

# 社会福祉施設の労働災害等について

## (安全衛生管理講座)

厚生労働省 愛媛労働局 労働基準部  
健康安全課 主任地方産業安全専門官 土井 厚志

# 主な内容

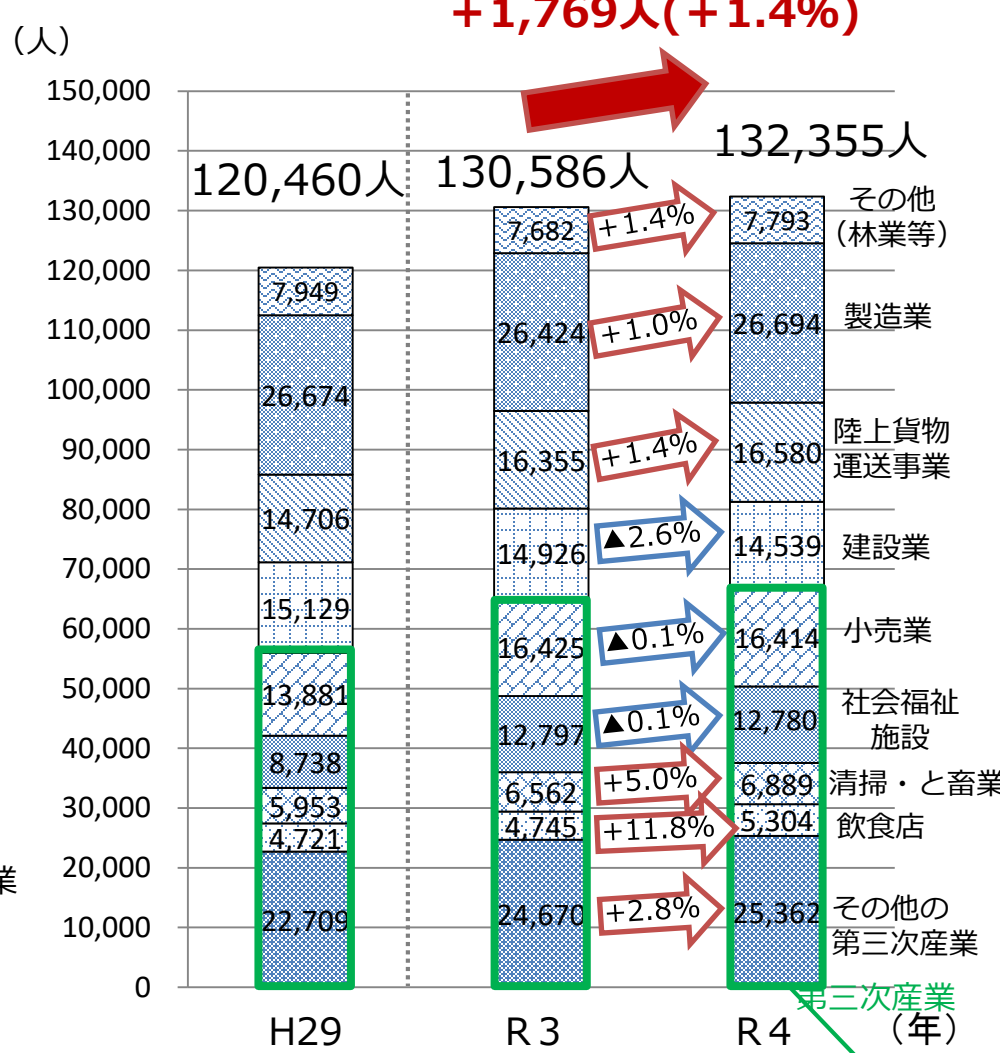
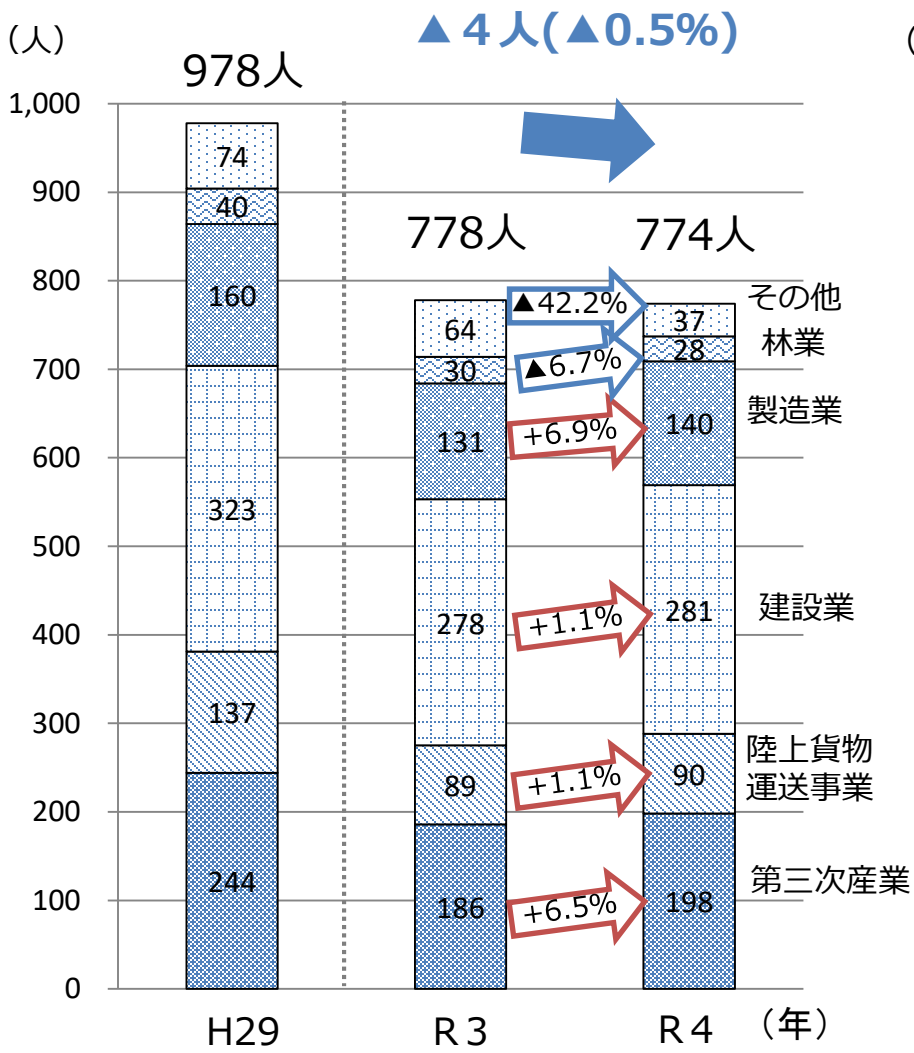
- 労働災害発生状況(社会福祉施設)
- 転倒災害防止、腰痛予防
- 介護施設における安全衛生対策
  - + Safe協議会、SAFEコンソーシアム、SAFEアワード

# 令和4年 業種別労働災害発生状況（確定値）

- 令和4年1月1日から12月31日までに発生した労働災害について、令和5年4月7日までに報告があったものを集計したもの
- 第13次労働災害防止計画において、平成29年と比較して令和4年までに死亡者数は15%以上の減少、死傷者数は5%以上の減少を掲げている。

死亡者数

休業4日以上死傷者数



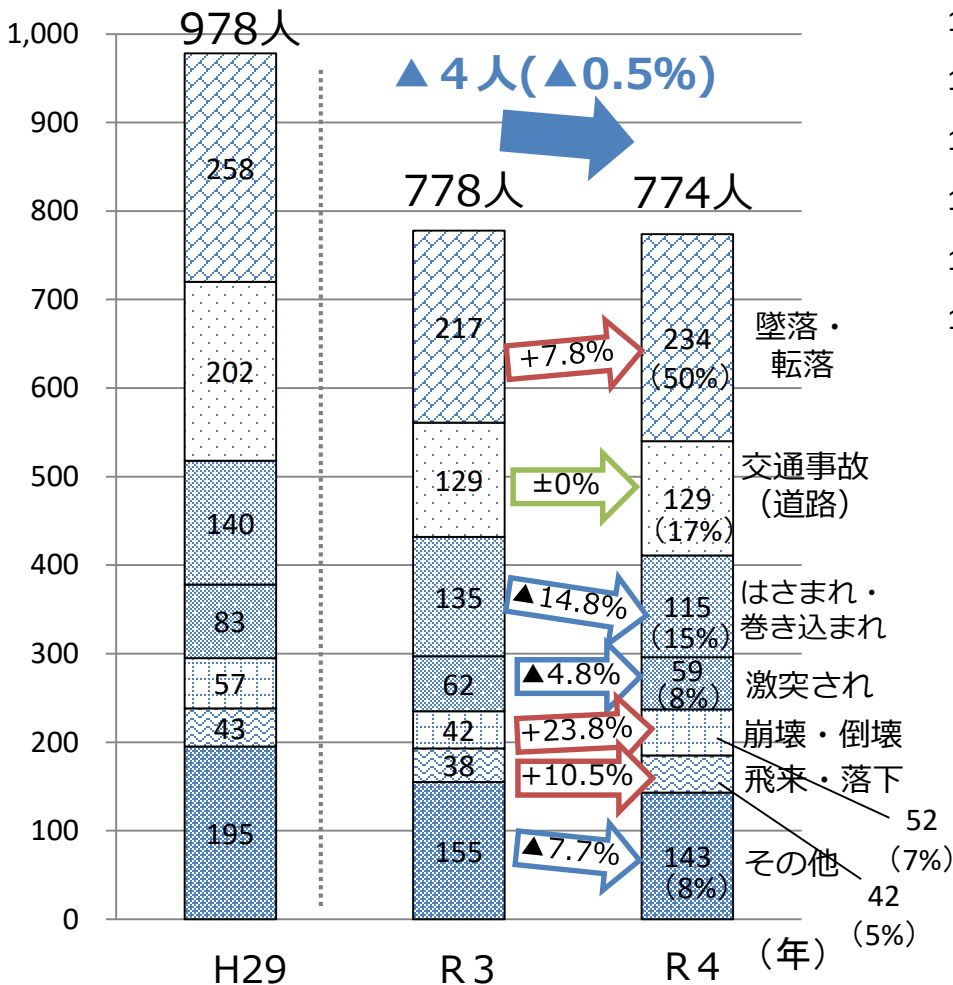
出典：死亡災害報告

出典：労働者死傷病報告

# 令和4年 事故の型別労働災害発生状況（確定値）

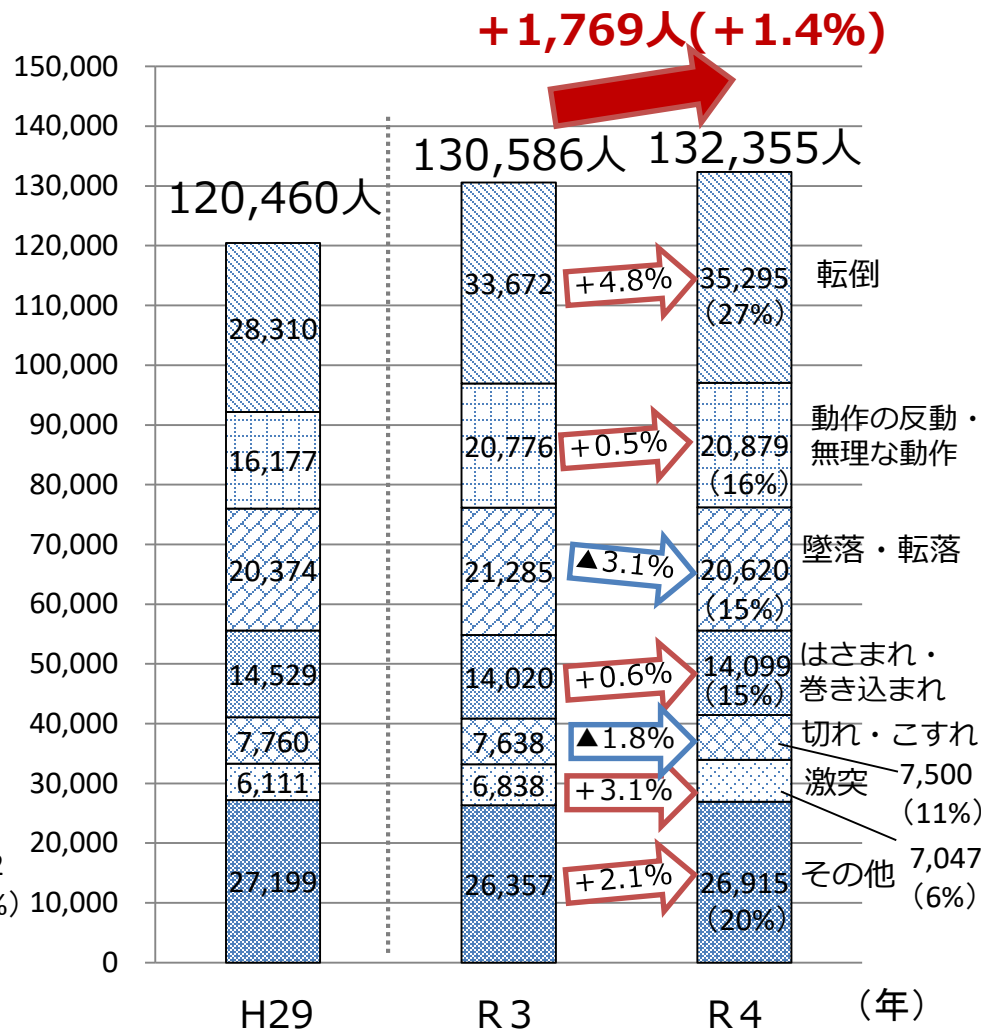
- 令和4年1月1日から12月31日までに発生した労働災害について、令和5年4月7日までに報告があったものを集計したもの
- 第13次労働災害防止計画において、平成29年と比較して令和4年までに死亡者数は15%以上の減少、死傷者数は5%以上の減少を掲げている。

