

熊労発基 0611 第 1 号  
令和 3 年 6 月 11 日

建設業労働災害防止協会熊本県支部長 殿

熊本労働局長

### 事業場における自主的な労働災害防止活動の徹底について（要請）

日頃より労働災害防止対策に向けた各種取組に、御理解と御協力いただき厚くお礼申し上げます。

さて、熊本県における令和 2 年の休業 4 日以上の労働災害（以下「死傷災害」という。）は 2,079 人（別添 1）であり、平成 13 年に 2,081 人を記録して以降最も多い状況となっております。また、そのうち新型コロナウィルス感染症のり患による労働災害は 83 人で、これを除いた 1,996 人についても、令和元年の 1,972 人と比較して増加しており、労働災害の増加に歯止めがかかっていない状況となっており、誠に憂慮すべき事態となっております。

一方、死亡災害については、平成 30 年 14 件、令和元年 15 件、令和 2 年 10 件となり、令和 2 年は前年比で減少となっておりますが、さらに減少を図っていかなければなりません。

熊本県内において、今後は令和 2 年 7 月豪雨災害の復旧工事の本格化に伴う災害の増加、新型コロナウィルス感染症の感染者数増加に伴う医療従事者等における負担の増加等による労働災害の増加など、熊本県内全体で労働災害の増加が懸念されるところであります。

つきましては、御多忙の中恐縮に存じますが、貴職におかれましては、下記事項等による労働災害防止への自主的取組が、各事業場で実施されますよう傘下会員等関係者の皆様に対し、周知、啓発を行っていただきますようお願い申し上げます。

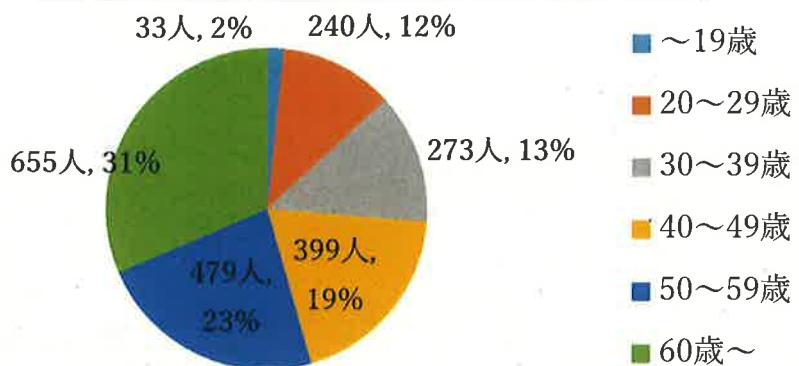
記

#### 1 全産業共通の事項

##### （1）高齢者対策

令和 2 年における死傷災害を年齢別に見ますと、全体の 5 割以上が 50 歳代以上で占められています。

令和2年 労働者年齢別発生状況(休業4日以上)



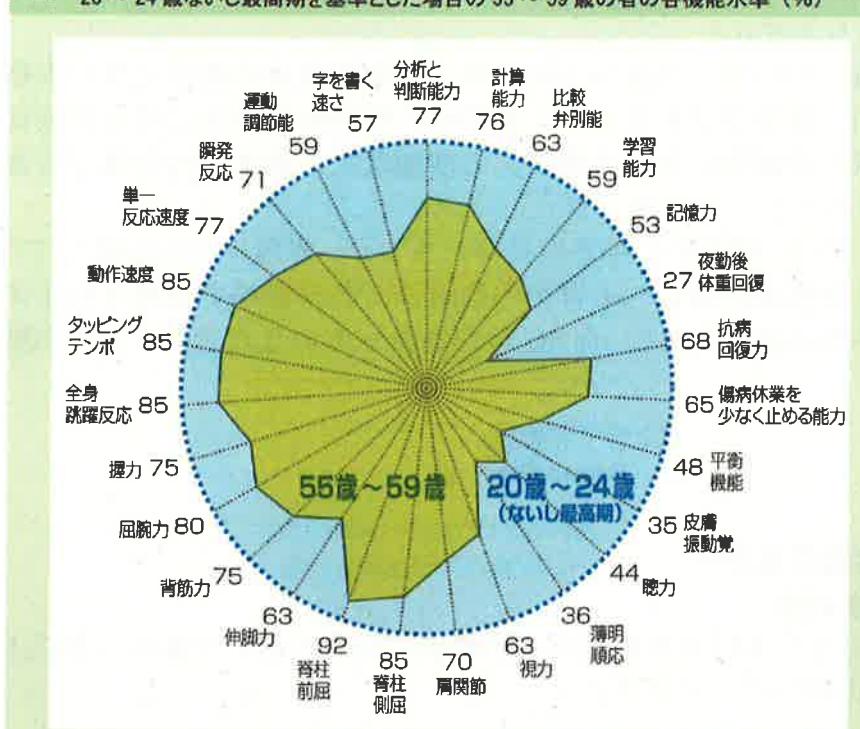
一方、人手不足が顕在化している熊本県においては、人材確保の観点からも、就労を希望する高齢者の活用が必要となっていますが、高齢者が職場で活躍できる環境整備の一環として、労働災害防止対策は、これまでになくその重要性を増しております。

また、働く意欲を持つ高齢者が、労働災害により休業等を余儀なくされれば、若年者に比べ休業期間が長期化する傾向があることから、場合によっては、職場復帰せず退職することも考えられ、人材（雇用）確保の観点からも、労働災害防止対策の推進が重要です。

具体的には、加齢に伴う心身機能の低下、新しい機械・技術への対応、若年労働者とのコミュニケーションのあり方等を考慮して、機械設備・作業環境・作業方法の改善、健康の保持増進、快適な職場環境の形成、安全衛生教育の実施などの対策に取り組む必要があります。

高年齢労働者の安全と健康確保のための100の取組（エイジアクション）を盛り込んだチェックリスト（別添2）等を活用して、職場の課題の洗い出し、改善に向けた取組を進め、必要な対策を確実に実施していく必要があります。

20～24歳ないし最高期を基準とした場合の55～59歳の者の各機能水準（%）



(資料出所) 斎藤一・遠藤幸男：高齢者の労働能力（労働科学叢書53）、労働科学研究所 1980

## (2) 転倒災害

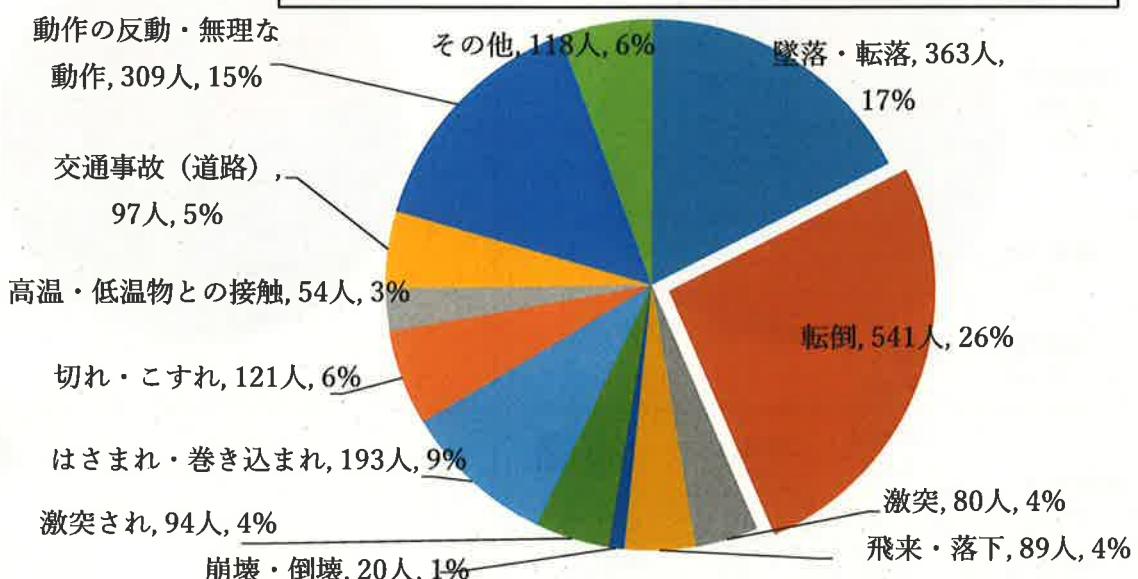
同様に死傷災害を事故型別に見ますと、下記グラフのとおり「転倒災害」が全体の四分の一以上を占めています。転倒災害での被災程度は比較的軽度と思われがちですが、労働者の高齢化の進捗等により、転倒での骨折などが増加しており、休業見込日数も数か月となる事案も少なからず発生しています。

高年齢労働者については、加齢に伴い、①バランス能力の低下、②筋力（特に下肢）の低下、③俊敏性の低下、④視認性の低下等がみられ、転倒災害が発生しやすくなる傾向にあります。

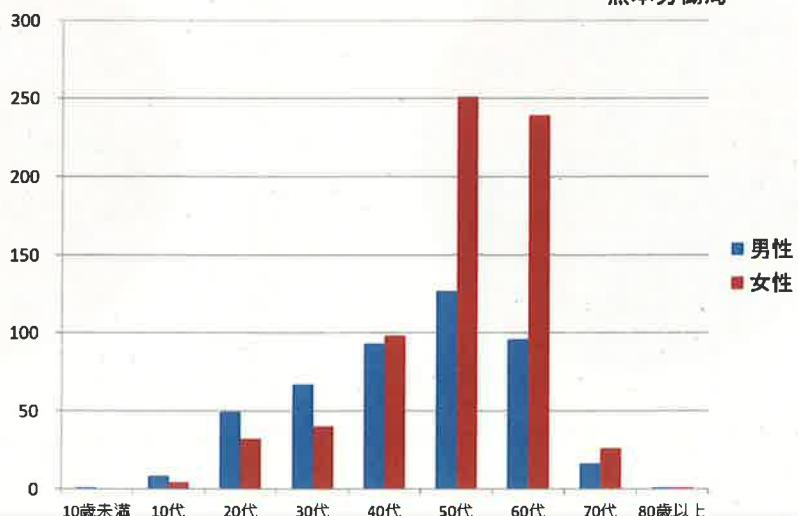
また、加齢等による身体機能の低下（特に中高年女性）により、転倒の際に骨折するなど重症化する傾向があります。

転倒を防止するためには、段差や凹凸等の解消、4S（整理、整頓、清掃、清潔）の徹底、適正な履物の選択及び危険箇所の「見える化」等が直接的対策となります。転倒予防のためのバランス保持、筋力強化運動等の励行についても重要な対策となります。

令和2年 事故の型別労働災害発生状況(全産業)



(参考)男女別年齢別転倒災害発生状況(平成25年から平成27年)  
熊本労働局

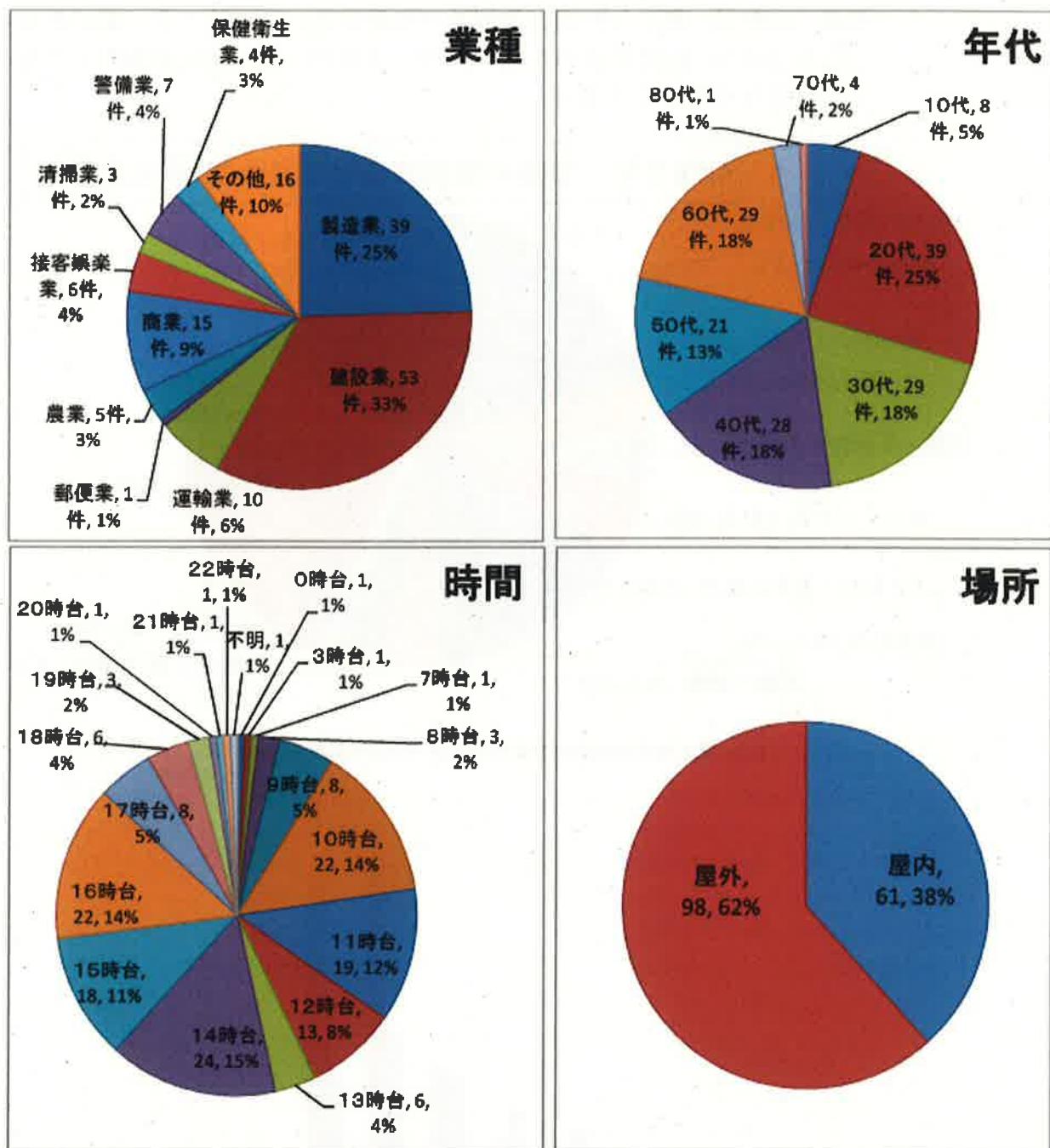


### (3) 熱中症

近年は、暑熱期における気温の上昇が見られる中、熱中症の発症も増加傾向にあります。

熱中症は、建設業などの屋外作業だけでなく、全体の4割弱は製造業などの屋内作業場で発生しており、WBGT値（暑さ指数）計を事業場で準備していないために作業環境の把握や作業計画の変更ができていない例や、熱中症になつた労働者の発見や救急搬送が遅れた例、事業場における健康管理を適切に実施していない例などが見られます。

このようなことから、職場における熱中症対策がまだ十分に浸透していなかつたと考えられ、熱中症予防対策の徹底を図ることが必要です。（別添3）



#### (4) 墜落・転落災害

墜落・転落災害は、建設業においては最も多い「事故型」となっており、その被害は、死亡災害等重篤な被害を招いており、墜落・転落災害防止に向けた対策の徹底が重要です。

また、建設業以外の業種においても墜落・転落災害は相当数発生しており、重篤な被害をもたらしています。高さ1~2メートル程度からの脚立やはしごからの墜落・転落災害が多く発生しています。

また、キャスター付きの椅子など、脚立やはしご等の昇降設備を使用しない墜落災害も発生しており、脚立やはしご等の適正な使用を徹底する必要があります。（別添4）

## 2 産業別の事項

### (1) 製造業

製造業においては、依然として「はされ・巻き込まれ」「切れ・こすれ」災害による切断などの重篤な災害が発生しており、次のような対策が重要となります。

ア 加工機械、コンベアなどの刃、歯車、ベルトや、食料品製造業におけるスライサー、ミンチ機等における確実な覆い（カバー）、囲いの取付けと、清掃や保守・点検時の作業標準（マニュアル）の策定が必要。

イ 連続する加工機械のトラブル発生時に、労働者への危険回避のため必要があれば、機械の動力を遮断することができるよう作業標準に規定する必要。

ウ 機械等の点検、掃除、修理等の作業を行う場合には、機械を止め、確実に停止したことを確認した後に、作業を開始することを徹底する。

### (2) 建設業

建設業における死亡災害等重篤な災害は、そのほとんどが「墜落・転落」災害となっています。

また、一部の特定元方事業者（元請）において、毎作業日の現場巡視を行っていないケースが確認されますので、現場巡視の徹底が必要です。

このほか、次のような対策を講じる必要があります。

ア 墜落・転落災害を防止するためには、足場等の設置を確実に行う。

イ フルハーネス型安全帯等の墜落制止用器具の適切な選択と確実な使用を徹底する。（特別教育の徹底等）

ウ 店社における現場の安全衛生管理を徹底する（現場まかせにしない。）。

エ 足場の組立て等作業主任者は、作業主任者としての職務の履行を徹底する。

オ 各種作業の必要から、臨時に取り外した手すり、筋交い、幅木などの復旧が確実に行われるよう入場者教育を徹底し、特定元方事業者が現場巡回によりその状況確認を徹底する。

### (3) 運輸交通業

運輸交通業においては、交通労働災害の防止対策も重要となりますが、荷役作業時における「墜落・転落」「転倒」災害が数多く発生しておりますので、その防止対策が重要となります。また、腰痛災害も発生しやすい傾向にありますので、次のような対策が重要です。

ア 荷役作業は、作業者が一人で作業を行うことが多いため、作業開始前にKY活動など作業にひそむ危険の察知が不十分となる場合がありますので、一

人作業の場合も確実にKY活動などの安全活動が実施されるよう事業場内教育を徹底する。

- イ 腰痛予防対策として、作業速度や取扱物の重量の調整が必要。また、取り扱う重量物は、体重の40%以下（女性は男性の60%）とすることが腰痛予防に有効。

#### (4) 商業

商業においては、労働災害防止のための事業場内活動が十分でない場合が多く、作業や作業場所にひそむ危険の察知（認識）がうまく実施できない場合が多く見受けられますので、次の事項を中心とした労働災害防止活動が必要です（別添5）。

- ア 安全管理者、安全衛生推進者の選任が必要ない事業場においても、安全推進者を選任し、災害防止のための取組を積極的に実施する。
- イ 通路、階段、出入口に物を放置しないようにする。
- ウ 商品等を高く（2メートル以上）積み上げない。（手積みで高さ2メートル以上物を積み上げる場合には、法定の技能講習を受講し試験に合格した作業主任者の選任と作業指示等が必要となる。）
- エ 踏み台、はしご、脚立等は、安定した場所で正しい使用方法で用いるための教育を徹底する。

