



埼労発基 1125 第 2 号  
令和 3 年 11 月 25 日

関係団体 各位

埼玉労働局長



令和 3 年度 埼玉年末・年始無災害運動の実施について（要請）

日頃より、労働行政の推進にご理解ご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

さて、今年度も標記埼玉年末・年始無災害運動について、別紙「令和 3 年度 埼玉年末・年始無災害運動実施要領」のとおり令和 3 年 12 月 1 日から令和 4 年 1 月 15 日までの間、実施することといたしました。

つきましては、貴会会員等に対する周知に特段のご配慮を賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。

本運動の取組の参考として下記資料を同封いたしましたので、併せて、周知いただきますよう、よろしくお願い申し上げます。

#### 記

- 資料 1 年末年始無災害運動を実施（埼玉労働局）
- 資料 2 職場における新型コロナウイルス感染症対策実施のため  
～取組の 5 つのポイント～を確認しましょう
- 資料 3 職場における新型コロナウイルス感染症の拡大を防止するためのチェックリスト
- 資料 4 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）
- 資料 5 STOP 転倒災害 3 つの転倒予防
- 資料 6 職場での腰痛を予防しましょう
- 資料 7 はしごや脚立からの墜落・転落災害をなくしましょう
- 資料 8 交通労働災害を防止するために
- 資料 9 年末年始無災害運動（中央労働災害防止協会）

※上記資料は、こちらの埼玉労働局ホームページアドレスからダウンロードできます。  
([https://jsite.mhlw.go.jp/saitama-roudoukyoku/riyousha\\_mokuteki\\_menu/jigyounushi.html](https://jsite.mhlw.go.jp/saitama-roudoukyoku/riyousha_mokuteki_menu/jigyounushi.html))



№. 165

令和3年11月26日

関係団体各位

「令和3年度 埼玉年末・年始無災害運動の実施」に係る資料について

埼玉労働局労働基準部健康安全課

この度、送付いたしました「令和3年度 埼玉・・実施」(以下「要請文」という。)に添付しました資料につきまして、埼玉労働局ホームページから入手いただく際、アドレス入力の手間を省くため、ご希望があれば、電子媒体の要請文をお送りいたします。

電子媒体の送付を希望される場合は、お手数ですが、下記担当者あて①貴団体名及び②ご担当者名を記載した電子メールをお送りください。お送りいただいた電子メールに電子媒体の要請文を添付して、こちらから返信いたします。

また、ご担当者や受信を希望するメールアドレスが変更となった際は、その旨下記アドレスあてご報告ください。

担当者

職氏名 主任地方産業安全専門官 小暮健一

アドレス kenkouanzenka-saitamakyoku@mhlw.go.jp

## 令和3年度埼玉年末・年始無災害運動実施要領

『年末年始も 安全作業 あなたが無事故の キーパーソン』

埼玉県内の事業場での本年10月末集計の労働災害発生状況は、死亡者数17人（前年同期比3人(21%)の増加）、休業4日以上之死傷者数5,677人（前年同期比1,017人(22%)の増加）となっている。

「埼玉第13次労働災害防止計画」では、5年間で平成29年に比べ死亡者数を20%以上、休業4日以上之死傷者数を7%以上減少させることを目標としている。平成29年同期比では、死亡者数は2人（11%）減少、休業4日以上之死傷者数は1,565人（38%）増加となっており、このままでは、死傷者数が年間6千人を4年続けて上回ることも予想され、目標達成が大変厳しい状況にある。

このような状況の中で年末年始の繁忙期を迎え、貨物量の増加、気象条件や交通事情等により作業環境が変化しやすくなることに加え、事業場、職場が一斉に操業を停止・開始する際や大掃除を行う際等に非定常作業等が行われることなどに伴って、労働災害の増加が懸念される。特に、埼玉県内では、災害全体に占める転倒、腰痛の割合が、第三次産業において5割以上となっており、年末年始の繁忙期の中で多発することも懸念される。

このため、各事業場、職場における年末・年始にかけての安全衛生意識を高め、安全衛生活動を積極的に展開することにより、労働災害を防止するため、「埼玉年末・年始無災害運動」を実施する。特に、事業場における高年齢労働者の転倒、腰痛等の災害等の防止対策の取組みを推進する。

### 1 目的

各労働災害防止団体等が推進する年末・年始時期を捉えた労働災害防止強調期間、無災害運動等との連携により、管内事業場における安全衛生意識の高揚を図るとともに期間中に埼玉労働局及び管下各労働基準監督署並びに各関係団体・各事業場が展開している各種取組を一層推進し、もって労働災害の防止を図る。

### 2 実施期間

令和3年12月1日から令和4年1月15日まで

### 3 主唱者

埼玉労働局、管下各労働基準監督署

### 4 実施者

事業者

### 5 主唱者の実施事項

- (1) 労働災害防止団体、事業者団体、建設工事発注機関等に対する協力要請
- (2) 年末年始に労働災害の多発が懸念される業種に対する指導・要請
- (3) ホームページ、記者発表等による広報
- (4) 事業者、労働災害防止団体等が行う労働災害防止活動に対する指導・援助
- (5) 「Safe Work SAITAMA」の普及促進

