



STOP! 転倒災害

プロジェクト

転倒の危険をチェックしてみましょう

転倒災害防止のためのチェックシート



チェック項目		<input type="checkbox"/>
1	通路、階段、出口に物を放置していませんか	<input type="checkbox"/>
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	<input type="checkbox"/>
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	<input type="checkbox"/>
4	転倒を予防するための教育を行っていますか	<input type="checkbox"/>
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	<input type="checkbox"/>
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	<input type="checkbox"/>
7	段差のある箇所や滑りやすい場所などを標識などで注意喚起していますか	<input type="checkbox"/>
8	ながらスマホやポケットに手を入れたまま歩くこと、手すりを持たない階段の昇降などを禁止していますか	<input type="checkbox"/>
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	<input type="checkbox"/>

チェックの結果は、いかがでしたか？

問題のあったポイントが改善されれば、きっと作業効率も上がって働きやすい職場になります。どのように改善するか「安全委員会」などで、全員でアイデアを出し合いましょう！ 次頁の「見える化」も効果的です!!

転倒危険場所を見える化しましょう！

転倒の危険を感じた場所の情報を収集し、労働者への共有を図ることが大切です。危険場所に下のステッカーの掲示を行うなど、転倒の危険を見える化しましょう！

※下のステッカーは、「STOP！転倒災害プロジェクト」のホームページからもダウンロードできます。

切り取り線

転倒危険！



コメント

STOP! 転倒災害プロジェクト

厚生労働省と労働災害防止団体では、**転倒災害**を撲滅するため「**STOP! 転倒災害プロジェクト**」を推進しています。

STOP! 転倒

事業者の皆さまは、職場の**転倒災害防止対策**を進めていただくとともに、適時にチェックリストを活用した**総点検**を行い、安全委員会などでの調査審議などを経て、**職場環境の改善**を図ってください。

転倒災害の特徴

特徴1 **転倒災害は最も多い労働災害!**

休業4日以上[※]の労働災害、約12万件のうち、転倒災害は**約2.8万件**と最も多く発生しており、近年増加傾向です。

特徴2 **特に高齢者で多く発生!**

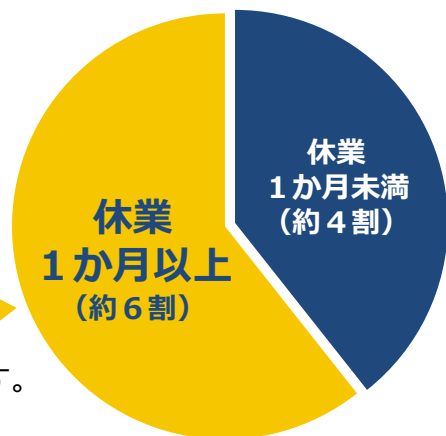
高齢者ほど転倒災害のリスクが増加し、55歳以上では55歳未満と比較してリスクが**約3倍**に増加します。

特徴3 **休業1か月以上が約6割!**

転倒災害による休業期間は**約6割が1か月以上**となっています。

特徴4 **冬季に多く発生!**




降雪の多い地域では、冬季に多く発生しています。



「平成29年転倒災害による休業期間の割合」 労働者死傷病報告 (厚生労働省) より作成

転倒災害の主な原因

▶ 転倒災害は、大きく3種類に分けられます。皆さまの職場にも似たような危険はありませんか？

滑り	つまずき	踏み外し
		
<p><主な原因></p> <ul style="list-style-type: none">床が滑りやすい素材である。床に水や油が飛散している。ビニールや紙など、滑りやすい異物が床に落ちている。路面等が凍結している。	<p><主な原因></p> <ul style="list-style-type: none">床の凹凸や段差がある。床に荷物や商品などが放置されている。	<p><主な原因></p> <ul style="list-style-type: none">大きな荷物を抱えるなど、足元が見えない状態で作業している。

転倒災害防止対策のポイント

▶ 転倒災害を防止することで、安心して作業が行えるようになり、作業効率も上がります。

4S (整理・整頓・清掃・清潔)	転倒しにくい作業方法	その他の対策
<ul style="list-style-type: none">歩行場所に物を放置しない床面の汚れ (水、油、粉など) を取り除く床面の凹凸、段差などの解消	<ul style="list-style-type: none">時間に余裕を持って行動滑りやすい場所では小さな歩幅で歩行足元が見えにくい状態で作業しない	<ul style="list-style-type: none">移動や作業に適した靴の着用職場の危険マップの作成による危険情報の共有転倒危険場所にステッカーなどで注意喚起

詳しくは、厚生労働省ホームページをご覧ください!
「STOP! 転倒災害プロジェクト」

STOP! 転倒

社会福祉施設の転倒災害防止

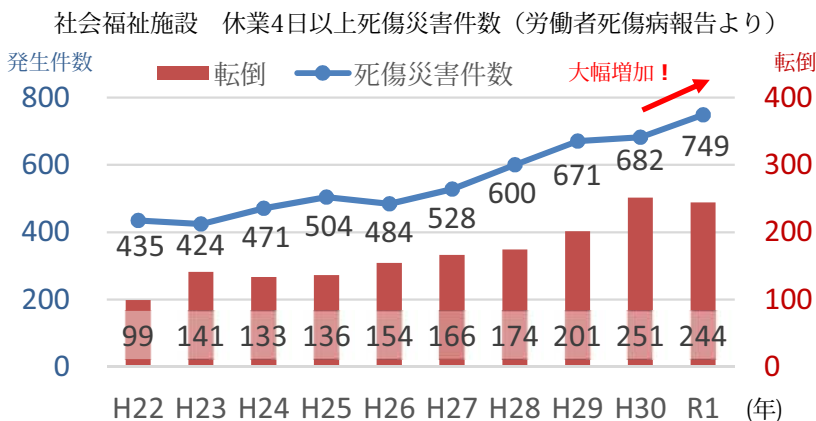


今日も一日ご安全に

大阪における令和元年（平成31年）の休業4日以上之死傷災害8,806件のうち2,121件が転倒災害となっています。

また、社会福祉施設においては、休業4日以上之死傷災害749件のうち、転倒災害が244件発生しています。なお、転倒災害の63.5%が休業30日以上となっています。

死傷災害は大幅増加、転倒災害は高止まりしています

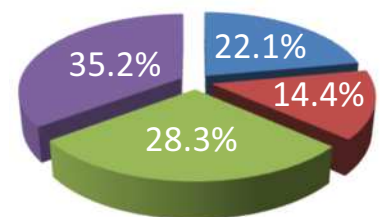


災害事例（転倒災害）

- ・居室から廊下に出た際、床が清掃後で濡れており転倒した。
- ・トイレにおいて、利用者に突然前から押され、転倒した。
- ・浴室の溝掃除で、蓋が開いており、その蓋につまずいて転倒した。
- ・脱衣所でモップ引きをしたが、残っていた水に滑って転倒した。
- ・配膳中、食器乾燥機の電源コードにひっかかり転倒した。
- ・馬の遊具を使用した集団遊び中、バランスを崩して転倒した。
- ・利用者が転倒しそうになり、支えようとしたところ一緒に転倒した。
- ・両手に道具を持って階段を降下中、階段を踏み外して転倒した。
- ・来客があり、急いで対応しようとしてバランスを崩して転倒した。
- ・夜勤で室内が暗かったのでバランスを崩して転倒した。