#### (5) 保健衛生業

保健衛生業においては、ここ数年災害の増加が他の産業に比べ顕著であるため、災害の原因分析とその対策について、衛生委員会や衛生委員会の設置義務のない事業場においても、衛生委員会に準じた場を設け、作業を実際に行う労働者の意見を十分聴取した検討を行う必要があります（別添6、7）。

- ア 発生した災害や、ヒヤリハット事例により、災害防止のために必要な対策を検討し、その内容を関係労働者に周知し、安全な作業を行う。
- イ 使用する機器・設備、作業方法等実態に即した作業標準を作成する。
- ウ 適切な介護等のための設備、福祉機器の導入及び介護に関連した業務を行うための設備の導入計画を衛生委員会等において検討する。
- エ 労働者のためのリスクアセスメントを促進する。
- オ 中央労働災害防止協会において公開されている社会福祉施設向けのeラーニング教材である「イラストでチェック　ここが危ない！介護施設」(<https://www.jisha.or.jp/order/e-learning2019/index.html>)等のツールを活用する。

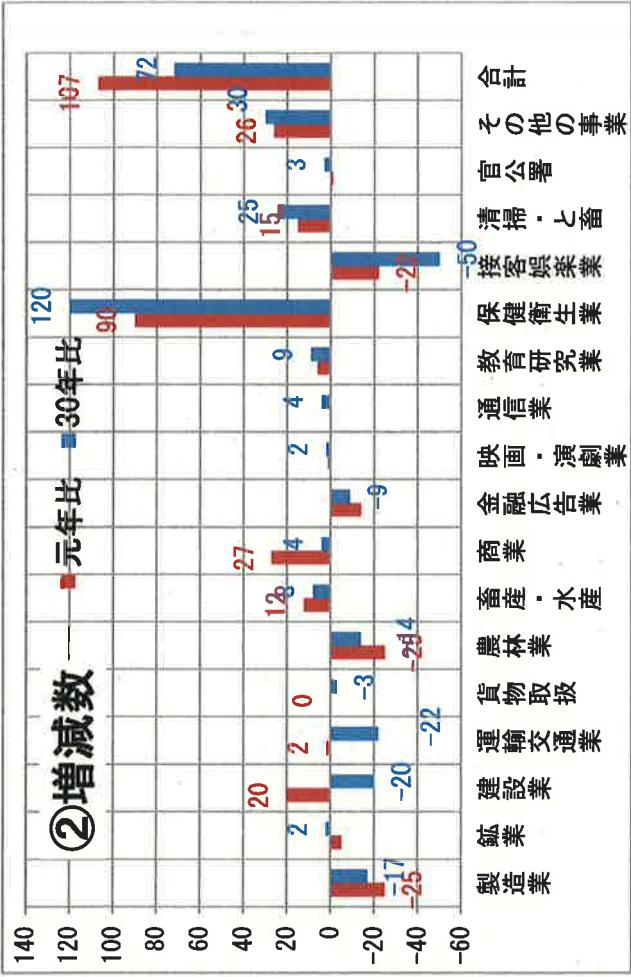
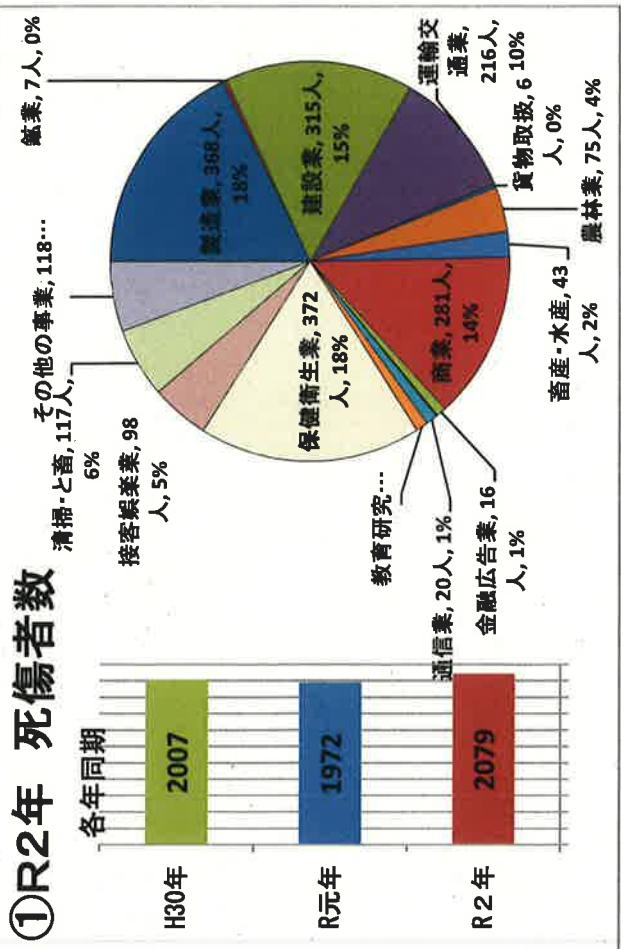
担当 健康安全課

主任衛生専門官 堀尾

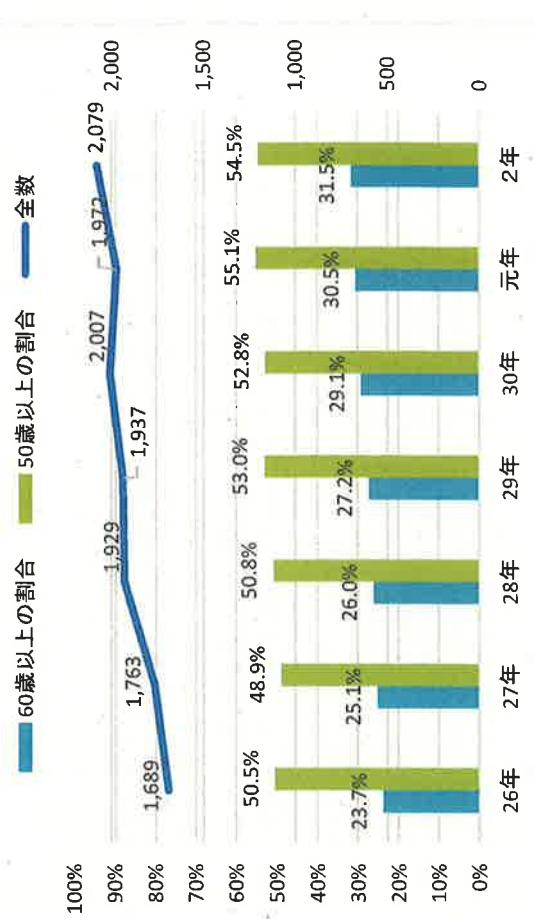
安全衛生主任 星川

電話 096-355-3186

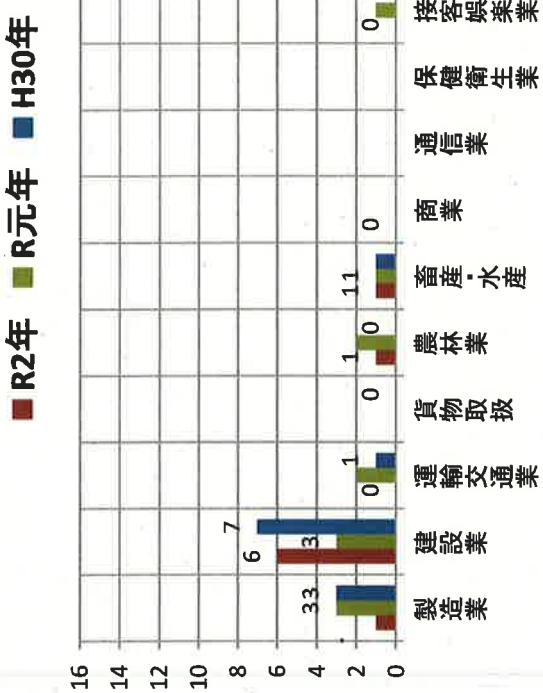
## 局全体 (確定値)



## 高年齢労働者の割合



## ③死亡災害件数

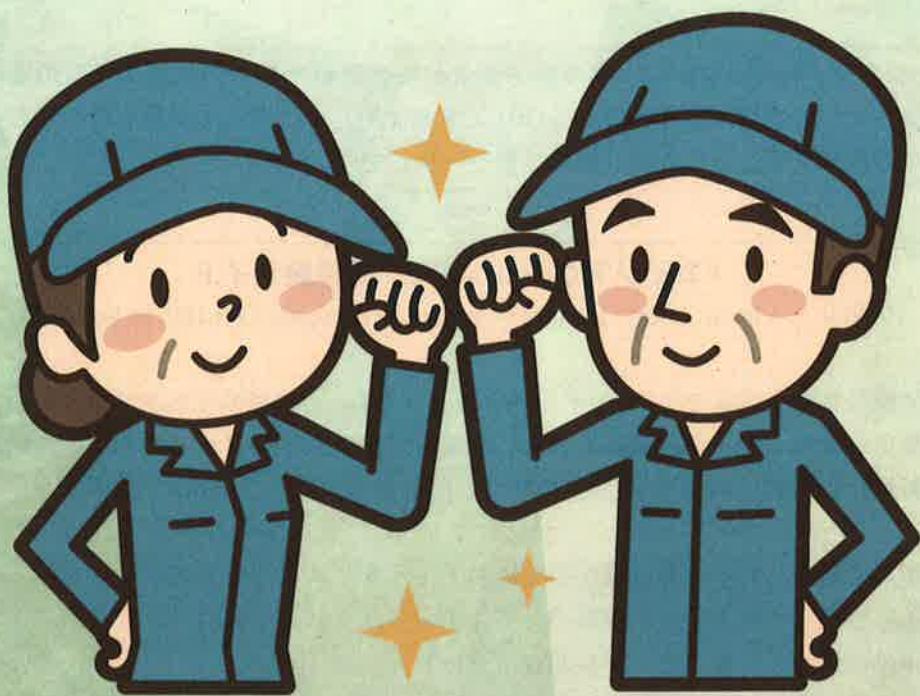




# エイジアクション 100

～生涯現役社会の実現につながる高年齢労働者の  
安全と健康確保のための職場改善に向けて～

＜概要版＞



中央労働災害防止協会

厚生労働省・都道府県労働局・労働基準監督署

## 目 次

I はじめに .....	2
II 「エイジアクション100」の概要 .....	4
III 高年齢労働者の安全と健康確保のためのチェックリスト .....	8
IV 高年齢労働者の安全と健康確保のための職場改善計画 .....	14
V 高年齢労働者の安全と健康確保に役立つパンフレット等のリスト .....	15
VI 「エイジアクション100」の活用方法 .....	19

「エイジアクション100」は、高年齢労働者の安全と健康確保のための100の取組（エイジアクション）を盛り込んだチェックリストを活用して、職場の課題を洗い出し、改善に向けての取組を進めるための「職場改善ツール」です。

### 「エイジアクション100」の特設サイト

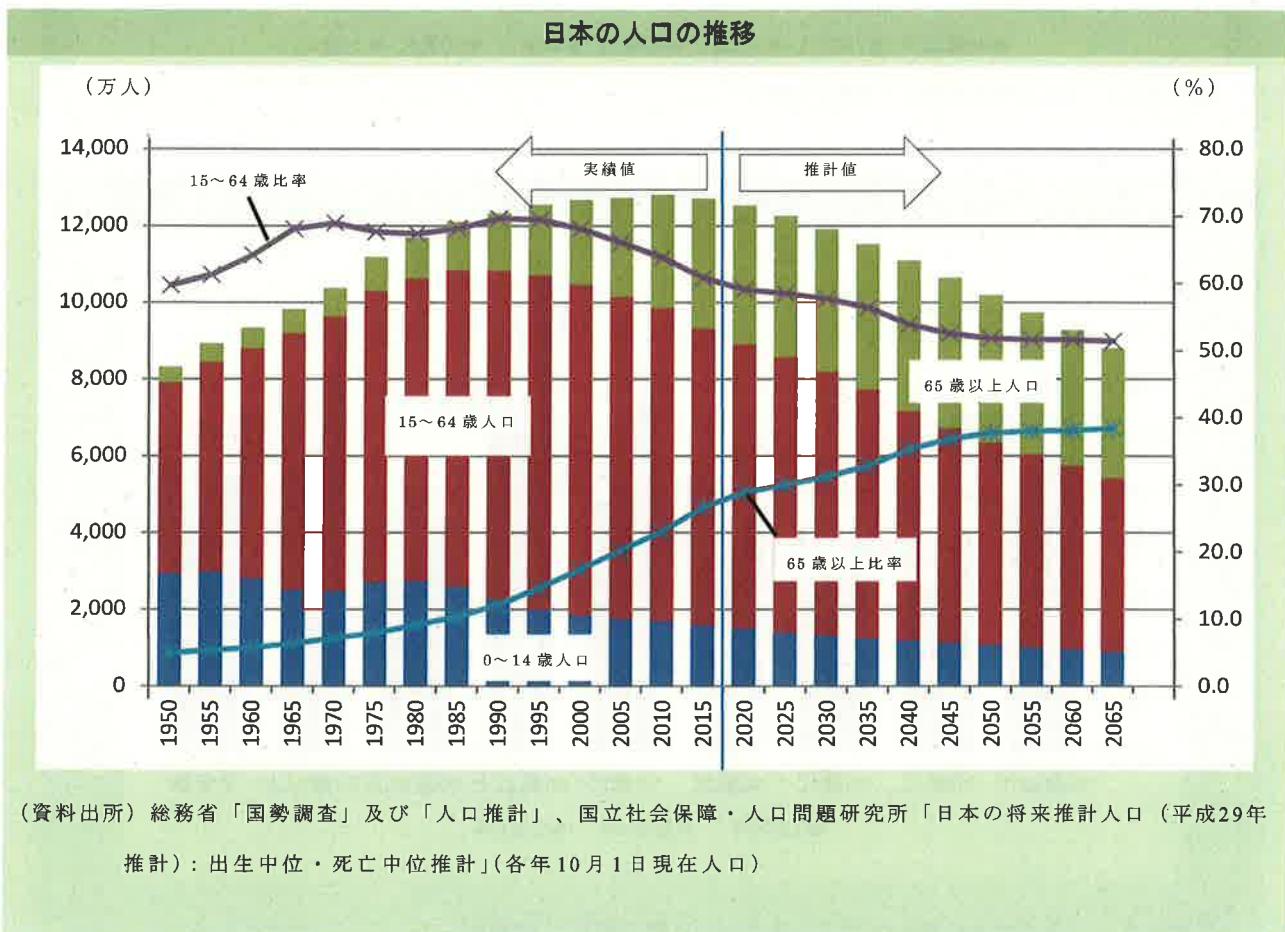
(アドレス：<http://www.jisha.or.jp/research/ageaction100/index.html>)

中央労働災害防止協会では、「エイジアクション100」の特設サイトを設けています。  
高年齢労働者の安全と健康確保のための職場改善を効果的に進めるための参考情報（下記の資料等）を掲載（平成30年6月現在）していますので、ご活用ください。

- 1 高年齢労働者の安全と健康確保のためのチェックリスト（エクセルシート）
- 2 高年齢労働者の安全と健康確保のためのチェックリストの解説（P D F）
- 3 高年齢労働者の労働災害の発生状況（P D F）
- 4 加齢に伴う身体・精神機能の状況（P D F）
- 5 高年齢労働者の安全と健康確保のための職場改善計画（エクセルシート）
- 6 高年齢労働者の安全と健康確保に役立つパンフレット等のリスト（W E Bとリンク）
- 7 「生涯現役社会の実現につながる高年齢労働者の安全と健康確保のための職場改善に向けて」の報告書（P D F）

## I はじめに

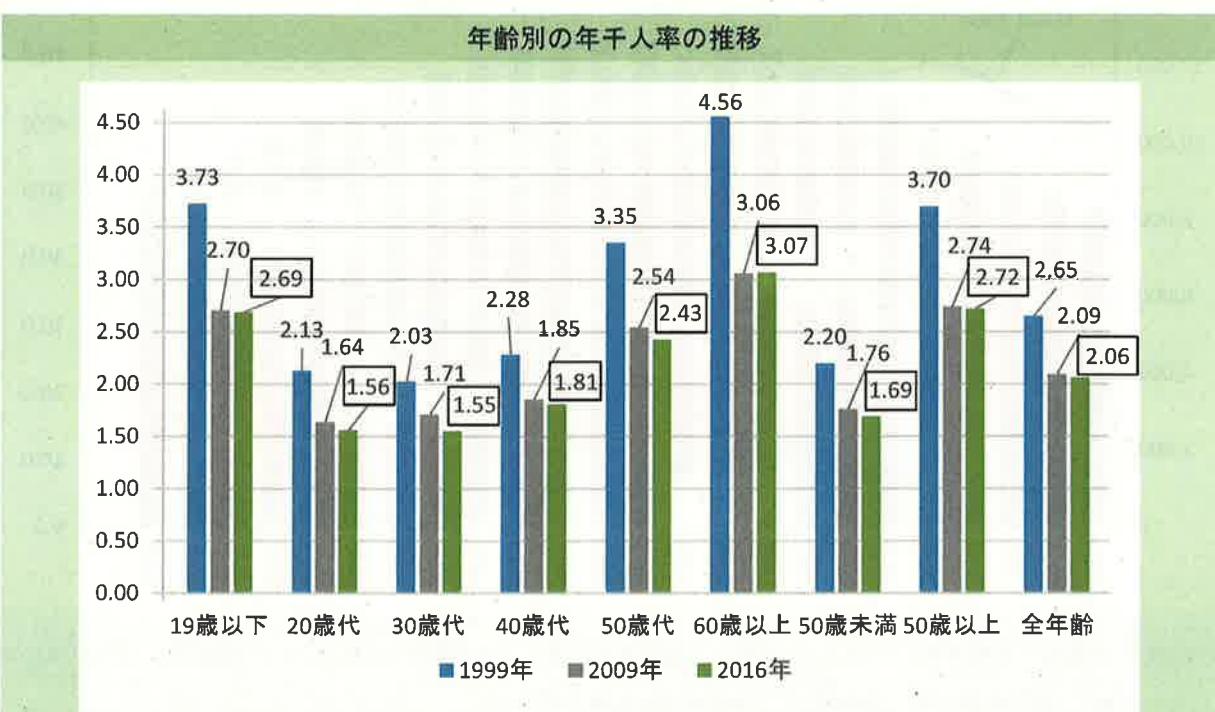
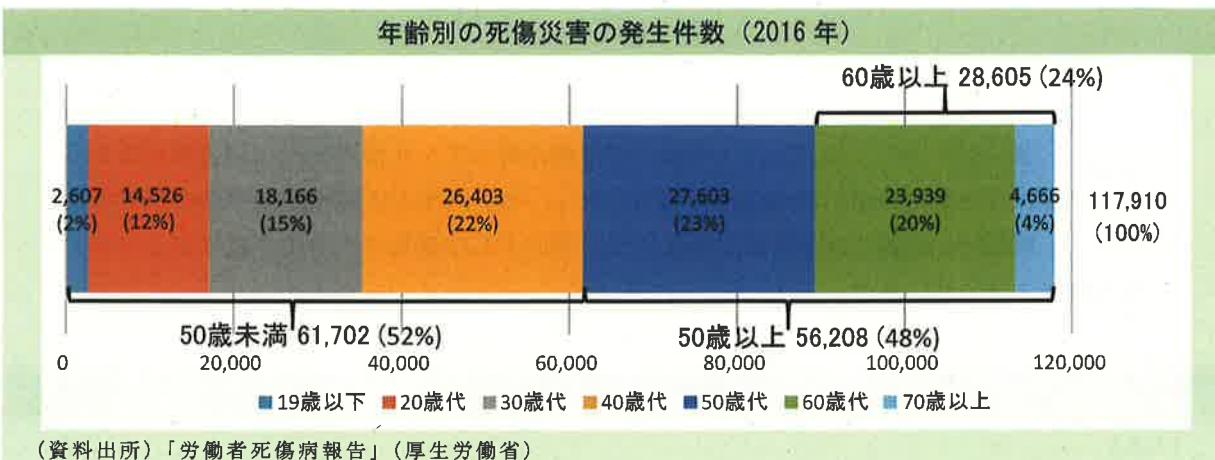
1 現在、我が国においては、少子・高齢化の進展に伴って、生涯現役社会の実現が求められており、高年齢労働者（50歳以上、以下同じ。）のこれまでに蓄積した知識や経験等を活かし、積極的に活躍できる機会を提供して、戦力として活用できるようにすることが必要な時代になっています。