## 6 事業者の実施事項

- (1) 経営トップによる年末年始時期における安全衛生方針の決意表明及び「職場における新型コロナウイルス感染症の拡大を防止するためのチェックリスト」を活用した自主点検の実施。(チェックリストは埼玉労働局ホームページからダウンロード)
- (2) 安全衛生管理体制の確立、確認
- (3) リスクアセスメント及び労働安全衛生マネジメントシステムの積極的な導入・定着
- (4) ストレスチェック結果等を活用したメンタルヘルス対策・過重労働対策の推進
- (5) 新型コロナウイルス感染症の拡大防止活動の実施
- (6) 高齢労働者の安全と健康確保のためのガイドラインに基づく積極的な取組
- (7) 非定常作業における労働災害防止対策の徹底
  - ・ 作業計画、作業マニュアルの点検、確認、作成
  - ・ 作業計画、作業マニュアルに基づく安全衛生教育の実施
  - ・ 作業計画に基づく作業開始前ミーティングの実施
- (8) KY (危険予知) 活動の実施
- (9) 安全衛生パトロールの実施
- (10) 業務繁忙期における無理な計画に基づく作業の排除
- (11) 職場の整理・整頓・清掃・清潔(4S)の徹底
- (12) 火気の点検、確認等火気管理の徹底
- (13) 降雪期を考慮した交通労働災害防止ガイドラインに基づく交通労働災害防止対策の推進
- (14) 荷主として運送事業者に荷役作業を行わせる場合の荷台からの墜落防止の安全対策
- (15) 「Safe Work SAITAMA」のキャッチフレーズ、ロゴマークの活用による安全衛生の意識高揚

## 7 重点実施事項

- (1) 全業種共通
  - ア 事業者の安全衛生方針の確認、所信表明
  - イ 4S (整理・整頓・清掃・清潔) 活動の推進
  - ウ 床等の水、油、氷等の清掃、除去による転倒災害の防止
  - エ 脚立、梯子等の正しい使用方法による墜落・転落災害の防止
  - オ 床面、通路、階段等の設備改善による転倒災害、墜落・転落災害の防止
  - カ 無理な姿勢による荷の取扱作業の排除による腰痛の防止
  - キ 荷役作業安全ガイドラインに基づく荷役作業時の安全確保
  - ク 交通法規、自動車運転車労務改善基準の遵守による交通労働災害の防止