死亡者数



出典：死亡災害報告

休業4日以上死傷者数

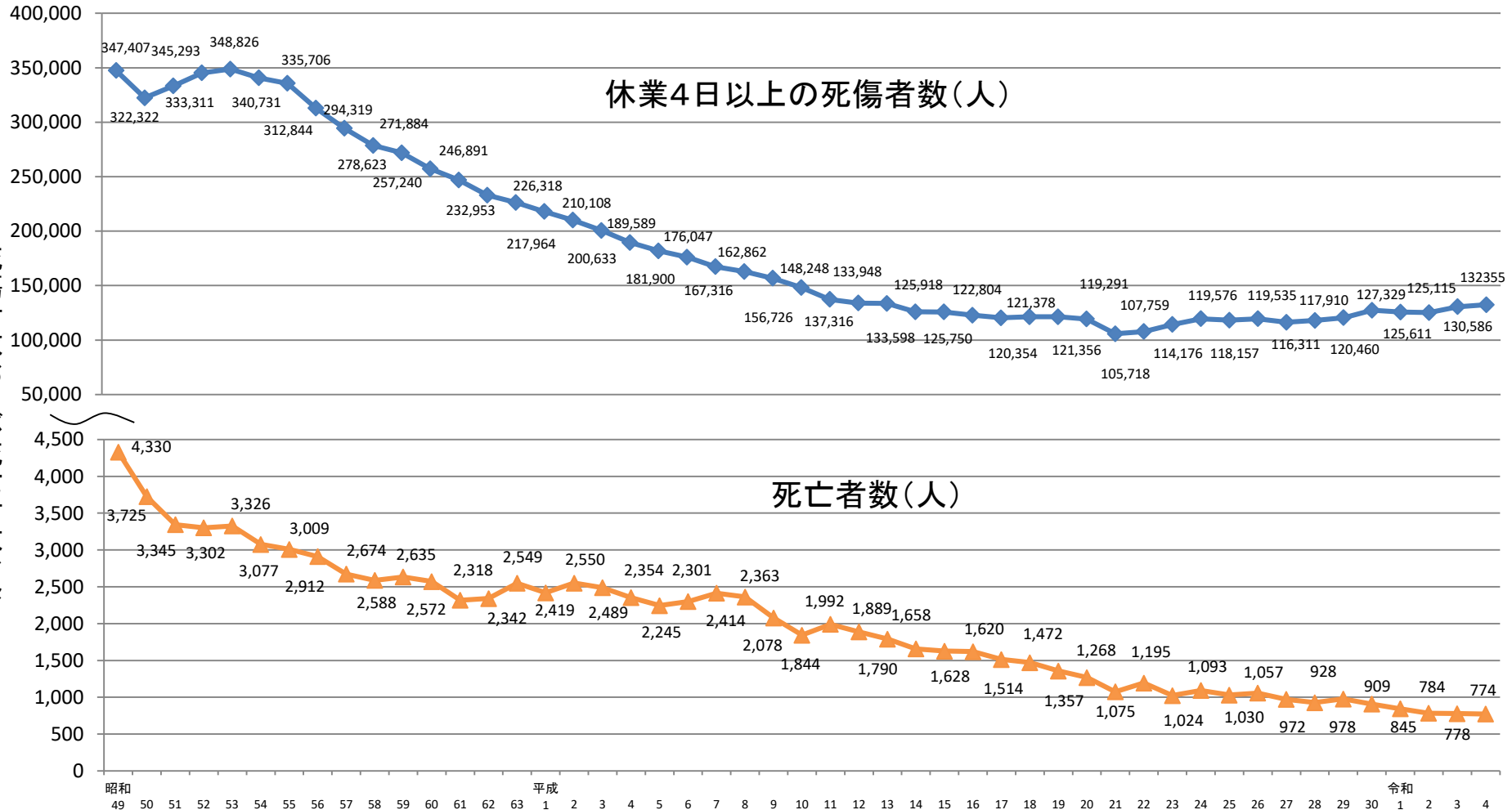


出典：労働者死傷病報告

# 労働災害による死亡者数、死傷者数の推移

- 死亡者数は、平成29年以降減少傾向を維持している。
- 休業4日以上の死傷者数は、長期的には減少傾向にあるが、近年、増加傾向にあり、平成14年以降で過去最多となった。

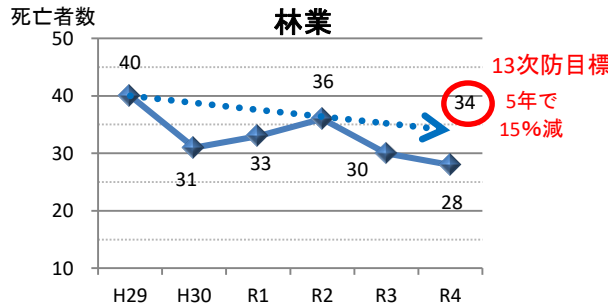
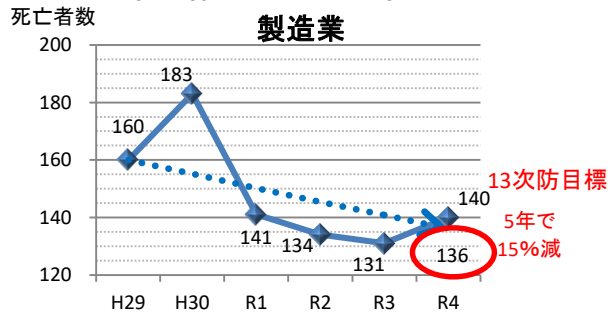
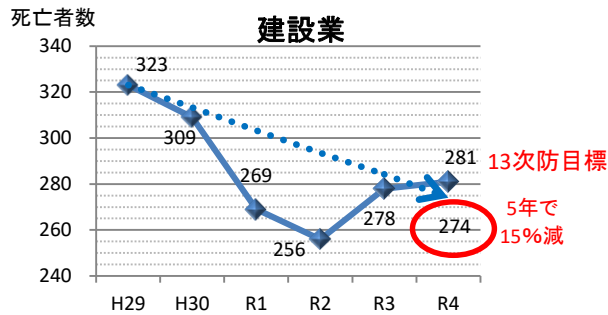
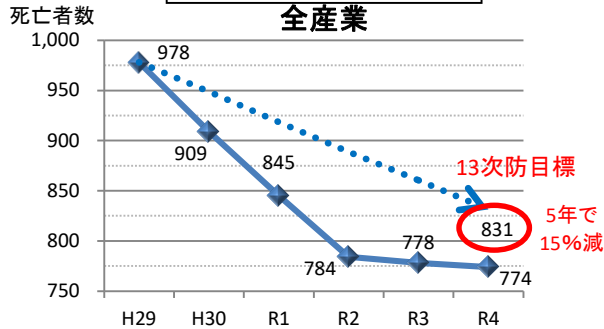
死傷者数および死亡者数(人)



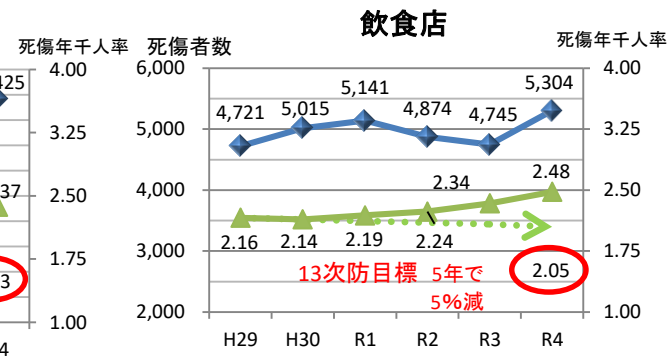
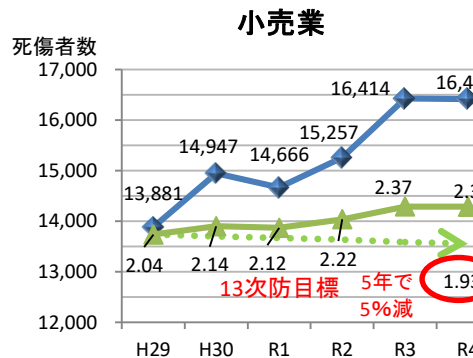
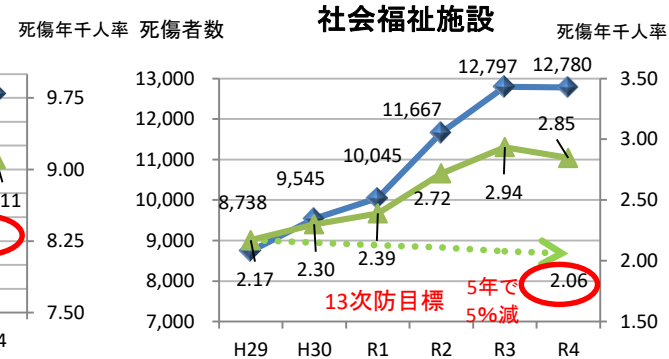
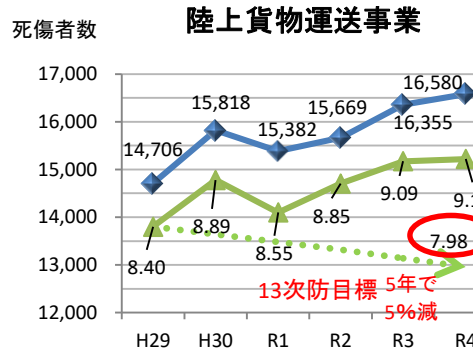
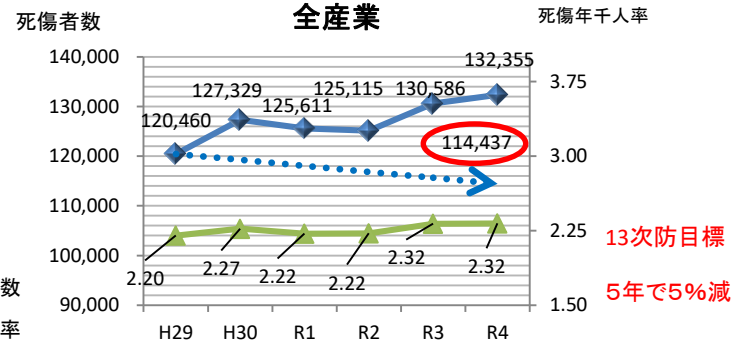
出典：平成23年までは、労災保険給付データ(労災非適用事業を含む)、労働者死傷病報告、死亡災害報告より作成  
 平成24年からは、労働者死傷病報告、死亡災害報告より作成  
 ※新型コロナウイルス感染症へのり患による労働災害を除いたもの。

