動や荷物で前が見えない等による転倒リスクをなくすため、**台車の使用**等作業方法を見直す。



4 転倒・腰痛による労働災害防止対策（小売業）

腰痛災害は、荷物や商品を直接手で運ぶ、荷物を台車で運ぶ等の重量物を扱う際の身体に対する急激な負荷と姿勢の悪さによって発生します。

作業方法の見直し

●腰痛にならないための荷の持ち方

- ①持ち上げる荷に体を近づけて
- ②重心を低くし
- ③腕を固定した状態で
- ④足の力を使って持ち上げる



×前かがみになって腰を使って持ち上げていると腰に負担が大きくなる

4 転倒・腰痛による労働災害防止対策（小売業）

腰痛災害は、荷物や商品を直接手で運ぶ、荷物を台車で運ぶ等の重量物を扱う際の身体に対する急激な負荷と姿勢の悪さによって発生します。

作業方法の見直し

●腰痛にならないための作業方法を選択する

□台車やかご車等を活用する

転倒の可能性もあることから周囲には気を配る



□台車が使用できない場所では小分けにして運ぶ

台車を活用できない場合等で検討する



4 転倒・腰痛による労働災害防止対策（介護施設）

腰痛災害は、荷物や商品を直接手で運ぶ、荷物を台車で運ぶ等の重量物を扱う際の身体に対する急激な負荷と姿勢の悪さによって発生します。

①作業方法の見直し

●腰痛にならないための荷の持ち方

「前かがみ」、「中腰」、「捻り」は腰に大きな負担がかかります。

腰に負担がかからないよう、以下のことに気を付けて作業しましょう！

①利用者と体を近づける



②低いところでは膝をつく



③正面での作業を行う



④ベッドの高さを変える



4 転倒・腰痛による労働災害防止対策（介護施設）

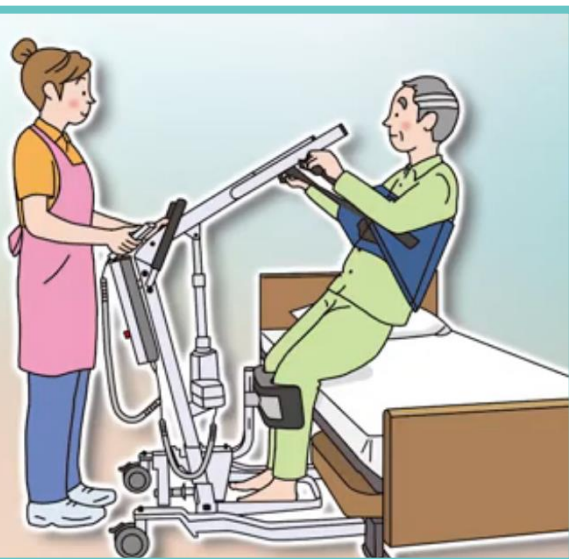
腰痛災害は、荷物や商品を直接手で運ぶ、荷物を台車で運ぶ等の重量物を扱う際の身体に対する急激な負荷と姿勢の悪さによって発生します。