ケ 雇入れ時の安全衛生教育の徹底

コ 積雪、凍結による転倒災害の防止対策

## (2) 製造業

ア 加工用機械、運搬装置等の安全装置、安全カバーの設置によるはさまれ・巻き込まれ災害の防止

イ 平成 25 年 4 月改正の労働安全衛生規則による食品加工用機械の対策の実施

ウ 非定常作業、故障時のマニュアル確認及び安全作業の徹底

エ 通路、階段、作業床等の墜落、転倒防止のための改善

オ フォークリフト、クレーン等の資格者の確認と資格者による作業

カ 用具の正しい使用方法による作業

キ 重量物扱いの災害性腰痛、捻挫防止のための正しい方法による作業

## (3) 建設業

ア 法令に基づく足場の設置、開口部の手すり等の設置又はそれらを設けることが困難な場合の墜落制止用器具の使用による墜落・転落災害の防止

イ 足場先行工法、手すり先行工法の実施

ウ 車両系建設機械、クレーン等に係る作業半径内立入禁止措置等安全作業の徹底

エ 平成 25 年 8 月改正の労働安全衛生規則による解体用機械の対策の実施

オ 携帯用丸のこ盤の安全教育の徹底と歯の接触予防装置の確実な使用

カ 作業計画に基づく適切な作業

キ 足場等の防護ネットの設置等による高所からの落下物災害の防止

ク 脚立、梯子、ワイヤーロープ等の点検と特に梯子使用時の緊結、転位防止、昇降時の安全ブロック及び墜落制止用器具の使用等適切な作業方法による作業

ケ 作業主任者の作業指揮に基づく作業

コ 新規採用者に対する安全衛生教育の実施

## (4) 陸上貨物運送事業

ア 過労運転及び降雪、凍結による交通労働災害の防止

イ 「陸上貨物運送事業における荷役作業の安全対策ガイドライン」に基づく次の災害防止対策

① 荷台からの墜落・転落防止

② フォークリフト、クレーン等の災害防止

③ コンベヤーによる災害防止

④ ロールボックスパレットによる災害防止

⑤ 転倒による災害防止

⑥ 腰痛防止対策

⑦ 荷崩れ又は荷の落下による災害防止

⑧ 陸運事業者と荷主との連絡調整

## (5) 小売業・飲食店

ア 4S (整理・整頓・清掃・清潔) 活動の推進等による転倒・転落災害の防止

イ 平成 25 年 4 月改正の労働安全衛生規則による食品加工用機械の対策の実施

ウ 刃物、脚立、梯子等の正しい使用方法による作業

エ 「安全推進者の配置等に係るガイドライン」に基づく安全推進者の配置

オ 職場の危険箇所の「見える化」の実施

(6) 社会福祉施設

ア 新規開設時の安全衛生対策の確認

イ 法令に基づく安全衛生管理体制の整備

ウ 4S (整理・整頓・清掃・清潔) 活動の推進等による転倒・転落災害の防止

エ 無理な姿勢による作業の排除、補助具等の利用による腰痛の防止

オ 職場の危険箇所の「見える化」の実施

事業主の  
みなさまへ

# 年末年始無災害運動を実施

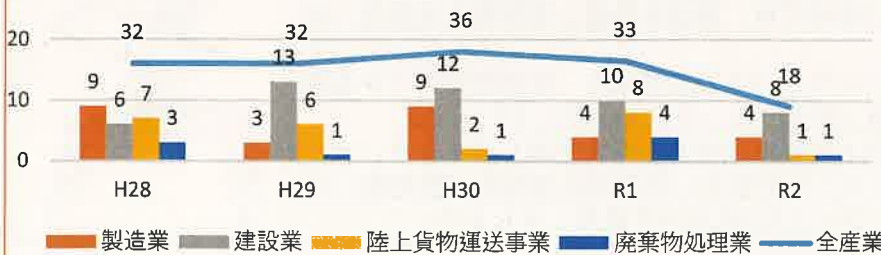
-実施期間 令和3年12月1日～令和4年1月15日-

## 運動の目的

各労働災害防止団体等が推進する、年末・年始時期を捉えた労働災害防止強調期間、無災害運動等との連携により、管内事業場における安全衛生意識の高揚を図るとともに、期間中に埼玉労働局及び管下各労働基準監督署並びに各関係団体・各事業場が展開している各種取組を一層推進し、もって労働災害の防止を図る。

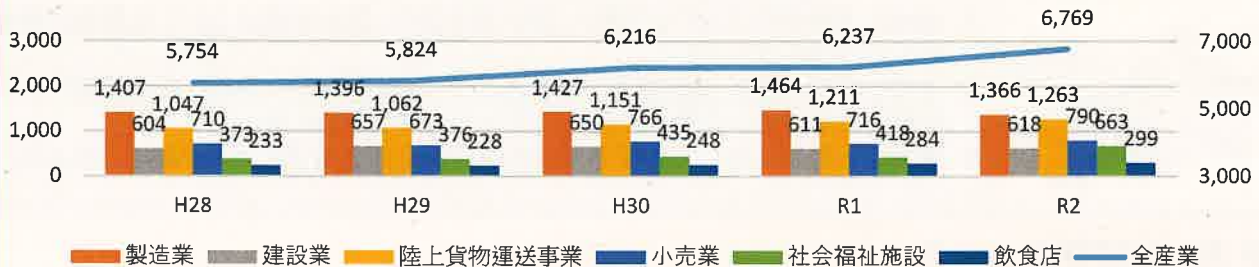
## 労働災害発生状況

労働災害による死亡者数の推移



平成28年から令和2年の労働災害の推移を見ると、死亡者数は減少傾向にあるものの、死傷者数は増加傾向が続いています。令和3年においても同様の傾向が続いており、10月末の前年同期比で死亡者数は3名増(+21%)、死傷者数は1,017名増(+22%)となっています。

労働災害における死傷者数の推移



令和2年死傷者数(6,769名)の事故の型別分類



休業4日以上死傷災害について、事故の型別で見ると、「転倒」と「動作の反動・無理な動作(腰痛等)」で全体の40%を占めています。建設業、陸上貨物運送事業においては、「墜落・転落」が最も多く発生しています。

## 労働災害ゼロの職場をめざしリスクアセスメントの実施を徹底しましょう！

事業場では、墜落転落災害、はさまれ・巻き込まれ災害、交通事故、転倒災害の防止を4つの重点として、労働災害防止対策に取り組みましょう！



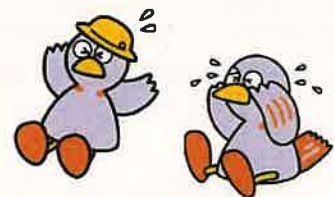
4つの重点

墜落・転落災害

はさまれ・巻き  
込まれ災害

交通事故

転倒災害



埼玉県のマスコット「コバトン」

詳しくは裏面をご覧ください



埼玉労働局 (<http://saitama-roudoukyoku.jsite.mhlw.go.jp/>) ・ 労働基準監督署

## 転倒災害防止対策



- 1 4S(整理・整頓・清潔・清掃)活動を徹底しましょう。
- 2 床面・通路は、くぼみや段差がなく滑りにくい構造とし、水たまりや雪・氷は除去しましょう。
- 3 通路・階段・出入口に物を放置せず、また、階段には滑り止めや手すりを設けましょう。
- 4 履物は、滑りにくく安定したものを着用し走らないことを徹底しましょう。
- 5 冬場の降雪・凍結による転倒・交通事故を防止をしましょう。⇒スタッドレスタイヤの装着を。

## 墜落・転落災害防止対策

- 1 高さ2メートル以上の場所での作業には、足場等により作業床を設け、墜落防止用の囲い、手すり等を設けましょう。
- 2 作業床を設けることが困難な場合には、親綱を設置し墜落制止用器具(安全帯)を使用しましょう。
- 3 屋根・建物の解体や修理、ソーラーパネル設置など、短期間で終了する高所作業の場合には、親綱と子綱(安全ブロック)を使用しましょう。
- 4 はしごを使用する時は、上部と脚部に転移防止措置を講じましょう。また、昇降時には親綱又は安全ブロックを使用し墜落制止用器具(安全帯)の使用に努めましょう。\*脚立についても3点支持で使用しましょう。



## はさまれ・巻き込まれ災害防止対策



- 1 機械に身体が入らないよう囲い、覆い等を設け、安全装置については有効に機能するよう保持しましょう。
- 2 点検、修理、掃除、調整等を行う場合には、機械を停止し、施錠・表示板等により不用意に他の者が作動させることを防止する措置を講じましょう。
- 3 使用する機械に応じて危険予知訓練及び安全衛生教育を実施・徹底しましょう。