令和元年 転倒災害での休業日数

4日～14日 22.1% 15日～29日 14.4%
30日～59日 28.3% 60日以上 35.2%



転倒災害防止対策のポイント

- 床清掃後は確実な拭き取りを実施すること。
- 水を使う作業場所では、耐滑性のある作業靴を履くこと。（耐滑性の靴は、水だけではなく、踏ん張りも効くので、バランスを崩したときにも効果がある）
- 施設内は急いでいても、走らないこと。
- 両手に荷物を持っての歩行は、確実にバランスを崩すので、階段では禁止すること
- 通路、作業場所に適切な照度を確保すること。
- 電気のコードの配線処置を確実にすること。
- 利用者への意識集中は周りが見えなくなることから、忙しい時ほど落ち着いて作業すること。
- 利用者の不意な動作による介助中での転倒災害対策は、過去の施設内での事例収集を行い、情報を共有し、介助中の危険予知を行い、事故があるかもしれないと身構えることが必要であること。



労働災害を防止するため、大阪労働局 安全課が作成したリーフレットです。作業の方が見える場所に掲示をお願いします。

転倒災害の特徴

- 転倒災害は最も多い労働災害！
- 休業1か月以上が6割超！
- 中には死亡災害も！
- 特に高齢者で多く発生！

転倒による死亡災害事例

平成23年8月 女性 50歳代

グループホームにおいて、入居者からの呼び出しコールが鳴ったため、スタッフルームから走って居宅へ向かったところ、モップで水拭きした廊下で足を滑らせ転倒した際、後頭部を強打したものの。



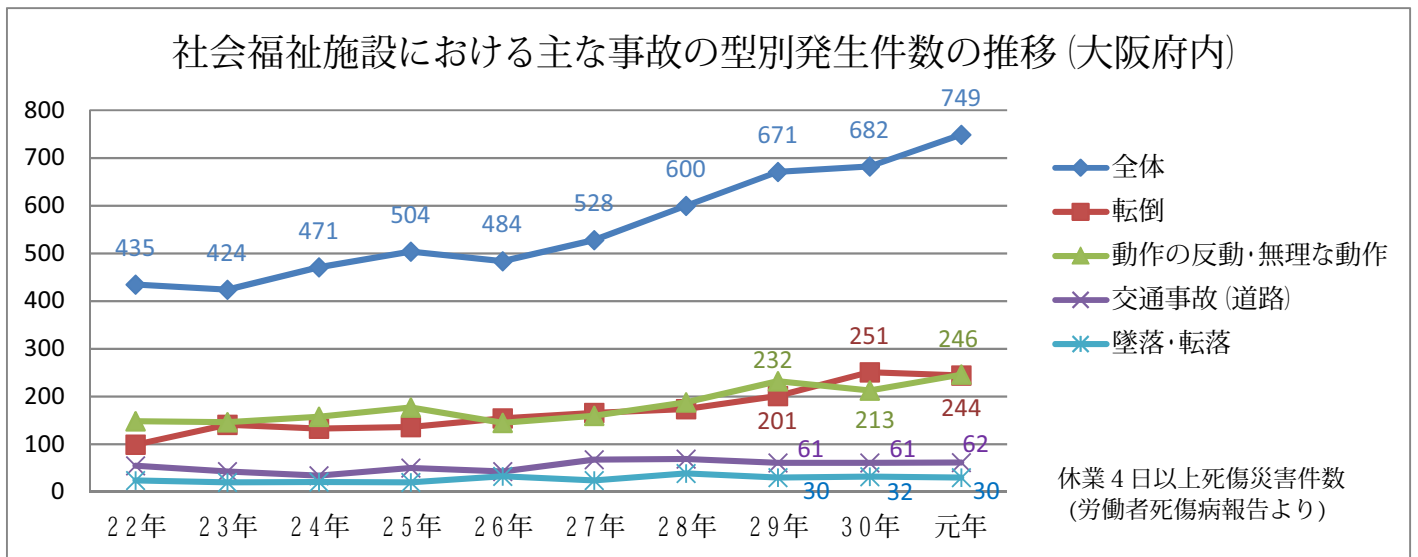
労働災害が増えています!!

社会福祉施設の労働災害防止

～4S活動・KY活動・安全の見える化・腰痛予防対策～

大阪府内の社会福祉施設（老人介護施設、保育施設、障がい者施設等）の労働災害による死傷者数（休業4日以上）は、ここ数年増加傾向で、令和元年（平成31年）は749人と前年に比べ67人増加しています。

事故の型別では、腰痛等の「動作の反動・無理な動作」が246人、次いで「転倒」が244人と多くなっています。「転倒」が高止まりする中、「動作の反動・無理な動作」が前年より33人増加となっています。



※「動作の反動・無理な動作」とは、重い物を持ち上げて腰をぎっくりさせたというように身体の動き、不自然な姿勢、動作の反動などに起因して、すじをちがえる、くじく、ぎっくり腰になる及びこれに類似した状態になる場合をいいます。

厚生労働省のHPで、安全衛生リーフレットを公開していますので、ご利用して下さい。

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止対策

一人一人の行動変容を心がけていただくことが重要です。事業者、労働者それぞれが、職場内外での感染防止行動の徹底について正しい知識を持って、職場や職務の実態に即した対策に取り組んでいただくようお願いします。

☞参考ページ「介護事業所等における新型コロナウイルス感染症への対応等について」

(https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000121431_00089.html)

高齢労働者の安全と健康確保のためのガイドライン（エイジフレンドリーガイドライン）

令和2年3月にガイドラインが作成されました。社会福祉施設では高齢労働者の被災率が高くなっています。高齢労働者が安心して安全に働ける職場環境づくりや労働災害防止のための健康づくりの推進をお願いします。

☞参考ページ「高齢労働者の安全衛生対策について」

(https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou_roudou/roudoukijun/anzen/newpage_00007.html)

働く人に安全で安心な店舗・施設づくり推進運動

労働災害発生件数の多い小売業、社会福祉施設、飲食店での災害防止の取組を促進させるため、平成29年1月より実施しています。リーフレット、教材、取組好事例などの役立つ情報が数多く掲載されています。

☞参考ページ「働く人に安全で安心な店舗・施設づくり推進運動」

(<https://anzeninfo.mhlw.go.jp/information/sanjisangyo.html>)



厚生労働省・大阪労働局労働基準部安全課・健康課

<https://jsite.mhlw.go.jp/osaka-roudoukyoku/>

労働災害を防止するために

安全衛生管理体制

自主的な安全衛生管理を進め、労働災害防止対策を着実に実施するためには、管理体制の要である衛生管理者や産業医などが適切に選任され、定められた職務を確実に実施することが必要です。

また、安全衛生管理体制を作りあげることが、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も必要なものです。

・トップの姿勢

職場の安全衛生は、「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。

・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。

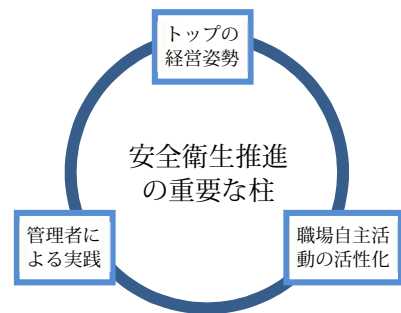
・職場自主活動の活性化

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

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 施行令第2条第3号の業種)
※ 50~999人	<p>事業者</p> <p>↓</p> <p>産業医</p> <p>↓</p> <p>衛生管理者 安全推進者</p> <p>↓</p> <p>衛生委員会</p>
※ 10~49人	<p>事業者</p> <p>↓</p> <p>衛生推進者 安全推進者</p> <p>↓</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>↓</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>