②作業環境の見直し

●必要な介助の補助用具を使用

「前かがみ」、「中腰」、「捻り」は腰に大きな負担がかかるため、身体への負担を軽減するための介助用具の導入を検討してみましょう！

スタンディングマシーン



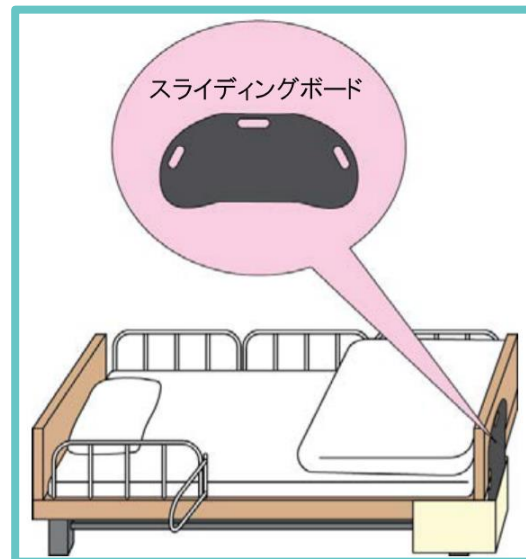
床走行式リフト



居室リフト



スライディングボード



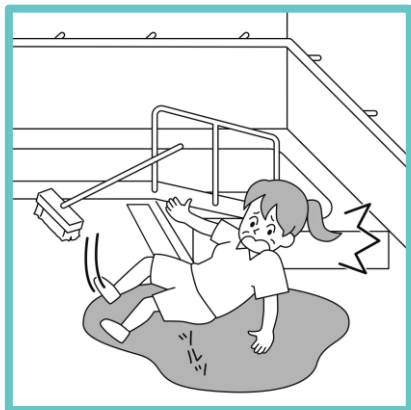
4 転倒・腰痛による労働災害防止対策（介護施設）

転倒災害は、つまづき・すべりの要因を除去する作業環境と荷をもって前が見えない・バランスが悪い等の作業方法により発生します。

①作業環境の見直し

●つまづき、すべりの要因の除去

- 道具や材料が放置されていないか
- 通路の幅が確保されているか
- 倉庫等において、必要な照度はあるか
- 通路上に段差やへこみはないか
- 防滑マットがめくれやすくなっていないか