## 交通労働災害防止対策

- 1 安全管理者、運行管理者、安全運転管理者等の管理者を選任するとともに、その役割、責任や権限を定めて、労働者に周知しましょう。
- 2 適正な労働時間等の管理と走行管理を行うとともに自動車運転者の改善基準を守って、十分な睡眠時間を確保しましょう。
- 3 乗務開始前に点呼を実施し、疾病・疲労・飲酒状況等の健康状態を確認しましょう。
- 4 事前に荷役作業の有無、運搬物の重量、適切な荷役用具等を確認し、運転者の疲労に配慮した十分な休憩時間を確保しましょう。



## 「無災害記録認証制度」「建設事業無災害表彰制度」について

「無災害記録認証制度」は、一定期間、労働災害を発生させることがなかった事業場に対する記録正であり、また、「建設事業無災害表彰制度」は、全工期を通じ、労働災害を発生させることがなかった建設事業場に対する記録正であり、共に、事業場からの申請に基づき、都道府県労働局長の推薦により、厚生労働省労働基準局長名で授与されます。詳しくは埼玉労働局ホームページをご覧ください。



「埼玉 無災害記録」又は「埼玉 建設無災害表彰」

検索



## 職場における新型コロナウイルス感染症対策実施のため ～取組の5つのポイント～を確認しましょう！

- 職場における新型コロナウイルス感染症対策を実施するために、まず次に示す**～取組の5つのポイント～**が実施できているか確認しましょう。
- **～取組の5つのポイント～**は感染防止対策の基本的事項ですので、未実施の事項がある場合には、「**職場における感染防止対策の実践例**」を参考に職場での対応を検討の上、実施してください。
- 厚生労働省では、職場の実態に即した、実行可能な感染症拡大防止対策を検討していただくため「**職場における新型コロナウイルス感染症の拡大を防止するためのチェックリスト**」を厚生労働省のホームページに掲載していますので、具体的な対策を検討する際にご活用ください。
- 職場における感染防止対策についてご不明な点等がありましたら、都道府県労働局に設置された「**職場における新型コロナウイルス感染拡大防止対策相談コーナー**」にご相談ください。

### ～取組の5つのポイント～

実施できて いれば <input checked="" type="checkbox"/>	取組の5つのポイント
<input type="checkbox"/>	テレワーク・時差出勤等を推進しています。
<input type="checkbox"/>	体調がすぐれない人が気兼ねなく休めるルールを定め、実行できる雰囲気を作っています。
<input type="checkbox"/>	職員間の距離確保、定期的な換気、仕切り、マスク徹底など、密にならない工夫を行っています。
<input type="checkbox"/>	休憩所、更衣室などの“場の切り替わり”や、飲食の場など「感染リスクが高まる『5つの場面』」での対策・呼びかけを行っています。
<input type="checkbox"/>	手洗いや手指消毒、咳エチケット、複数人が触る箇所の消毒など、感染防止のための基本的な対策を行っています。

# テレワークの積極的な活用について

- ▶ 厚生労働省では、テレワーク相談センターにおける相談支援、労働時間管理の留意点等をまとめたガイドラインの周知等を行っています。
- ▶ さらに、テレワークの導入にあたって必要なポイント等をわかりやすくまとめたリーフレットも作成し、周知を行っています。
- ▶ こうした施策も活用いただきながら、職場や通勤での感染防止のため、テレワークを積極的に進めてください。

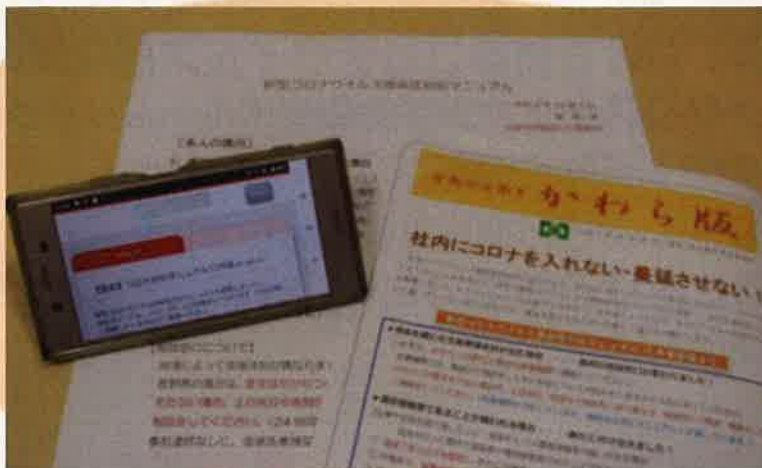
リーフレットは  
厚生労働省  
ホームページから  
ダウンロード可能です。



# 職場における感染防止対策の実践例

## ○ 体調がすぐれない人が気兼ねなく休めるルール

### 新型コロナウイルス感染者が発生した場合の対応手順の作成（製造業）



- ▶ 感染者が発生した場合の対応手順を定め、社内イントラネットや社内報で共有した。

[手順]