# 第13次労働災害防止計画の達成状況(令和4年確定値)

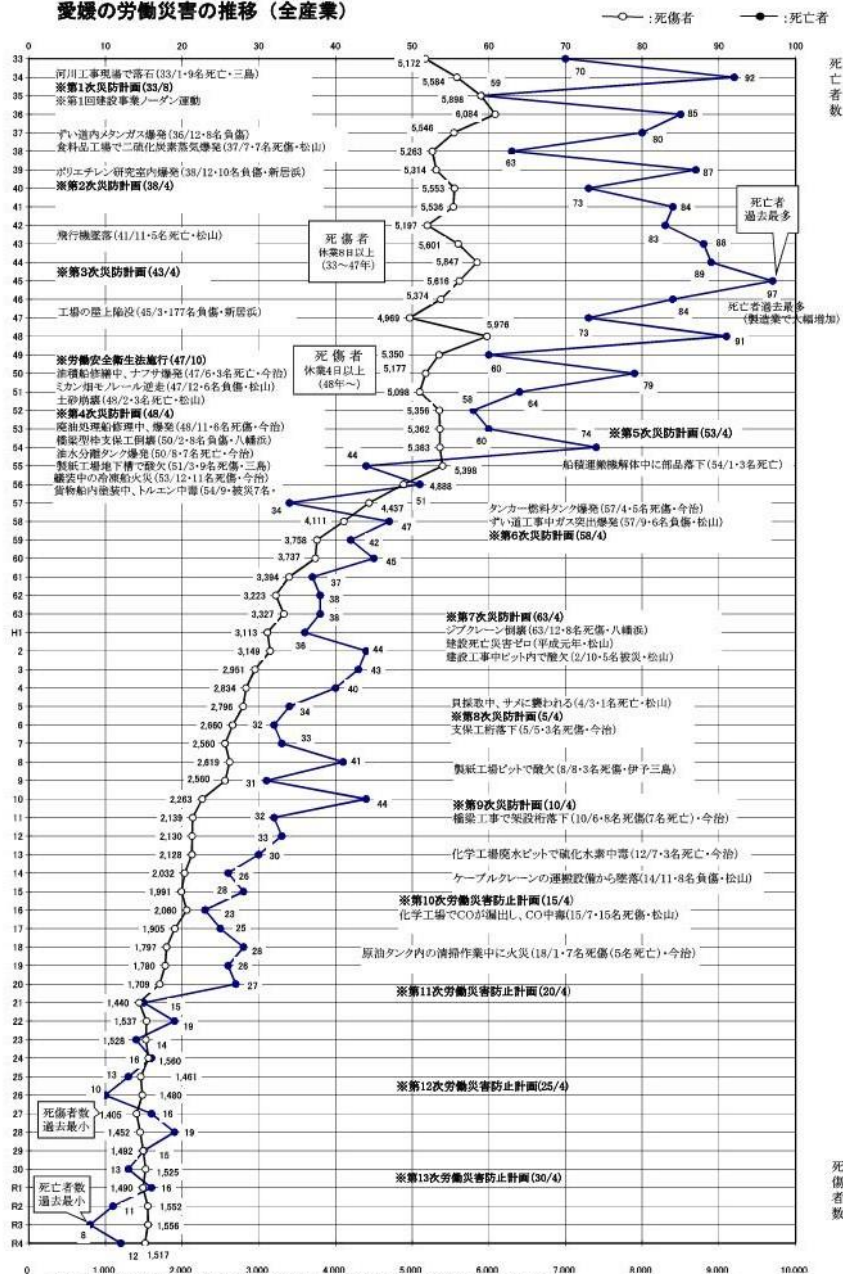
## 死亡者数



## 休業4日以上の死傷者数



# 愛媛の労働災害の推移 (全産業)



(注) 1 グラフの死者数は、労働者死傷届出制によるもので、昭和49年から昭和62年の間は労災給付データによる。  
2 重大災害の(X)内は、発生年月、被災者数及び所轄労働基準監督署を示す。  
3 令和3年、4年の数値については、新型コロナウイルス感染症を除いた数値としています。

令和4年 業種別・署別労働災害発生状況 確定（新型コロナウイルス感染症を除く）

愛媛労働局

業種別	局 署別		増 減		松山		新居浜		今治		八幡浜		宇和島	
	4年	3年	件数	増減率	4年	3年	4年	3年	4年	3年	4年	3年	4年	3年
全 産 業	(12) 1517	(8) 1556	-39	-2.5%	(2) 585	(2) 662	444	(1) 398	(3) 194	(2) 194	(5) 178	(2) 168	(2) 116	(1) 134
製 造 業	(4) 403	(1) 378	+25	+6.6%	92	114	165	136	(3) 82	(1) 67	(1) 53	45	11	16
食料品製造業	96	103	-7	-6.8%	35	47	21	25	10	4	24	16	6	11
繊維工業	13	8	+5	+62.5%			3	2	9	3	1	3		
その他の繊維製品	5	5				1	1		4	4				
木材・木製品製造業	31	24	+7	+29.2%	14	9	6	4	1	1	10	10		
家具・装備品製造業	4	3			2	1			1	1	1	1		
パルプ・紙製造業	19	15	+4	+26.7%	1		18	15						
紙加工品製造業	26	19	+7	+36.8%	2	3	24	16						
印刷・製本業	6	5			1	1	4	3					1	1
化学工業	12	18	-6	-33.3%	4	6	7	10	1	2				
窯業土石製品製造業	19	19	±0	±0	3	7	5	3	3	3	7	4	1	2
鉄鋼業	5	11	-6	-54.5%		2	5	9						
非鉄金属製造業	6	2					6	2						
金属製品製造業	43	31	+12	+38.7%	6	8	22	10	15	9		4		
一般機械器具製造業	34	26	+8	+30.8%	10	13	19	13	4		1			
電気機械器具製造業	7	5	+2		3	1	2	4	1				1	
輸送用機械器具製造業	(4) 46	(1) 49	-3	-6.1%	1	3	12	5	(3) 31	(1) 38	(1) 1	3	1	
電気・ガス・水道業	3	3			1	1			1	2			1	
その他の製造業	28	32	-4	-12.5%	9	11	10	15	1		8	4		2
建 設 業	3	4				1		1	2	2	1			
建 設 業	(7) 206	(3) 198	+8	+4.0%	(1) 69	(1) 69	63	(1) 53	23	30	(4) 28	(1) 25	(2) 23	21
土木工事業	(4) 70	(1) 69	+1	+1.4%	23	19	18	16	8	17	(2) 9	(1) 10	(2) 12	7
建築工事業	(1) 82	(1) 98	-16	-16.3%	32	42	21	(1) 22	6	11	(1) 14	13	9	10
うち木造家屋建築工事業	22	26	-4	-15.4%	9	8	4	5	1	2	4	4	4	7
その他の建設業	(2) 54	(1) 31	+23	+74.2%	(1) 14	(1) 8	24	15	9	2	(1) 5	2	2	4
鉄道・道路旅客業	15	12	+3	+25.0%	8	8	4	1	3	2		1		
道路貨物運送業	159	161	-2	-1.2%	84	76	37	48	14	16	19	8	5	13
貨物取扱業	11	16	-5	-31.3%	5	7	6	8		1				
うち港湾運送業	3	8				3	3	5						
農 業	49	46	+3	+6.5%	4	7	3	2	2	1	24	27	16	9
林 業	20	(1) 24	-4	-16.7%	7	6	3	4	1		7	5	2	(1) 9
畜産・水産業	27	23	+4	+17.4%	3	3	3	4	4	1	5	2	12	13
商 業	216	(1) 257	-41	-16.0%	105	(1) 136	56	62	29	20	9	21	17	18
うち小売業	157	196	-39	-19.9%	75	99	41	55	22	17	6	14	13	11
金融広告業	10	23	-13	-56.5%	8	19	1	2		2			1	
映画・演劇業														
通 信 業	21	36	-15	-41.7%	12	22	5	3	1	5	3	5		1
教 育 研 究 業	19	(1) 15	+4		12	10	5	4		(1) 1	1		1	
保 健 衛 生 業	179	186	-7	-3.8%	85	84	46	41	20	22	16	16	12	23
うち社会福祉施設	134	129	+5	+3.9%	63	58	32	26	15	15	13	12	11	18
接 客 娯 楽 業	63	62	+1	+1.6%	34	31	17	7	4	13	2	7	6	4
うち飲食店	39	36	+3	+8.3%	21	22	13	2	1	5	2	5	2	2
清掃と畜産業	65	61	+4	+6.6%	35	34	17	12	7	9	1	1	5	5
官 公 署	1	1					1	1						
そ の 他 の 事 業	(1) 50	(1) 53	-3	-5.7%	(1) 22	35	12	9	2	2	9	(1) 5	5	2

※労働者死傷病報告書による休業4日以上の死傷者数を集計したもので、（ ）内は、死亡者数を表し内数である。





令和5年 業種別・署別労働災害発生状況

令和5年8月末現在（新型コロナウイルス感染症を除く）

愛媛労働局

業種別	局 署 別		増 減		松 山		新 居 浜		今 治		八 幡 浜		宇 和 島	
	5年	4年	件数	増減率	5年	4年	5年	4年	5年	4年	5年	4年	5年	4年
全 業	(7) 927	(9) 853	+74	+8.7%	(1) 398	(2) 338	(4) 270	250	(1) 113	(2) 101	(1) 82	(3) 94	64	(2) 70
製 造	265	(3) 228	+37	+16.2%	67	50	107	97	52	(2) 46	26	(1) 27	13	8
食料品製造業	65	48	+17	+35.4%	30	18	12	12	4	3	15	10	4	5
繊維工業業	8	6	+2	+33.3%	1		3	1	4	4		1		
その他の繊維製品	3	2	+1	+50.0%	1		1		1	2				
木材・木製品製造業	14	17	-3	-17.6%	7	6	4	5		1	3	5		
家具・設備品製造業		4	-4	-100.0%		2				1		1		
パルプ・紙製造業	19	10	+9	+90.0%	1		17	10			1			
紙加工品製造業	14	14	±0	±0		1	14	13						
印刷・製本業	5	4	+1	+25.0%		1	2	2	3					1
化学工業業	12	5	+7	+140.0%	3	2	7	3			1		1	
窯業土石製品製造業	6	12	-6	-50.0%	1		1	5	1	2	3	5		
鉄 鋼 業	5	5	±0	±0	1		4	5						
非鉄金属製造業	1	3	-2	-66.7%			1	3						
金属製品製造業	37	30	+7	+23.3%	8	5	19	13	7	12	1		2	
一般機械器具製造業	18	19	-1	-5.3%	4	6	12	11	1	2	1			
電気機械器具製造業	9	2	+7	+350.0%	5	1	3			1			1	
輸送用機械器具製造業	35	(3) 28	+7	+25.0%	1	1	2	8	29	(2) 17		(1) 1	3	1
電気・ガス・水道業	1	2	-1	-50.0%					1	1				1
その他の製造業	13	17	-4	-23.5%	4	7	5	6	1		1	4	2	
建 設		1								1				
建築業	(4) 94	(5) 119	-25	-21.0%	(1) 32	(1) 39	(3) 29	36	9	14	10	(2) 16	14	(2) 14
土木工事業	31	(3) 45	-14	-31.1%	10	14	4	11	4	5	6	(1) 7	7	(2) 8
建築工事業	(1) 41	42	-1	-2.4%	18	17	(1) 12	10	4	3	3	7	4	5
うち木造家屋建築工事業	9	10	-1	-10.0%	3	6	3				1	1	2	3
その他の建設業	(3) 22	(2) 32	-10	-31.3%	(1) 4	(1) 8	(2) 13	15	1	6	1	(1) 2	3	1
鉄道・道路旅客業	(1) 8	9	-1	-11.1%	4	5	2	2	(1) 2	2				
道路貨物運送業	102	89	+13	+14.6%	51	45	34	23	8	7	5	10	4	4
貨物取扱業	12	4	+8	+200.0%	8	2	3	2	1					
うち港湾運送業	5	1	+4		1		3	1	1					
農 業	14	20	-6	-30.0%	2	1	1	1	3		5	9	3	10
林 業	(1) 25	14	+11	+78.6%	8	6	5	3			(1) 4	5	8	
畜産・水産業	20	14	+6	+42.9%	3	1	4	2		2	7	1	6	8
商 業	(1) 121	127	-6	-4.7%	61	67	(1) 28	28	15	14	8	5	9	13
うち小売業	(1) 88	92	-4	-4.3%	49	47	(1) 17	20	10	12	5	3	7	10
金融広告業	5	3	+2	+66.7%	4	3	1							
映画・演劇業			±0	±0										
通 信 業	23	13	+10	+76.9%	14	6	3	3	2	1	4	3		
教育研究	16	11	+5	+45.5%	12	7	3	3	1			1		
保健衛生業	111	99	+12	+12.1%	64	54	27	23	9	7	8	11	3	4
うち社会福祉施設	75	65	+10	+15.4%	42	32	21	15	3	6	6	8	3	4
接客娯楽業	39	39	±0	±0	25	23	6	8	5	3	2	1	1	4
うち飲食店	23	26	-3	-11.5%	16	15	4	7	2	1	1	1		2
清掃と畜業	36	35	+1	+2.9%	22	18	8	9	4	3		1	2	4
官 公 署		1	-1	-100.0%				1						
その他の事業	36	(1) 27	+9	+33.3%	21	(1) 12	9	9		1	3	4	1	1

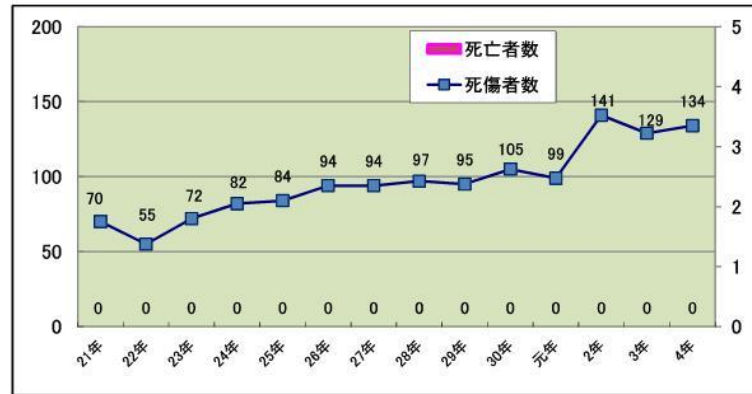
※労働者死傷病報告書による休業4日以上の死傷者数を集計したもので、( )内は、死亡者数を表し内数である。

## 社会福祉施設における労働災害発生状況(令和4年確定)

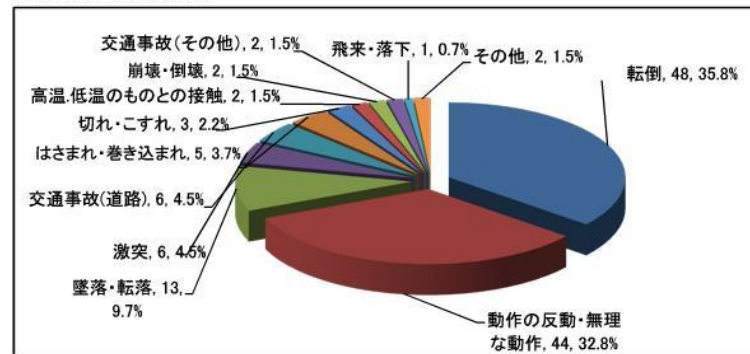
### 1. 年別発生状況

(新型コロナウイルス感染症を除く。)