道具や材料等が放置されている場合や浴室内のぬめりがある場合等あれば、整理整頓を実施する。
段差等があれば、段差用のスロープ等を設置する。



利用者からの呼出等により急いでいる、焦っている場合には、整理整頓等がおろそかになるため、余裕を持った作業を計画する。

4 転倒・腰痛による労働災害防止対策（介護施設）

転倒災害は、つまづき・すべりの要因を除去する作業環境と荷をもって前が見えない・バランスが悪い等の作業方法により発生します。

①作業環境の見直し

●適切な作業靴の選定

以下の5点を踏まえて選定する。

- ① 靴の屈曲性
- ② 靴の重量
- ③ つま先・かかとの重量バランス
- ④ つま先の高さ
- ⑤ 靴底と床の耐滑性のバランス

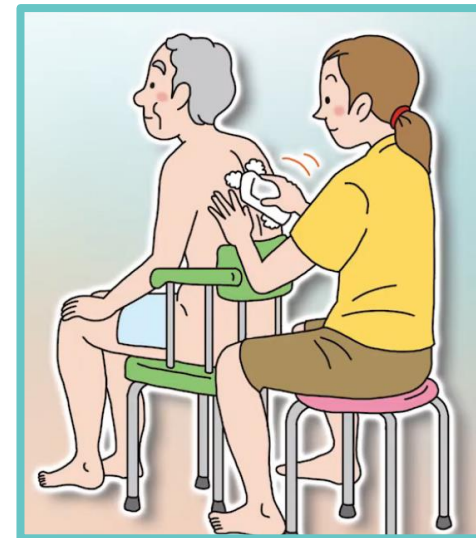


耐滑性が優れすぎたり、靴が汚れていたりすると、転倒リスクとなるため、**作業靴の選定、保守には十分注意**する。

②作業方法の見直し

●作業方法による転倒リスクの低減

後ろ向きの移動や荷物で前が見えない等による転倒リスクをなくするため、**台車や作業台・椅子の使用**等作業方法を見直す。



4 転倒・腰痛による労働災害防止対策

転倒・腰痛災害防止対策が、効果的に働くよう労働者への定期的な教育等安全意識の向上を図りましょう。

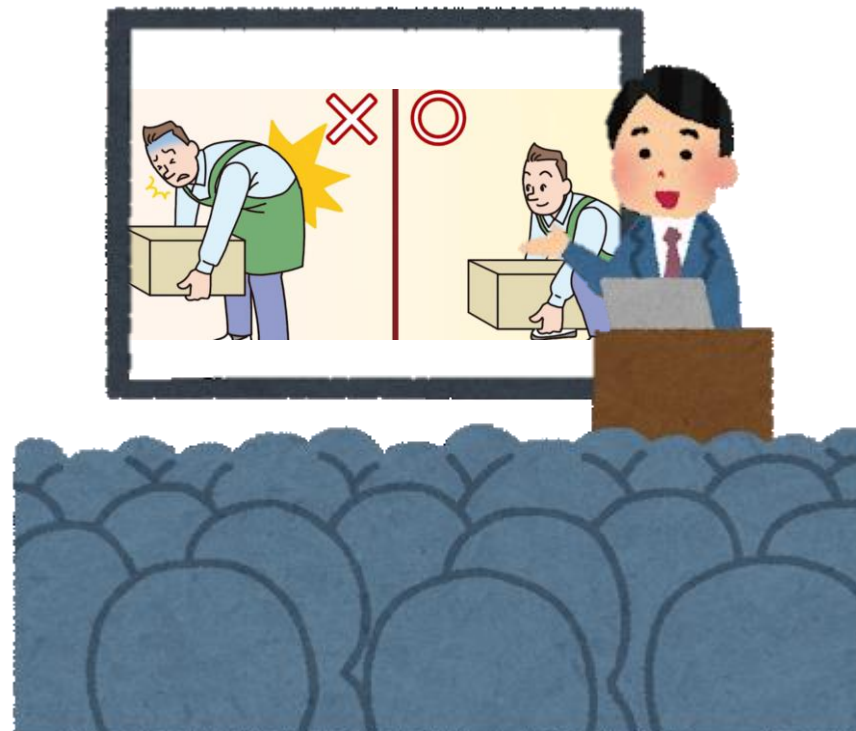
①安全衛生教育

□5S活動の徹底

整理	必要なものと不要なものを区別し、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、ホコリ等と取り除き、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	機械や用具等をきれいな状態に保ち、作業者も服装、身の回りに汚れのない状態にしておくこと
躰	上記4Sを習慣化し、4Sが効果的に働くようにすること



□適切な荷の持ち方の徹底と周知



□ヒヤリハット事例の共有

労働者間でヒヤリハット事例（重大な事故とはならなかったものの、事故に発展しそうな事例）を共有する。

共有にあたっては、日ごろの意見の吸い上げや事例共有会の円滑な進行等にも心がけましょう。



4 転倒・腰痛による労働災害防止対策

転倒・腰痛災害防止対策が、効果的に働くよう労働者への定期的な教育等安全意識の向上を図りましょう。

②危険の見える化

●転倒防止

危険マップの作成

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。

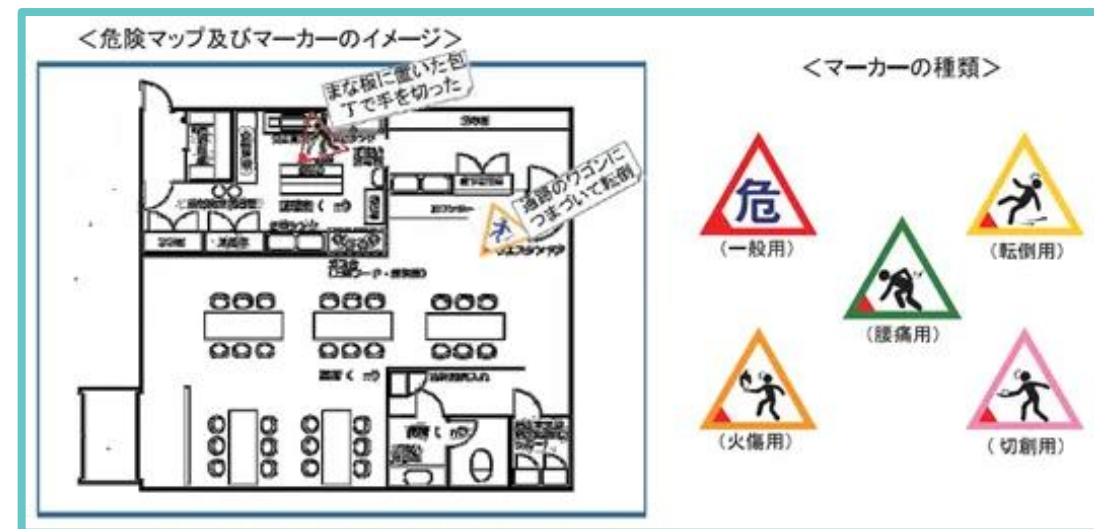
※ヒヤリハット事例の多い場所、過去に労働災害が発生した場所、危険予知活動やリスクアセスメントで注意が必要と思われる場所

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、危険マップを休憩室に掲示、危険マーカを該当の作業場所に掲示する等従業員が確認しやすい場所に掲示しましょう！