2 このような中で、高年齢労働者の労働災害は、全体の約半数を占め、年千人率（労働者1,000人当たり1年間に発生する死傷者数を示すもの）でみても、若年者に比べて、労働災害の発生率が高くなっているなど、高年齢労働者の労働災害の防止に向けての取組が喫緊の課題となっています。

具体的な対策の実施に当たっては、高年齢労働者の労働災害の発生には、加齢に伴う身体・精神機能の低下が影響を与えていることから、それによる労働災害発生リスクの低減の視点を踏まえて対策を進めていくことがポイントとなります。

また、高年齢労働者が、いきいきと働くことができ、その能力を最大限に發揮できるようになるためには、高年齢労働者が働きやすい職場環境の整備や働き方の見直しを行うという視点も重要です。



（注）年千人率 = 1年間の死傷者数 (a) / 1年間の平均労働者数 (b) × 1,000

(a) は「労働者死傷病報告」(厚生労働省)、(b) は「労働力調査」(総務省) の「雇用者数」(役員を含む。) の数値を基に算出している。

3 このような視点を踏まえて、企業における高年齢労働者の安全と健康確保のための職場改善の取組を促していくために、今般、「高年齢労働者の安全と健康確保のための職場改善ツール」として、「エイジアクション100」を開発しました。

（注）「高年齢労働者」の用語について

「エイジアクション100」においては、「50歳以上の労働者の労働災害防止」の取組を進めるための便宜上、50歳以上の労働者を「高年齢労働者」という用語を用いて表現しています。

## II 「エイジアクション100」の概要

### 1 特色

- 「エイジアクション100」の特色は、次の3点です。
- (1) 高年齢労働者の安全と健康確保のための取組（エイジアクション）として、100の取組を推奨しており、これを盛り込んだチェックリストを活用して、現在の取組状況のチェックを行うことにより、職場の課題を洗い出すことができます。
  - (2) チェックリストの解説等の参考資料を付しており、加齢に伴う身体・精神機能の低下による労働災害の発生リスクの低減のための対策、高年齢労働者が働きやすい職場環境の整備や働き方の見直し等のポイントを理解していただけるようにしています。
  - (3) チェックの結果を基に、労働災害に直結する可能性の高い事項を優先して取り上げて、職場改善の検討を進めることができるようにするとともに、検討を進める際に役立つ国等のパンフレットのリストも併せて盛り込んでおり、P D C Aサイクルの下で、取組を継続することにより、着実にスパイラルアップできるようにしています。

### 2 構成

- 「エイジアクション100」は、次の6点を中心に構成されています。
- (1) 「高年齢労働者の安全と健康確保のためのチェックリスト」（以下「チェックリスト」、P 8～参照、エクセルシートは特設サイト参照）
 

高年齢労働者の安全と健康確保のための取組（エイジアクション）として、100の取組を推奨しており、これを盛り込んだチェックリストを活用して、現在の取組状況のチェックを行うことにより、職場の課題を洗い出すことができるよう設定しています。
  - (2) 「高年齢労働者の安全と健康確保のためのチェックリストの解説」（以下「チェックリストの解説」、特設サイト参照）
 

チェックリストの解説においては、加齢に伴う身体・精神機能の低下による労働災害の発生リスクを低減するための対策、高年齢労働者が働きやすい職場環境の整備や働き方の見直し等のポイントを解説しています。

また、「取組の具体例」を併せて盛り込んでおり、今後、どのような具体的な取組を行う必要があるのかを検討する際のヒントとして活用できるようにしています。
  - (3) 「高年齢労働者の労働災害の発生状況」（特設サイト参照）
 

高年齢労働者には、どのような労働災害が多いのかなど、高年齢労働者の労働災害の発生状況を踏まえた職場改善の検討を行う際の参考として活用できるようにしています。

(4) 「加齢に伴う身体・精神機能の状況」(特設サイト参照)

「加齢に伴う身体・精神機能の低下」による「労働災害の発生リスク」の理解を補うとともに、職場改善に向けての検討を行う際の参考として活用できるようにしています。

(5) 「高年齢労働者の安全と健康確保のための職場改善計画」(以下「職場改善計画」、P 14 参照、エクセルシートは特設サイト参照)

現在の取組状況のチェックを行った上で、職場改善に向けての検討を行う際の便宜を図るため、職場改善計画の様式を盛り込んでいます。

(6) 「高年齢労働者の安全と健康確保に役立つパンフレット等のリスト」(P 15 参照)

今後の職場改善に向けての検討を行うに当たっての標準的な取組手法を理解していくために、国等において示されている転倒防止や腰痛予防等をはじめとする各種の労働災害防止や健康確保に関する指針やパンフレット等のリストを参考に付しています。

### 3 「エイジアクション100」を活用した職場改善の流れ

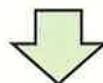
「エイジアクション100」を活用した職場改善は、主として、①事業所単位で、②安全（衛生）管理者（推進者）等が、③安全衛生委員会等で検討を行って、職場改善を進めていくことを想定しています。

また、「エイジアクション100」を活用した職場改善においては、労働災害に直結する可能性の高い事項や法令上の事業者の義務となっている事項等について優先的に改善を行った上で、高年齢労働者の働きやすい職場環境の整備や働き方の見直しの取組へつなげるなど、企業の取組レベルに応じて、順次、スパイラルアップさせながら、継続的に取り組んでいけるようにしています。

## 「エイジアクション100」を活用した職場改善の流れ

### (1) 現状把握 (VIの1 (P 19) 参照)

事業所における過去の労働災害の発生状況、高年齢労働者の作業負荷の程度や健康状況等の現状把握を行います。



### (2) チェックの実施 (VIの2 (P 19) 参照)

#### ① 実施体制の決定

- ア 事業所規模 50人以上：安全（衛生）管理者
- イ 事業所規模 10人以上 50人未満：安全（衛生）推進者
- ウ 事業所規模 10人未満：事業主が指名した者等

#### ② チェックの実施

チェックリストを活用して、チェックリストの解説やその他の参考資料を参照しつつ、チェックを行います。

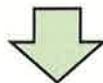
その際、チェックの結果については、次の方法により記入します。

- ア 「○」：取組を既に行っており現行のままでよい。
- イ 「×」：取組を行っていない、又は行っているがさらに改善が必要。
- ウ 「-」：対象業務なし、又は検討の必要なし。

☞ チェックリストは、特設サイトにエクセルシートが掲載されていますので、ダウンロードしてご活用ください。

#### ③ 優先度のマーク

「×」が付された項目のうち、優先度が高いと考える項目に、チェックの際に、マークを付しておきます。



### (3) 職場改善の実施

#### ① 取組事項の選定 (VIの3の(1) (P 21) 参照)

ア 「×」が付された項目のうち優先度が高いものについて、職場改善計画を作成し、安全衛生委員会等において検討を行い、事業所としての方針を決定した上で、取組を進めます。

☞ 職場改善計画は、特設サイトにエクセルシートを掲載していますので、ダウンロードしてご活用ください。

イ チェックリストの「3 高年齢労働者に多発する労働災害の防止のための対策」の「主な業種別の最優先取組事項」(P 21 参照)の中で「×」が付された項目については、そのまま放置した場合には、労働災害に直結する可能性が高いことから、できる限り優先して取組を進めます。

#### ② 職場改善策の検討 (VIの3の(2) (P 21) 参照)

ア 職場改善策を検討するに当たっては、国等において示されている各種の労働災害防止や健康確保に関するパンフレット等のリスト(P 15～参照)を参考にしてください。  
イ 効果的な職場改善策とするためには、高年齢労働者等の職場関係者等の意見やアイデア等も参考に聴取しつつ、検討を進めることができます。

#### ③ P D C Aサイクルの仕組みによる着実なレベルアップ (VIの4 (P 22) 参照)

ア P D C Aサイクルの仕組みで取組を進めることにより、中長期的・継続的な取組として、着実にレベルアップしていくようにします。  
イ 職場改善の取組の1サイクルは、主に6か月～1年くらいのサイクルで継続実施することを想定しています。

### III 高年齢労働者の安全と健康確保のためのチェックリスト

番号	チェック項目（100の「エイジアクション」）	結果 優先度
<b>1 高年齢労働者の戦力としての活用</b>		
1	高年齢労働者のこれまでの知識と経験を活かして、戦力として活用している。	
<b>2 高年齢労働者の安全衛生の総括管理</b>		
(1) 基本方針の表明		
2	高年齢労働者の対策も盛り込んで、安全衛生対策の基本方針の表明を行っている。	
(2) 高年齢労働者の安全衛生対策の推進体制の整備等		
3	高年齢労働者の対策も盛り込んで、安全衛生対策を推進する計画を策定している。	
4	加齢に伴う身体・精神機能の低下による労働災害発生リスクに対応する観点から、高年齢労働者の安全衛生対策の検討を行っている。	
5	高年齢労働者による労働災害の発生リスクがあると考える場合に、相談しやすい体制を整備し、必要に応じて、作業内容や作業方法の変更、作業時間の短縮等を行っている。	
<b>3 高年齢労働者に多発する労働災害の防止のための対策</b>		
(1) 転倒防止		
① つまずき、踏み外し、滑りの防止措置		
6	通路の十分な幅を確保し、整理・整頓により通路、階段、出入口には物を放置せず、足元の電気配線やケーブルはまとめている。	
7	床面の水たまり、氷、油、粉類等は放置せず、その都度取り除いている。	
8	階段・通路の移動が安全にできるように十分な明るさ（照度）を確保している。	
9	階段には手すりを設けるほか、通路の段差を解消し、滑りやすい箇所にはすべり止めを設ける等の設備改善を行っている。	
10	通路の段差を解消できない箇所や滑りやすい箇所が残る場合は、表示等により注意喚起を行っている。	
② 安全な作業靴の着用		
11	作業現場の環境に合った耐滑性があり、つまずきにくい作業靴を着用させている。	
③ 歩行時の禁止事項		
12	書類や携帯電話を見ながらの「ながら歩き」、ポケットに手を入れた「ポケットハンド」での歩行や「廊下を走ること」は禁止している。	
④ 危険マップ等の作成・周知		
13	ヒヤリ・ハット情報を活用して、転倒しやすい箇所の危険マップ等を作成して周知している。	
(2) 墜落・転落防止		
① 高所作業の回避		
14	高所作業ができる限り避け、地上での作業に代えている。	
② 作業床・手すり等の設置		
15	高所で作業をさせる場合には、安全に作業を行うことができる広さの作業床を設けて、その端や開口部等には、バランスを崩しても安全な高さの囲い、手すり、覆い等を設けている。	
③ 保護具の使用		
16	高所で作業をせる場合には、ヘルメット（「飛来・落下物用」と「墜落時保護用」の規格をともに満たすもの。以下同じ。）を着用させた上で、安全帯を使用させている。	

番号	チェック項目 (100 の「エイジアクション」)	結果 優先度
④ 墜落・転落防止設備の作業前確認		
17	高所で作業をさせる場合には、その作業開始前に、作業床や手すり、安全帯を安全に取り付ける設備等の安全性の確認を行っている。	
⑤ はしご・脚立の使用の回避		
18	はしごや脚立の使用をできる限り避け、移動式足場や作業台等を使用させている。	
⑥ はしご・脚立の安全使用		
19	はしごや脚立を使用させる場合には、ヘルメットを着用させた上で、安全な方法で使用させている。	
(3) 腰痛予防		
① 作業姿勢		
20	ひねり、前かがみ、中腰等の不自然な作業姿勢を取らせないようにしている。	
21	肘（ひじ）の曲げ角度が 90 度になるように、作業台の高さを調節している。	
22	同一作業姿勢を長時間取らせないようにしている。	
23	不自然な姿勢を取らざるを得ない場合や反復作業を行わせる場合には、休憩・休止をはさんだり、他の作業と組み合わせることにより、できる限り連続しないようにしている。	
② 重量物の取扱い		
24	重量物の取扱作業を、できる限り少なくしている。	
25	重量物を取り扱う場合には、機械（台車・昇降装置・バランサー等）による自動化・省力化、腰痛予防ベルト・アシストスーツ等の活用による負担の軽減を行っている。	
26	重量物の重量や外観から判断できない偏った重心の位置を、できる限り明示している。	
③ 介護・看護作業		
27	要介護者のベッドから車いす等への移乗介助等には、介護用リフト、スライディングボード・シート等を活用している。	
(4) はざまれ・巻き込まれ防止		
① ガードの設置		
28	機械の危険な部分には、バランスを崩しても、接触することがない高さのガード（囲い、柵、扉、カバー等）を設けて防護するとともに、そのガードには、ぶつかっても怪我をしないようクッションをつけている。	
② 安全装置の設置		
29	身体の一部が機械と接触する前に、機械が安全側に停止する安全装置を設けている。	
③ 標識・表示等		
30	機械の危険な部分には、見やすい標識・表示等により注意喚起を行っている。	
④ 機械の保守・点検時の停止		
31	機械を停止させて、点検中等の表示をした上で、機械の清掃・修理等の保守・点検を行っている。	
⑤ 服装の確認		
32	上着やズボンの裾は巻き込まれるおそれがないか、袖のボタンはかけているか等について、作業開始前に確認している。	
⑥ 安全装置の確認		
33	安全カバー・安全囲い等を取り外した場合には、機械が停止することを確認している。	
(5) 交通労働災害防止		
① 適正な労働時間管理・走行管理		
34	長時間走行、深夜・早朝時間帯や悪天候時の走行を避け、走行計画は十分な休憩時間・仮眠時間を確保した余裕のあるものにしている。	

番号	チェック項目（100の「エイジアクション」）	結果 優先度
② 安全健康問い合わせ等		
35	疲労、飲酒、睡眠不足等で安全な運転ができないおそれがないかについて、運転開始前に、問い合わせやアルコールチェッカー等により確認している。	
③ 運転適性の検査		
36	運転適性検査や睡眠時無呼吸症候群の検査を定期的に行っている。	
④ 交通安全教育の実施		
37	睡眠不足、飲酒や薬剤等による運転への影響のほか、長年の「慣れ」等によって、安全確認や運転操作がおろそかにならないように、交通安全教育を行っている。	
38	自動車運転を専門とする運転手については、ドライブ・レコーダーの記録や添乗チェック等により運転技能を確認して、運転指導を行っている。	
⑤ 交通安全情報マップの作成・周知		
39	交通事故発生状況、デジタル・タコグラフ、ヒヤリ・ハット事例等に基づき、危険な箇所、注意事項等を記載した交通安全情報マップを作成して周知している。	
⑥ 先進安全技術を搭載した車両の導入		
40	自動ブレーキ、ペダル踏み間違い時加速抑制装置等の先進安全技術を搭載した車両を導入している。	
⑦ 異常気象時等の対応		
41	急な天候の悪化や異常気象の場合には、安全の確保のための走行中止、徐行運転や一時待機等の必要な指示を行っている。	
⑧ 点検・整備		
42	定期点検整備のほかに、乗車・走行前に、必要に応じて、日常点検整備を行って、車両の保守管理を適切に行っている。	
（6）熱中症予防		
① 作業計画の策定等		
43	天気予報や熱中症予報で把握した熱中症発生の危険度に応じて、作業の中止、作業時間の短縮等ができるよう、余裕を持った作業計画を立てている。	
② 暑さ指数（WBGT値）の把握		
44	暑さ指数（WBGT値）を測定して、基準値を超える（おそれのある）作業場所（高温多湿作業場所）については、必要な熱中症予防対策を行っている。	
③ 暑さ指数を下げるための設備の整備		
45	簡易な屋根、通風・冷房設備や、ミストシャワー等の暑さ指数を下げるための設備を整備している。	
④ 休憩場所の整備		
46	作業場所の近くに冷房を備えた休憩場所や日陰等の涼しい休憩場所を整備している。	
⑤ 涼しい服装		
47	クールジャケット等の透湿性・通気性のよい服を着用させるとともに、直射日光下では、通気性の良い帽子（クールヘルメット等）を着用させている。	
⑥ 作業時間の短縮等		
48	暑さ指数が高いときは、作業の中止、作業時間の短縮、こまめな休憩、身体作業強度の低い作業への変更、作業場所の変更等を行っている。	
⑦ 熱への順化		
49	暑さに慣れるまでの間（梅雨明け直後、長期の休み明け等）は十分な休憩を取り、1週間程度以上かけて徐々に身体を慣らすようにしている。	
⑧ 水分・塩分の摂取		
50	自覚症状の有無に関わらず、定期的に水分・塩分を摂取させている。	
⑨ 健康診断の有所見者への対応		
51	健康診断結果に所見のある高年齢労働者に、高温多湿作業場所で作業をさせる場合には、医師の意見を聴いて、適切な就業上の措置（作業時間の短縮、就業場所や作業内容の変更等）を行っている。	