※平成26年3月に策定された「労働安全衛生法施行令第2条第3号に掲げる業種における安全推進者の配置等に係るガイドライン」に基づき、常時使用する労働者数が10人以上の事業場は安全推進者を配置することになりました。



管理活動と職場自主活動の関係

管理活動とは

- 管理体制・職制を通じて
- 基準・指示・命令に基づき
- ハードウェア及びソフトウェアの対策を進める活動

職場自主活動とは

- 職場・仕事の仲間同士で
- 対策を話し合って決め
- 自ら実行する活動

4S活動

「転倒災害・転落災害」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のSとは

①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。

②整頓・・・

必要な時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。

③清掃・・・

身の回りをきれいにし、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汚れていたり、濡れていると滑りやすくなるので、清掃を励行しましょう>

④清潔・・・

整理・整頓・清掃を繰り返し、衛生的で、快適な職場環境を維持すること



危険予知 (KY) 活動 不安全行動による災害防止に有効な日常の活動として、危険予知活動があります。

危険予知 (KY) 活動とは

人間は誰でも、つい「ウっかり」したり、「ボンヤリ」したり、**錯覚**をしたりします。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、その危険のポイントについて対策を決め、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。

〇作業の状況

脚立を使って窓ふきを行っています。



どのような危険が
潜んでいるでしょうか？

危険のポイント（本質追究）

- 1 脚立から離れた窓を拭こうと身を乗り出した際にぐらついてよろけて落ちる
- 2 脚立から降りる際に、地面に置いてあるバケツに足を引っかけて転ぶ
- 3 脚立の開き止めを掛けていないため、脚立が開いて落ちる。

あなたならどうする（対策樹立）

- 1-1 脚立を正面に置く
- 1-2 脚立の反対側に昇る
- 1-3 脚立をこまめに動かす

私たちはこうする（目標設定）

脚立を使って窓ふきするときは、
脚立をこまめに動かして行おう ヨシ！

安全の見える化

「安全の見える化」は、**職場にひそむ危険**を写真などにより、**目に見える形**にすることによって効果的に安全活動を展開する取組です。誰でも参加することができ、中小企業でも、また、業種に関係なく取り組みます。

日頃取り組んでいる安全活動を見える化することにより、労働者の安全意識が高まり、また、他の監督者・指揮者からも安全な作業の遂行状況が明確になり、更なる取組の活性化に繋がります。

階段を「安全の見える化」した一例

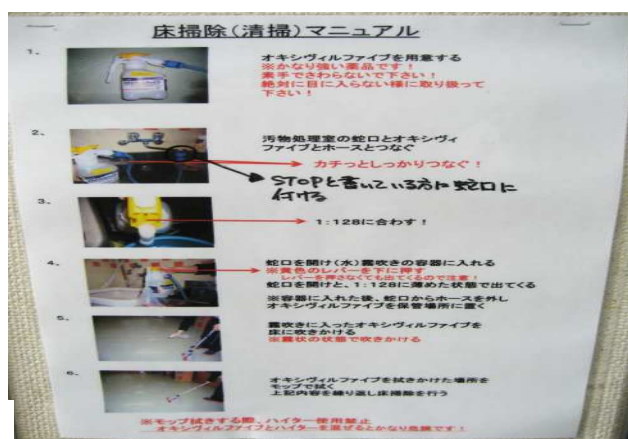
- ・踏面に反射テープ貼付
- ・足下照明設置
- ・一時停止表示
- ・左右確認表示
- ・階段通行時の注意表示



安全見える化の実例

ノロウイルス対策の床掃除に当たり、「薬品を素手でさわらない。混ぜると危険」等の注意事項について、写真を用いた分かりやすいマニュアルを作成し、スタッフルームに掲示し、健康障害の防止を図っている。

厨房（職員用の食事の調理を含む）内において、まな板、包丁、保管場所を肉（赤）、魚（青）等と色分けして表示し、ノロウイルス等による2次感染の防止を図っている。



腰痛予防対策

腰痛とは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。一般に座骨神経痛を代表とする脚の痛みやしびれを伴う場合も含まれます。腰痛は誰もが経験する痛みです。