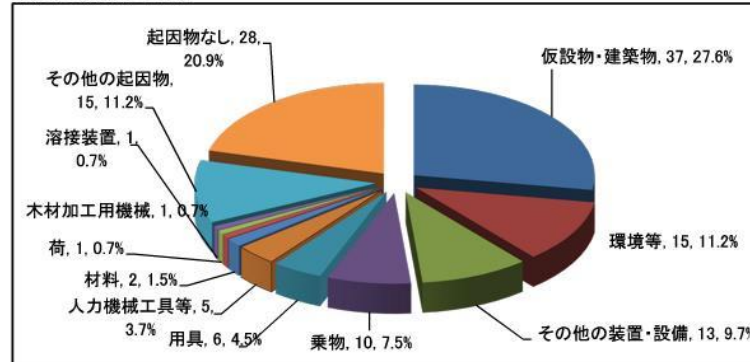
愛媛労働局



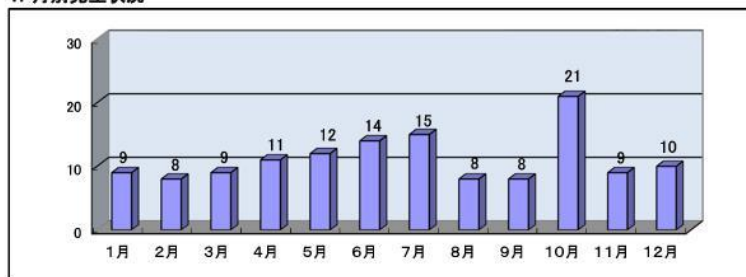
### 2. 事故の型別発生状況



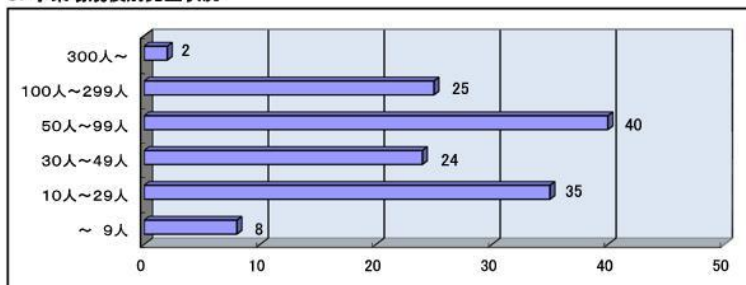
### 3. 起因物別発生状況



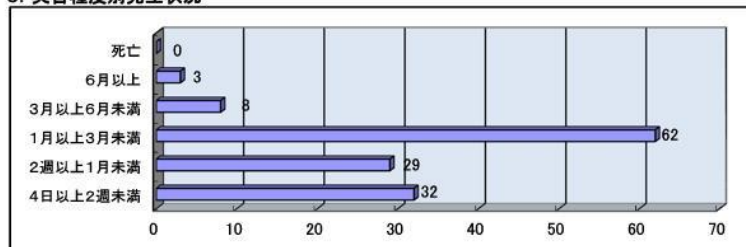
#### 4. 月別発生状況



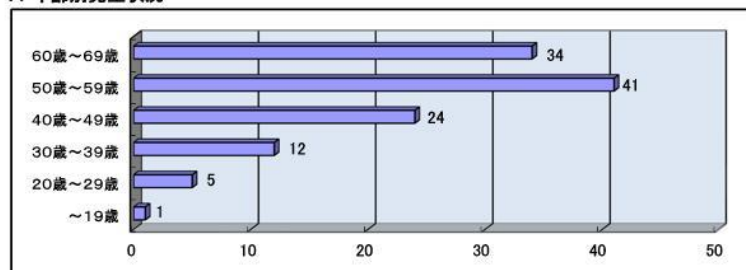
#### 5. 事業場規模別発生状況



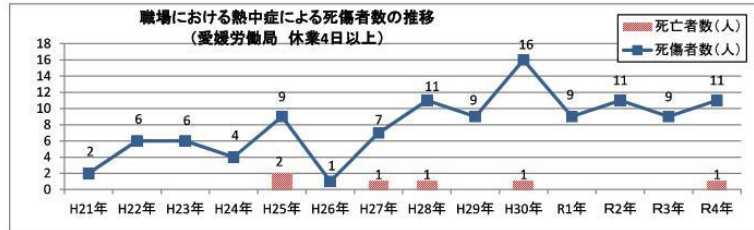
#### 6. 災害程度別発生状況



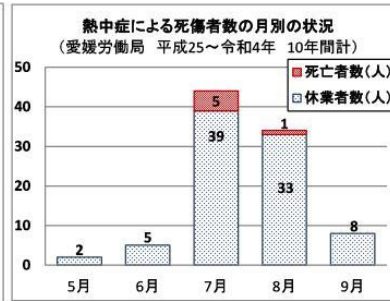
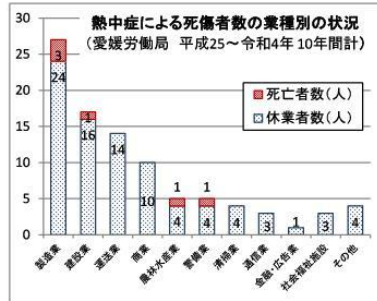
#### 7. 年齢別発生状況



職場における熱中症による死傷災害の発生状況  
(愛媛労働局 死傷者数は休業4日以上の労働者死傷病報告書によるもの)

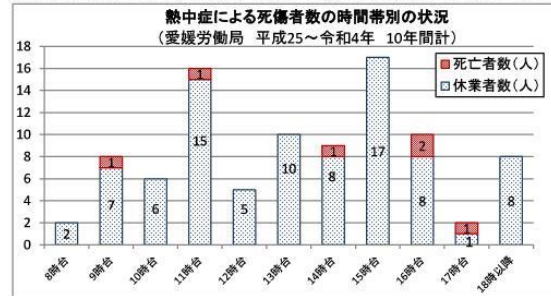


愛媛県における熱中症による死傷者数(休業4日以上)は、平成30年の16人が最多であり、令和4年は前年より2人増加し11人となった。



過去10年間(平成25年～令和4年)の熱中症の死傷者は、業種別では製造業が最も多く、死亡者も3名となっている。次いで建設業、運送業、商業の順となっている。

月別の発生状況では、7月が最も多く、次いで8月となっており、この2月で全体の83.9%を占めている。



時間帯別の発生状況は、11時台、15時台が多く、死亡者は16時台に多い。

令和4年業種別発生状況(人)

	製造業	建設業	運送業	農林水産業	警備業	社会福祉施設	合計
死傷者数	1	3	3	1	2	1	11
死亡者数	0	0	0	0	1	0	1

# 社会福祉施設の労働災害発生状況

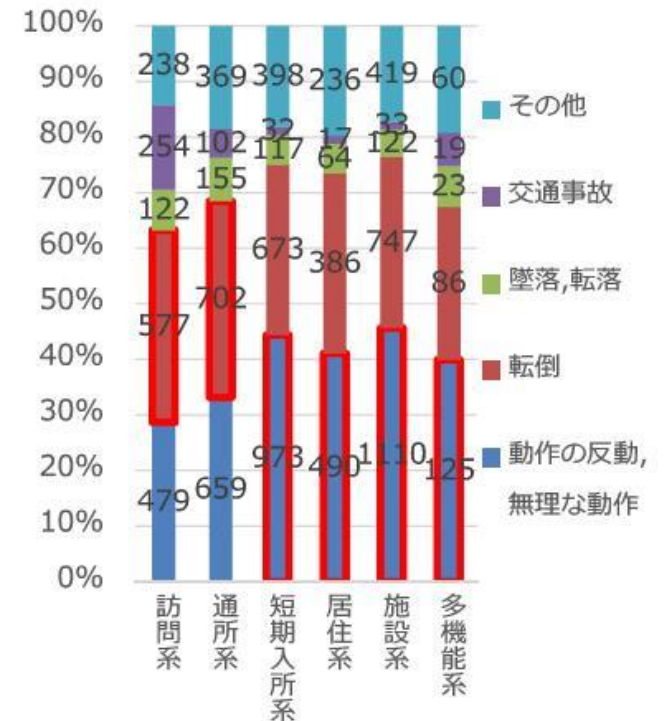
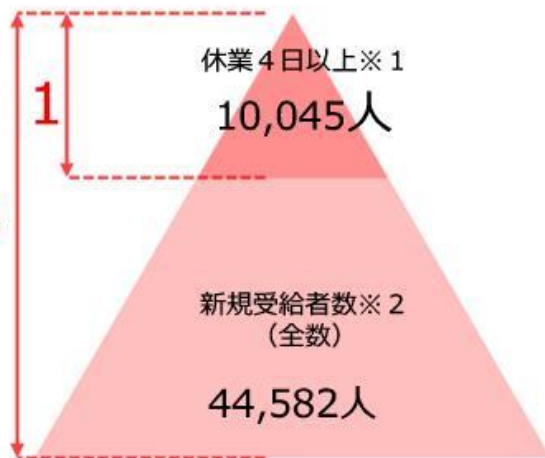
- 社会福祉施設の労働災害（休業4日以上）をサービス系統別で分類すると、施設系サービスを提供する施設が最多
- 事故の型別でみると、訪問系及び通所系サービスを提供する施設では、転倒が最多、短期入所系、居住系、施設系、多機能系サービスを提供する施設では、動作の反動・無理な動作が最多

社会福祉又は介護事業の労働災害発生状況

社会福祉施設のサービス系統別死傷者数

社会福祉施設の業態別・事故の型別死傷者数

全体の労働災害は、  
休業4日以上の労働災害の**約4倍**



※1 令和元年労働者死傷病報告より  
 ※2 令和元年度労働者災害補償保険事業年報より  
 (新規受給者数は通勤災害を含む年度単位の集計)

出典：令和元年労働者死傷病報告より。社会福祉施設で発生した休業4日以上労働災害10,045件をサービス系統別で分類を行った結果、分類できた6,776件について、事業場のサービス系統別に“延べ件数”（複数のサービスを提供している事業場は各系統でカウント）を集計したもの。提供されているサービスが不明なものを除く。

# 社会福祉施設における「動作の反動・無理な動作」

- 社会福祉施設における動作の反動・無理な動作を作業別にみると **介助作業での被災が84%**
- 介助作業をより細かく分類すると、**ベッド上での介助作業とベッド移乗作業を合わせて52%**
- 介助作業を一人介助か複数人での介助か分類すると、**一人介助での被災が89%**

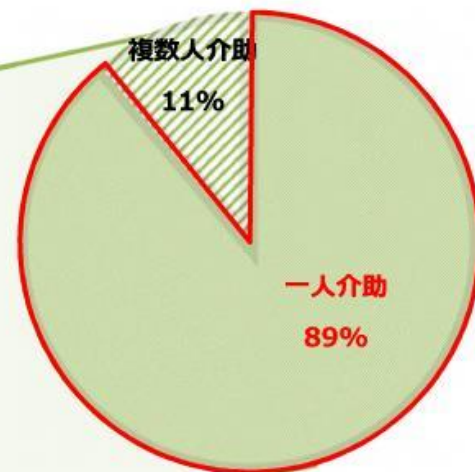
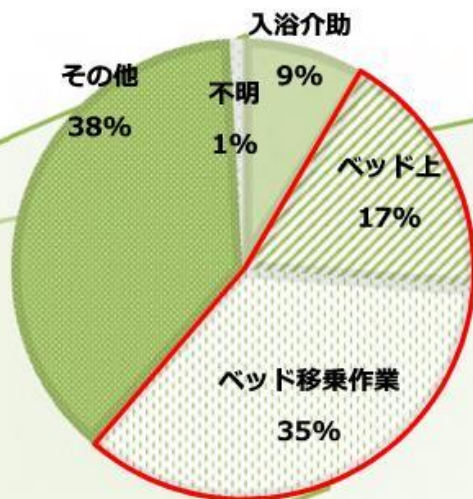
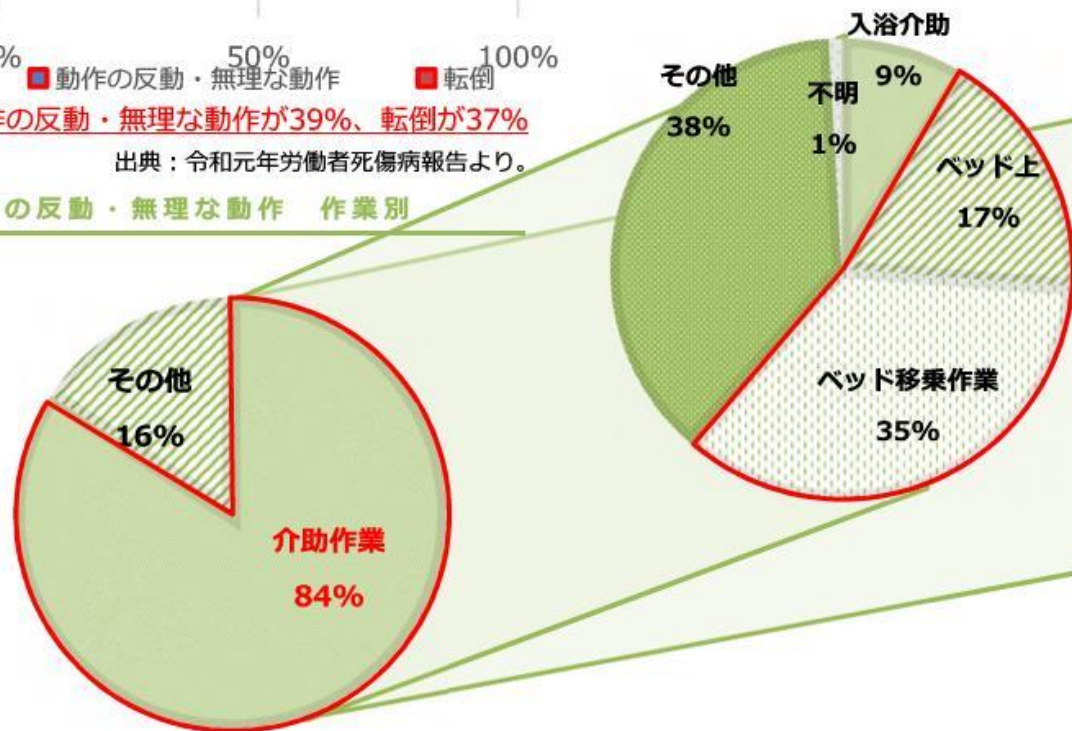
事故の型別