↑ 危険マップのイメージ

4 転倒・腰痛による労働災害防止対策

転倒・腰痛災害防止対策が、効果的に働くよう労働者への定期的な教育等安全意識の向上を図りましょう。

③身体能力低下防止等、労働者の身体管理の見直し

●食事の見直しや運動の習慣化

→普段の生活に無理なく運動を取り入れることで、継続しやすく！

①日頃からの運動

極端な運動は継続しないことやけがのリスクもあり、かえって危険です。
職場でできるだけ階段を利用する、やや遠いところに駐車して歩く等、日常でできることをしましょう。

また、厚生労働省では、転倒、腰痛防止のためのいきいき健康体操を推奨しています。朝礼時に取り入れてみる等も検討しましょう！



②食事の見直し

必要な運動を行っていても、必要な筋肉はつかず、タンパク質の摂取や骨粗しょう症を予防するためのカルシウム、ビタミンD、ビタミンK（乳製品、魚類、納豆等）も摂りましょう。



4 転倒・腰痛による労働災害防止対策

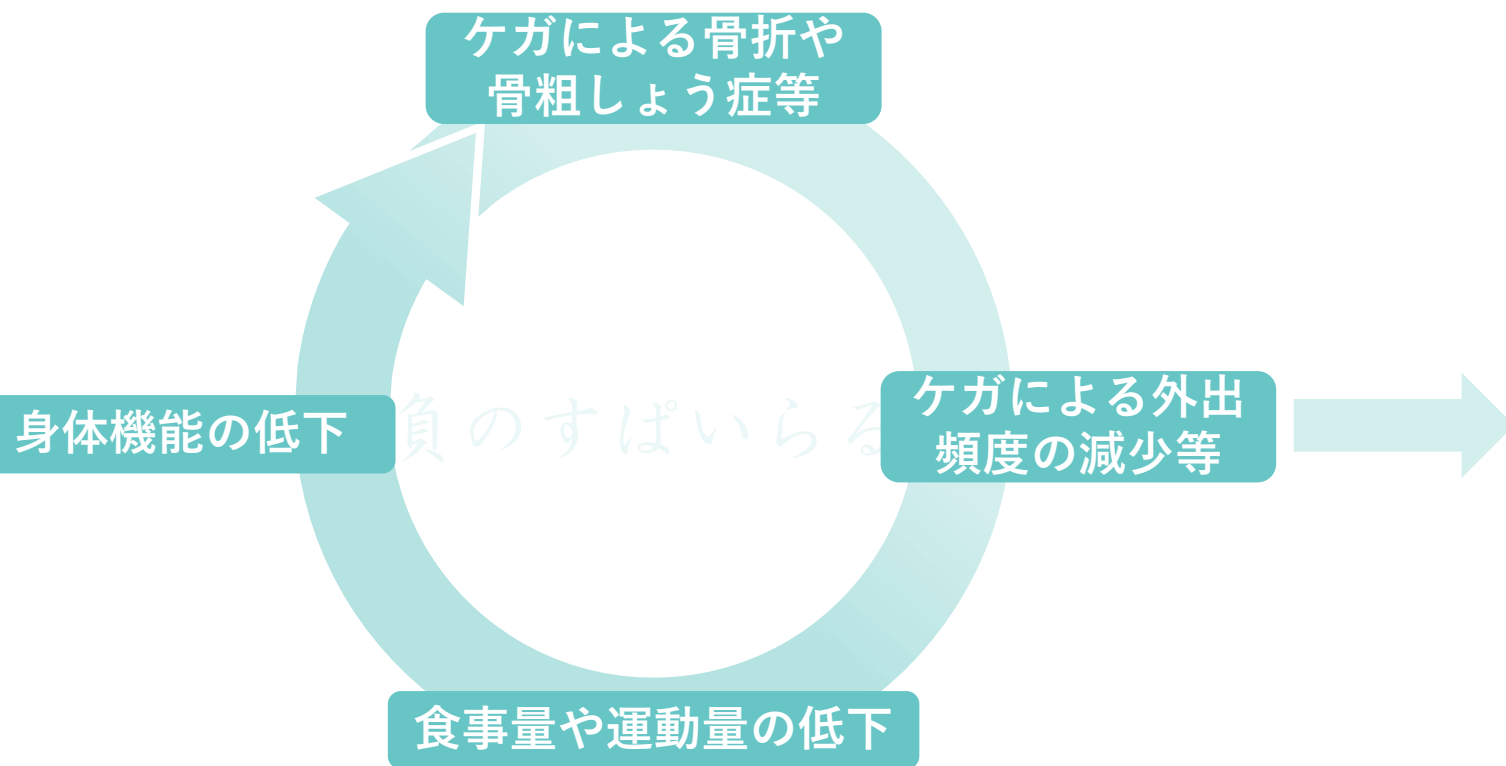
転倒・腰痛災害防止対策が、効果的に働くよう労働者への定期的な教育等安全意識の向上を図りましょう。