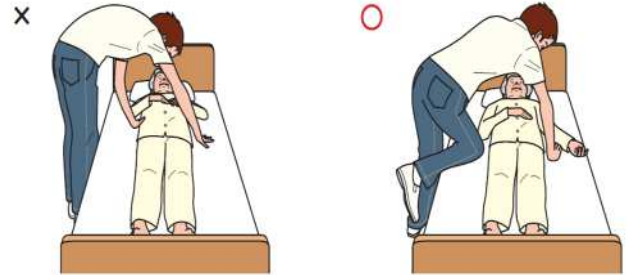


作業対象物や利用者を体に近づけて作業します

腰痛を防ぐためには、

- ・福祉機器の利用により作業者の負担を軽減する方法
- ・適切な作業方法を定めて無理な動作や姿勢を防ぐ方法

などが知られていますが、それ以外にも、同一姿勢で滞った血流の改善、柔軟性のアップ、筋力のアップに加えて筋肉の強化や柔軟性を向上させる「ストレッチ」も効果的です。

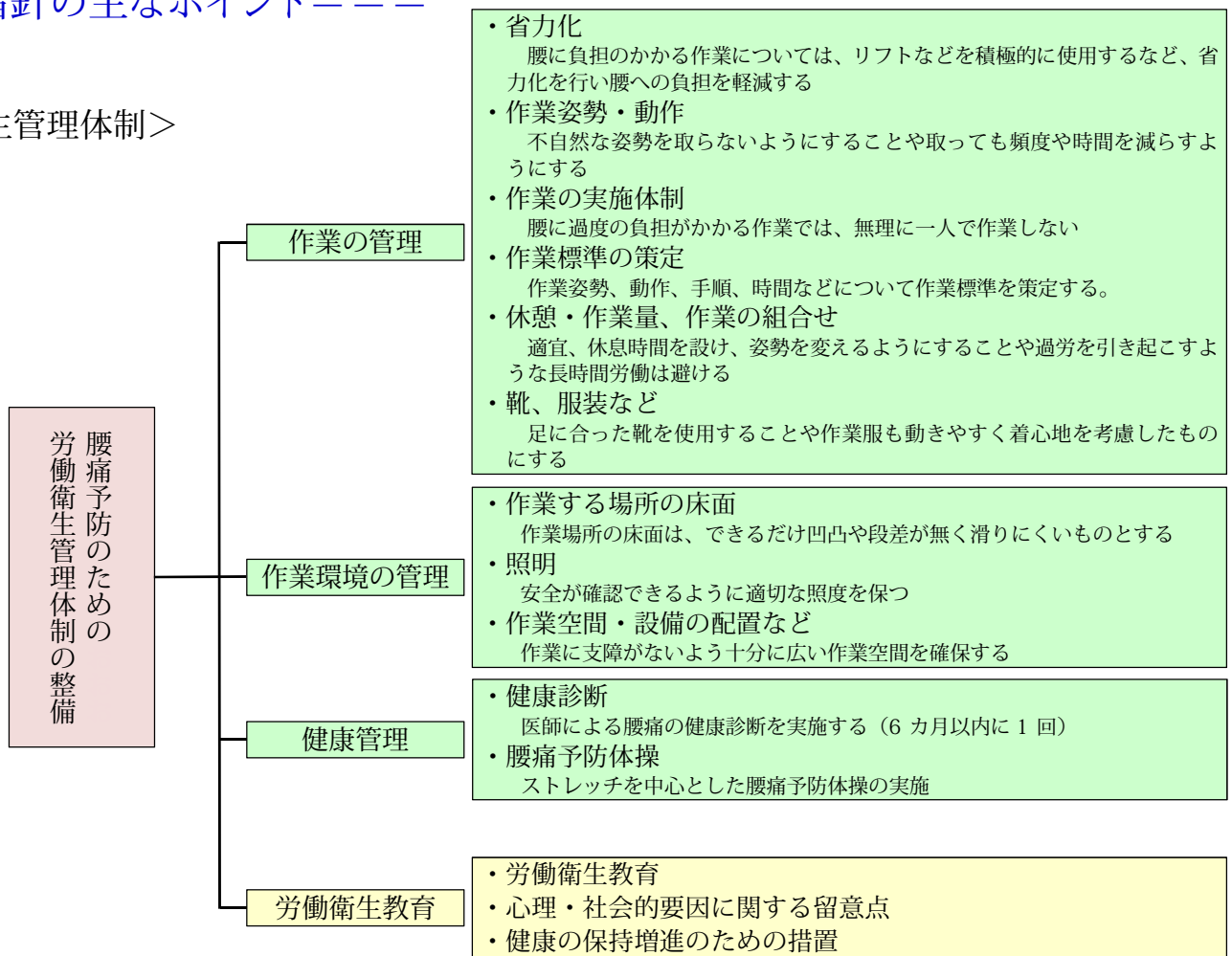


「職場における腰痛予防対策指針」(平成 25 年 6 月)

休業4日以上職業性疾患のうち、職場での腰痛は6割を占める労働災害となっています。特に、高齢者介護などの社会福祉施設での腰痛発生件数は大幅に増加しています。そこで、厚生労働省では平成25年6月に「職場における腰痛予防対策指針」を改訂し、適用範囲を福祉・医療分野における介護・看護作業全般に広げ、腰に負担の少ない介助方法などを加えました。

=== 指針の主なポイント ===

<労働衛生管理体制>



<リスクアセスメント>

リスクアセスメントは、それぞれの作業内容に応じて、腰痛の発生につながる要因を見つけ出し、想定される腰部への負荷の程度、作業頻度などからその作業のリスクの大きさを評価し、リスクの大きなものから対策を検討して実施する手法です。

<労働安全衛生マネジメントシステム>

リスクアセスメントの結果を基に、予防対策の推進についての「計画(Plan)」を立て、それを「実施(Do)」し、実施結果を「評価(Check)」し、「見直し・改善(Act)」するという一連のサイクル(PDCAサイクル)により、継続的・体系的に取り組むことができます。

社会福祉施設の交通労働災害防止

労働災害を防止するため、大阪労働局 安全課が作成したリーフレットです。作業の方が見える場所に掲示をお願いします。



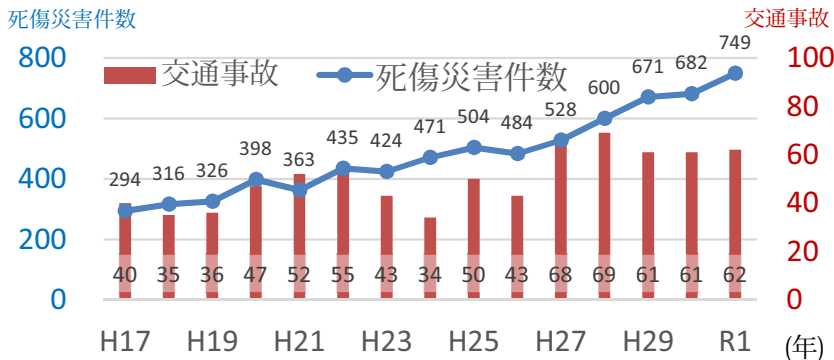
今日も一日ご安全に

令和元年（平成31年）の大阪府内の社会福祉施設の休業4日以上死傷災害は749人で前年より67人増加しています。

災害のうち、交通事故は62人で、1件の死亡災害が発生しています。

交通事故の死傷災害発生件数は、高止まりしています

休業4日以上死傷災害件数（労働者死傷病報告より）



死亡災害事例

（社会福祉施設の交通労働災害）

令和元年11月 女性 50歳代 経験4月

利用者宅から事務所に戻るため、原動機付自転車で走行中、道路上に駐車していたトラックを避けようと中央線側に寄ったところ、同様に当該駐車車両を避けようとした後方を走行中のダンプトラックの左後輪と接触した。



バイク・自転車運転中の災害事例

- バイク**
 - ・交差点で左折しようとした車に巻き込まれ転倒した。
 - ・上り坂を走行中、スピード不足でバランスを崩し転倒した。
 - ・右折するため、車線変更をしたとき、後ろからきた車と接触し転倒した。
 - ・雨天の中、バイクで走行中、マンホールの上でタイヤが滑りスリップして転倒した。
- 自転車**
 - ・交差点を進行中、右から直進してきたバイクと衝突した。（交差点内やT字路での災害が多発している。）
 - ・車道から歩道へ進路変更した時、車道と歩道の段差でバランスを崩し転倒した。（段差での転倒災害が多発している。）
 - ・走行中、植木で死角になった自宅から出てきた自転車と衝突して転倒した。
 - ・マンション敷地内の下り坂にて地面のタイルが雨で濡れておりスリップして転倒した。

バイク・自転車運転業務の災害防止対策のポイント

- 交差点での出会い頭事故は、「いつも大丈夫だから」「車が止まってくれるはずだから」の思い込みが危険です。（相手があなたに気付いていない場合があります。交差点を進行するときは相手と視線を合わせ、「アイコンタクト」をし、安全確認をして通行しましょう。）
- 急ハンドル、急加速、急ブレーキ、「急」のつく動作を禁止しましょう。（余裕を持って、危険予測した運転を心がけましょう。）
- 雨天は、路面が濡れてスリップしやすくなります。特に金属製のマンホール上は通行しないようにしましょう。
- 自転車の運転では、段差のある車道と歩道での無理な横断をやめましょう。また、前カゴに荷物を載せすぎないようにしましょう。（運転中のバランスが悪くなるだけでなく、回避行動が取りにくくなります。）
- 降雪や体調の悪いときは、運転を控えましょう。
- 加齢により身体能力が低下します。高齢者の方は、過去の運転技術を過信せず、慎重な運転を心がけましょう。
- ヒヤリ・ハット事例に基づき、ヒヤリマップを作成し、配布又は掲示する等により啓発を行いましょう。