動作の反動・無理な動作 介助作業別

動作の反動・無理な動作  
一人介助・複数人介助別



動作の反動・無理な動作 作業別

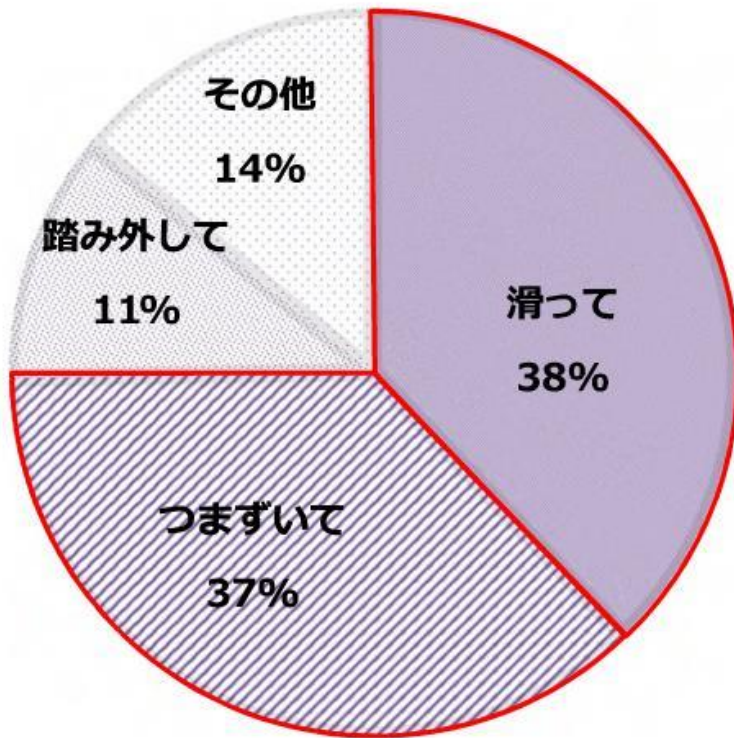


出典：令和元年労働者死傷病報告より。社会福祉施設で発生した休業4日以上労働災害10,045件から抽出した767件のうち動作の反動・無理な動作の268件を集計したもの。

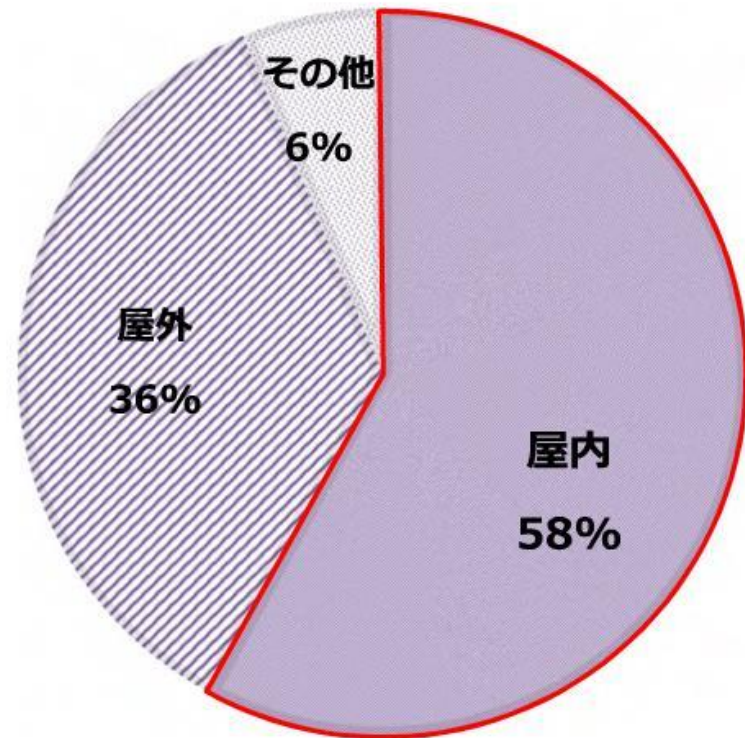
# 社会福祉施設における「転倒」

- 社会福祉施設における転倒を要因別にみると滑りによるものが38%、つまづきによるものが37%
- 場所別にみると、**屋内での転倒が58%、屋外での転倒が36%**

転倒 要因別



転倒 場所別



出典：令和元年労働者死傷病報告より。社会福祉施設で発生した休業4日以上労働災害10,045件から抽出した767件のうち転倒の198件を集計したものの。

滑り

つまづき

踏み外し

# 介護中の**転倒**に要注意

てんとう  
10月10日は  
**転倒予防の日**



滑り止め  
つけておきたい  
口と足

数字で見る  
社会福祉施設での転倒

労働災害の  
うち転倒

約 **4** 割

休業1か月以上

約 **6** 割

女性

約 **9** 割

50代以上

約 **8** 割

出典：令和元年 労働者死傷病報告より

2015年・転倒予防川柳大賞作品（東京都 佐川 基子）



厚生労働省



日本転倒予防学会

施設長から職員の方々へのご挨拶



## 転倒事故を防ぐ 運動プログラム

社会  
福祉施設  
向け

厚生労働省 令和3年度 安全で安心な店舗・施設づくり推進運動

# 転倒予防体操 実施マニュアル



### 本マニュアルについて

社会福祉施設の労働災害は年々増加しており、動作の反動・無理な動作が一番多く、次いで転倒によるケガが多い状況です。(つまずき・すべり・物を運んでいるとき、介助しているとき等)

本マニュアルでは、施設の管理者の方向けに、職員の転倒によるケガを予防するための職場で行える体操をご紹介します。

転倒予防に効果的な「筋力」「バランス」「柔軟性」を向上する内容で、職場の健康づくりにも役立ちますので、職員と一緒にぜひ行ってみましょう。

### 体操を行う手順

- ①朝礼や施設でのミーティングの際に、仕事中のケガの予防について注意喚起を行い、転倒予防のための体操を一緒に行う旨を伝えます。  
※別紙「チェックリスト」で日々チェックすることもおすすめです。
- ②体調やカラダの痛みについて確認します。不調があれば無理に参加させないようにします。
- ③参加者に安全に動けるスペースを確保してもらいます。(ぶつかったり、転ばないように)
- ④動画や本マニュアルを見ながら、皆で体操をします。(約3分)
- ⑤体操が終わったら、安全に仕事に取り組むことを改めて伝え、仕事を始めます。

！ 継続して行うことで、全員の意識を高め、転びにくいカラダづくりをしましょう。



### 職場エクササイズ動画



QRコードを読み込んで  
スマホやタブレット等で  
ご覧ください。

約3分で楽しく実施できる  
動画になっています。

[https://youtu.be/8sQw\\_Ybq7r4](https://youtu.be/8sQw_Ybq7r4)

職場での労働災害を防ぐために

## 転倒事故を防ぐ 運動プログラム

体操の前

安全に動けるスペースを確保しましょう。  
痛みがある場合、体調がすぐれない場合はやめましょう。

動画も公開中!

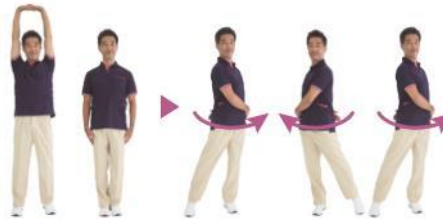


### 1 全身ほぐし

効果 全身の動きをよくする

両手を組んで上に伸び、おろす。

×2回



体を左右にねじる。  
右からねじり、3つ目に動きを止める。  
反対も同様に行う。

×1回ずつ

ポイント1

腰からしっかりねじる。  
動きに合わせて、足も一緒に動かす。

### 2 肩周辺ほぐし

効果 肩回りの動きをよくする

肩を前から後ろに回す。

×2回

ポイント1

肩を耳たぶに近づけ、  
胸を張るようにしながらおろす



手を肩に添え、  
肘を前から後ろに回す。

×2回

ポイント1

肘で円を描くように大きく回す

### 3 腰と胸のストレッチ

効果 腰痛の予防、改善 / 姿勢の改善

両手を体の前で組み、  
背中を丸め、左右に動かす。



両手を広げ、  
胸を張る。

ポイント1

腰を伸ばす時は、軽く膝を曲げると、伸びを感じやすくなる

### 4 体側のストレッチ

効果 上半身の動きをよくする / 手を上げやすくする

右手を肩に添え、  
体を横に倒しながら肘を上にあげ、戻す。  
3回目に肘を伸ばしキープする。  
反対も同様に行う。

×1回ずつ



ポイント1

・肘を高く持ち上げるように動くと、  
体側の伸びを感じやすくなる  
・肘を伸ばした時は、指先を速く伸ばす  
イメージでストレッチを行う

## 5 ふくらはぎのストレッチ ..... 効果 ふくらはぎの柔軟性向上 / 足の疲労軽減

足を一步前に出し、  
前足に体重を乗せる。  
反対も同様に行う。

×1回ずつ



### ポイント①

かかとを床にしっかりとつける

## 6 もも裏のストレッチ ..... 効果 ももの裏側の柔軟性向上 / 腰痛の予防・改善

半歩前に片足を出し、両手を上にあげ、  
上体を上に伸ばし、お尻を後ろに引く。  
3回はお尻を引いたところで動きを止める。  
反対も同様に行う。

×1回ずつ



### ポイント①

- ・お尻を引いたときに、つま先を持ちあげる
- ・靴足の膝を曲げ、前に伸ばしている膝は伸ばす

## 7 ももとふくらはぎのトレーニング ..... 効果 太もも・ふくらはぎの筋力強化 / 物を持ち上げる時の動きの習得

膝を曲げ、小さく3回  
上下する。  
膝を伸ばし、  
バンザイをしながら  
かかとの上げ下げを

×2回

### ポイント①

膝を曲げた時は、  
背筋を伸ばし胸を張る



## 8 お尻の横と内もものトレーニング ..... 効果 とっさの時に横に足を出しやすくする / 内ももの筋力強化

手はももに添え、  
足を横に出し、足を戻す。  
左右交互に行う。

×8回



### ポイント①

- ・出した足に体重をしっかり乗せる
- ・戻す時は、内ももを使い足を揃える

## 9 もものトレーニング ..... 効果 ときさの時に横に足を出しやすくする / 太ももの筋力強化

片方の足を前に踏み込み戻す。左右交互に行う。

×8回

### ポイント①

- ・出した足に体重をしっかり乗せる
- ・背筋を伸ばしたまま行う



## 10 お尻の横のトレーニング ..... 効果 足を横に安定して出しやすくなる / バランス能力の向上

手を横に広げ、片方の足を横に4回持ちあげる。反対も同様に行う。

×1回ずつ

### ポイント①

- ・つま先を正面に向け、かかとから持ちあげるように動かす
- ・足は45度を目安にあげる



## 11 バランスとすねのトレーニング ..... 効果 バランス能力の向上 / つまづき予防

手は腰に添え、片足を持ちあげバランスをとり、つま先の上げ下げを行う。反対も同様に行う。

×1回ずつ

### ポイント①

- ・つま先をあげる時は、すねに近づけるように動かす



## 12 深呼吸 ..... 効果 リラックス

肩を回しながら深呼吸を行う。

×1回



## 社会福祉施設向けチェックリスト

### ① 経営トップの取り組み

チェック項目		☑
1	経営トップが従業員の安全と健康の確保に向け、職場の労働安全衛生に関する方針を出している	<input type="checkbox"/>

### ② 本部・管理者の取り組み

チェック項目		☑
1	労働安全衛生について、従業員への教育をしている	<input type="checkbox"/>
2	職場の整理・整頓・清掃・清潔(4S)をルール化している	<input type="checkbox"/>
3	定期的に施設内の安全点検をしている	<input type="checkbox"/>
4	職員のケガ(転倒・腰痛等)防止のため、体調管理や体操等を行っている	<input type="checkbox"/>
5	職員からのヒヤリハット(すべり・つまずき・踏み外し等)報告に基づき、改善の対策をしている	<input type="checkbox"/>