- ①感染リスクのある社員の自宅待機
- ②濃厚接触者の把握
- ③消毒
- ④関係先への通知など

手順全文は  
(独)労働者健康安全機構  
長野産業保健総合支援  
センターホームページから  
ダウンロード可能です。

### サーマルシステムの導入（社会福祉法人）



- ▶ サーマルシステムを施設受付入口に設置し、検温結果が37.5℃以上の者の入場を禁止している。
- ▶ 本システムでは、マスクの着用の検知を行い、マスクの未着用者には表示と音声で注意喚起を行う仕組みとなっている。



## ○ 密とならない工夫

### ITを活用した対策（建設業）



- ▶ スマートフォン用無線機を導入し、社員同士や作業従事者との会話に活用。3密を避けたコミュニケーションをとるようにした。

### ITを活用した説明会の開催（その他の事業）



- ▶ WEB方式と対面方式併用のハイブリッドの説明会を開催した。
- ▶ 対面での参加者に対しても、席の間隔を空ける、机にアクリル板を設置するなどの対策を行った。

# 職場における感染防止対策の実践例

## ○ 感染リスクが高まる「5つの場面」を避ける取り組み

※ 職場では、特に「居場所の切り替わり」（休憩室、更衣室、喫煙室など）に注意が必要

### 休憩所での対策（小売業）



- ▶ 休憩室の机の中央を注意喚起付きのパーテーションで区切り、座席も密とならないよう二人掛けにし、対面とならないよう斜めに配置した。

### 社員食堂での対策（製造業）



- ▶ 社員食堂の座席レイアウトを変更し、テーブルの片側のみ使用可とした。
- ▶ また、混雑緩和のために、昼休みを時差でとるようにした。

## ○ 感染防止のための基本的対策

### 入館時の手指等の消毒（宿泊業）



- ▶ 宿泊者と従業員の感染防止のため、ホテル入口の消毒液設置場所に、靴底の消毒のためのマットを設置した。

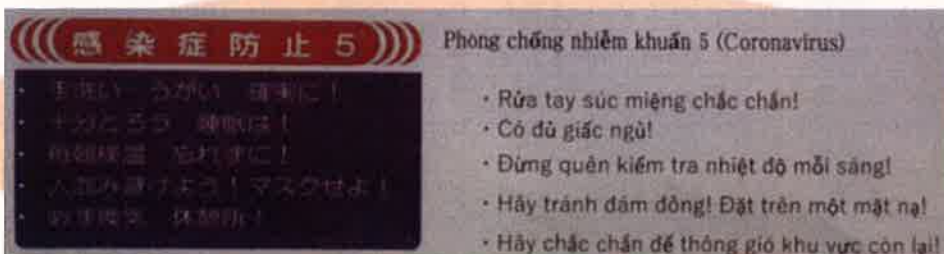
### 複数人が触る箇所の消毒（製造業）



- ▶ 複数人が触る可能性がある機械のスイッチ類を定期的に消毒することを徹底した。

## ○ その他の取り組み

### 外国人労働者への感染防止対策の周知（建設業）



- ▶ 建設現場に入場する外国人向け安全衛生の資料に、新型コロナウイルス感染症の注意点を外国語に翻訳したものを掲載し、周知徹底を図った。

## 職場における新型コロナウイルス感染症の拡大を防止するためのチェックリスト

- このチェックリストは、感染症対策の実施状況について確認し、職場の実態に即した対策を労使で検討していただくことを目的としたものです。
- 職場での対策が不十分な場合やどのような対策をすればよいかわからない場合には、感染症対策の実践例を参考に検討してください。
- 項目の中には、業種、業態、職種などにより対応できないものがあるかもしれません。すべての項目が「はい」にならないからといって、対策が不十分ということではありませんが、可能な項目から工夫しましょう。
- 職場の実態を確認し、全員（事業者と労働者）がすぐにできることを確実に継続して、実施いただくことが大切です。

### 職場における新型コロナウイルス感染症の拡大を防止するためのチェックリスト

項	目	確認
1 感染予防のための体制	・事業場のトップが、新型コロナウイルス感染症の拡大防止に積極的に取り組むことを表明し、労働者に対して感染予防を推進することの重要性を伝えている。	はい・いいえ
	・事業場の感染予防の責任者及び担当者を任命している。（衛生管理者、衛生推進者など）	はい・いいえ
	・会社の取組やルールについて、労働者全員に周知を行っている。	はい・いいえ
	・労働者が感染予防の行動を取るよう指導することを、管理監督者に教育している。	はい・いいえ
	・安全衛生委員会、衛生委員会等の労働が集まる場において、新型コロナウイルス感染症の拡大防止をテーマとして取り上げ、事業場の実態を踏まえた、実現可能な対策を議論している。	はい・いいえ
	・職場以外でも労働者が感染予防の行動を取るよう感染リスクが高まる「5つの場面」や「新しい生活様式」の実践例について、労働者全員に周知を行っている。	はい・いいえ
	・新型コロナウイルス接触確認アプリ(COCOA)を周知し、インストールを労働者に勧奨している。	はい・いいえ
	2 感染防止のための基本的な対策	
(1) 事業場において特に留意すべき事項である「取組の5つのポイント」		
・「取組の5つのポイント」の実施状況を確認し、職場での対応を検討の上、実施している。	はい・いいえ	
(2) 感染防止のための3つの基本：①身体的距離の確保、②マスクの着用、③手洗い		
・人との間隔は、できるだけ2m（最低1m）空けることを求めている。	はい・いいえ	
・会話をする際は、可能な限り真正面を避けることを求めている。	はい・いいえ	
・礼出時 廊下にいるときや会話をするときに 声帯がなくてもマスクの着用を求めている。		