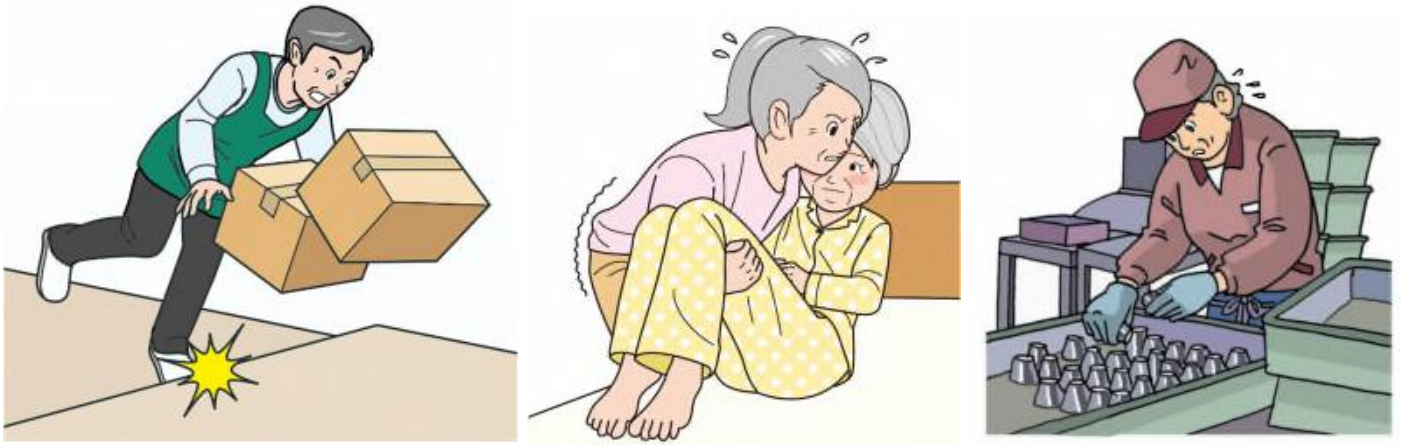


エイジフレンドリーガイドライン

(高年齢労働者の安全と健康確保のためのガイドライン)

厚生労働省では、令和2年3月に「高年齢労働者の安全と健康確保のためのガイドライン」(エイジフレンドリーガイドライン。以下「ガイドライン」)を策定しました。

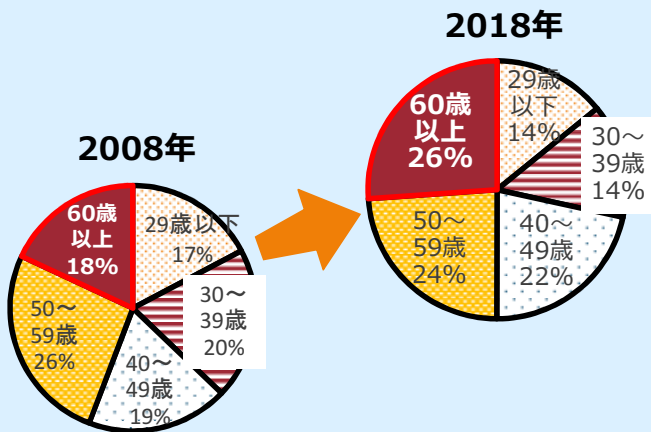
働く高齢者の特性に配慮したエイジフレンドリーな職場を目指しましょう。



働く高齢者が増えています。60歳以上の雇用者数は過去10年間で1.5倍に増加。特に商業や保健衛生業をはじめとする第三次産業で増加しています。

こうした中、労働災害による死傷者数では60歳以上の労働者が占める割合は26%（2018年）で増加傾向にあります。労働災害発生率は、若年層に比べ高齢層で相対的に高くなり、中でも、転倒災害、墜落・転落災害の発生率が若年層に比べ高く、女性で顕著です。

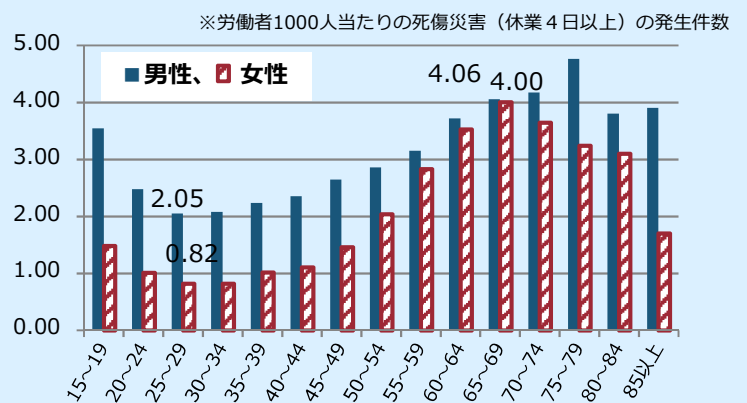
<年齢別死傷災害発生状況（休業4日以上）>



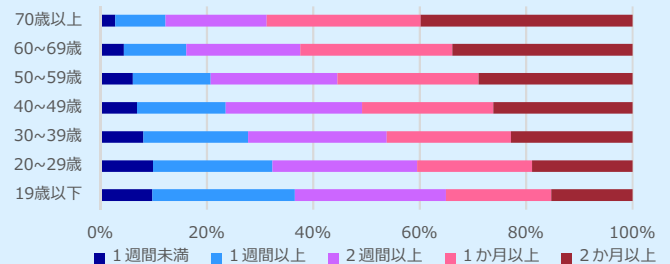
高齢者は身体機能が低下すること等により、若年層に比べ労働災害の発生率が高く、休業も長期化しやすいことが分かっています。

体力に自信がない人や仕事に慣れていない人を含めすべての働く人の労働災害防止を図るためにも、職場環境改善の取組が重要です。

<年齢別・男女別の労働災害発生率 2018年>



<年齢別の休業見込み期間の長さ>



出典：労働力調査、労働者死傷病報告

このガイドラインは、雇用される高齢者を対象としたものですが、請負契約により高齢者を就業させることのある事業者においても、請負契約により就業する高齢者に対し、このガイドラインを参考として取組を行ってください。

ガイドラインの概要

このガイドラインは、高齢者を現に使用している事業場やこれから使用する予定の事業場で、事業者と労働者に求められる取組を具体的に示したものです。全文はこちら→

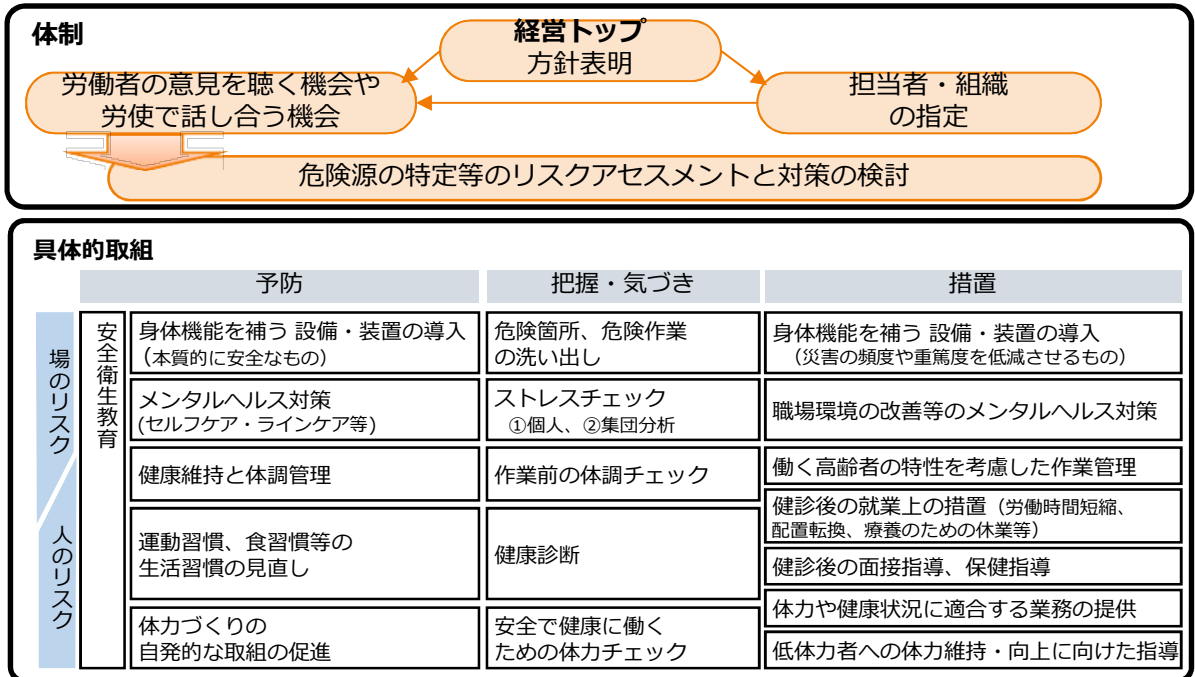
令和2年3月16日付け基安発0316第1号
「高齢労働者の安全と健康確保のためのガイドラインの策定について」