### ③ 従業員の日々の取り組み

チェック項目		☑
1	床のすべりやすい場所(水・油等)は掃除している	<input type="checkbox"/>
2	床のつまずきやすい段差に注意している	<input type="checkbox"/>
3	足元のぶつかりやすい物は片付けている	<input type="checkbox"/>
4	腰を痛めないような作業姿勢や作業方法に気を付けている	<input type="checkbox"/>
5	ケガをしないために、体操を行ったり、体調管理に気を付けている	<input type="checkbox"/>
6	つまずいたり、ケガをしたら上長に伝えている	<input type="checkbox"/>

# 「職場における腰痛予防対策指針」を参考に 介護職員の腰痛対策に取り組みましょう

厚生労働省では、「職場における腰痛予防対策指針」を策定し、介護職員の腰痛予防対策への啓発・指導を行っています。

令和3年度の介護報酬改定では、介護職員処遇改善加算・介護職員等特定処遇改善加算の算定要件の一つである「職場環境等要件」に基づく取り組みに「**介護職員の身体負担軽減のための介護技術の修得支援、介護ロボットやリフト等の介護機器等導入及び研修等による腰痛対策の実施**」が設けられました。

この実施についても「職場における腰痛予防対策指針」を参考とするよう周知されています。

## 腰痛予防対策のポイント

- 施設長等のトップが、腰痛予防対策に取り組む方針を表明し、対策実施組織を作りましょう。
- 対象者ごとの具体的な看護・介護作業について、作業姿勢、重量などの観点から、腰痛発生リスクを評価しましょう。
- 腰痛発生リスクが高い作業から優先的に、リスクの回避・定見措置を検討し、実施しましょう。健康管理、教育にも取り組みましょう。

## 労働災害の具体例

### 移乗介助

ベッドから車椅子への介助で、ベッドに座っている利用者を前屈みになって両脇を抱え、立たせようとしたところ、腰に痛みが生じた。



### 座り直し

車椅子に座っている利用者の座り直しをするため、利用者の脇に手を入れ、引き上げようとしたところ、腰に痛みが生じた。



### 立ち上がり介助

利用者を前屈みになって両脇を抱え、ベッドから立たせようとしたところ、ベッド脇が狭く、無理な姿勢となり、腰に痛みが生じた。



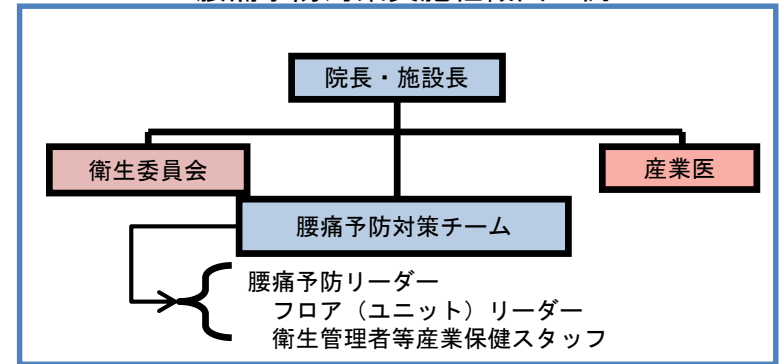
# 社会福祉・介護事業における腰痛予防対策

厚生労働省では、「**職場における腰痛予防対策指針**」（平成25年6月改訂（※））を示し、看護・介護作業における腰痛予防対策に重点的に取り組んでいます。

## 腰痛予防対策のポイント

- ① 施設長などのトップが、腰痛予防対策に取り組む方針を表明し、**対策実施組織**を作ること。
- ② 対象者一人ひとりの具体的な看護・介護作業について、作業姿勢、重量などの観点から、**腰痛発生リスクを評価**すること。
- ③ 腰痛発生リスクが高い作業から優先的に、**リスクの回避・低減措置**を検討し実施すること。健康管理、教育にも取り組むこと。

腰痛予防対策実施組織図の例



「介護作業者の腰痛予防対策チェックリスト」の記入例

〈チェックリスト記入例〉

②介助作業	具体的な作業内容	③リスクの見積り				
		作業姿勢	重量負荷	頻度／作業時間	作業環境	リスク
□着衣時の移乗作業	ベッド⇔車椅子 ベッド⇔ポータブルトイレ 車椅子⇔便座 車椅子⇔椅子 などの移乗介助	a. 不良	a. 大	a. 頻繁	a. 問題あり	高
		b. やや不良	b. 中	b. 時々	b. やや問題	中
		c. 良	c. 小	c. ほぼなし	c. 問題なし	低

腰痛発生リスクの回避・低減措置の例

- (1) 対象者の日常生活動作能力を把握し、介助への協力を得ること
- (2) 福祉用具（機器・道具）を積極的に利用すること
- (3) 作業姿勢・動作の見直し（原則として、人力による人の抱上げは行わせないなど）
- (4) 作業の実施体制（負担の大きい業務が特定の看護・介護者に集中しないよう配慮）
- (5) 作業標準の策定
- (6) 休憩、作業の組合せ
- (7) 作業環境の整備（十分な照明、段差の解消など）
- (8) 健康管理（腰痛の健康診断、腰痛予防体操）
- (9) 労働衛生教育など

（※） <http://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/youtsuushishin.html>

## 職場での腰痛を予防しましょう！ 「腰痛予防対策指針」による予防のポイント

腰痛は、休業4日以上職業性疾病の6割を占める労働災害となっています。厚生労働省では「職場における腰痛予防対策指針」を策定し、重量物を取り扱う事業場などへの啓発・指導を行ってきましたが、平成25年6月に、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るなど、改訂を行いました。

このパンフレットは、指針の主なポイント、腰痛の発生が比較的多い作業についての対策をまとめたものです。

皆さまの事業所での腰痛予防対策に、ぜひ、お役立てください。

### 指針の主なポイント

#### <労働衛生管理体制>

職場で腰痛を予防するには、労働衛生管理体制を整備した上で、作業・作業環境・健康の3つの管理と労働衛生についての教育を総合的・継続的に実施することが重要です。

また、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の考え方を導入して、腰痛予防対策の推進を図ることも有効です。



#### <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。



## 作業管理、作業環境管理、健康管理のポイント [ 指針 ]

### 作業管理

#### ■自動化、省力化

腰に負担がかかる重量物を取り扱う作業、不自然な姿勢を伴う作業では、機械による作業の自動化を行う。それが困難な場合は、台車などの道具や補助機器を使うなど作業者の負担を減らす省力化を行う。

#### ■作業姿勢、動作

作業対象にできるだけ身体を近づけて作業する。不自然な姿勢を取らざるをえない場合は、前屈やひねりなど、その姿勢の程度をなるべく小さくし、頻度と時間を減らす。作業台や椅子は適切な高さに調整する。作業台は、ひじの曲げ角度がおよそ90度になる高さとする。

#### ■作業の実施体制

作業時間、作業量などを設定する際は、作業をする人数、内容、時間、重量、自動化・省力化の状況などを検討する。腰に過度の負担がかかる作業は、無理に1人ではさせない。

#### ■作業標準の策定

作業の姿勢、動作、手順、時間などについて、作業標準を策定する。作業標準は、作業者の特性・技能レベルなどを考慮して定期的に確認する。また、新しい機器・設備を導入したときにも、その都度、見直すようにする。

#### ■休憩・作業量、作業の組合せ

適宜、休憩時間を設け、姿勢を変えるようにする。夜勤や交代制勤務、不規則な勤務については、昼間の作業量を下回るよう配慮し、適宜、休憩や仮眠が取れるようにする。過労を引き起こすような長時間勤務は避ける。

#### ■靴、服装など

作業時の靴は、足に合ったものを使用する。ハイヒールやサンダルは使用しないこと。作業服は、適切な姿勢や動作を妨げることのないよう伸縮性のあるものを使用する。腰部保護ベルトは、個人ごとに効果を確認した上で、使用するかどうか判断する。

### 作業環境管理

#### ■温度

寒い場所での作業は、腰痛を悪化、または発生させやすくなるので、適切な温度を保つ。

#### ■照明、作業床面、作業空間や設備の配置

作業場所などで、足もとや周囲の安全が確認できるように適切な照度を保つ。転倒、つまずきや滑りなどを防止するため、凹凸や段差がなく、滑りにくい床面にする。作業や動作に支障をきたさないよう、十分な作業空間を確保するとともに、適切な機器配置にする。

#### ■振動

車両系建設機械の操作・運転などによる腰や全身への激しい振動、車両運転などによる長時間にわたっての振動を受ける場合は、座席の改善・改良などにより、振動の軽減を図る。

### 健康管理

#### ■健康診断

腰に著しい負担がかかる作業に、常時、従事させる場合は、その作業に配置する際に、医師による腰痛の健康診断を実施する。その後は、6カ月以内に1回、実施する。

#### ■腰痛予防体操

ストレッチを中心とした腰痛予防体操を実施させる。

#### ■腰痛による休職者が職場に復帰する際の注意事項

腰痛は再発する可能性が高いので、産業医などの意見を聴き、必要な措置をとる。

## 労働衛生教育のポイント [ 指針 ]

### ■労働衛生教育

重量物の取り扱い作業、同一姿勢での長時間作業、不自然な姿勢を伴う作業、介護・看護作業、車両運転作業などに従事する作業者に対しては、その作業に配置する際やその後、必要に応じて、腰痛予防のための労働衛生教育を実施する。

[教育内容]

- ・腰痛の発生状況、原因（腰痛が発生している作業内容・環境、原因など）
- ・腰痛発生要因の特定、リスクの見積もり（チェックリストの作成、活用方法など）
- ・腰痛発生要因の低減措置（発生要因の回避、軽減を図るための対策）
- ・腰痛予防体操（職場でできるストレッチの仕方など）

### ■心理・社会的要因に関する留意点

上司や同僚のサポート、腰痛で休むことを受け入れる環境づくり、相談窓口の設置など、組織的な取り組みを行う。

### ■健康の保持増進のための措置

腰痛予防には日頃からの健康管理も重要。十分な睡眠、禁煙、入浴による保温、自宅でのストレッチ、負担にならない程度の運動、バランスのとれた食事、休日を利用した疲労回復・気分転換などが有効。

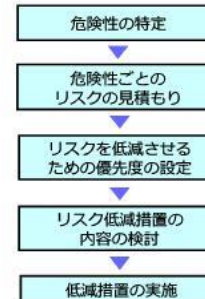
## リスクアセスメント・労働安全衛生マネジメントシステム

### ■リスクアセスメント

腰痛予防対策は、各作業におけるリスクに応じて、合理的・効果的な対策を立てることが重要です。

そのためには、作業の種類や場所ごとに、腰痛の発生に関与する要因についてリスクアセスメントを実施する必要があります。

リスクアセスメントとは、職場にある危険の芽を洗い出し、それにより起こりうる労働災害のリスクの大きさ（重大さ+可能性）を見積もり、大きいものから優先的に対策を講じていく手法です。



### ■労働安全衛生マネジメントシステム

作業管理、作業環境管理、健康管理、労働衛生教育を的確に組み合わせる総合的に推進していくためには、労働安全衛生マネジメントシステムの考え方を導入することが重要です。

リスクアセスメントの結果を基に、「計画を立てる（Plan）」→「計画を実施する（Do）」→「実施結果を評価する（Check）」→「評価を踏まえて見直し、改善する（Act）」という一連のサイクル（PDCAサイクル）により、継続的・体系的に安全衛生対策に取り組むことができます。

[PDCAサイクル]



腰痛の発生が比較的多い作業については、個別の腰痛予防対策を示します。

### 1 重量物取り扱い作業

- ・重量物の取り扱い作業については、機械による自動化や台車・昇降装置などの使用による省力化を図る。
- ・機械を使わず人力によってのみ作業をする場合の重量は、男性（満18歳以上）は体重のおおむね40%、女性（満18歳以上）は、男性が取り扱う重量の60%程度とする。
- ・荷物は、適切な材料で包装し、確実に持つことができるようにし、取り扱いを容易にする。重量はできるだけ明示する。

### 2 立ち作業

- ・不自然な姿勢での作業とならないよう、作業機器や作業台は、作業者の体格を考慮して配置する。
- ・長時間立ったままでの作業を避けるため、他の作業を組み合わせる。
- ・1時間に1・2回程度の小休止・休息を取らせ、屈伸運動やマッサージなどを行わせることが望ましい。
- ・床面が硬い場合は、立っているだけでも腰に負担がかかるので、クッション性のある靴やマットを利用して、負担を減らすようにする。

### 3 座り作業

- ・椅子は、座面の高さ、奥行きの寸法、背もたれの寸法・角度、肘掛けの高さなど、作業者の体格に合ったものを使用させる。
- ・不自然な姿勢での作業とならないよう、作業対象物は、肘を伸ばして届く範囲内に配置する。
- ・床に座って行う作業は、股関節や仙腸関節（脊椎の根元にある関節）などに負担がかかるため、できるだけ避けるようにする。