番号	チェック項目（100の「エイジアクション」）	結果	
		優先度	
⑩ 健康問い合わせ			
52	作業開始前に、睡眠不足や体調不良の有無等の問い合わせを行って、健康状態を確認している。		
⑪ 作業中の巡視			
53	高温多湿作業場所での作業中は、巡視を頻繁に行って、暑熱環境や健康状態等を確認している。		
<b>4 高年齢労働者の作業管理</b>			
(1) 作業内容の調整や作業開始前の準備体操			
54	高年齢労働者の身体・精神機能には個人差が大きいことを踏まえて、個々人の状況に応じて、作業負荷が大きすぎないように、作業内容をきめ細かく調整している。		
55	作業開始前に、準備体操やストレッチ体操を行い、体を十分にほぐしてから作業に着手できるようにしている。		
(2) 作業負荷の軽減			
56	強い筋力を要する作業や長時間にわたって筋力を使用する作業は減らしている。		
57	呼吸が乱れるような速い動作を伴う作業や瞬時の判断を必要とする作業をなくすとともに、緊急の場合でも、過度な作業負荷がかからないようにしている。		
(3) 作業ペースや作業量のコントロール			
58	担当する作業の量や到達点を事前に明示するほか、自らの作業の進捗状況を確認できるようにしている。		
59	作業負荷が大きくなりすぎないように、作業ペースや作業量を個々人に合ったものとなるよう調整している。		
(4) 休憩・休止			
60	休憩時間のほかに、トイレに行くための時間や作業の休止時間を取りができるようにしている。		
61	高度な注意の集中を必要とする作業の継続時間が、長くなりすぎないようにしている。		
62	疲労やストレスを効果的に癒すことができる休憩室、シャワー室、相談室、運動施設等を設置している。		
<b>5 高年齢労働者の作業環境管理</b>			
(1) 視覚環境の整備			
63	書面・ディスプレイ（表示画面）、掲示物等の文字の大きさや色合いは、見やすくなるように工夫している。		
64	手元や文字が見やすくなるように、職場の明るさを確保している。		
65	近い距離での細かい作業を避けて、見やすくなるように、作業者と作業対象物との距離を調整している。		
(2) 聴覚環境の整備			
66	会話を妨げる背景騒音の音量を小さくし、警報音を聞き取りやすくしている。		
67	会話を聞き取りやすくなるように工夫するほか、聞き取りが難しい場合には、見て分かる方法（書面、回転灯、タワーランプ等）によっている。		
(3) 寒冷環境への対応			
68	寒冷環境に長時間さらされないように作業計画を立てている。		
69	寒冷環境下での作業を開始する前に、体を温めるための準備運動を行うとともに、作業時は、保温性のある防寒具（服装、手袋、帽子、靴等）を着用させている。		

番号	チェック項目（100の「エイジアクション」）	結果 優先度
<b>6 高年齢労働者の健康管理</b>		
<b>(1) 健康診断と事後措置の確実な実施等</b>		
<b>① 健康診断の確実な実施等</b>		
70	病気であったり、体調が不良であったりする高年齢労働者も見られること等を踏まえて、きめ細かな健康管理を行っている。	
71	法令に基づく健康診断の対象外となる場合もある定年退職後に再雇用された短時間勤務者や隔日勤務者等についても、健康診断を実施している。	
<b>② 健康診断の事後措置</b>		
72	健康診断結果に所見がある場合には、医師等の意見を勘案して、就業上の措置（作業時間の短縮、作業内容の変更等）を確実に行っている。	
73	所見のある健康診断結果を踏まえて、医師等から意見を聴取する際には、医師等が判断を行うに当たって必要となる本人の就業状況に関する情報（作業時間、作業内容等）を的確に提供している。	
<b>③ 保健指導、健康相談等</b>		
74	保健指導や健康相談等においては、健康診断の有所見の状況やその経年的な変化に応じて、必要となる具体的な取組内容（運動、休養・睡眠、食事、節度ある飲酒、禁煙、口腔衛生等）を指示している。	
<b>④ 精密検査や医療機関への受診の勧奨</b>		
75	健康診断において生活習慣病が把握された場合には、保健指導による進行の抑制に加えて、精密検査や医療機関への受診の勧奨を行っている。	
76	健康診断において職務遂行能力に大きな影響を及ぼす視力や聴力等に所見がある場合には、精密検査や医療機関への受診の勧奨を行っている。	
<b>⑤ 病気休職後の職場復帰</b>		
77	医療機関への受診終了後においても、休職前の体調にまでには未回復であったり、体力が低下していたりする場合も見られること等を踏まえて、病気休職後の職場復帰が円滑にできるように就業上の配慮を行っている。	
<b>⑥ 体調不良時等に対応できる体制の整備</b>		
78	体調不良等の場合に、職場で休養できる部屋を確保するとともに、すぐに医療機関等を受診できる体制を整備している。	
<b>(2) メンタルヘルスケア</b>		
<b>① 高年齢労働者の特性への配慮</b>		
79	高年齢労働者の特性（職場における役割の変化、病気・体調不良、睡眠の質の低下等に伴うストレスの増加やストレス耐性の低下等）を踏まえたメンタルヘルスケアを行っている。	
<b>② 研修・情報提供</b>		
80	高年齢労働者や管理監督者に対して、メンタルヘルスケアについての研修や情報提供を行っている。	
<b>③ 相談窓口の設置</b>		
81	メンタルヘルスケアについての相談窓口の設置等により相談しやすい環境を整備している。	
<b>④ ストレスチェック</b>		
82	ストレスチェック（ストレスの状況を把握するための検査）を実施して、作業時間の短縮、作業内容の変更等の就業上の措置や職場環境の改善を行っている。	
<b>⑤ 職場復帰の支援</b>		
83	メンタルヘルス不調により休職した場合に、円滑に職場復帰できるようにするためのプログラムを定めている。	
<b>(3) 転倒・腰痛等の予防のための体力測定・運動指導</b>		
84	転倒・腰痛等に関連する体力測定やその予防のための筋トレ・ストレッチ体操等の運動指導を行っている。	
<b>(4) がんの教育と検診</b>		
85	がんについての理解を促す健康教育を行うとともに、がん予防につながる生活習慣の改善（禁煙等）の指導を行っている。	
86	がん検診を実施したり、健康保険組合等や市町村が実施するがん検診の受診勧奨を行っている。	

番号	チェック項目 (100の「エイジアクション」)	結果	優先度
<b>7 高年齢労働者に対する安全衛生教育</b>			
(1) 安全衛生教育の確実な実施			
87	法令で定められた安全衛生教育を確実に実施している。		
(2) 加齢に伴う身体・精神機能の低下に対応するための安全衛生教育			
88	加齢に伴う身体・精神機能の低下による労働災害発生リスクを低減させるための安全衛生教育を行っている。		
(3) 教育・指導の実施に当たっての高年齢労働者の特性への配慮			
89	「ベテランだから大丈夫」という先入観は持たないで、十分な時間をかけて、教育・指導を行っている。		
<b>8 高年齢労働者の勤労条件</b>			
(1) 勤務形態・労働時間			
90	定年退職・再雇用後は、希望すれば、働きやすい柔軟な勤務制度・休暇制度を利用できるようにしている。		
(2) 夜勤			
91	できる限り夜勤を避けるとともに、夜勤をさせる場合には、心身の負担を軽減するように夜勤シフトや休日を調整している。		
(3) 安全や健康の確保に配慮した職務配置			
92	高年齢労働者の健康状態、身体・精神機能の状態等を踏まえて、安全や健康の確保に支障がないように職務配置を行っている。		
(4) 高年齢労働者の円滑な職場適応			
93	高年齢労働者の職場における役割を明確にするとともに、円滑に職場に適応できるように、きめ細かな目配りを行っている。		
(5) 治療と仕事との両立支援			
94	治療と仕事との両立を図りながら、安心して働けるように必要な支援や環境整備を行っている。		
<b>9 高齢期に健康で安全に働くことができるようにするための若年時からの準備 (エイジ・マネジメント)</b>			
(1) 健康づくりの支援			
95	高齢期になっても元気に働くことができるよう、若年時から、運動指導、生活習慣指導（休養・睡眠、食事、節度ある飲酒、禁煙等）等の健康教育、口腔衛生等の健康づくりの支援を行っている。		
(2) 女性特有の健康上の課題（母性健康管理、乳がん・子宮がん、更年期障害、骨粗しょう症等）についての支援			
96	妊娠・出産に伴う体調不良や更年期障害の症状が強い場合には、就業上の配慮や産婦人科の受診勧奨を行っている。		
97	乳がんや子宮がんについて、女性労働者に対する健康教育を行うとともに、がん検診の実施、健康保険組合等や市町村が実施するがん検診の受診勧奨を行っている。		
98	若年時から、更年期以降の骨粗しょう症についての健康教育を行うとともに、極端なダイエットの防止等の食事指導や運動習慣づくりの支援を行っている。		
(3) 長時間労働の抑制やワーク・ライフ・バランスの確保			
99	仕事により心身の健康を害することのないように、若年時から、長時間労働の抑制やワーク・ライフ・バランスの確保を行っている。		
(4) キャリア形成の支援			
100	若年時から、高齢期までを見据えたキャリア形成の支援を行うとともに、高齢期を迎える前に、今後のキャリアについて考える機会を提供している。		
<p>(注1) 「結果」欄の記入方法は、以下のとおりです。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・「○」：取組を既に行っており、現行のままよい。</li> <li>・「×」：取組を行っていない、又は行っているが、さらに改善が必要。</li> <li>・「-」：対象業務なし、又は検討の必要なし。</li> </ul> <p>(注2) 「優先度」欄は、優先して改善の取組を行う必要があると考える項目にチェックを入れます。</p>			

## IV 高年齢労働者の安全と健康確保のための職場改善計画

番号	チェック 項目番号	現行の問題点 (チェック項目が「×」の理由)	改善内容	責任者/ 担当者	スケジュール												フォローアップ 計画
					月	月	月	月	月	月	月	月	月	月	月	月	
1																	
2																	

## V 高年齢労働者の安全と健康確保に役立つパンフレット等のリスト

名 称	機 関 名	U R L
<b>1 高年齢労働者の戦力としての活用</b>		
65歳超雇用推進マニュアル～高齢者の戦力化のすすめ～	独立行政法人高齢・障害・求職者雇用支援機構	<a href="http://www.jeed.or.jp/elderly/data/q2k4vk00000tf3f-att/q2k4vk00000tf5r.pdf">http://www.jeed.or.jp/elderly/data/q2k4vk00000tf3f-att/q2k4vk00000tf5r.pdf</a>
65歳超雇用推進マニュアル～高齢者の戦力化のすすめ～（その2）	独立行政法人高齢・障害・求職者雇用支援機構	<a href="http://www.jeed.or.jp/elderly/data/q2k4vk00000tf3f-att/q2k4vk000001c9rh.pdf">http://www.jeed.or.jp/elderly/data/q2k4vk00000tf3f-att/q2k4vk000001c9rh.pdf</a>
65歳希望者全員雇用時代高齢従業員戦力化に向けてー「企業における高齢者雇用の推進」に係る検討委員会 報告書ー	独立行政法人高齢・障害・求職者雇用支援機構	<a href="https://www.jeed.or.jp/elderly/data/pamphlet_company70/om5ru80000007pa7-att/om5ru80000007pg9.pdf">https://www.jeed.or.jp/elderly/data/pamphlet_company70/om5ru80000007pa7-att/om5ru80000007pg9.pdf</a>
産業別高齢者雇用推進ガイドラインのご紹介～高齢従業員がいきいきと働くためのヒント集～	独立行政法人高齢・障害・求職者雇用支援機構	<a href="http://www.jeed.or.jp/elderly/research/enterprise/hints.html">http://www.jeed.or.jp/elderly/research/enterprise/hints.html</a>
<b>2 高年齢労働者の安全衛生の総括管理</b>		
(1) 基本方針の表明		
(2) 高年齢労働者の安全衛生対策の推進体制の整備等		
第13次労働災害防止計画	厚生労働省	<a href="http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000197308.html">http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000197308.html</a>
職場のあんぜんサイト	厚生労働省	<a href="http://anzeninfo.mhlw.go.jp/">http://anzeninfo.mhlw.go.jp/</a>
「安全衛生情報センター」のWEBサイト	中央労働災害防止協会	<a href="https://www.jaish.gr.jp/">https://www.jaish.gr.jp/</a>
労働安全衛生マネジメントシステムに関する指針（平成11年労働省告示第53号）	厚生労働省	<a href="https://www.jaish.gr.jp/anzen/hor/hombun/hor1-2/hor1-2-58-1-0.htm">https://www.jaish.gr.jp/anzen/hor/hombun/hor1-2/hor1-2-58-1-0.htm</a>
危険性又は有害性等の調査等に関する指針（平成18年3月10日厚生労働省公示第1号）	厚生労働省	<a href="http://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-1130000-Roudouki_junkyokuanzeneiseibu/0000077404.pdf">http://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-1130000-Roudouki_junkyokuanzeneiseibu/0000077404.pdf</a>
高年齢労働者の活躍促進のための安全衛生対策～先進企業の取組事例集～	中央労働災害防止協会	<a href="http://www.jisha.or.jp/research/report/201703_01.html">http://www.jisha.or.jp/research/report/201703_01.html</a>
「働く人に安全で安心な店舗・施設づくり推進運動」のWEBサイト	厚生労働省	<a href="http://anzeninfo.mhlw.go.jp/information/sanjisangyo.html">http://anzeninfo.mhlw.go.jp/information/sanjisangyo.html</a>
<b>3 高年齢労働者に多発する労働災害の防止のための対策</b>		
(1) 転倒防止		
「STOP！転倒災害プロジェクト」のWEBサイト	厚生労働省	<a href="http://anzeninfo.mhlw.go.jp/information/tentou1501.html">http://anzeninfo.mhlw.go.jp/information/tentou1501.html</a>
「STOP！転倒災害プロジェクト」のリーフレット	厚生労働省	<a href="http://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-1130000-Roudouki_junkyokuanzeneiseibu/0000111161.pdf">http://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-1130000-Roudouki_junkyokuanzeneiseibu/0000111161.pdf</a>
(2) 墜落・転落防止		
足場からの墜落・転落災害防止総合対策推進要綱（平成27年5月20日付け基発第0520号第1号）	厚生労働省	<a href="http://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-1130000-Roudouki_junkyokuanzeneiseibu/0000088456.pdf">http://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-1130000-Roudouki_junkyokuanzeneiseibu/0000088456.pdf</a>
「足場からの総合的な墜落・転落災害防止対策について」のパンフレット	厚生労働省	<a href="http://www.mhlw.go.jp/new-info/kobetu/roudou/gyousei/anzen/120309-1.html">http://www.mhlw.go.jp/new-info/kobetu/roudou/gyousei/anzen/120309-1.html</a>

名 称	機 関 名	U R L
「足場からの墜落防止のための措置を強化します」のパンフレット	厚生労働省	<a href="http://www.mhlw.go.jp/new-info/kobetu/roudou/gyousei/anzen/dl/150618-2.pdf">http://www.mhlw.go.jp/new-info/kobetu/roudou/gyousei/anzen/dl/150618-2.pdf</a>
「正しく使おうフルハーネス」のパンフレット	建設業労働災害防止協会	<a href="http://www.mhlw.go.jp/new-info/kobetu/roudou/gyousei/anzen/dl/170131-1.pdf">http://www.mhlw.go.jp/new-info/kobetu/roudou/gyousei/anzen/dl/170131-1.pdf</a>
<b>(3) 腰痛予防</b>		
職場における腰痛予防対策指針（平成25年6月18日付け基発第0618号第1号）	厚生労働省	<a href="http://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/youtsuushishin.html">http://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/youtsuushishin.html</a>
「職場での腰痛を予防しましょう！「腰痛予防指針」による予防のポイント」のパンフレット	厚生労働省	<a href="http://www.mhlw.go.jp/new-info/kobetu/roudou/gyousei/anzen/dl/131114-01.pdf">http://www.mhlw.go.jp/new-info/kobetu/roudou/gyousei/anzen/dl/131114-01.pdf</a>
「看護・介護作業における腰痛を予防しましょう」のパンフレット	厚生労働省	<a href="http://www.mhlw.go.jp/new-info/kobetu/roudou/gyousei/anzen/dl/131025-01.pdf">http://www.mhlw.go.jp/new-info/kobetu/roudou/gyousei/anzen/dl/131025-01.pdf</a>
高齢者介護施設における履入れ時の安全衛生教育マニュアル	中央労働災害防止協会	<a href="http://www.jisha.or.jp/research/report/index.html">http://www.jisha.or.jp/research/report/index.html</a>
<b>(4) はざまれ・巻き込まれ防止</b>		
機械の包括的な安全基準に関する指針（平成19年7月31日付け基発第0731001号）	厚生労働省	<a href="https://www.jaish.gr.jp/horei/hor1-48/hor1-48-36-1-4.html">https://www.jaish.gr.jp/horei/hor1-48/hor1-48-36-1-4.html</a>
「機械の包括的な安全基準に関する指針」が改正されました～機械を安全化し、安全に使用するために～」のパンフレット	厚生労働省	<a href="http://www.mhlw.go.jp/bunya/roudouki/jun/anzenisei14/dl/ks04.pdf">http://www.mhlw.go.jp/bunya/roudouki/jun/anzenisei14/dl/ks04.pdf</a>
機械の安全規格を活用して災害防止を進めるためのガイドブック	中央労働災害防止協会	<a href="http://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-11200000-Roudouki_junkyoukoku/kikai_kikaku_2.pdf">http://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-11200000-Roudouki_junkyoukoku/kikai_kikaku_2.pdf</a>
<b>(5) 交通労働災害防止</b>		
交通労働災害防止のためのガイドライン（平成25年5月28日）	厚生労働省	<a href="http://anzeninfo.mhlw.go.jp/information/koutsuu-guideline_2505.pdf">http://anzeninfo.mhlw.go.jp/information/koutsuu-guideline_2505.pdf</a>
「交通労働災害を防止しましょう「交通労働災害防止のためのガイドライン」のポイント」のパンフレット	厚生労働省	<a href="http://www.mhlw.go.jp/new-info/kobetu/roudou/gyousei/anzen/130912-01.html">http://www.mhlw.go.jp/new-info/kobetu/roudou/gyousei/anzen/130912-01.html</a>
「交通労働災害を防止するために」のパンフレット	厚生労働省	<a href="http://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-11300000-Roudouki_junkyoukuanzeneiseibu/0000102734.pdf">http://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-11300000-Roudouki_junkyoukuanzeneiseibu/0000102734.pdf</a>
高齢者に配慮した交通労働災害防止の手引き（平成24年度）	陸上貨物運送事業労働災害防止協会	<a href="http://www.mhlw.go.jp/new-info/kobetu/roudou/gyousei/anzen/121129.html">http://www.mhlw.go.jp/new-info/kobetu/roudou/gyousei/anzen/121129.html</a>
「交通労働災害の現状と防止対策」のWEBサイト	厚生労働省	<a href="http://anzeninfo.mhlw.go.jp/information/kotsutaisaku1505.html">http://anzeninfo.mhlw.go.jp/information/kotsutaisaku1505.html</a>
サポカー／サポカーS（安全運転サポート車）のWEBサイト	経済産業省	<a href="https://www.safety-support-car.go.jp/">https://www.safety-support-car.go.jp/</a>
<b>(6) 熱中症予防</b>		
「熱中症を防ごう！」のパンフレット（厚生労働省）	厚生労働省	<a href="http://www.mhlw.go.jp/houdou/2009/06/dl/h0616-1b.pdf">http://www.mhlw.go.jp/houdou/2009/06/dl/h0616-1b.pdf</a>
職場における熱中症の予防について（平成21年6月19日付け基発第0619001号）	厚生労働省	<a href="http://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-11200000-Roudouki_junkyoukoku/0000085000_1.pdf">http://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-11200000-Roudouki_junkyoukoku/0000085000_1.pdf</a>
熱中症予防対策のためのリスクアセスメントマニュアル	中央労働災害防止協会	<a href="http://www.jisha.or.jp/research/report/201503_02.html">http://www.jisha.or.jp/research/report/201503_02.html</a>
「STOP！熱中症クールワークキャンペーン（職場における熱中症予防対策）」のWEBサイト	厚生労働省	<a href="http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000116133.html">http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000116133.html</a>