③身体能力低下防止等、労働者の身体管理の見直し

●ロコモティブシンドローム （日本整形外科学会「ロコモティブシンドローム予防啓発公式サイト」より抜粋）

ロコモティブシンドロームとは、運動器の障害により移動機能が低下してしまった状態をいいます。

ロコモは加齢による筋力低下や骨粗しょう症等を端緒とし、運動機能の低下による負のスパイラルに陥ることがあります。



4 転倒・腰痛による労働災害防止対策

転倒・腰痛災害防止対策が、効果的に働くよう労働者への定期的な教育等安全意識の向上を図りましょう。

③身体能力低下防止等、労働者の身体管理の見直し

●ロコモ度チェック （日本整形外科学会「ロコモティブシンドローム予防啓発公式サイト」より抜粋）

例）立ち上がりテスト

- 台を4つ（40cm、30cm、20cm、10cm）用意し、それぞれの台で両足又は片足で立ち上がりができるかどうかをチェック。
- 立ち上がりができたら、低い台に変更して立ち上がりチェック。
- できた度合いでロコモ度が決まります。
- **無理をしないように気を付けましょう。**
- テスト中に膝に痛みがありそうな場合は、中止しましょう。
- できなかった場合にはロコモティブシンドロームが進行している可能性があります。
- 普段の食事や運動習慣を見直しましょう。



4 転倒・腰痛による労働災害防止対策

転倒・腰痛災害を防止するために

- 転倒災害は労働災害のうちで最も多く発生しており、腰痛災害も比較的発症しやすい。
- 転倒・腰痛災害は重症化しやすく、特に腰痛は症状の長期化や再発する可能性も高い。
- 転倒・腰痛災害をなくすためには、「発生させない」、「重症化させない」、「再発させない」を目標としましょう！



5 SAFEコンソーシアム、SAFEアワードの紹介

5 SAFEコンソーシアム、SAFEアワードの紹介

●SAFEコンソーシアム、SAFEアワード

みんなの安全を、
みんなで守り合う。

SAFE コンソーシアム

— TEAM GOOD SAFE —



“SAFEコンソーシアムについて”

全てのステークホルダーが一丸となり、安全で健康に働くことのできる職場環境の実現を目指す「従業員の幸せのためのSAFEコンソーシアム」を設立しました。

SAFEコンソーシアムポータルサイト 

 safer action for employees

 厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

従業員の仕事のための安全アクション「SAFE」(ロゴマーク)は、安全のシンボルマークである緑十字をモチーフとしたものです。

safer Action For Employees

「従業員の幸せのためのSAFEコンソーシアム」として、全てのステークホルダーが一丸となり、働く人と、全ての人の幸せのために、安全で健康に働くことのできる職場環境の実現のため取り組んでいます。

労働災害防止に向けた機運の醸成や、企業・労働者のみならず、顧客やサービス利用者等のステークホルダーの行動変容のためにご協力いただける全ての企業・団体等の皆様に、コンソーシアムへの参画を呼びかけています。

コンソーシアムの趣旨・目的	加盟メリット
労働災害のない安全で安心して働く職場の実現は、いまでも全く全ての人の願いです。しかし、産業構造の変化や働き方の多様化に伴って、転倒や腰痛などの労働者個人の身体機能が大きく影響するリスクや、顧客・発注者、調達先等との関係で改善が難しい業務、柔軟な働き方が進んだ結果としての統一的教育研修機会の減少など、職場単独では対応が難しい新たな課題が増えてきています。SAFEコンソーシアムは、このような課題の解決を進めるため、「Safer Action For Employees(SAFE)」を旗印に、社会全体として安全で安心して働く職場づくりのプライオリティを上げ、加盟者が互いの知恵を共有しながら取組を進めていこうとするものです。	■ ロゴマークの掲示や「SAFEアワード」による労働安全衛生への取組のPR ■ 加盟メンバー間での取組事例の共有や適切なサービスの利用による企業等内での労働安全衛生水準の向上、労働災害損失の減少 ■ 加盟メンバー間の労働災害防止・健康増進事業やサービスのマッチング