### 4 福祉・医療分野等における介護・看護作業

- ・リスクアセスメントを実施し、合理的・効果的な腰痛予防対策を立てる。
- ・人を抱え上げる作業は、原則、人力では行わせない。福祉用具を活用する。
- ・定期的な職場の巡視、聞き取りなどを行い、新たな負担や腰痛が発生していないか確認する体制を整備する。

### 5 車両運転等の作業

- ・建設機械、フォークリフト、農業機械の操作・運転による激しい振動、トラック、バス・タクシーなどの長時間運転では、腰痛が発生しやすくなるので、座席の改善、運転時間の管理を適切に行い、適宜、休憩を取らせるようにする。
- ・長時間運転した後に重量物を取り扱う場合は、小休止や休息、ストレッチを行った後に作業を行わせる。

指針全文(H25.6.18付け基発0618第1号)は、厚生労働省ホームページの「法令等データベースサービス(通知検索)」または、報道発表資料(H25.6.18)をご参照ください。

詳細は検索で

職場における腰痛予防対策指針

検索

# 介護労働者が安心して働くために

## 整理・整頓 清掃・清潔

見た目にきれいだけでなく、つまづいたり転んだりすることも減りました



厚生労働省のホームページで4S（整理・整頓・清掃・清潔）の方法を公開しています。



## 危険の見える化

危険の原因が誰から見てもわかるので、事故やケガが減りました



厚生労働省ホームページで「職場の危険の見える化（社会福祉施設）実践マニュアル」をご覧ください。



## 設備の改善

滑らず蒸れない靴のおかげで快適！

歩きやすい！

安心して支えられる



職場環境の改善等のために、エイジフレンドリー補助金をご活用ください。



## 転倒・腰痛 予防体操

足を前に

足を後ろに



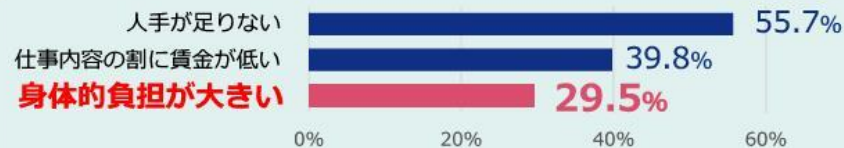
YouTubeで、転倒・腰痛の予防に役立つ「いきいき健康体操」をご覧ください。



# 人材確保のためにも 転倒・腰痛のない施設をつくりましょう

## 介護事業で働く労働者の課題

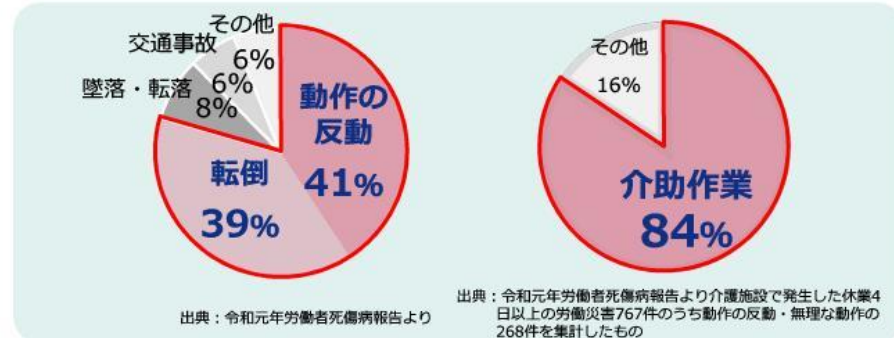
- 介護労働者の不満などで**身体的負担が大きい**と答えた方は**29.5%**
- 介護労働者の満足度を重視する企業ほど**人材確保ができて**いるとの統計結果もあります



出典：公益財団法人介護労働安定センター 介護労働実態調査より

## 介護事業における労働災害

- 介護労働者を含む社会福祉施設の労働災害は腰痛などの「動作の反動・無理な動作」が**41%**、次いで転倒が**39%**
- 腰痛などは介助作業で発生した者が**84%**
- 休業1か月以上となる者は、転倒で**64%**、腰痛などの「動作の反動・無理な動作」で**43%**



出典：令和元年労働者死傷病報告より

出典：令和元年労働者死傷病報告より介護施設で発生した休業4日以上労働災害767件のうち動作の反動・無理な動作の268件を集計したもの

転倒・腰痛のない施設づくりのために、裏面の対策に取り組みましょう

# 利用者・職員の 転倒・腰痛のない施設づくりのため 下記の対策に取り組みましょう

作業場所の  
整理整頓



危険箇所の  
見える化



持ち物の  
制限



作業場所の  
清掃



手すりの  
設置



一人介助の  
禁止



毎日の運動



滑りにくい  
靴の着用



最新機器の  
導入



介護施設における腰痛予防対策の実施は、介護報酬の加算要件の一つになっています！詳しくはこちらをチェック！

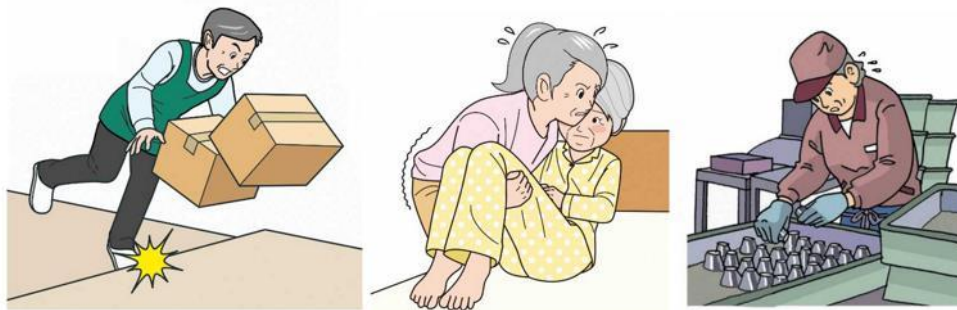


# エイジフレンドリーガイドライン

(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。

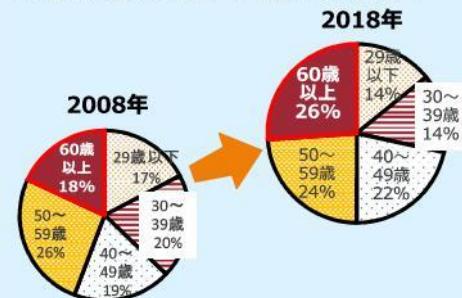
働く高齢者の特性に配慮したエイジフレンドリーな職場を目指しましょう。



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。

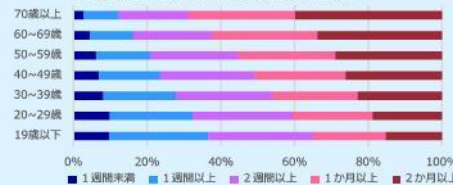
体力に自信がない人や仕事に慣れていない人を含めすべての働く人の労働災害防止を図るためにも、職場環境改善の取組が重要です。

<年齢別・男女別の労働災害発生率 2018年>

※労働者1000人当たりの死傷災害（休業4日以上）の発生件数



<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→

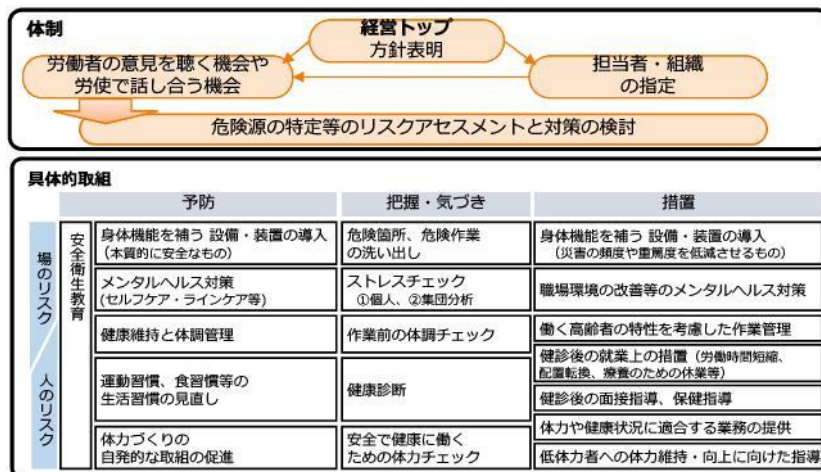
令和2年3月16日付け基安発0316第1号  
「高齢労働者の安全と健康確保のためのガイドラインの策定について」



### 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

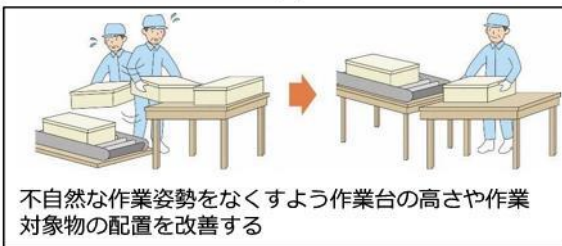
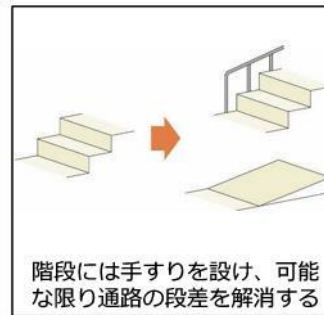




2 職場環境の改善

- (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

## (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なります（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

## 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



(2) 体力の状況の把握

- ・高齢労働者の労働災害を防止する観点から、事業者、高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→ 

**1 身体機能計測結果**

① ステップテスト（歩行能力・筋力）  
あなたの歩速 [ ] 歩/分 (歩数) = [ ]

下の評価表に当てはめて 評価

評価値	1	2	3	4	5
歩速	→1.24	→1.25	→1.26	→1.27	→1.28
歩数	→1.38	→1.46	→1.55	→1.64	→1.73

② 座位ステップテスト（敏捷性）  
あなたの歩速 [ ] 歩/分 (歩数) = [ ]

下の評価表に当てはめて 評価

評価値	1	2	3	4	5
歩速	→25	→25	→29	→33	→37
歩数	→28	→33	→38	→43	→47

③ フังก์ショナルリーチ（動的バランス）  
あなたの歩速 [ ] cm

下の評価表に当てはめて 評価

評価値	1	2	3	4	5
歩速	→19	→20	→30	→36	→42
歩数	→29	→35	→39	→43	→47

④ 腕展片足立ち（静的バランス）  
あなたの歩速 [ ] 秒

下の評価表に当てはめて 評価

評価値	1	2	3	4	5
歩速	→7.1	→7.1	→7.1	→7.1	→7.1
歩数	→17	→23	→29	→35	→41

⑤ 腕展片足立ち（動的バランス）  
あなたの歩速 [ ] 秒

下の評価表に当てはめて 評価

評価値	1	2	3	4	5
歩速	→15	→15.1	→30	→45.1	→120.1
歩数	→30	→34	→120	→120.1	→120.1

身体機能計測の評価数字を  
下のレーダーチャートに数字で記入

**2 質問票（身体的特性）**

質問項目	あなたの回答状況	危険	評価	評価
1. 心臓病、高血圧、糖尿病、脂質異常症、喘息、アレルギー、がんなどの既往歴があるか	点			点
2. 現在服用している薬品や治療法があるか	点			点
3. 現在、心身の健康状態が良好か	点			点
4. 最近、心身の健康状態が良好か	点			点
5. 最近、心身の健康状態が良好か	点			点
6. 最近、心身の健康状態が良好か	点			点
7. 最近、心身の健康状態が良好か	点			点
8. 最近、心身の健康状態が良好か	点			点
9. 最近、心身の健康状態が良好か	点			点

↑ 合計点

合計点	危険	評価
2~7	2	
8~11	3	
12~17	2	
18~21	2	
22~27	2	
28~33	2	

レーダーチャート

評価結果を記入し、見て取り出す  
（左側身体機能計測結果も数字、右側質問票（身体的特性）は数字で記入）



(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。

## 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了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

転倒・腰痛防止視聴覚教材  
 ～転倒・腰痛予防！「いきいき健康体操」～(動画)

他



## 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

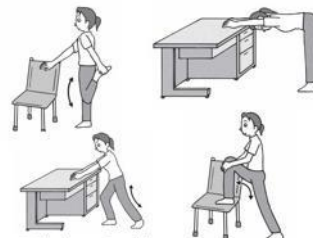
- (2) 管理監督者等に対する教育  
 ・教育を行う者や管理監督者、共に働く労働者に対しても、高齢労働者に特有の特徴と対策についての教育を行うよう努めます

## 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り組み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、以下の取り組み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断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

取り組み事例を参考に、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/qvousei/anzaen/1003-2.html>

先進企業



製造業



### ■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.go.jp/elderly/data/statistics.html>



## 国による支援等（令和5年度）

### エイジフレンドリー補助金 申請受付期間（令和5年6月12日～令和5年10月末日）

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。ぜひご活用ください。

	高齢労働者の労働災害防止対策コース	コラボヘルスコース
対象事業者	(1) 労災保険加入している (2) 中小企業事業者（定義は次頁参照） (3) 高齢労働者（60歳以上）を常時1名以上雇用し、対象の高齢労働者が対策を実施する業務に就いている	(1) 労災保険加入している (2) 中小企業事業者（定義は次頁参照） (3) 労働者を常時1名以上雇用している
補助対象	高齢労働者にとって危険な場所や負担の大きい作業を解消する取組に要した経費（機器の購入・工事の施工等）	コラボヘルス等の労働者の健康保持増進のための取組に要した経費
補助率	1 / 2	3 / 4
上限額	100万円 (消費税を除く)	30万円 (消費税を除く)
注意事項	※2コース併せての上限額は100万円です。2コース併せた申請の場合は、必ず2コース同時に申請してください（月を変えて別々の申請はできません）。 ※この補助金は、事業場規模、高齢労働者の雇用状況等を審査の上、交付を決定します。全ての申請者に交付されるものではありません。 ※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ご確認ください。	