名 称	機 関 名	U R L
<b>4 高年齢労働者の作業管理</b>		
(1) 作業内容の調整や作業開始前の準備体操		
(2) 作業負荷の軽減		
(3) 作業ペースや作業量のコントロール		
(4) 休憩・休止		
<b>5 高年齢労働者の作業環境管理</b>		
(1) 視覚環境の整備		
(2) 聴覚環境の整備		
(3) 寒冷環境への対応		
<b>6 高年齢労働者の健康管理</b>		
(1) 健康診断と事後措置の確実な実施等		
健康診断結果に基づき事業者が講すべき措置に関する指針（平成8年10月1日付け健康診断結果措置指針公示第1号）	厚生労働省	<a href="http://www.hourei.mhlw.go.jp/hourei/doc/kouji/K151130K0030.pdf">http://www.hourei.mhlw.go.jp/hourei/doc/kouji/K151130K0030.pdf</a>
「労働安全衛生法に基づく健康診断を実施しましょ～労働者の健康確保のために～」のパンフレット	厚生労働省	<a href="http://www.mhlw.go.jp/new-info/kobetu/roudou/gyousei/anzen/dl/130422-01.pdf">http://www.mhlw.go.jp/new-info/kobetu/roudou/gyousei/anzen/dl/130422-01.pdf</a>
「労働安全衛生法に基づく健康診断実施後の措置について」のパンフレット	厚生労働省	<a href="http://www.mhlw.go.jp/new-info/kobetu/roudou/gyousei/anzen/dl/100331-1a.pdf">http://www.mhlw.go.jp/new-info/kobetu/roudou/gyousei/anzen/dl/100331-1a.pdf</a>
「労働安全衛生法に基づく定期健康診断における有所見率の改善に向けた取組の推進について」のパンフレット	厚生労働省	<a href="http://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/2r985200000055uh.html">http://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/2r985200000055uh.html</a>
(2) メンタルヘルスケア		
労働者の心の健康の保持増進のための指針（平成18年3月31日付け健康保持増進のための指針公示第3号）	厚生労働省	<a href="http://www.mhlw.go.jp/houdou/2006/03/h0331-1.html">http://www.mhlw.go.jp/houdou/2006/03/h0331-1.html</a>
「職場における心の健康づくり（労働者の心の健康の保持増進のための指針）」のパンフレット	独立行政法人労働者健康安全機構	<a href="http://www.mhlw.go.jp/new-info/kobetu/roudou/gyousei/anzen/dl/101004-3.pdf">http://www.mhlw.go.jp/new-info/kobetu/roudou/gyousei/anzen/dl/101004-3.pdf</a>
心の健康問題により休業した労働者の職場復帰支援の手引き	厚生労働省、中央労働災害防止協会	<a href="http://www.mhlw.go.jp/new-info/kobetu/roudou/gyousei/anzen/dl/101004-1.pdf">http://www.mhlw.go.jp/new-info/kobetu/roudou/gyousei/anzen/dl/101004-1.pdf</a>
ここるの耳（働く人のメンタルヘルス・ポータルサイト）のWEBサイト	厚生労働省	<a href="http://kokoro.mhlw.go.jp/">http://kokoro.mhlw.go.jp/</a>
「あかるい職場応援団」のWEBサイト	厚生労働省	<a href="http://www.no-pawahara.mhlw.go.jp/">http://www.no-pawahara.mhlw.go.jp/</a>
(3) 転倒・腰痛等の予防のための体力測定・運動指導		
転倒等災害リスク評価セルフ実施マニュアル	中央労働災害防止協会	<a href="http://www.mhlw.go.jp/new-info/kobetu/roudou/gyousei/anzen/dl/101006-1a_07.pdf">http://www.mhlw.go.jp/new-info/kobetu/roudou/gyousei/anzen/dl/101006-1a_07.pdf</a>
(4) がんの教育と検診		
がん対策推進基本計画（第3期）	厚生労働省	<a href="http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000183313.html">http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000183313.html</a>
「がん対策推進企業アクション（がん対策推進企業等連携事業）」のWEBサイト	厚生労働省	<a href="http://www.gankenshin50.mhlw.go.jp/">http://www.gankenshin50.mhlw.go.jp/</a>

名 称	機 関 名	U R L
<b>7 高年齢労働者に対する安全衛生教育</b>		
<b>(1) 安全衛生教育の確実な実施</b>		
「安全衛生教育及び研修の推進について」 (平成3年1月21日付け基発第39号)	厚生労働省	<a href="http://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-11300000-Roudouki_junkyokuanzeniseibu/0000156077.pdf">http://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-11300000-Roudouki_junkyokuanzeniseibu/0000156077.pdf</a>
<b>(2) 加齢に伴う身体・精神機能の低下に対応するための安全衛生教育</b>		
<b>(3) 教育・指導の実施に当たっての高年齢労働者の特性への配慮</b>		
<b>8 高年齢労働者の勤労条件</b>		
<b>(1) 勤務形態・労働時間</b>		
<b>(2) 夜勤</b>		
看護職の夜勤・交代制勤務に関するガイド ライン	公益社団法人日本看護協会	<a href="https://www.nurse.or.jp/nursing/shuroanzen/yakinkotai/guideline/pdf/guideline.pdf">https://www.nurse.or.jp/nursing/shuroanzen/yakinkotai/guideline/pdf/guideline.pdf</a>
<b>(3) 安全や健康の確保に配慮した職務配置</b>		
<b>(4) 高年齢労働者の円滑な職場適応</b>		
<b>(5) 治療と仕事との両立支援</b>		
事業場における治療と職業生活の両立支援 のためのガイドライン	厚生労働省	<a href="http://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/0000113365.html">http://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/0000113365.html</a>
「治療と仕事の両立支援ナビ」のWEBサイト	厚生労働省	<a href="https://chiryoutoshigoto.mhlw.go.jp/">https://chiryoutoshigoto.mhlw.go.jp/</a>
<b>9 高齢期に健康で安全に働くことができるようにするための若年時からの準備（エイジ・マネジメント）</b>		
<b>(1) 健康づくりの支援</b>		
健康日本21（第2次）	厚生労働省	<a href="http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryou/kenkounippon21.html/">http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryou/kenkounippon21.html/</a>
「Smart Life Project」（スマート・ライフ・プロジェクト）のWEBサイト	スマート・ライフ・プロジェクトの事務局	<a href="http://www.smartlife.go.jp/">http://www.smartlife.go.jp/</a>
<b>(2) 女性特有の健康上の課題（母性健康管理、乳がん・子宮がん、更年期障害、骨粗しょう症等）についての支援</b>		
「妊娠・出産をサポートする女性にやさしい職場づくりナビ」のWEBサイト	厚生労働省	<a href="http://www.bosei-navi.mhlw.go.jp/">http://www.bosei-navi.mhlw.go.jp/</a>
「女性の健康推進室ヘルスケアラボ」のWEBサイト	厚生労働省の研究班	<a href="http://w-health.jp/">http://w-health.jp/</a>
<b>(3) 長時間労働の抑制やワーク・ライフ・バランスの確保</b>		
労働時間等見直しガイドライン（労働時間等設定改善指針）	厚生労働省	<a href="http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou_roudou/roudouki_jun/jikan/index.html">http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou_roudou/roudouki_jun/jikan/index.html</a>
過重労働による健康障害防止のための総合対策（平成18年3月17日付け基発第0317008号）	厚生労働省	<a href="http://www.mhlw.go.jp/topics/bukyoku/roudou/an-eihou/dl/ka060317008a.pdf">www.mhlw.go.jp/topics/bukyoku/roudou/an-eihou/dl/ka060317008a.pdf</a>
「過重労働による健康障害を防ぐために」 のパンフレット	厚生労働省、中央労働災害防止協会	<a href="http://www.mhlw.go.jp/new-info/kobetu/roudou/gyousei/anzen/101104-1.html">http://www.mhlw.go.jp/new-info/kobetu/roudou/gyousei/anzen/101104-1.html</a>
働き方・休み方改善ポータルサイト	厚生労働省	<a href="http://work-holiday.mhlw.go.jp/">http://work-holiday.mhlw.go.jp/</a>
<b>(4) キャリア形成の支援</b>		

## VI 「エイジアクション100」の活用方法

### 1 現状の把握

「エイジアクション100」を活用した職場改善の取組を行うに当たっては、安全（衛生）管理者（推進者）等は、事業所における高年齢労働者の安全と健康確保に関する現状（下記（1）～（7）参照）を把握した上で、これらを総合的に考慮しつつ、事業所としての取組事項の選定、職場改善策の検討、実施時期（期限）等の検討を行います。

- (1) 事業所の高年齢労働者の雇用状況（どのような作業に従事している高年齢労働者がどれくらいいるか。）
- (2) 過去の労働災害の発生状況（高年齢労働者には、どのようなタイプの労働災害が多いのか、どのような原因で発生しているのか。）
- (3) リスクアセスメントや労働安全衛生マネジメントシステムを実施している場合にはその実施結果（リスクの高い業務としてはどのようなものがあるのか、その改善状況はどうか。）
- (4) 事業所における高年齢労働者の作業負荷の程度（大きくて重い、スピードが速いなどの負荷の大きい作業としては、どのようなものがあるか。）
- (5) 高年齢労働者の健康状況（生活習慣病、がん等の疾病への罹患状況等）
- (6) 高年齢労働者の体力の状況
- (7) 高年齢労働者の安全と健康確保の取組に当てることができる予算・人員・時間等

### 2 チェックの実施

- (1) チェックリストによる現在の取組状況のチェックは、主に安全（衛生）管理者（推進者）等が、事業所全体について行うことを想定しています。  
なお、作業環境、作業環境管理等のように、同一事業所内でも職場ごとに状況が異なる項目については、職場ごとに、当該職場の管理監督者がチェックを行った上で、その結果を安全（衛生）管理者（推進者）等が事業所全体として集約するやり方も効果的です。
- (2) また、大規模な事業所において、「エイジアクション100」を活用した職場改善の取組を実施する場合には、安全衛生委員会等の下に、エイジアクションチームを設けて、チームメンバーが分担して、取組を行うやり方も効果的です。
- (3) さらに、小売業、社会福祉施設及び飲食店のうち、複数の店舗・施設を展開している会社においては、各事業所の「エイジアクション100」を活用した職場改善の取組への本社・本部の参画も効果的です。

☞ チェックに当たっては、「チェックリストの解説」、「高年齢労働者の労働災害の発生状況」、「加齢に伴う身体・精神機能の状況」等の参考資料を特設サイトに掲載していますので、ご覧ください。

## (参考)

**「エイジアクション100」を活用した職場改善の実施体制（具体例）****(1) 50人以上の事業所の場合**

50人以上の安全衛生管理体制が整備されている事業所においては、①事業所単位で、安全（衛生）管理者がチェックする方法、②事業所の職場ごとに管理監督者がチェックした上で、これを安全（衛生）管理者が事業所全体として集約する方法、③①と②とを組み合わせる方法等があります。

その上で、チェック結果を踏まえて、外部専門家に相談したり、他事業所の取組事例を参照したりすること等により、職場改善計画を作成して、安全衛生委員会において検討を行って、事業所としての取組方針を決めて実施していくやり方等が主に想定されます。

なお、大規模な事業所においては、取組の機動性を確保するために、安全衛生委員会の下に、エイジアクションチームを設けて、チームメンバーが分担して、取組を行うやり方も効果的です。

**(2) 10人以上50人未満の事業所の場合**

10人以上50人未満の事業所においては、①事業所単位で、安全（衛生）推進者がチェックする方法、②事業所の職場ごとに管理監督者がチェックした上で、これを安全（衛生）推進者が事業所全体として集約する方法、③①と②とを組み合わせる方法等があります。

その上で、チェック結果を踏まえて、外部専門家に相談したり、他事業所の取組事例を参照したりすること等により、職場改善計画を作成した上で、安全衛生懇談会の実施等により、労働者の意見を聴きつつ、事業所としての取組方針を決めて実施していくやり方等が主に想定されます。

**(3) 10人未満の事業所の場合**

10人未満の事業所においては、事業主が担当者を指名して、チェックを行わせ、チェックした結果に基づいて、その担当者が、外部専門家に相談したり、他事業所の取組事例を参照したりすること等により、職場改善計画を作成して、安全衛生懇談会の実施等により、労働者の意見を聴きつつ、事業所としての取組方針を決めて実施していくやり方等が主に想定されます。

### 3 チェック結果を踏まえた職場改善の実施

安全（衛生）管理者（推進者）等は、チェック結果を基に、「×」が付された項目の中から、職場改善に向けての取組を進める項目を選定して、職場改善計画を作成した上で、安全衛生委員会等で検討を行うこと等により、事業所としての方針を決定する流れで、検討を進めることができます。

#### （1）取組事項の選定

「エイジアクション100」を活用した職場改善の取組は、チェックの結果、「×」が付された項目のうち優先度が高いものについて、可能なところから、順次、具体的な取組内容を検討した上で、職場改善計画に盛り込んで、取り組んでいきます。

その際、職場改善の対象とする取組を選定するに当たっては、チェックリストの「3高年齢労働者に多発する労働災害の防止のための対策」の「主な業種別の最優先取組事項」（下記参照）の中で「×」が付されたものについては、そのまま放置した場合には、労働災害に直結する可能性が高いことから、優先的に検討することが必要です。

**主な業種別の最優先取組事項**

	転倒防止 (3-(1))	墜落・転落 防止 (3-(2))	腰痛予防 (3-(3))	はさまれ・ 巻き込まれ 防止 (3-(4))	交通労働災 害防止 (3-(5))	熱中症予防 (3-(6))
① 製造業	○	○	○	○		
② 建設業	○	○	○			○
③ 交通運輸業	○		○		○	
④ 陸上貨物運送事業	○	○	○		○	
⑤ 小売業	○	○	○			
⑥ 社会福祉施設	○		○			
⑦ 飲食店	○					
⑧ ビルメンテナンス	○	○				
⑨ 警備業	○				○	○

#### （2）職場改善策の検討

チェックの結果、「×」が付された項目の職場改善策を検討するに当たっては、国等において、転倒防止や腰痛予防等をはじめとする各種の労働災害防止や健康確保に関するパンフレット等が示されている（P 15～のリスト参照）ことから、これらを参考にしつつ、加齢に伴う身体・精神機能の低下による労働災害発生リスクの低減を図ったり、高年齢労働者が働きやすい職場環境の整備や働き方の見直しを行うためには、どのような対策を講ずることが効果的なのかという視点等から、検討を行うことが必要です。

#### （3）高年齢労働者等の職場関係者の意見聴取

各職場の具体的な業務実態等を踏まえた上で、優先度が高く、かつ効果的な職場改善の取組にするためには、高年齢労働者等の職場関係者等の意見やアイデア等も参考に聴取しつつ、取組事項の選定、職場改善策の検討を進めることができます。

#### 4 P D C Aサイクルの仕組みによる着実なレベルアップ

「エイジアクション100」を活用した職場改善の取組は、P D C Aサイクルの仕組みにより、中長期的・継続的な取組として、着実にスパイラルアップできるようにすることが現実的です。

(1) 職場改善の取組の1サイクルは、主に6か月～1年程度のサイクルで継続実施することを想定しています。

(2) 2回目以降の職場改善の取組を実施する際には、まず、前回までの取組による改善状況のフォローアップを行って、現時点までの改善状況を確認することが必要です。

特に、チェックリストの「3 高年齢労働者に多発する労働災害の防止のための対策」の「主な業種別の最優先取組事項」(P 21 参照)の中で、「×」が付された項目については、そのまま放置した場合には、労働災害に直結する可能性もあることから、確実に改善した上で、次の職場改善のサイクルに着手することが必要です。



# STOP ! 熱中症

令和3年5月～9月

## クールワークキャンペーン

— 热中症予防対策の徹底を図ろう —

職場における熱中症により、毎年約20人が亡くなり、約1,000人が4日以上仕事を休んでいます。夏季を中心に「STOP ! 热中症 クールワークキャンペーン」を展開し、職場での熱中症予防に取り組みましょう！

**事業場では、期間ごとの実施事項に重点的に取り組んでください。**

●実施期間：令和3年5月1日から9月30日まで（準備期間4月、重点取組期間7月）



**確実に実施できているかを確認し、□にチェックを入れましょう！**

準備期間（4月1日～4月30日）	
<input type="checkbox"/>	WBGT値の把握の準備 JIS規格「JIS B 7922」に適合したWBGT指指数計を準備しましょう。
<input type="checkbox"/>	作業計画の策定など WBGT値に応じて、作業の中止、休憩時間の確保などができるよう余裕を持った作業計画をたてましょう。
<input type="checkbox"/>	設備対策・休憩場所の確保の検討 簡易な屋根の設置、通風または冷房設備やミストシャワーなどの設置により、WBGT値を下げる方法を検討しましょう。また、作業場所の近くに冷房を備えた休憩場所や日陰などの涼しい休憩場所を確保しましょう。
<input type="checkbox"/>	服装などの検討 通気性の良い作業着を準備しておきましょう。身体を冷却する機能をもつ服の着用も検討しましょう。
<input type="checkbox"/>	教育研修の実施 熱中症の防止対策について、教育を行いましょう。
<input type="checkbox"/>	労働衛生管理体制の確立 衛生管理者などを中心に、事業場としての管理体制を整え、必要なら熱中症予防管理者の選任も行いましょう。
<input type="checkbox"/>	緊急時の措置の確認 体調不良時に搬送する病院や緊急時の対応について確認を行い、周知しましょう。