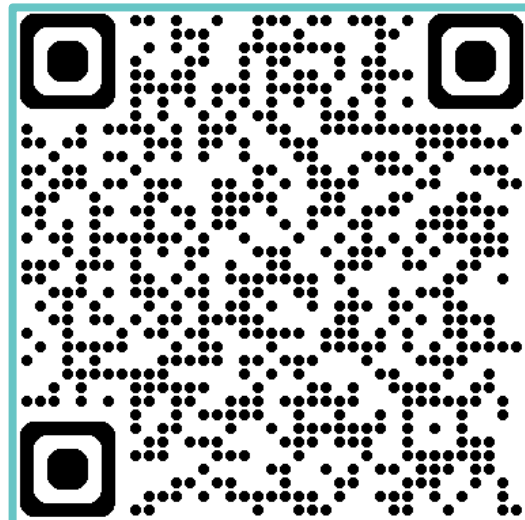
取組
1 加盟メンバーの地位向上(ロゴマークの利用、コンソーシアムの活動の発信) 2 優良事例の表彰、コンソーシアム内外への発信(SAFEアワード) 3 好取組事例や労働災害防止対策サービスの共有、コンソーシアム事務局主催イベント等によるマッチングによる新たな取組の創出 4 安全で安心して働く職場の実現に向けた協議・周知啓発(シンポジウム)

SAFEアワード	シンポジウム	現場視察
労働災害防止に向けた取組を実施している企業・団体に取組内容を応募いただき、優れた取組を表彰します。	SAFEコンソーシアム加盟者、その他の企業等が安全で安心して働く職場の実現に向けた協議と周知啓発、交流を図ります。	コンソーシアム加盟企業の取組を広く周知する現場視察等を行います。

SAFE コンソーシアムポータルサイト 
<https://safeconsortium.mhlw.go.jp/>

加盟はこちらから 
<https://safeconsortium.mhlw.go.jp/sc/consortium>

SAFE コンソーシアム X @safe_mhlw 
https://twitter.com/safe_mhlw



6

各構成員による取組状況、支援事業の案内

7

意見交換

8 その他

8 山梨労働局からのお知らせ

(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】

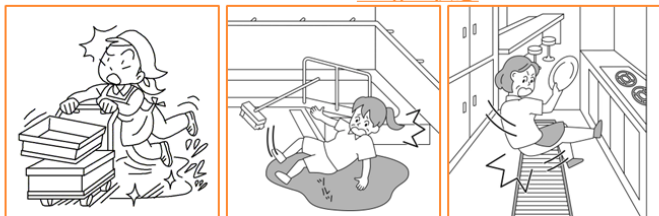
転倒災害は、全国的に最も多く発生しており、墜落災害や機械による巻き込まれ災害とは異なり、多くの業種でも発生しています。また転倒による骨折等の重症となる場合も多く、およそ半数が1か月以上休業している実態にあります。転倒防止対策を推進し、働きやすい職場づくりをしましょう！

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



※ 出典：転倒災害ヒヤリハット事例集
(職場のおんせんサイト)

(事業者・労働者のみなさまへ)

労働災害を防止するために【腰痛予防編】

腰痛災害は、全国で毎年5,000人程度と多くが発症しており、腰痛は**長期間治療を要する場合や慢性的な腰痛となる場合**もあります。また、長期間負荷があった結果、ぎっくり腰やヘルニア等になりやすくなる状態(「腰痛借金」)となる場合もあります。