チェックリストは  
厚生労働省  
ホームページから  
ダウンロード可能です。



## 職場における新型コロナウイルス感染拡大防止対策相談コーナー連絡先

受付時間

平日（月～金曜日）

午前 8:30～午後 5:15

北海道	011-709-2311	石川	076-265-4424	岡山	086-225-2013
青森	017-734-4113	福井	0776-22-2657	広島	082-221-9243
岩手	019-604-3007	山梨	055-225-2855	山口	083-995-0373
宮城	022-299-8839	長野	026-223-0554	徳島	088-652-9164
秋田	018-862-6683	岐阜	058-245-8103	香川	087-811-8920
山形	023-624-8223	静岡	054-254-6314	愛媛	089-935-5204
福島	024-536-4603	愛知	052-972-0256	高知	088-885-6023
茨城	029-224-6215	三重	059-226-2107	福岡	092-411-4798
栃木	028-634-9117	滋賀	077-522-6650	佐賀	0952-32-7176
群馬	027-896-4736	京都	075-241-3216	長崎	095-801-0032
埼玉	048-600-6206	大阪	06-6949-6500	熊本	096-355-3186
千葉	043-221-4312	兵庫	078-367-9153	大分	097-536-3213
東京	03-3512-1616	奈良	0742-32-0205	宮崎	0985-38-8835
神奈川	045-211-7353	和歌山	073-488-1151	鹿児島	099-223-8279
新潟	025-288-3505	鳥取	0857-29-1704	沖縄	098-868-4402
富山	076-432-2731	島根	0852-31-1157		

※雇用調整助成金の特例措置に関するお問い合わせはこちら

＜学校等休業助成金・支援金、雇用調整助成金コールセンター＞

0120-60-3999

## 職場における新型コロナウイルス感染症の拡大を防止するためのチェックリスト

- このチェックリストは、職場における新型コロナウイルス感染症の拡大を防止するための基本的な対策の実施状況について確認いただくことを目的としています。
- 項目の中には、業種、業態、職種等によっては対応できないものがあるかもしれません。ですので、すべての項目が「はい」にならないからといって、対策が不十分ということではありませんが、可能な項目から工夫しましょう。職場の実態を確認し、全員（事業者と労働者）がすぐにできることを確実に実施いただくことが大切です。
- 確認した結果は、衛生委員会等に報告し、対策が不十分な点があれば調査審議いただき、改善に繋がってください。また、その結果について全ての労働者が確認できるようにしてください。  
衛生委員会等が設置されていない事業場においては、事業者による自主点検用に用いて下さい。  
※ 都道府県労働局、労働基準監督署に報告いただく必要はありません。

項	目	確認
1 感染予防のための体制		
	・事業場のトップが、新型コロナウイルス感染症の拡大防止に積極的に取り組むことを表明し、労働者に対して感染予防を推進することの重要性を伝えている。	はい・いいえ
	・事業場の感染症予防の責任者及び担当者を任命している。(衛生管理者、衛生推進者など)	はい・いいえ
	・会社の取組やルールについて、労働者全員に周知を行っている。	はい・いいえ
	・労働者が感染予防の行動を取るよう指導することを、管理監督者に教育している。	はい・いいえ
	・安全衛生委員会、衛生委員会等の労使が集まる場において、新型コロナウイルス感染症の拡大防止をテーマとして取り上げ、事業場の実態を踏まえた、実現可能な対策を議論している。	はい・いいえ
	・職場以外でも労働者が感染予防の行動を取るよう感染リスクが高まる「5つの場面」や「新しい生活様式」の実践例について、労働者全員に周知を行っている。	はい・いいえ
	・新型コロナウイルス接触確認アプリ(COCoA)を周知し、インストールを労働者に勧奨している。	はい・いいえ
2 感染防止のための基本的な対策		
(1) 事業場において特に留意すべき事項である「取組の5つのポイント」		
	・「取組の5つのポイント」の実施状況を確認し、職場での対応を検討の上、実施している。	はい・いいえ
(2) 感染防止のための3つの基本：①身体的距離の確保、②マスクの着用、③手洗い		
	・人との間隔は、できるだけ2m(最低1m)空けることを求めている。	はい・いいえ
	・会話をする際は、可能な限り真正面を避けることを求めている。	はい・いいえ
	・外出時、屋内にいるときや会話をするとき、症状がなくてもマスクの着用を求めている。 ※熱中症のリスクがある場合には、6についても確認してください。	はい・いいえ
	・手洗いは30秒程度かけて水と石けんで丁寧に洗うことを求めている(手指消毒薬の使用も可)。	はい・いいえ
	・その他( )	はい・いいえ