## 中小企業事業者の範囲

業種		常時使用する労働者数	資本金又は出資の総額
小売業	小売業、飲食店、持ち帰り配達飲食サービス業	50人以下	5,000万円以下
サービス業	医療・福祉、宿泊業、娯楽業、教育・学習支援業、情報サービス業、物品賃貸業、学術研究・専門・技術サービス業など	100人以下	5,000万円以下
卸売業	卸売業	100人以下	1億円以下
その他の業種	製造業、建設業、運輸業、農業、林業、漁業、金融業、保険業など	300人以下	3億円以下
※ 労働者数または資本金等のいずれか一方の条件を満たせば中小企業事業者となります。 ※ 医療・福祉法人は原則資本金がありません。労働者の人数のみでの判断となります。			

## 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を行います。


**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。

**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	技術支援部業務調整課	03-3452-6366	(製造業等関係)
・建設業労働災害防止協会	技術管理部指導課	03-3453-0464	(建設業関係)
・陸上貨物運送事業労働災害防止協会	技術管理部	03-3455-3857	(陸上貨物運送事業関係)
・林業・木材製造業労働災害防止協会	教育支援課	03-3452-4981	(林業・木材製造業関係)
・港湾貨物運送事業労働災害防止協会	技術管理部	03-3452-7201	(港湾貨物運送事業関係)



**費用は無料です!**

### 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](https://www.jashcon.or.jp/contents/)に掲載しています



# 労働者の転倒災害（業務中の転倒による重傷）を防止しましょう

50歳以上を中心に、転倒による骨折等の労働災害が増加し続けています  
事業者は労働者の転倒災害防止のための措置を講じなければなりません

## 「つまずき」等による転倒災害の原因と対策

- （なし）何も無いところでつまずいて転倒、足がもつれて転倒（27%）  
 >転倒や怪我をしにくい身体づくりのための運動プログラム等の導入（★）
- 作業場・通路に放置された物につまずいて転倒（16%）  
 >バックヤード等も含めた整理、整頓（物を置く場所の指定）の徹底
- 通路等の凹凸につまずいて転倒（10%）  
 >敷地内（特に従業員用通路）の凹凸、陥没穴等（ごくわずかなものでも危険）を確認し、解消
- 作業場や通路以外の障害物（車止め等）につまずいて転倒（8%）  
 >適切な通路の設定  
 >敷地内駐車場の車止めの「見える化」
- 作業場や通路の設備、什器、家具に足を引っかけて転倒（8%）  
 >設備、什器等の角の「見える化」
- 作業場や通路のコードなどにつまずいて転倒（7%）  
 ※引き回した労働者が自らつまずくケースも多い  
 >転倒原因とならないよう、電気コード等の引き回しのルールを設定し、労働者に遵守を徹底させる



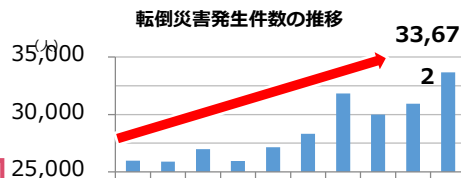
## 「滑り」による転倒災害の原因と対策

- 凍結した通路等で滑って転倒（25%）  
 >従業員用通路の除雪・融雪。凍結しやすい箇所には融雪マット等を設置する（★）
- 作業場や通路にこぼれていた水、洗剤、油等により滑って転倒（19%）  
 >水、洗剤、油等がこぼれていることのない状態を維持する。  
 （清掃中エリアの立入禁止、清掃後乾いた状態を確認してから開放の徹底）
- 水場（食品加工場等）で滑って転倒（16%）  
 >滑りにくい履き物の使用（労働安全衛生規則第558条）  
 >防滑床材・防滑グレーチング等の導入、摩耗している場合は再施工（★）  
 >隣接エリアまで濡れないよう処置
- 雨で濡れた通路等で滑って転倒（15%）  
 >雨天時に滑りやすい敷地内の場所を確認し、防滑処置等の対策を行う



（★）については、高齢労働者の転倒災害防止のため、中小企業事業者は「エイジフレンドリー補助金」（補助率1/2、上限100万円）を利用できます  
 中小事業者は、無料で安全衛生の専門家のアドバイスが受けられます

# 転倒災害の発生状況（休業4日以上、令和3年）

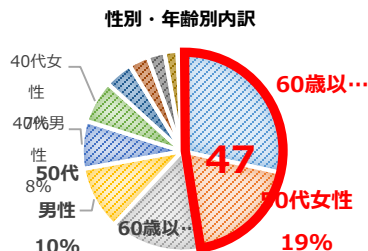


## 転倒による怪我の態様

- 骨折（約70%）
- 打撲
- 眼球破裂
- 外傷性気胸 など

転倒災害による平均休業日数（※労働者死傷病報告による休業見込日数）

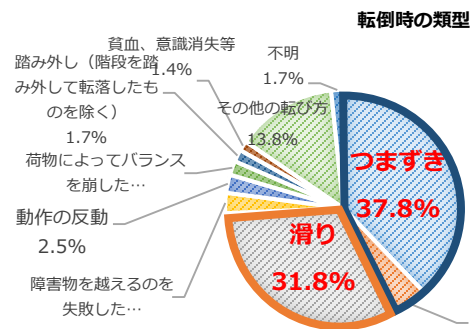
47日



## 転倒したのは...



転倒災害が起きているのは移動のときだけではありません



- <その他の転び方>
- 他人とぶつかった・ぶつかられた
  - 台車の操作を失敗した
  - 他人、動物等を避けようとしてバランスを崩した
  - 服が引っかかった
  - 坂道等でバランスを崩した
  - 立ち上がったときにバランスを崩した
  - 靴紐を踏んだ
  - 風でバランスを崩した

## 主な原因と対策

## 転倒リスク・骨折リスク

- 一般に加齢とともに身体機能が低下し、転倒しやすくなります  
 →「転びの予防 体力チェック」「ロコチェック」をご覧ください
- 特に女性は加齢とともに骨折のリスクも著しく増大します  
 →対象者に市町村が実施する「骨粗鬆症検診」を受診させましょう



## 転倒予防川柳

転倒予防の意識を高めるユーモアあふれる川柳を広く募集します

募集期間：令和5年7月18日（火）～8月31日（木）

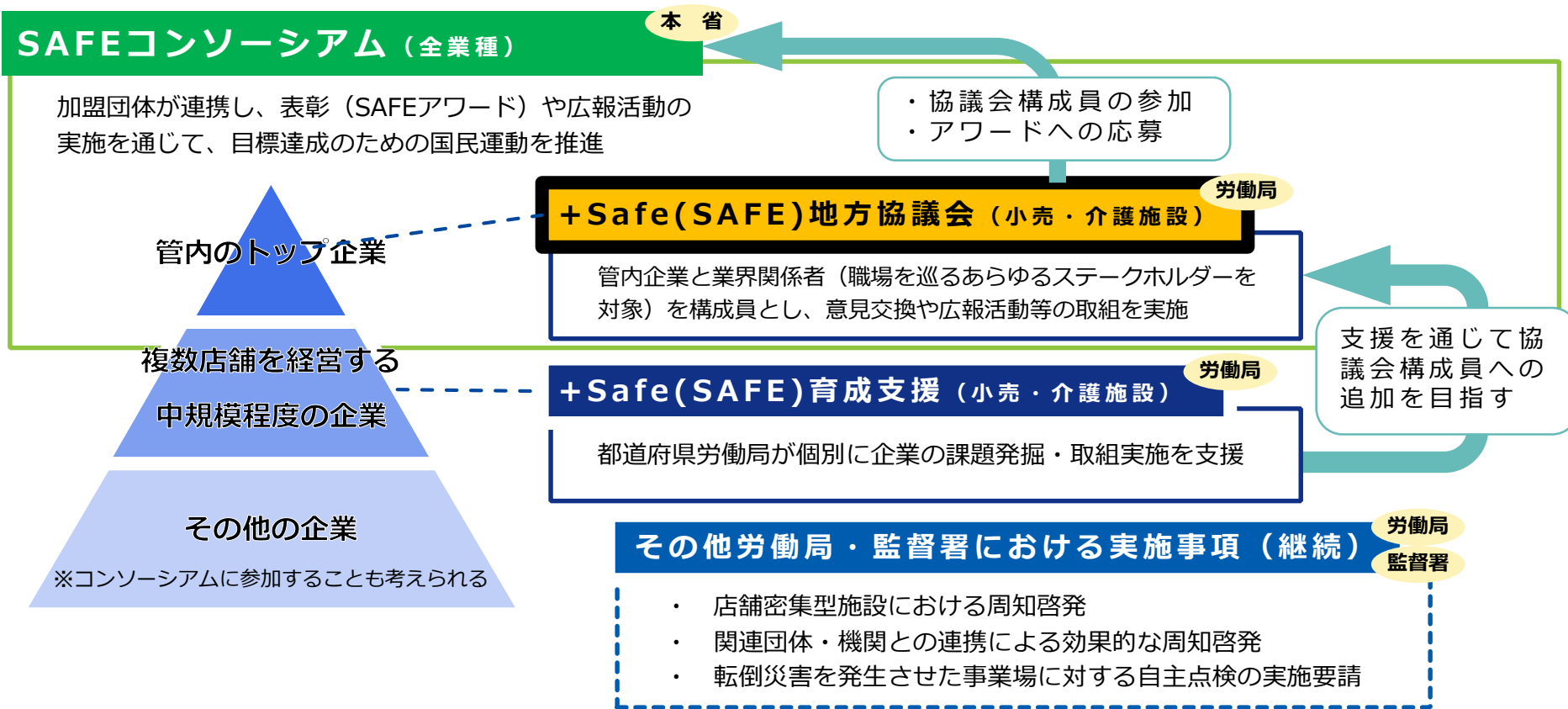
<https://safeconsortium.mhlw.go.jp/senryu/>







# + Safe (SAFE) 協議会



# 【ご参考】SAFEコンソーシアム（全国）

**Safer Action For Employees (SAFE)** を旗印に  
「従業員の幸せのための安全アクション (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む



## ● 構成



### SAFE推進アドバイザー

- ・労働安全衛生の専門家（資格者）
- ・労災防止ソリューション団体

### 一般企業・団体メンバー

### アンバサダー



### 従業員・個人メンバー

### 地方協議会構成員メンバー (小売・介護施設)

6月20日 コンソーシアムの[ウェブサイト](#)を開設

## ● 目標

- 労働災害を自分ごととしてとらえ、解決策を考えていく機運の醸成
- 顧客だけでなく、従業員の安全第一のための取組をステークホルダー全員で推進する

## ● 取組

- ① 労働災害問題の協議・周知（シンポジウム）
- ② 好取組事例の共有、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
- ③ 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）
- ④ 参画メンバーの地位向上（ロゴマーク、バナー等）

みんなの安全を、みんなで守り合う。

# SAFEコンソーシアム

AWARDS 2023年度



安全な職場づくり部門



企業等関連部門



転倒災害防止部門



腰痛予防部門



エイジフレンドリー部門

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、優れた取組を部門別に表彰いたします。



応募期間：令和5年 **9月**—→**11月** (予定)

結果発表：令和6年2月(予定)

[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 



従業員の幸せのための安全アクション「SAFE」のロゴマークで、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。



# SAFEコンソーシアム

## AWARDS 2023年度

### SAFEアワードについて

労働災害防止等に向けた取組を実施している企業・団体の皆様から、その取組内容を応募いただき、一般投票等を行い、部門別に表彰するものです。表彰された取組についてはSAFEコンソーシアムポータルサイトへの掲載及び受賞ロゴを付与させていただきます。また、受賞者には表彰状・盾をお送りいたします。\*複数部門に応募可能です。



転倒災害防止 部門賞	腰痛予防 部門賞	安全な職場づくり 部門賞	エイジフレンドリー 部門賞	企業等間連携 部門賞
転倒災害防止に向けて実施しているソフト(体操等)、ハード(段差の解消等)の取組に関するもの	腰痛予防に向けて実施している取組に関するもの	転倒災害防止、腰痛予防以外について実施している取組や、それ以外にも活用できる取組に関するもの	特に高齢労働者の労働災害防止に向けて実施している取組に関するもの (転倒災害防止、腰痛予防に関する取組を含む)	企業間や自治体等と連携し、労働災害防止に向けて実施している取組に関するもの (転倒災害防止、腰痛予防に関する取組を含む)

### コンソーシアム設立の背景・目的

労働災害のない安全で安心して働ける職場の実現は、いうまでもなく全ての人の願いです。しかし今、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な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ける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。

#### 加盟メリット

- 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 安全で安心して働ける職場の実現に向けた協議・周知啓発  
(シンポジウム)

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](https://twitter.com/safe_mhlw)