腰痛にならないように**普段からの腰痛予防、早期治療に係る体制づくり**を行うことで、働きやすい職場を目指しましょう！

Q 腰痛災害はどういったときに発生する？

重い荷物を持った



移乗介助の際



入浴介助の際



台車を動かそうとした



腰痛災害は

- ① **身体に対する急激な負荷**
- ② **姿勢の悪さ**

によって発生します。

腰痛災害を防止するために**作業方法の見直し、作業管理の徹底、安全教育等による安全意識の向上**に努めましょう。

Q 腰痛災害はどういったもの？

腰痛症、ぎっくり腰、椎間板ヘルニア、椎体骨折等があり、**脊椎にある椎間板や腰回りの筋肉に異常をきたした状態**をいいます。腰回りの筋肉を通じてお尻から太もも等へ痛みが発生することもあり、これらの痛みも腰痛に含まれます。

腰痛は**4要因が複合的に関与**した結果、腰痛となります。

動作要因

：作業内容や姿勢等

環境要因

：温度や床の結露等

心理的・社会的要因

：人間関係やストレス等

個人的要因

：生活習慣や運動習慣等

令和7年度(第76回)全国労働衛生週間

10月1日～10月7日(準備期間 9月1日～9月30日)

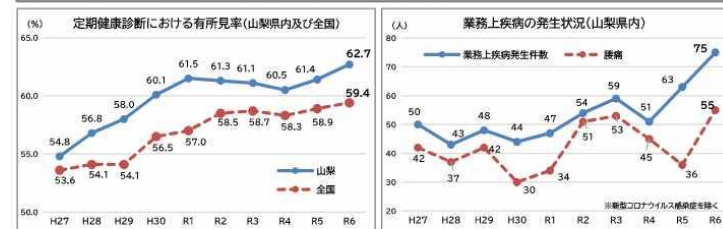
スローガン

ワーク・ライフ・バランスに意識を向けて ストレスチェックで健康職場

全国労働衛生週間は、昭和25年の第1回実施以来、今年で第76回を迎えます。この間、全国労働衛生週間は、国民の労働衛生に関する意識を高揚させ、事業場における自主的労働衛生管理活動を通じた労働者の健康確保に大きな役割を果たしてきました。しかしながら、全国及び県内において、以下のような課題があります。

- ・高齢化の進行により、県内の一般健康診断有所見率は62.7%と上昇傾向。
- ・何らかの疾病を抱えながら働いている労働者が増加するとともに、女性の就業率が上昇し、働く女性の健康問題への対応も課題に。
- ・業務上疾病は引き続き高い発生件数で推移しており、熱中症や腰痛など、気候変動、高齢化等の要因による業務上疾病の発生が増加している。
- ・過労死等事案の労災認定件数が高止まり状態にあり、業務災害に係る精神障害による労災認定件数は、令和6年度には過去最多(全国で1,055件)となった。
働き方改革の推進と相まって、長時間労働による健康障害の防止対策の推進が求められる。
- ・化学物質による健康障害防止について、今後も対象となる化学物質の数は順次拡大し、幅広い業種で対応が必要になることから、引き続き自律的管理の定着・推進に向けた取組が必要。
- ・石綿の製造・使用等が禁止される前に石綿含有建材を用いて建設された建築物に係る解体工事が、2030年ごろをピークとして増加が見込まれるため、石綿によるばく露防止対策の強化が必要。

今年度は「ワーク・ライフ・バランスに意識を向けて ストレスチェックで健康職場」をスローガンとして、事業場における労働衛生意識の高揚を図るとともに、自主的な労働衛生管理活動の一層の促進を図ることとしています。



【主唱】山梨労働局、甲府・都留・諏訪労働基準監督署

【協賛】一般社団法人山梨労働基準協会連合会、甲府・都留・峡南・山梨労働基準協会、建設業労働災害防止協会山梨県支部、陸上貨物運送事業労働災害防止協会山梨県支部、林業・木材製造業労働災害防止協会山梨県支部、公益社団法人ボイラ・クレーン安全協会甲信事務所、一般社団法人山梨県鉄構溶接協会、公益社団法人建設荷役車両安全技術協会山梨県支部、一般社団法人日本労働安全衛生コンサルタント会山梨支部、独立行政法人労働者健康安全機構山梨産業保健総合支援センター

【協力】山梨県、一般社団法人山梨県医師会、山梨県経営者協会、連合山梨

参考ホームページ(中央労働災害防止協会) <https://www.jisha.or.jp/campaign/eisei/>

お疲れ様でした。