事業者求められる事項

事業者は、以下の1～5について、高齢労働者の就労状況や業務の内容等の実情に応じ、国や関係団体等による支援も活用して、**実施可能な労働災害防止対策に積極的に取り組むように努めてください。**

事業場における安全衛生管理の基本的体制と具体的取組の体系を図解すると次のようになります。



1 安全衛生管理体制の確立

ア 経営トップによる方針表明と体制整備

- ・ 企業の経営トップが高齢者労働災害防止対策に取り組む方針を表明します
- ・ 対策の担当者や組織を指定して体制を明確化します
- ・ 対策について労働者の意見を聴く機会や、労使で話し合う機会を設けます



✪考慮事項✪

- ・ 高齢労働者が、職場で気付いた労働安全衛生に関するリスクや働く上で負担に感じていること、自身の不調等を相談できるよう、社内に相談窓口を設置したり、孤立することなくチームに溶け込んで何でも話せる風通しの良い職場風土づくりが効果的です

イ 危険源の特定等のリスクアセスメントの実施

- ・ 高齢労働者の身体機能の低下等による労働災害発生リスクについて、災害事例やヒヤリハット事例から洗い出し、対策の優先順位を検討します
- ・ リスクアセスメントの結果を踏まえ、2以降の具体的事項を参考に取組事項を決定します

✪考慮事項✪

- ・ 職場改善ツール「エイジアクション100」のチェックリストの活用も有効です→
- ・ 必要に応じフレイルやロコモティブシンドロームについても考慮します

※フレイル：加齢とともに、筋力や認知機能等の心身の活力が低下し、生活機能障害や要介護状態等の危険性が高くなった状態
※ロコモティブシンドローム：年齢とともに骨や関節、筋肉等運動器の衰えが原因で「立つ」、「歩く」といった機能（移動機能）が低下している状態

- ・ 社会福祉施設、飲食店等での家庭生活と同様の作業にもリスクが潜んでいます



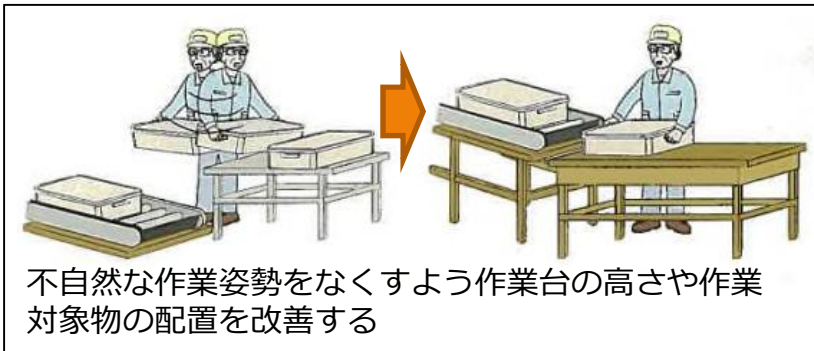
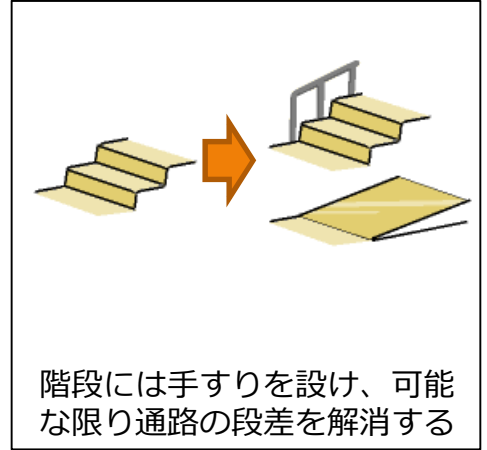
ガイドラインの概要

2 職場環境の改善

(1) 身体機能の低下を補う設備・装置の導入（主としてハード面の対策）

- ・高齢者でも安全に働き続けることができるよう、施設、設備、装置等の改善を検討し、必要な対策を講じます
- ・以下の例を参考に、事業場の実情に応じた優先順位をつけて改善に取り組みます

↓対策の例↓



その他の例

- ・床や通路の滑りやすい箇所に防滑素材（床材や階段用シート）を採用する
- ・熱中症の初期症状を把握できるウェアラブルデバイス等のIoT機器を利用する
- ・パワーアシストスーツ等を導入する
- ・パソコンを用いた情報機器作業では、照明、文字サイズの調整、必要な眼鏡の使用等により作業姿勢を確保する 等

ガイドラインの概要

(2) 高齢労働者の特性を考慮した作業管理（主としてソフト面の対策）

- ・ 敏捷性や持久性、筋力の低下等の高齢労働者の特性を考慮して、作業内容等の見直しを検討し、実施します
- ・ 以下の例を参考に、事業場の実情に応じた優先順位をつけて改善に取り組みます

▼対策の例▼

<共通的な事項>

- ・ 事業場の状況に応じて、勤務形態や勤務時間を工夫することで高齢労働者が就労しやすくします（短時間勤務、隔日勤務、交替制勤務等）

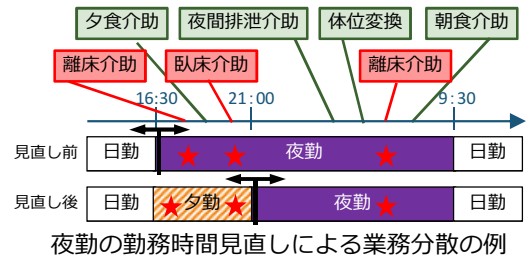
- ・ ゆとりのある作業スピード、無理のない作業姿勢等に配慮した作業マニュアルを策定します
- ・ 注意力や集中力を必要とする作業について作業時間を考慮します
- ・ 身体的な負担の大きな作業では、定期的な休憩の導入や作業休止時間の運用を図ります

<暑熱な環境への対応>

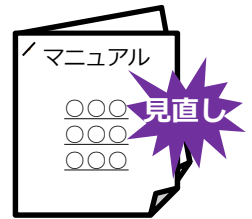
- ・ 一般に年齢とともに暑い環境に対処しにくくなるので、意識的な水分補給を推奨します
- ・ 始業時の体調確認を行い、体調不良時に速やかに申し出るよう日常的に指導します

<情報機器作業への対応>

- ・ データ入力作業等相当程度拘束性がある作業では、個々の労働者の特性に配慮した無理のない業務量とします



夜勤の勤務時間見直しによる業務分散の例



3 高齢労働者の健康や体力の状況の把握

(1) 健康状況の把握

- ・ 労働安全衛生法で定める雇入時および定期的健康診断を確実に実施します
- ・ その他、以下に掲げる例を参考に、高齢労働者が自らの健康状況を把握できるような取組を実施するよう努めます