項	目	確認
(3) 三つの密の回避等の徹底		
	・三つの密(密集、密接、密閉)を回避する行動について全員に周知し、職場以外も含めて回避の徹底を求めている。	はい・いいえ
	・その他( )	はい・いいえ
(4) 日常的な健康状態の確認		
	・出勤前に体温を確認するよう全員に周知し、徹底を求めている。	はい・いいえ
	・入社時の確認や労働者の日々の体調を確認できるアプリの活用等により、全員の日々の体調(発熱やたるさを含む風邪症状の有無、味覚や嗅覚の異常の有無等)を確認している。	はい・いいえ
	・体調不良時には正直に申告しやすい雰囲気醸成し、体調不良の訴えがあれば勤務させないこと、正直に申告し休むことで不利益な扱いにしないことを、職場で確認している。	はい・いいえ
	・その他( )	はい・いいえ
(5) 一般的な健康確保措置		
	・長時間の時間外労働を避けるなど、疲労が蓄積しないように配慮している。	はい・いいえ
	・十分な栄養摂取と睡眠の確保について全員に周知し、意識するよう求めている。	はい・いいえ
	・その他( )	はい・いいえ
(6) 「新しい生活様式」の実践例で示された「働き方の新しいスタイル」の取組状況について		
	・「テレワークやローテーション勤務」を取り入れている。	はい・いいえ
	・「時差通勤でゆったりと」を取り入れている。	はい・いいえ
	・オフィスの人口密度を減らした「オフィスはひろびろと」を取り入れている。	はい・いいえ
	・「会議はオンライン」を取り入れている。	はい・いいえ
	・「名刺交換はオンライン」を取り入れている。	はい・いいえ
	・「対面での打合せは換気とマスク」を取り入れている。	はい・いいえ
(7) 新型コロナウイルス感染症に対する情報の収集		
	・国、地方自治体や一般社団法人日本渡航医学会や公益社団法人日本産業衛生学会等の公益性の高い学術学会等のホームページ等を通じて最新の情報を収集している。	はい・いいえ
	・その他( )	はい・いいえ
3 感染防止のための具体的な対策		
(1) 基本的な対策		
	・①換気の悪い密閉空間、②多くの人が密集、③近距離での会話や発声の「3つの密」を同時に満たす行事等を行わないようにしている。	はい・いいえ
	・上記「3つの密」が重ならなくても、リスクを低減させるため、出来る限り「ゼロ密」を目指している。	はい・いいえ
	・その他( )	はい・いいえ
(2) 換気の悪い密閉空間の改善		
	・季節に応じて、リーフレット「『換気の悪い密閉空間』を改善するための換気の方法」、「熱中症予防に留意した『換気の悪い密閉空間』を改善するための換気の方法」、「冬場における『換気の悪い密閉空間』を改善するための換気の方法」を参照し、適切に換気を行っている。	はい・いいえ
	・電車等の公共交通機関の利用に際し、窓開けに協力するよう全員に周知している。	はい・いいえ

項	目	確認
	・その他( )	はい・いいえ
(3) 多くの人が密集する場所の改善		
	・業態に応じて可能な範囲で出勤を抑制するように努めている。	はい・いいえ
	・電車やバス等での他人との密着を防ぐため、時差通勤、自転車通勤、自家用車通勤などの活用を図っている。	はい・いいえ
	・テレビ会議やWeb会議の活用等により、人が集まる形での会議等をなるべく避けるようにしている。	はい・いいえ
	・対面での会議やミーティング等を行う場合は、マスクの着用を原則とし、人と人の間隔をできるだけ2m(最低1m)空、可能な限り真正面を避けるようにしている。	はい・いいえ
	・接客業等において、人と人が近距離で対面することが避けられない場所は、労働者にマスクを着用させ、人と人の間にアクリル板、不燃性透明ビニールカーテンなどで遮蔽するようにしている。	はい・いいえ
	・職場外(バスの移動等)でもマスクの着用や、換気、人との間隔を取る等、三つの密を回避するよう努めることとしている。	はい・いいえ
	・休憩時間の3密回避のため、労使協議の上、昼休みを時間差で設定している。	はい・いいえ
	・寄宿舎や社員寮等の労働者が集団で生活する場でも、三つの密(密集、密接、密閉)の回避をはじめとする基本的な感染防止対策を実施するよう、労働者に周知啓発を行っている。	はい・いいえ
	・その他( )	はい・いいえ
(4) 接触感染の防止について		
	・物品・機器等(例:電話、パソコン、デスク等)や治具・工具などについては、複数人での共用をできる限り回避している。共用する場合には使用前後での手洗いや手指消毒を徹底している。	はい・いいえ
	・自由に着席場所を選んで仕事を行うフリーアドレスを導入する場合には、使用前後での消毒、十分な座席間隔の確保、利用状況の記録等を実施することとしている。	はい・いいえ
	・事業所内で複数の労働者が触れることがある物品、機器、治具・工具等について、こまめにアルコール(容量%で60%以上)、界面活性剤、次亜塩素酸ナトリウム0.05%水溶液、有効塩素濃度80ppm以上(ジクロロイソシアヌル酸ナトリウムを水に溶かした製品の場合は100ppm以上)の次亜塩素酸水、又は遊離塩素濃度25ppm(25mg/L)以上の亜塩素酸水による消毒を実施することとしている。 ※人がいる環境に、消毒や除菌効果を謳う商品を空間噴霧して使用することは、眼、皮膚への付着や吸入による健康影響のおそれがあることから推奨されていません。	はい・いいえ
	・その他( )	はい・いいえ
(5) 近距離での会話や発声の抑制		
	・職場では、同僚を含む他人と会話する際には、大きな声を出さずに距離をなるべく保持するようにしている。	はい・いいえ
	・外来者、顧客、取引先との対面での接触や近距離での会話をなるべく避けるようにしている。	はい・いいえ
	・どうしてもマスクなしで1m以内で会話する必要がある場合は、15分以内に留めるようにしている。	はい・いいえ
	・粉じんや化学物質など、呼吸用保護マスクを装着する必要がある作業では、声で合図連絡する場合にはマスクを外さないように周知している。拡声器使用や伝声板付きのマスク採用が望ましい。	はい・いいえ
	・その他( )	はい・いいえ
(6) 共用トイレの清掃等について		
	・不特定多数が接触する場所は、清拭消毒を行うこととしている。	はい・いいえ
	・トイレの床や壁は次亜塩素酸ナトリウム0.1%水溶液、又は遊離塩素濃度100ppm(100mg/L)以上の亜塩素酸水で手袋を用いて消毒する。	はい・いいえ