【主唱】厚生労働省、中央労働災害防止協会、建設業労働災害防止協会、陸上貨物運送事業労働災害防止協会、港湾貨物運送事業労働災害防止協会、林業・木材製造業労働災害防止協会、一般社団法人日本労働安全衛生コンサルタント会、一般社団法人全国警備業協会 【協賛】公益社団法人日本保安用品協会、一般社団法人日本電気計測器工業会 【後援】関係省庁（予定）



厚生労働省・都道府県労働局・労働基準監督署

(R3.3)

## キャンペーン期間（5月1日～9月30日）

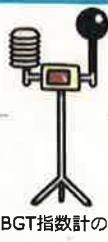
STEP  
1

### □ WBGT値の把握

JIS 規格に適合したWBGT指数計でWBGT値を測りましょう。

STEP  
2

準備期間中に検討した事項を確実に実施するとともに、測定したWBGT値に応じて次の対策を取りましょう。



WBGT指数計の例

<input type="checkbox"/> WBGT値を下げるための設備の設置	準備期間に検討した設備、休憩場所を設置しましょう。 休憩場所には氷、冷たいおしぼり、シャワー等や飲料水、塩飴などを設置しましょう。
<input type="checkbox"/> 休憩場所の整備	準備期間に検討した通気性の良い服装なども着用しましょう。
<input type="checkbox"/> 通気性の良い服装など	
<input type="checkbox"/> 作業時間の短縮	WBGT値が高いときは、 <b>単独作業を控え</b> 、WBGT値に応じて <b>作業の中止、こまめに休憩をとる</b> などの工夫をしましょう。
<input type="checkbox"/> 熱への順化	暑さに慣れるまでの間は <b>十分に休憩を取り、1週間程度かけて徐々に身体を慣らし</b> ましょう。 特に、 <b>入職直後や夏季休暇明け</b> の方は注意が必要です！
<input type="checkbox"/> 水分・塩分の摂取	のどが渴いていなくても <b>定期的に水分・塩分</b> を取りましょう。
<input type="checkbox"/> プレクーリング	休憩時間にも体温を下げる工夫をしましょう。
<input type="checkbox"/> 健康診断結果に基づく措置	<b>①糖尿病、②高血圧症、③心疾患、④腎不全、⑤精神・神経関係の疾患、⑥広範囲の皮膚疾患、⑦感冒、⑧下痢</b> などがあると熱中症にかかりやすくなります。 医師の意見をきいて人員配置を行いましょう。
<input type="checkbox"/> 日常の健康管理など	前日のお酒の飲みすぎはないか、寝不足ではないか、当日は朝食をきちんととったか、管理者は確認しましょう。熱中症の具体的な症状について説明し、早く気付くことができるようになります。
<input type="checkbox"/> 労働者の健康状態の確認	作業中は管理者はもちろん、作業員同士お互いの健康状態をよく確認しましょう。

STEP  
3

熱中症予防管理者等は、WBGT値を確認し、巡回などにより、次の事項を確認しましょう。



- WBGT値の低減対策は実施されているか
- 各労働者が暑さに慣れているか
- 各労働者は水分や塩分をきちんと取っているか
- 各労働者の体調は問題ないか
- 作業の中止や中断をさせなくてよいか

### □ 異常時の措置

- ～少しでも異変を感じたら～
- ・**いったん作業を離れる**
- ・**病院へ運ぶ、または救急車を呼ぶ**
- ・**病院へ運ぶまでは一人きりにしない**

## 重点取組期間（7月1日～7月31日）

- 実施した対策の効果を再確認し、必要に応じ追加対策を行いましょう。
- 特に梅雨明け直後は、WBGT値に応じて、作業の中止、短縮、休憩時間の確保を徹底しましょう。
- 水分、塩分を積極的に取りましょう。
- 各自が、睡眠不足、体調不良、前日の飲みすぎに注意し、当日の朝食はきちんと取りましょう。
- 期間中は熱中症のリスクが高まっていることを含め、重点的に教育を行いましょう。
- 少しでも異常を認めたときは、ためらうことなく、病院に搬送しましょう。



梅雨明け



労働者、  
雇用主の  
皆さんへ

# はしごや脚立からの 墜落・転落災害をなくしましょう！

はしごや脚立は、ごく身近な用具であるため、墜落・転落の危険をそれほど感じずに使用する場合が多いのではないでしょうか。しかし、過去の災害事例を見ると、骨折などの重篤な災害が多数発生し、負傷箇所によっては死亡に至る災害も少なくありません。

このパンフレットを参考に、安全を確保した上で、はしごや脚立を適切に使用してください。

**ポイント** はしごや脚立に関する災害発生原因の特徴を踏まえた安全対策をとり、

**1** 想定される危険を常に予知しながら、はしごや脚立を使用しましょう。▶▶▶ P 2 参照

**ポイント** はしごや脚立は、足元が不安定になりやすく危険です。まず、代わりとなる

**2** 床面の広いローリングタワー（移動式足場）や作業台などの使用を検討しましょう。▶▶▶ P 3 参照

**ポイント** はしごや脚立を使用する際は、高さ1m未満の場所での作業であっても

**3** 墜落時保護用のヘルメットを着用して、頭部の負傷を防ぎましょう。▶▶▶ P 4 参照

## 統計資料 「はしご等」に関する災害（死傷および死亡）

\*「はしご等」：はしご、脚立、作業台など

① 「はしご等」は墜落・転落災害の原因で最も多い  
(平成23年～27年 5年平均)

【墜落・転落による休業4日以上の被災労働者数】  
出典：労働者死傷病報告

計 20,186人  
(小数点以下四捨五入)

その他

階段、桟橋

4,535人  
(約23%)

8,270

4,471

2,910

はしご等

トラック

② 毎年30人弱の労働者が「はしご等」からの  
墜落・転落により亡くなっている

【過去5年間の墜落・転落による死亡労働者数】

出典：死亡災害報告

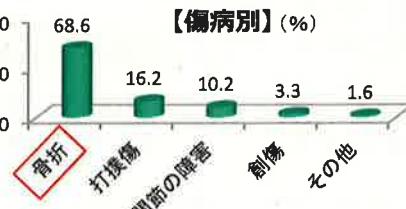


参考：労働安全衛生総合研究所による調査分析より

参考：「菅間敷、大西明宏、脚立に起因する労働災害の分析、労働安全衛生研究、Vol.8, No. 2, pp. 91-98, 労働安全衛生総合研究所、2015年」

## 脚立に起因する労働災害の分析

平成18年の休業4日以上の労働者死傷病報告から単純無作為法により抽出された34,195件（全数の25.5%）を分析した結果、脚立が起因する災害は、992件（うち墜落・転落災害は約86%）であり、傷病部位および傷病名は以下のグラフのとおりであった。



### グラフからわかること

【傷病部位別】  
下肢と上肢で、全体の半数以上を占めている。

【傷病別】  
骨折が全体の約3分の2を占め、重篤な災害につながりやすい。



厚生労働省・都道府県労働局・労働基準監督署

## ポイント1 典型的な災害発生原因（墜落・転落死亡災害例）

出典：職場のあんぜんサイト（厚生労働省）

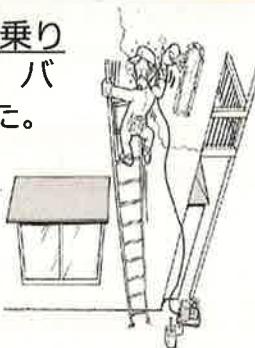
### はしご

#### No.1 はしごの上でバランスを崩す

【事例】はしごから身を乗り出して作業したところ、バランスを崩して墜落した。

##### ワンポイント対策例

はしごでの作業を選択する前により安全な代替策を検討する。

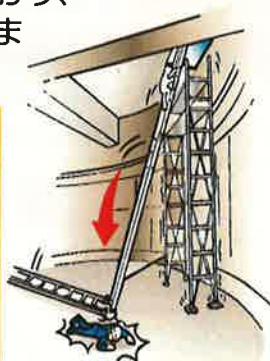


#### No.2 はしごが転位する

【事例】はしごを使って降りようとしたところ、はしご脚部下端の滑り止めが剥がれており、はしごが滑ってそのまま墜落した。

##### ワンポイント対策例

はしごの上端または下端をしっかりと固定する。  
また、滑り止め箇所の点検を怠らない。



#### No.3 はしごの昇降時に手足が滑る

【事例】はしごが水で濡れていたため、足元が滑って墜落した。  
(耐滑性の低い靴を使用)

##### ワンポイント対策例

踏み面に滑り止めシールを貼る。  
耐滑性の高い靴（と手袋）を使用する。



### 脚立

#### No.1 脚立の天板に乗りバランスを崩す

【事例】脚立の天板に乗って作業したところ、バランスを崩して背中から墜落した。

##### ワンポイント対策例

天板での作業は簡単にバランスを崩しやすいので禁止。より安全な代替策を検討する。

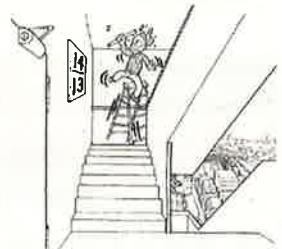


#### No.2 脚立にまたがってバランスを崩す

【事例】脚立をまたいで乗った状態で蛍光灯の交換作業をしていたところ、バランスを崩し階段に墜落した。

##### ワンポイント対策例

作業前に周りに危険箇所がないか確認し、安全な作業方法を考えること。  
なお、脚立にまたがっての作業は一旦バランスが崩れたら身体を戻すのが非常に難しい。  
脚立の片側を使って作業すると、3点支持（※）がとりやすい。



#### No.3 荷物を持ちながらバランスを崩す

【事例】手に荷物を持って脚立を降りようとしたところ、足元がよろけて背中から墜落した。

##### ワンポイント対策例

身体のバランスをしっかりと保持するよう、昇降時は荷物を手に持たず、3点支持を守る。



（※）3点支持とは、通常、両手・両足の4点のうち3点により身体を支えることを指すが、身体の重心を脚立にあずける場合も、両足と併せて3点支持になる。

## ポイント2 はしごや脚立を使う前に、まず検討！

以下の2点について検討してみましょう

- はしごや脚立の使用 자체を避けられないですか？
- 墜落の危険性が相対的に低いローリングタワー（移動式足場）、可搬式作業台、手すり付き脚立、高所作業車などに変更できないですか？ (※)

(※)足元の高さが2m以上の箇所で作業する場合には、原則として十分な広さと強度をもった作業床や墜落防止措置（手すり等）を備えた用具を使用してください。特に、はしごは原則昇降のみに使用してください。

【手すり付き脚立(例)】



【可搬式作業台(例)】



充分に検討しても他の対策が取れない場合に限って、  
はしごや脚立の使用を、安全に行ってください。

### 移動はしごの安全使用のポイント

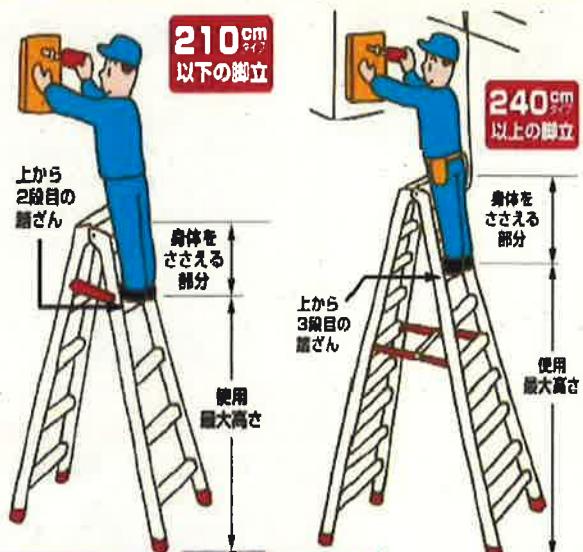
- はしごの上部・下部の固定状況を確認しているか  
(固定できない場合、別の者が下で支えているか)
- 足元に、滑り止め（転位防止措置）をしているか
- はしごの上端を上端床から60cm以上突出しているか
- はしごの立て掛け角度は75度程度か。

#### こうすれば 安全



出典：「シリーズ・ここが危ない  
高所作業」中央労働災害防止協会編

### 脚立の安全使用のポイント



※高さ2m以上での作業時は、ヘルメットだけでなく安全帯も着用しましょう！

©軽金属製品協会  
(無断転用禁止)

### 「労働安全衛生規則」で定められた主な事項

#### 移動はしご（安衛則第527条）

- 1 丈夫な構造
- 2 材料は著しい損傷、腐食等がない
- 3 幅は30cm以上
- 4 すべり止め措置の取付その他転位を防止するための必要な措置

#### 脚立（安衛則第528条）

- 1 丈夫な構造
- 2 材料は著しい損傷、腐食等がない
- 3 脚と水平面との角度を75度以下とし、折りたたみ式のものは、角度を確実に保つための金具等を備える
- 4 踏み面は作業を安全に行うため必要な面積を有する

#### こういった後付けの安全器具もあります

【はしご支持・手摺金具】 【はしご足元安定金具】

安全ブロック  
(ストラップ式の  
墜落防止器具)

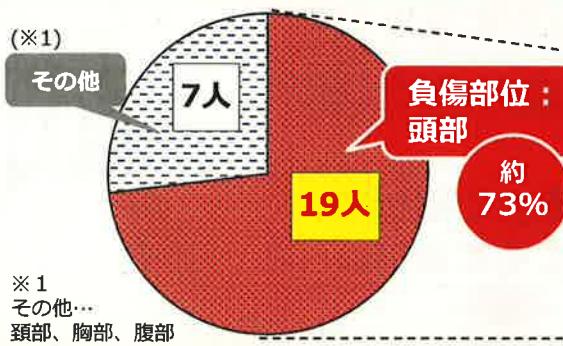


## ポイント3 必ず墜落時保護用のヘルメットを着用して下さい

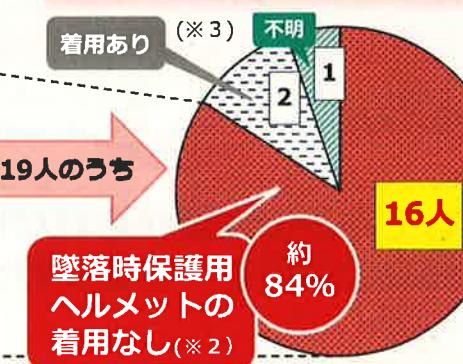
参考

頭部を負傷した死亡災害では、うち8割強が墜落時保護用のヘルメットを着用していませんでした（平成27年集計）出典：災害調査復帰書

①「はしご等」からの墜落・転落死亡災害における負傷部位【平成27年分（26人）】



② 墜落時保護用ヘルメットの有無【頭部負傷の場合のみ集計（19人）】



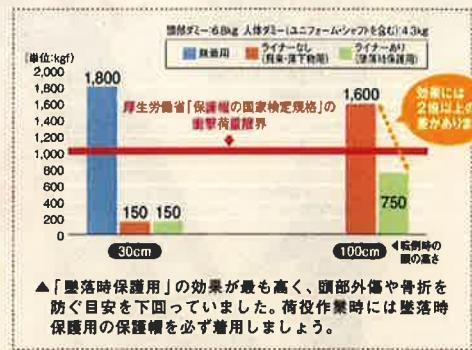
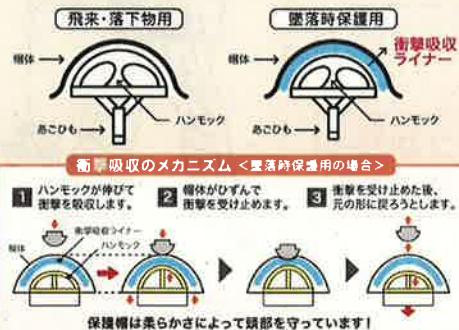
### ヘルメットのすぐれた効果

引用：パンフレット「陸上貨物運送事業における重大な労働災害を防ぐためには」P12

### 保護帽の効果を知ってください！

保護帽（ヘルメット）とは労働安全衛生法第42条の規定にもとづく「保護帽の規格」に合格した製品をいいます。この保護帽には「飛来・落下物用」と「墜落時保護用」の2種類があり、荷役作業では帽体内部に衝撃吸収ライナーと呼ばれる衝撃吸収材を備えた墜落時保護用を使用することが望されます。

ここでは着用効果を知ってもらうため、「着用なし」、「飛来・落下物用」、「墜落時保護用」の3種類で頭部にかかる衝撃をグラフに示しました。100cmから転倒した時の効果には2倍以上の差があり、飛来・落下物用では効果が不十分なことが分かりました。



■保護帽に関する詳しい情報は日本ヘルメット工業会のサイトから入手できますのでご覧ください。  
協力：一般社団法人日本ヘルメット工業会（JHMA）<http://japan-helmet.com>、株式会社谷沢製作所

### ヘルメットの着用ポイント

引用：パンフレット「陸上貨物運送事業における重大な労働災害を防ぐためには」P 3

必ず保護帽を着用！

（着用時  
5つのポイント）



特に①と③を忘れない！  
(死亡災害時によく見られた、忘れやすいポイントです)

- 1 「墜落時保護用」を使用すること
- 2 傾けずに被ること
- 3 あご紐をしっかりと、確實に締めること
- 4 破損したものは使わないこと
- 5 耐用年数を守ること

#### 1 要チェック！

ヘルメット内側に貼られている「國家検定合格標章」等に用途が書かれています！

#### 3 参考

あごヒモと耳ヒモの接続部分を留め具等で固定すると、墜落時の衝撃でヘルメットが着脱しにくくなります！

このリーフレットについて、詳しくは最寄りの都道府県労働局、労働基準監督署にお問い合わせください。 (H29. 3)