▼取組の例▼

- ・ 労働安全衛生法で定める健康診断の対象にならない者が、地域の健康診断等（特定健康診査等）の受診を希望する場合、勤務時間の変更や休暇の取得について柔軟に対応します
- ・ 労働安全衛生法で定める健康診断の対象にならない者に対して、事業場の実情に応じて、健康診断を実施するよう努めます



ガイドラインの概要

(2) 体力の状況の把握

- ・高年齢労働者の労働災害を防止する観点から、事業者、高年齢労働者双方が体力の状況を客観的に把握し、事業者はその体力にあった作業に従事させるとともに、高年齢労働者が自らの身体機能の維持向上に取り組めるよう、主に高年齢労働者を対象とした体力チェックを継続的に行うよう努めます
- ・体力チェックの対象となる労働者から理解が得られるよう、わかりやすく丁寧に体力チェックの目的を説明するとともに、事業場における方針を示し、運用の途中で適宜その方針を見直します

▼対策の例▼

- ・加齢による心身の衰えのチェック項目（フレイルチェック）等を導入します
- ・厚生労働省作成の「転倒等リスク評価セルフチェック票」等を活用します
- ・事業場の働き方や作業ルールにあわせた体力チェックを実施します。この場合、安全作業に必要な体力について定量的に測定する手法と評価基準は、安全衛生委員会等の審議を踏まえてルール化するようにします

※考慮事項※

- ・体力チェックの評価基準を設ける場合は、合理的な水準に設定し、安全に行うために必要な体力の水準に満たない労働者がいる場合は、その労働者の体力でも安全に作業できるよう職場環境の改善に取り組むとともに、労働者も必要な体力の維持向上の取組が必要です。

転倒等リスク評価セルフチェック票

体力チェックの一例 詳しい内容は→ 

I 身体機能計測結果

① ステップテスト（歩行能力・筋力）
あなたの結果は cm / cm [身長] =
下の評価表に当てはめると → **評価**

評価値	1	2	3	4	5
歩行速	~1.24	1.25	1.30	1.47	1.66~
歩行高	~1.30	~1.46			

② 座位ステップテスト（敏捷性）
あなたの結果は 回 / 20秒
下の評価表に当てはめると → **評価**

評価値	1	2	3	4	5
(回)	~24	25	26	~41	42~
	~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
下の評価表に当てはめると → **評価**

評価値	1	2	3	4	5
(cm)	~15	20	30	36	40~
	~25	~30	~35	~35	

④ 踵指片足立ち（静的バランス）
あなたの結果は 秒
下の評価表に当てはめると → **評価**

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

⑤ 踵指片足立ち（静的バランス）
あなたの結果は 秒
下の評価表に当てはめると → **評価**

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

II 観察票（身体的特性）

観測項目	あなたの観測NO.位	点数	評価	評価
1. 人ごみ中、圧迫から他人にぶつかるよげに歩行する		1	1	① 歩行能力低下
2. 両手肩に比べて片方の肩は低くないか		1	1	② 頸椎
3. 両肩の動きに対する体の反応は遅いものはないか		1	1	③ 頸椎
4. 歩行中、小さな障害物を足にぶつけたり、すり足になることはないか		1	1	④ 歩行能力低下
5. 歩行中に足が滑り落ちるようなことがあるか		1	1	⑤ 頸椎
6. 一歩踏み出した瞬間、膝が曲がって歩行が止まるようなことがあるか		1	1	⑥ 歩行能力低下
7. 歩行中に背中や肩の痛みや違和感を感じるか		1	1	⑦ 頸椎
8. 歩行中に、つまずいたり倒れそうになったりしないか		1	1	⑧ 歩行能力低下
9. 歩行中に呼吸が苦しいと感じることがあるか		1	1	⑨ 歩行能力低下

合計点数 評価値

2~3	1
4~5	2
6~7	3
8~9	4
10	5

III レーダーチャート

評価結果を記入し線で結びます
〔〕の身体機能計測結果を数字、〔〕の観察票（身体的特性）は数字で記入



身体機能計測の評価数字を
Ⅲのレーダーチャートに数字で記入

(3) 健康や体力の状況に関する情報の取扱い

健康情報等を取り扱う際には、「労働者の心身の状態に関する情報の適正な取扱いのために事業者が講ずべき措置に関する指針」を踏まえた対応が必要です。

また、労働者の体力の状況の把握に当たっては、個々の労働者に対する不利益な取扱いを防ぐため、労働者自身の同意の取得方法や情報の取扱い方法等の事業場内手続について安全衛生委員会等の場を活用して定める必要があります。

エイジフレンドリーガイドラインの概要

4 高齢労働者の健康や体力の状況に応じた対応

- (1) 個々の高齢労働者の健康や体力の状況を踏まえた措置
脳・心臓疾患が起こる確率は加齢にしたがって徐々に増加するとされており、高齢労働者については基礎疾患の罹患状況を踏まえ、労働時間の短縮や深夜業の回数の減少、作業の転換等の措置を講じます



※考慮事項※

- ・業務の軽減等の就業上の措置を実施する場合は、高齢労働者に状況を確認して、十分な話し合いを通じて本人の理解が得られるよう努めます

- (2) 高齢労働者の状況に応じた業務の提供
健康や体力の状況は高齢になるほど個人差が拡大するとされており、個々の労働者の状況に応じ、安全と健康の点で適合する業務をマッチングさせるよう努めます

※考慮事項※

- ・疾病を抱えながら働き続けることを希望する高齢者の治療と仕事の両立を考慮します
- ・ワークシェアリングで健康や体力の状況や働き方のニーズに対応することも考えられます

- (3) 心身両面にわたる健康保持増進措置
- ・「事業場における労働者の健康保持増進のための指針」や「労働者の心の健康の保持増進のための指針」に基づく取組に努めます
 - ・集団と個々の高齢労働者を対象として身体機能の維持向上に取り組むよう努めます
 - ・以下の例を参考に、事業場の実情に応じた優先順位をつけて取り組みます

▼対策の例▼

- ・フレイルやロコモティブシンドロームの予防を意識した健康づくり活動を実施します
- ・体力等の低下した高齢労働者に、身体機能の維持向上の支援を行うよう努めます
例えば、運動する時間や場所への配慮、トレーニング機器の配置等の支援を考えます
- ・健康経営の観点や、コラボヘルスの観点から健康づくりに取り組みます

5 安全衛生教育

- (1) 高齢労働者に対する教育
- ・高齢者対象の教育では、作業内容とリスクについて理解させるため、時間をかけ、写真や図、映像等の文字以外の情報も活用します
 - ・再雇用や再就職等により経験のない業種、業務に従事する場合、特に丁寧な教育訓練を行います

※考慮事項※

- ・身体機能の低下によるリスクを自覚し、体力維持や生活習慣の改善の必要性を理解することが重要です
- ・サービス業に多い軽作業や危険と感じられない作業でも、災害に至る可能性があります
- ・勤務シフト等から集合研修が困難な事業場では、視聴覚教材を活用した教育も有効です