# 見える化で作業の安全を！

厚生労働省 都道府県労働局 労働基準監督署  
(一社) 日本労働安全衛生コンサルタント会

## 小売業における労働災害の現状

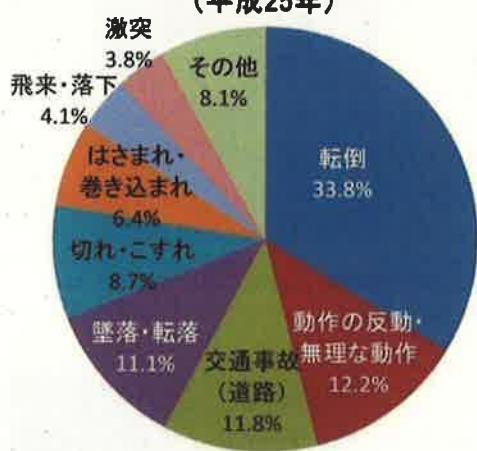


- 労働災害の約1割が小売業で発生しています。その占める割合は徐々に増加しています。
- 製造業、建設業での労働災害は減少傾向にありますが、小売業の労働災害件数は横ばいかから増加傾向がみられます。さらに平成26年の労働災害速報（平成26年7月）で、死傷者数が前年比7.8%と大幅な増加となったことから、8月に厚生労働省から労働災害防止対策の緊急要請が行われ、取組みの強化が求められています。
- 小売業での労働災害（休業4日以上）の類型は次のとおりです
  - ①「転倒（つまずき、すべり）」が3割以上（33.8%）
  - ②「動作の反動・無理な動作（腰痛など）」（12.2%）
  - ③「交通事故（道路）」（11.8%）
  - ④「墜落・転落」（11.1%）
  - ⑤「切れ・こすれ」（8.7%）

ある小売業の企業が各店舗の労働災害（不休災害を含む。）を調査したところ、次のように過半数が手等の「切れ・こすれ」でした。

- ・包丁で切る
- ・スライサーで切る
- ・カッターナイフで切る

## 小売業の労働災害の型別発生状況 (平成25年)



[転倒災害] 2階バックルームで段ボールを持って移動中、什器に足を引っ掛け転倒した。

[無理な動作] たまご位入り10kg箱を棚に補充している際に急性腰痛症になった。

[墜落・転落] 陳列什器最上段の商品を下ろそうと脚立上で作業中バランスを崩して転落した。

[切れ・こすれ] パン生地製造機械の刃の清掃中に親指の付け根を切った。

(労働者死傷病報告より)

## 「見える」安全活動のすすめ

職場に潜む危険などは、視覚的に捉えられないものが数多くあります。それらを可視化（見える化）することで、より効果的な安全活動を行うことができます。これを「見える」安全活動と言います。

「見える化」は、危険認識や作業上の注意喚起を分かりやすく知らせることができ、また、一般の労働者も参加しやすいなど、安全確保のための有効なツールです。次頁以降に見える化の具体的な取組み方法について、新たなツールも含め紹介しています。職場の危険を「見える化」し、安全確保に努めましょう。

## 「見える」安全活動の事例

「見える化」は、危険認識や作業上の注意喚起を、視覚に訴えることで分かりやすく知らせることができ、また、一般の従業員も参加しやすいなど、安全確保のための有効なツールです。

以下に、「見える化」の好事例を紹介しますので、参考として取り組みましょう。上の2例は食品スーパーでの事例です。その他は製造業でのものですが、参考として紹介しています。

なお、厚生労働省では、見える安全活動をすすめるため、「見える安全活動コンクール」で事業場での見える安全活動の事例を募集し、優秀事例を紹介しています（厚生労働省HPで見ることができます。）。



(「見える化」の好事例の紹介)

## 「危険マップ」で危険の見える化を！

### ＜危険マップの活用方法＞

危険マップとは、職場の平面図等に労働災害発生の危険のおそれのある箇所を明示して、注意を喚起するためのものです。

危険マップを使った安全対策は次の手順で行います。

- ① 職場の平面図など（職場マップ）を用意します。ない場合は新たに作成をします。
- ② 職場内の危険な箇所や危険な作業について、従業員の参加のもとで洗い出しをします。  
この場合、次のような箇所や作業が参考になります。
  - ・過去に災害が発生した箇所
  - ・ヒヤリ・ハット事例の多い箇所
  - ・危険予知活動で注意が必要とされた箇所
  - ・リスクアセスメントで作業場の注意が必要とされた箇所や作業
- ③ 危険を回避するために、従業員が注意をしなければならないこと、守らなければならないことを、全員参加で検討します。
- ④ 職場マップに危険箇所を明示し、危険マップを作成します。この場合、危険箇所をわかりやすく示すための「マーカー」を貼り付けると、危険箇所がより分かりやすくなります。
- ⑤ また、危険個所について遵守すべき事項等のコメントも記載します。検討段階では貼り替えが容易な付箋紙等を使うと便利です。
- ⑥ 作成した危険マップは、従業員が集まる休憩室等に掲示し、注意喚起や安全意識を高めるようにします。



(墜落危険を示すステッカーを現場に貼り注意喚起)

### ＜危険マップ及びマーカーのイメージ＞



### ＜マーカーの種類＞



(脚立による墜落危険を示すマークを、職場の図面に貼り、注意内容の付箋を貼る。)

## 「危険ステッカー」で危険の見える化を！

危険箇所等に貼り付ける、危険箇所と危険内容を警告する「危険ステッカー」は下の図のようなものです。使用方法は、次のとおりです。

### ① 危険箇所の確認と危険への対処の検討

危険マップで危険とされた箇所や職場の安全についての話し合いで危険とされた作業や箇所について、どのように危険に対処したらよいかを検討します。

### ② 危険ステッカーのコメント作成

危険ステッカーのコメント欄に、危険の内容、危険への注意事項、安全のため守るべきことなどを記入します。下のステッカーの絵にコメントの例を記入しています。

### ③ 危険ステッカーの掲示

危険マップで危険箇所とされた実際の作業の現場に掲示します。作業場所に掲示できない場合は、コメント欄に場所と注意事項等を記入し、事務室や休憩室等従業員が集まる場所に掲示して注意を喚起する方法もあります。

### ④ 様々な利用方法

- ・ 危険ステッカーは、場所の危険の警告だけでなく、例えば今週の安全衛生注意事項等として、話し合いで決めた注意事項や安全遵守事項などをコメント欄に記載して、事務室等に掲示して注意喚起する利用方法もあります。
- ・ 危険ステッカーは、危険の種類ごとに作成してありますが、その他の危険については、「危」と書かれたステッカーを使います。

### ⑤ 危険ステッカー及びマーカーの入手方法

危険ステッカー及びマーカーは印刷したものを配布していますが、さらに必要な場合は次のホームページから入手できます。

(一社) 日本労働安全衛生コンサルタント会 <http://www.jashcon.or.jp/contents/>



ご安全に

# 見える化で作業の安全を！

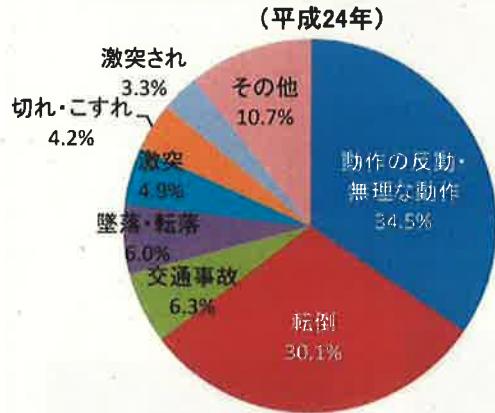
厚生労働省 都道府県労働局 労働基準監督署  
一社)日本労働安全衛生コンサルタント会

## 社会福祉施設における労働災害の現状



- 第三次産業は労働災害の4割以上を占め、その割合が増加。また、その約1割以上が社会福祉施設で発生しています。
- 製造業、建設業での労働災害は減少傾向にありますが、社会福祉施設の労働災害件数は増加傾向が続いている。
- 社会福祉施設での労働災害（休業4日以上）の類型は次のとおりです。
  - ①「動作の反動・無理な動作（腰痛等）」が3割以上（34.5%）
  - ②「転倒」も3割以上（30.1%）
  - ③「交通事故（道路）」（6.3%）
  - ④「墜落・転落」（6.0%）
  - ⑤「激突」（4.9%）

### 社会福祉施設の労働災害の型別発生状況



[無理な動作災害] 入居者の両脇を抱えて左回りに車椅子に移そうとしたとき腰が痛んだ。

[転倒災害] 用具入れのカギを取りに入った際に、床にワックスが塗りたてで、足元がすべり仰向けに転んで、後頭部を打った。

[墜落・転落] 棚の洗剤を取り、椅子から降りようとした際にバランスを崩して床に転落した。

[激突] おむつ交換時、せまい所を通る際、車いすのハンドル部に手首を強くぶつけた。

(平成22年死傷病報告より)

## ○ 「見える」安全活動のすすめ

職場に潜む危険などは、視覚的に捉えられないものが数多くあります。それらを可視化（見える化）することで、より効果的な安全活動を行うことができます。これを「見える」安全活動と言います。

「見える化」は、危険認識や作業上の注意喚起を分かりやすく知らせることができ、また、一般の労働者も参加しやすいなど、安全確保のための有効なツールです。

次頁以降に見える化の具体的な取組み方法について、新たなツールも含め紹介しています。

職場の危険を「見える化」し、安全確保に努めましょう。

## 「見える」安全活動の事例

「見える化」は、危険認識や作業上の注意喚起を分かりやすく知らせることができ、また、一般の労働者も参加しやすいなど、安全確保のための有効なツールです。

厚生労働省では、見える安全活動をすすめるため、「見える安全活動コンクール」で事業場での見える安全活動の事例を募集し、優秀事例を紹介しています。

以下は、このコンクールで優秀事例とされた見える化の事例です。これらの事例を参考に、職場の見える化に取り組みましょう。



(事例は、厚生労働省「見える安全活動コンクール」の優秀事例トヨタ自動車(株)より)

## 「危険マップ」で危険の見える化を！

### ＜危険マップの活用方法＞

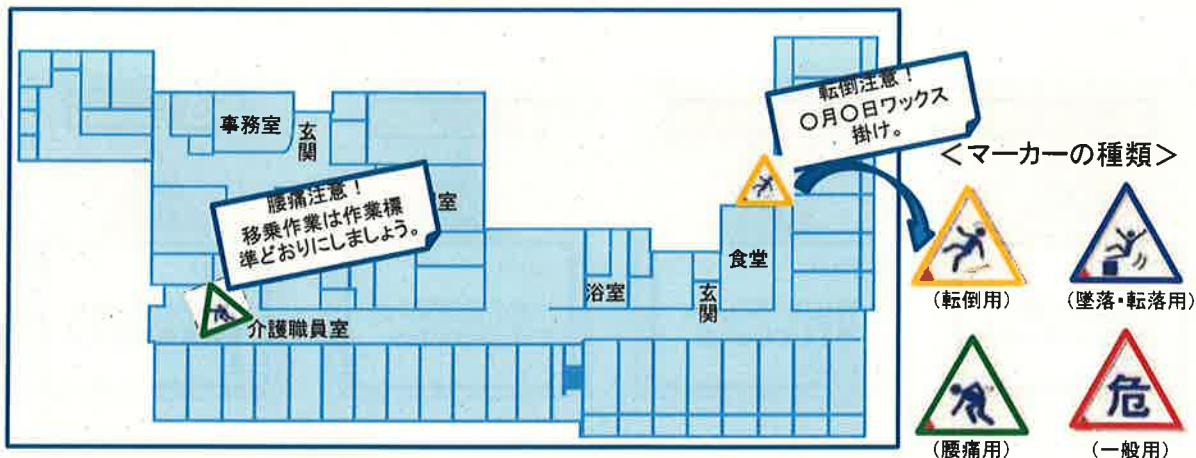
危険マップとは、職場の平面図等に労働災害発生の危険のある箇所を明示して、注意を喚起するためのものです。

危険マップを使った安全対策は次の手順で行います。

- ① 職場の平面図など（職場マップ）を用意します。ない場合は新たに作成をします。
- ② 職場内の危険な箇所や危険な作業について、従業員の参加のもとで洗い出しをします。  
この場合、次のような箇所や作業が参考になります。
  - ・過去に災害が発生した箇所
  - ・ヒヤリ・ハット事例の多い箇所
  - ・危険予知活動で注意が必要とされた箇所
  - ・リスクアセスメントで作業場の注意が必要とされた箇所や作業
- ③ 危険を回避するために、従業員が注意をしなければならないこと、守らなければならないことを、全員参加で検討します。
- ④ 職場マップに危険箇所を明示し、危険マップを作成します。この場合、危険箇所をわかりやすく示すための「マーカー」を貼り付けると、危険箇所がより分かりやすくなります。
- ⑤ また、危険個所について遵守すべき事項等のコメントも記載します。検討段階では貼り替えが容易な付箋紙等を使うと便利です。
- ⑥ 作成した危険マップは、従業員が集まる休憩室等に掲示し、注意喚起や安全意識を高めるようにします。



### ＜危険マップ及びマーカーのイメージ＞



## 「危険ステッカー」で危険の見える化を！

危険個所等に貼り付ける、危険箇所と危険内容を警告する「危険ステッカー」は下の図のようなものです。使用方法は、次のとおりです。

### ① 危険個所の確認と危険への対処の検討

危険マップで危険とされた箇所や職場の安全についての話合いで危険とされた作業や箇所について、どのように危険に対処したらよいかを検討します。

### ② 危険ステッカーのコメント作成

危険ステッカーのコメント欄に、危険の内容、危険への注意事項、安全のため守るべきことなどを記入します。下のステッカーの絵にコメントの例を記入しています。

### ③ 危険ステッカーの掲示

危険マップで危険個所とされた実際の作業の現場に掲示します。作業場所に掲示できない場合は、コメント欄に場所と注意事項等を記入し、事務室や休憩室等従業員が集まる場所に掲示して注意を喚起する方法もあります。

### ④ 様々な利用方法

- ・ 危険ステッカーは、場所の危険の警告だけでなく、例えば今週の安全衛生注意事項等として、話合いで決めた注意事項や安全遵守事項などをコメント欄に記載して、事務室等に掲示して注意喚起する利用方法もあります。
- ・ 危険ステッカーは、危険の種類ごとに作成してありますが、その他の危険については、「危」と書かれたステッカーを使います。

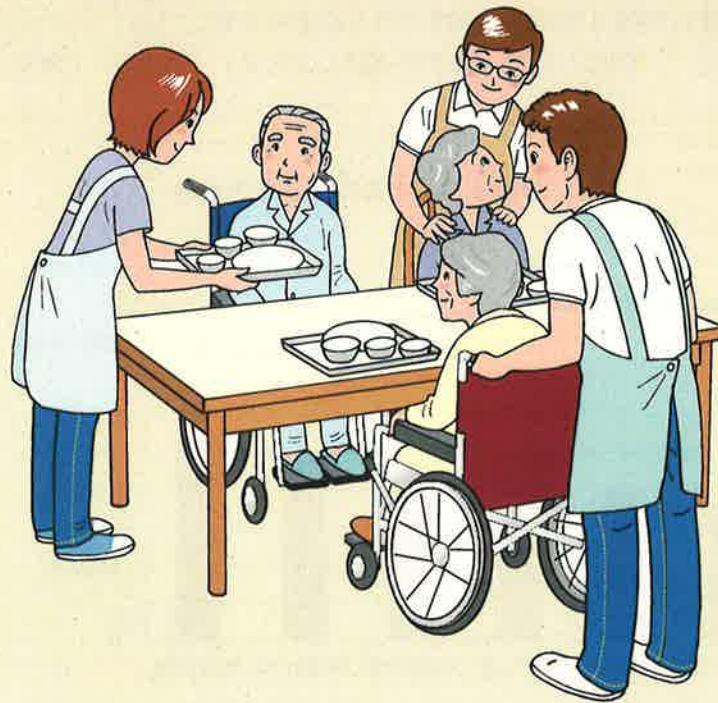
### ⑤ 危険ステッカー及びマーカーの入手方法

危険ステッカー及びマーカーは印刷したものを配布していますが、さらに必要な場合は次のホームページから入手できます。

(一社) 日本労働安全衛生コンサルタント会 <http://www.jashcon.or.jp/contents/>



# 社会福祉施設における労働災害防止のために ～腰痛対策・4S活動・KY活動～



## ～目次～

1. 社会福祉施設における労働災害の発生状況	2ページ
2. 腰痛対策	3～5ページ
3. 4S活動	6ページ
4. KY活動	7～10ページ
5. 安全衛生管理体制	11ページ
6. 労働災害事例	12ページ

厚生労働省・都道府県労働局・労働基準監督署



「労働者の安全と衛生の確保」について詳しくは、厚生労働省ホームページをご覧いただきか、最寄りの都道府県労働局、労働基準監督署へお問い合わせください。

URL : <http://www.mhlw.go.jp/bunya/roudoukijun/anzeneisei.html>

# 1. 社会福祉施設における労働災害の発生状況

死傷者数は年々増加。腰痛、転倒で6割以上を占めます。

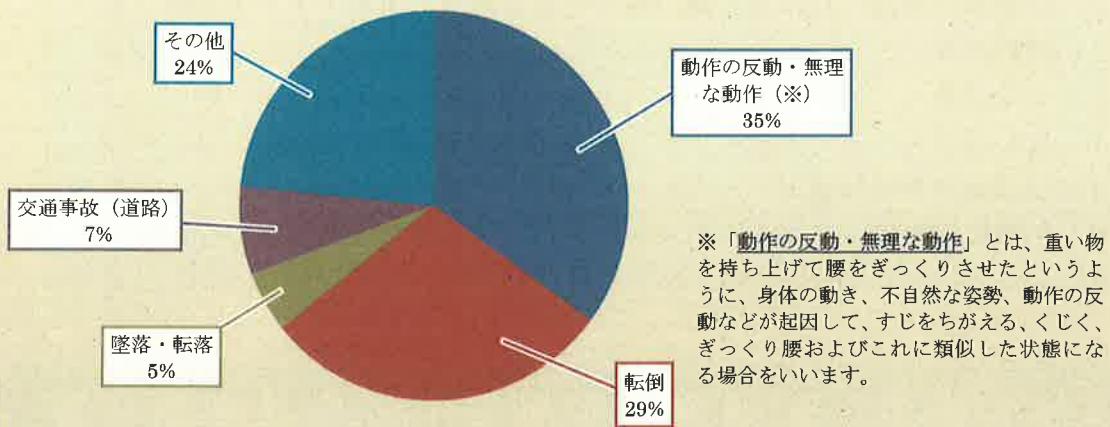
労働災害による死傷者数は、全産業では減少傾向にありますが、社会福祉施設（老人介護施設、保育施設、障害者施設）における死傷者数は、年々増加しており、平成22年に被災した死傷者（休業4日以上）は5,533人に上ります。

事故の型別では、「動作の反動・無理な動作」(35%) 「転倒」 (29%) が6割以上を占めています。

図1 休業4日以上の死傷者数の推移



図2 社会福祉施設における事故の型別労働災害発生状況（休業4日以上、平成22年）



労働災害防止は事業者の責務です。

社会福祉施設の安全衛生水準の向上と労働災害防止のために次のことをぜひ行ってください。

(ア)腰痛対策：「動作の反動・無理な動作」など災害防止に有効 ⇒ 3ページ

(イ)4S活動：「転倒」「転落」災害防止に有効 ⇒ 6ページ

(ウ)危険予知(KY)活動：不安全行動による災害防止に有効 ⇒ 7ページ

## 2. 腰痛対策

### (1) 腰痛とは

「腰痛」とは疾患（病気）の名前ではなく、腰部を主とした痛みや張りなどの不快感といった症状の総称です。一般に座骨神経痛（ざこつしんけいつう）を代表とする下肢（脚）の痛みやしびれを伴う場合も含みます。腰痛は誰もが経験しうる痛みです。

### (2) 腰痛の要因

#### ① 動作要因・・・腰部に動的あるいは静的な過度の負担

「重量物を頻繁に取り扱う」「腰を深く曲げたり、ひねったりすることが多い」「長時間同じ姿勢で仕事をする」「不自然な姿勢が連続する」など。

#### ② 環境要因・・・腰部の振動、寒冷、床・階段での転倒など

「身体が寒冷にさらされる」「車両運転などの全身振動に長時間さらされる」「職場が乱雑であり、安全な移動が困難である」など。

#### ③ 個人的要因・・ 年齢、性別、体格、筋力、腰椎椎間板ヘルニアや骨粗しょう症などの既往症・基礎疾患の有無、精神的な緊張度など

「慢性化した腰痛を抱えている」「年齢とともに痛みが治りにくい」「腰が痛いときでも、小休止が取れない」「仮眠するベッドがないため、満足な睡眠が取れない」「夜間勤務が長い」「夜勤回数が多い」「職場にある機械・機器や設備がうまく使えない」「急いでいるため、一人で作業することが多い」など。

実際、腰痛のほとんどは、何か1つの要因によるものではなく、いくつかの要因が複合的に関与しています。



### (3) 腰痛予防対策の進め方

#### ① 作業姿勢と動作に関する注意

介護・保育では、前かがみ・中腰での作業や腰のひねりを長く保つ作業が多くなります。こうした作業による腰部負担を軽減するために「適宜小休止・休息を取る、他の作業と組み合わせる、などにより同一姿勢を長時間続けないようにさせること」を基本に、以下の作業姿勢と動作などに留意してください。

#### ●利用者を抱きかかえたりする場面

立位からベッド上にいる人を抱えあげる場合には、

- ・片足を少し前に出し、膝を曲げてしゃがむように抱え、この姿勢から膝を伸ばすようにして抱え上げる。
  - ・両膝を伸ばしたまま上体を下方に曲げる姿勢を取らないようとする。
- 一人での抱き上げは腰痛の要因となることから、
- ・利用者の抱きかかえなどは複数の介護者で対応する。
  - ・リフトなどの福祉機器を活用する。

#### ●立った状態で抱え、体の前方で保持する場面

- ・できるだけ身体の近くで支え、腰の高さより上に持ち上げない。
- ・背筋を伸ばしたり、身体を後に反らせたりしないようとする。

#### ●食事介助を行う場面

- ・腰部のひねりを避けるため、ベッドに横座りしての介助は避け、椅子に座って利用者の正面に向かうか、ベッド上で「膝まくら」の姿勢を取る。



#### ② 作業標準の作成

作業標準とは仕事を行うまでの手順や決め事のことです。作業標準は、使用する機器・設備、作業方法などの実態に応じたものとし、利用者の身体の状態別、作業の種類別の作業手順、職員の役割分担や時間管理、作業場所を明確にする必要があります。

#### ③ 介護者の適正配置

職員の数は、施設の構造、勤務体制、介護内容および利用者の心身の状況に応じて適正なものにする必要があります。腰痛予防の観点からは、特定の職員に腰部負担の大きい業務が集中しないように配慮することや作業量に見合った適切な人数を配置することが重要です。

#### ④ 施設および設備の構造の改善

適切な介護設備、機器などの導入と介護に関連した業務を行うための設備を整えることが重要となります。具体的には、介護ができる部屋の構造、浴槽の構造、ベッドの構造、付帯設備や休憩室などが該当します。

## 参考 腰痛予防体操(例)

### 1 関節の可動域を増加させる体操

①

- 1 仰向けで、片側の足を膝を伸ばして上げます。
- 2 両肩は床につけたまま、その足を反対側に倒します。
- 3 左右交互に1~2回ずつ、1日に3~4回行います。



②

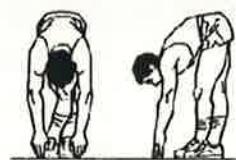
- 1 腰よりやや低い机を用意します。
- 2 台などを利用して、机の片側を腰よりやや高くなります。
- 3 図のように、くの字に乗って両足を垂れ下げます。  
約3分。1日2~3回行います。



### 2 足の筋肉を伸ばす体操

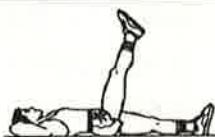
①

- 1 足を交差して立ちます。
- 2 前足は膝を軽く曲げ、後ろ足は膝を伸ばして、おじぎします。
- 3 足を入れ替えて同じ動作をします。  
各10回、1日2~3回行います。



②

- 1 仰向けで、膝を伸ばして足を上げます。
- 2 左右各20回ずつ、1日2~3回行います。



### 3 胸体やお尻の筋力を増強させる体操

①

- 1 仰向けで膝を曲げ、軽くお尻を持ち上げます。
- 2 20回を1日2回行います。



②

- 1 仰向けで、床と頭の間に握り拳2つが入るくらいまで、上半身を上げます。このとき、5秒かけて上半身を上げて、5秒保持し、また、5秒かけて床に戻します。
- 2 一連の動作として30~35回行います。



③

- 1 腹這いで、骨盤の下に枕を入れます。
- 2 図のように、手を背中で組み合わせ、上半身を持ち上げます。
- 3 20~25回、1日2~3回行います。



④

- 1 仰向けで、腕を頭の後ろに組みます。
- 2 ゆっくりと左右交互に片足を上げます。
- 3 20回、1日2回行います。



### 3. 4S活動

「転倒・転落災害防止」などに効果のある日常の活動として、4S活動があります。

4S（整理・整頓・清掃・清潔）の意味と進め方は次のとおりです。

#### 整理・・・必要な物と不要な物を分けて、不要な物を処分すること

- 進め方
- ① 不要な物の廃棄基準、判断がつかない物の要不要を判断する責任者を決める。
  - ② 4Sゾーン（区域）ごとに、所属従業員全員が掃除し、不要な物を廃棄する（定期的に行う）。
  - ③ 施設長が定期的に巡回して整理の状況をチェックする。
  - ④ チェック結果により改善し、必要に応じ廃棄基準を見直す。

#### 整頓・・・必要なときに必要な物をすぐ取り出せるように、分かりやすく安全な状態で配置すること

- 進め方
- ① 現状を把握する（置く物、置き場所、置き方、使用時の移動距離）。
  - ② 置く物の種類、置き場所、必要数量を決定する（種類・量とも絞り、移動距離を短くすること）。
  - ③ 場所ごとの管理担当者を決める。
  - ④ 取り出しやすく、しまいやすい置き方を決める。
  - ⑤ 定期的にチェックし、必要に応じ改善する。

#### 清掃・・・身の回りをきれいにして、衣服や廊下のゴミや汚れを取り除くこと

＜作業スペースや通路が濡れると滑りやすくなるので、清掃を励行しましょう＞

#### 清潔・・・整理・整頓・清掃を繰り返し、衛生面を確保し、快適な職場環境を維持すること



## 4. KY活動

人間は誰でも、つい「ウッカリ」したり、「ボンヤリ」したり、錯覚をします。横着して近道や省略もします。このような人間の行動特性が誤った動作などの不安全行動(ヒューマンエラー)をもたらし、事故・災害の原因となります。これらは、通常の慣れた業務で起こりがちです。

事故・災害を防止するには、業務を始める前に、「どんな危険が潜んでいるか」を職場で話し合い、「これは危ない」という危険のポイントについて合意します。そして、対策を決め、行動目標や指差し呼称項目を設定し、一人ひとりが指差し呼称で安全衛生を先取りしながら業務を進めます。このプロセスがKY(K=危険・Y=予知)活動です。

なお、KY活動推進に必要な手法を習得するための危険予知訓練をKYT(T=トレーニング)と呼んでいます。

### みんなで安全「先取り」の話し合い



## KYTの手法

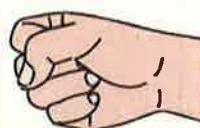
### 指差し呼称で安全確認

事故・災害が発生する原因に人間特性の確認不足が関わっていることから、行動の要所要所(危険のポイント、誤操作のポイント)で、対象を見つめ、しっかり指を差して、確認すべきことを「〇〇ヨシ！」とはっきりした声で呼称します。一人ひとりが行うこの「指差し呼称(確認行動)」は労働災害防止のための重要な手法です。

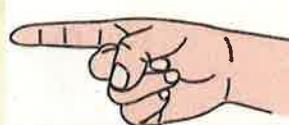
社会福祉施設では、利用者の前で大きな声や動作ができない場合もあります。それでも、しっかり確認することは必要です。声を出さずに手で触れて確認するなど状況に合った方法を工夫しましょう。

#### 〈行動の要所要所での指差し呼称（基本型）〉

締まった形をつくる！  
握拳の形から



人差し指を  
まっすぐ突き出す



キビキビとした  
動作で！



肩筋を伸ばして

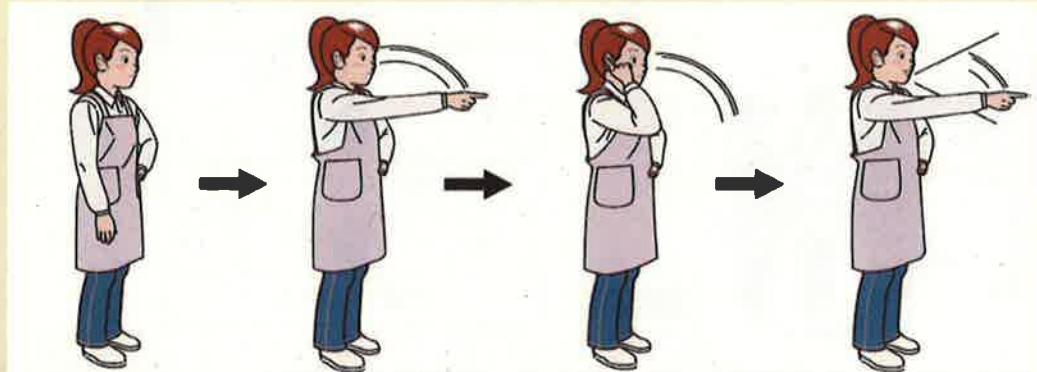
親指を中指にかけた握拳の形から、人差し指をまっすぐに突き出すと締まった形になります。

① 対象を見る

② 指を差し

③ 耳元へ

④ 振り下ろす



- ・呼称項目「〇〇」と唱えながら
- ・右腕を伸ばし
- ・人差し指で対象を指差し
- ・対象をしっかりと見る

- ・右手を耳元まで
- ・振り上げながら
- ・本当に良いかを
- ・考え確かめる

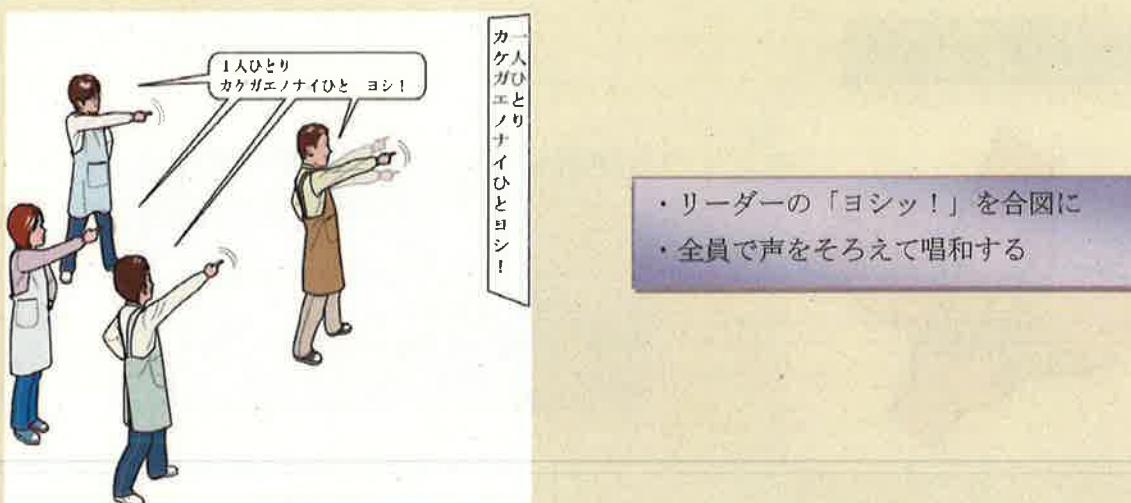
- ・確認できたら
- ・「ヨシ！」と唱えながら
- ・確認対象に向かって
- ・振り下ろす

## 指差し唱和で一体感・連帯感づくり

「指差し唱和」は、全員でスローガンなどの対象を指差し、唱和することで仲間同士の一体感・連帯感を高める手法です。一般的に、朝礼や終礼時にスローガンを唱和したり、KYTの確認項目を唱和して実行を誓い合います。

「タッチ・アンド・コール」は指差し唱和の一種で、メンバー全員で手を重ね合わせたりして触れ合いながら行います。仕事にかかる前やKYTの締めくくりなどで実施します。全員のスキンシップで行うこの手法は、メンバーの一体感・連帯感を盛り上げ、チームワークづくりに役立つ手法です。

いずれも、単独の安全確認行動として行う「指差し呼称」とはねらいが異なります。



## タッチ・アンド・コールのやり方

指差し唱和と同様、リーダーの「～ ヨシ！」に続いて、全員で「～ ヨシ！」と指差し唱和をします。

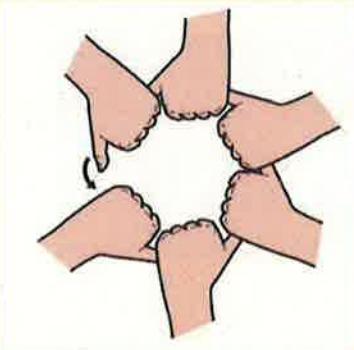
KYTの研修会で行っているタッチ・アンド・コールの型の例を以下に3種類示します。チームの人数に応じて3種類を使い分ければよいでしょう。

### ①タッチ型（7～8人以上）



- ・円陣をつくる
- ・左隣りの人の右肩に左手を置く
- ・右手人差し指で円陣の中央を指す

### ②リング型（5～6人）



- ・円陣をつくる
- ・左手で左隣りの人の親指を握り合いリ
- ングをつくる
- ・右手人差し指でリングの中央を指す

### ③手重ね型（4～5人以下）



- ・円陣をつくる
- ・リーダーは左手を上向きにして中央に
- 差し出す
- ・メンバーはその上に左手を下向きに
- して重ね合わせる
- ・右手人差し指で重ね合わせた左手を指す

## 5. 安全衛生管理体制

労働安全衛生法では、職場における労働者の安全と健康の確保を推進するため、事業規模や業種に応じた安全衛生管理体制を整備することを事業者に義務づけています。

安全衛生管理体制は、事業場の従業員全員が協力して安全衛生を進めていくために必要なものです。

図3 事業場規模別安全衛生管理体制

規模 (労働者数)	業種 社会福祉施設 (労働安全衛生法 施行令2条3号の業種)
50~999人	<p>事業者</p> <p>→ 産業医</p> <p>↓</p> <p>衛生管理者 規模に応じ1~3人</p> <p>衛生委員会</p>
10~49人	<p>事業者</p> <p>↓</p> <p>衛生推進者</p> <p>安全衛生懇談会の実施など 労働者の意見を聞く機会を設けること</p>
1~9人	<p>事業者</p> <p>安全衛生懇談会の実施など 労働者の意見を聞く機会を設けること</p>

※1,000人以上の事業場においては、これらに加え総括安全衛生管理者の選任をする必要があります。

また、衛生管理者についても規模に応じ3~6人選任してください。

### 安全衛生推進の重要な柱

#### (1) トップの経営姿勢

職場の安全衛生はまず、「働く人、誰一人ケガをさせない」という経営トップの厳しい経営姿勢から活動が始まります。

#### (2) 管理者による実践

管理者である施設長、課長、係長、責任者（リーダーなど）が、業務の中に安全衛生を一体のものとして組み込んで、率先垂範して実践します。

#### (3) 職場自主活動の活発化

一人ひとりが危ないことを危ないと気付き、自主的、自発的に安全行動をとります。

## 労働災害事例

社会福祉施設での労働災害の代表的な事例を紹介します。

事故型	年齢	性別	概要
動作の反動、無理な動作	32	男	入浴後、利用者の着衣介助を行いストレッチャーへ職員2名で抱きかかえるように持ち上げた際、腰に痛みが走った。
動作の反動、無理な動作	37	女	入浴介助中に、利用者の体を浴槽から引き上げる際、誤って腰に負担がかかり、激痛で動けなくなった。
動作の反動、無理な動作	22	女	利用者が車いすからずり落ちそうになっていたので姿勢を正そうと介助した際に、右足をひねり負傷した。
動作の反動、無理な動作	26	女	利用者のトイレ介助中、利用者が便座から立ち上がる際、転倒しそうになり、それを支えた時に、右手首をひねり負傷した。
転倒	51	男	デイサービス施設内で、利用者を車イスから介護ベッドに移乗時、足元に伸びていたベッドのコードに左足をとられて転倒し、左足アキレス腱を断裂した。
転倒	62	女	入浴介助中に、次に入浴する利用者を迎える際、浴室から廊下に出た所で滑って転倒し、顔面と左足を打撲した。
転倒	67	女	利用者の夕食の下膳のためワゴン車を厨房に持って行き、引き返す時、床が濡れていて、左足が滑り、右膝をついたところ骨折した。
墜落、転落	29	男	脱衣室へ着替えを届けるために階段を降りる際、スリッパが滑り階段から転落して、腰部と左腕を打撲した。
切れ、こすれ	38	男	老人ホームの厨房で調理中、野菜スライサーで右手中指を切断した。

社会福祉施設における安全衛生対策 ~腰痛対策・KY活動・4S活動~

●関連ホームページ●

厚生労働省「安全衛生関係リーフレット等一覧」のページ

<http://www.mhlw.go.jp/stf/seisaku/seisaku/kourei/index.html>

(H23.12)