- (2) 管理監督者等に対する教育
- ・教育を行う者や管理監督者、共に働く労働者に対しても、高齢労働者に特有の特徴と対策についての教育を行うよう努めます

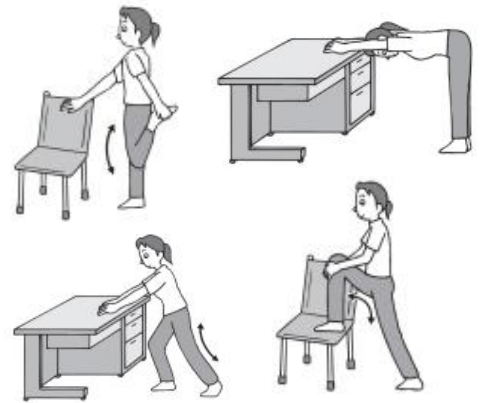
ガイドラインの概要

労働者に求められる事項

生涯にわたり健康で長く活躍できるようにするために、一人ひとりの労働者は、事業者が実施する取組に協力するとともに、**自己の健康を守るための努力の重要性を理解し、自らの健康づくりに積極的に取り組む**ことが必要です。

個々の労働者が、**自らの身体機能の変化が労働災害リスクにつながり得ることを理解し**、労使の協力の下、以下の取組を実情に応じて進めてください。

- ・自らの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に努めます
- ・法定の定期健康診断を必ず受けるとともに、法定の健康診断の対象とならない場合には、地域保健や保険者が行う特定健康診査等を受けるようにします
- ・体力チェック等に参加し、自身の体力の水準を確認します
- ・日ごろからストレッチや軽いスクワット運動等を取り入れ、基礎的体力の維持に取り組みます
- ・適正体重の維持、栄養バランスの良い食事等、食習慣や食行動の改善に取り組みます



ストレッチの例
「介護業務で働く人のための腰痛予防のポイントとエクササイズ」より

好事例を参考にしましょう

取組事例を参考にして、自らの事業場の課題と対策を検討してください

- 厚生労働省ホームページ
(先進企業) <https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000156041.html>
(製造業) <https://www.mhlw.go.jp/new-info/kobetu/roudou/gyousei/anzen/1003-2.html>
- 独立行政法人高齢・障害・求職者雇用支援機構ホームページ
<http://www.jeed.or.jp/elderly/data/statistics.html>

国による支援等（令和2年度）

エイジフレンドリー補助金（新設）

高齢者が安心して安全に働くための職場環境の整備等に要する費用を補助します 是非ご活用ください
※事業場規模、高齢労働者の雇用状況等を審査の上、交付決定（全ての申請者に交付されるものではありません）

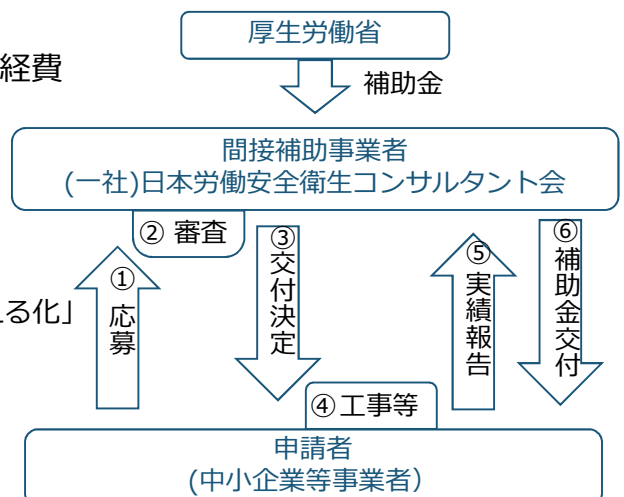
- 1 対象者 60歳以上の高齢労働者を雇用する中小企業等の事業者
- 2 補助額 補助率2分の1、上限100万円
- 3 対象経費

高齢労働者の労働災害防止のための措置に係る経費

【措置の例】

- 高齢者に優しい施設整備や機械設備の導入等
・作業場内の段差解消 ・床や通路の滑り防止
・リフト機器等の導入による人力取扱重量の抑制
- 健康確保のための取組
・高齢労働者の体力低下について気づきを促す取組
・ウェアラブル端末を活用したバイタルデータの「見える化」
- 高齢者の特性に配慮した安全衛生教育

※補助の具体的な条件、応募手続き等の詳細は、厚生労働省ホームページを確認してください。



高齢者の安全衛生対策について個別に相談したいときは

中小規模事業場 安全衛生サポート事業 個別支援

労働災害防止団体が中小規模事業場に対して、安全衛生に関する知識・経験豊富な専門職員を派遣して、高齢労働者対策を含めた安全衛生活動支援を無料で行います。

現場確認

専門職員が2時間程度で**現場確認**と**ヒアリング**を行い、事業場の安全衛生管理状況の現状を把握します。

費用は
無料です！



結果報告

専門職員が現場確認の結果を踏まえた**アドバイス**を行います。

- ◆ **転倒、腰痛、墜落・転落災害の予防**のアドバイスを行います。
- ◆ **現場巡視における目の付け所**のアドバイスを行います。
- ◆ 災害の芽となる「危険源」を見つけ、**リスク低減の具体的方法**をお伝えします。

労働災害防止団体 問い合わせ先

- ・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
- ・林業・木材製造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

- 技術支援部業務調整課
- 技術管理部指導課
- 技術管理部
- 教育支援課
- 技術管理部

- 03-3452-6366 (製造業等関係)
- 03-3453-0464 (建設業関係)
- 03-3455-3857 (陸上貨物運送事業関係)
- 03-3452-4981 (林業・木材製造業関係)
- 03-3452-7201 (港湾貨物運送事業関係)

労働安全コンサルタント・労働衛生コンサルタントによる安全衛生診断

労働安全コンサルタント・労働衛生コンサルタントは、厚生労働大臣が認めた労働安全・労働衛生のスペシャリストです。事業者の求めに応じて事業場の安全衛生診断等を行います。

【問い合わせ先】 一般社団法人日本労働安全衛生コンサルタント会
電話：03-3453-7935 ホームページ：<https://www.jashcon.or.jp/contents/>

有料

高齢者の戦力化のための条件整備について個別に相談したいときは

高齢者戦力化のための条件整備について
65歳超雇用推進プランナー
高齢者雇用アドバイザーにご相談ください！



65歳超雇用推進プランナー・高齢者雇用アドバイザーは、全国のハローワークと連携して、企業の高齢者雇用促進に向けた取組を支援しています！

65歳超雇用推進プランナー・ 高齢者雇用アドバイザーとは

高齢者の雇用に関する専門的知識や経験等を持っている外部の専門家です。

- 企業の人事労務管理等の諸問題の解決に取り組んだことのある人事労務管理担当経験者
- 経営コンサルタント
- 社会保険労務士
- 中小企業診断士
- 学識経験者
- など



相談・助言

無料

各企業の実情に応じて、以下の項目に対する専門的かつ技術的な**相談・助言**を行っています。

- 人事管理制度の整備に関すること
- 賃金、退職金制度の整備に関すること
- 職場の改善、職域開発に関すること
- 能力開発に関すること
- 健康管理に関すること
- その他高齢者等の雇用問題に関すること

機構HPはこちら



○お近くのお問合せ先は、高齢・障害・求職者雇用支援機構のホームページ (<http://www.jeed.or.jp>) からご覧いただけます。
○「65歳超雇用推進事例サイト (<https://www.elder.jeed.or.jp/>)」により、65歳を超える人事制度を導入した企業や健康管理・職場の改善等に取り組む企業事例をホームページにて公開しています。

高齢労働者の労働災害防止対策についての情報は
[厚生労働省ホームページ](#)に掲載しています