項	目	確認
	・トイレの蓋を閉めて汚物を流すように表示している。(便器内は通常の清掃でよい)	はい・いいえ
	・ペーパータオルを設置するか、個人ごとにタオルを準備する。	はい・いいえ
	・その他( )	はい・いいえ
(7) 休憩スペース等の利用について		
	・一度に休憩する人数を減らし、対面で食事や会話を控え、長居しないようにしている。	はい・いいえ
	・休憩スペースは常時換気することに努めている。	はい・いいえ
	・休憩スペースの共有する物品(テーブル、いす、自販機ボタン等)は、定期的に消毒をしている。	はい・いいえ
	・休憩スペースへの入退室の前後に手洗い又は手指の消毒をさせている。	はい・いいえ
	・社員食堂での感染防止のため、座席数を減らす、座る位置を制限している、マスクを外したままの談笑を控えるよう注意喚起している、昼休み等の休憩時間に幅を持たせている、などの工夫をしている。	はい・いいえ
	・社員食堂では感染防止のため、トンぐやポットなどの共用を避けている。	はい・いいえ
	・喫煙所では同時に利用する人数に制限を設け、手指消毒後に十分乾いてから喫煙するよう指導し、会話をせず喫煙後は速やかに立ち退くことを、利用者に周知し、徹底している。	はい・いいえ
	・その他の共有の施設について、密閉、密集、密接とならないよう利用方法について検討している。	はい・いいえ
	・その他( )	はい・いいえ
(8) ゴミの廃棄について		
	・鼻水、唾液などが付いたゴミ(飲用後の紙コップ、ビン、缶、ペットボトルなどを含む)は、ビニール袋に入れて密閉して廃棄することとしている。	はい・いいえ
	・ゴミを回収する人は、マスク、手袋、保護メガネを着用することとし、作業後は必ず石けんと流水で手洗いをする事としている。	はい・いいえ
	・その他( )	はい・いいえ
4 配慮が必要な労働者への対応等		
	・風邪症状等が出た場合は、「出勤しない・させない」の徹底と、かかりつけ医等の地域で身近な医療機関への電話相談を求めている。	はい・いいえ
	・高齢者や基礎疾患(糖尿病、心不全、慢性呼吸器疾患、慢性腎臓病、高血圧症、がんなど)を有する者などの重症化リスク因子を持つ労働者及び妊娠している労働者や同居家族(同居者)にそうした者がいる労働者については、本人の申出及び産業医等の意見を踏まえ、感染予防のための就業上の配慮(テレワークや時差出勤等)を行っている。	はい・いいえ
	・特に妊娠中の女性労働者が、医師又は助産師からの指導内容について「母健連絡カード」等で申し出た場合、産業医等の意見も勘案の上、作業の制限または出勤の制限(在宅勤務又は休業をいう。)の措置を行っている。	はい・いいえ
	・テレワークを行う場合は、業務とプライベートの切り分けに留意し、上司や同僚とのコミュニケーション方法を検討し、在宅勤務の特性も理解したうえで、運動不足や睡眠リズムの乱れやメンタルヘルスの問題が顕在化しやすいことを念頭において就業させている。	はい・いいえ
	・その他( )	はい・いいえ
5 新型コロナウイルスの陽性者や濃厚接触者(以下「陽性者等」)が出た場合等の対応		
(1) 陽性者等に対する不利益取扱い、差別禁止の明確化		
	・新型コロナウイルスの陽性者等であると判明しても、解雇その他の不利益な取扱いを受けないこと及び差別的な取扱いを禁止することを全員に周知し、徹底を求めている。	はい・いいえ



項	目	確認
(2)陽性者等が出た場合の対応		
	・新型コロナウイルスに陽性であると判明した場合は、速やかに事業場に電話、メール等により連絡することを全員に周知し、徹底を求めている。	はい・いいえ
	・新型コロナウイルスに陽性であると判明した第三者との濃厚接触があり、保健所から自宅待機等の措置を要請された場合は、速やかに事業場に電話、メール等により連絡することを全員に周知し、徹底を求めている。	はい・いいえ
	・新型コロナウイルスに陽性であるとの報告を受け付ける事業場内の部署(担当者)を決め、全員に周知している。また、こうした情報を取り扱う部署(担当者)の取り扱い範囲とプライバシー保護のルールを決め、全員に周知している。	はい・いいえ
	・新型コロナウイルスに陽性である者と濃厚接触した者が職場内にいた場合にどのような対応をするかルール化し、全員に周知している。	はい・いいえ
	・職場の消毒等が必要になった場合の対応について事前に検討を行っている。	はい・いいえ
	・その他( )	はい・いいえ
(3)その他の対応		
	・濃厚接触者への対応等、必要な相談を受け付けてくれる「保健所」、「帰国者・接触者相談センター」等を確認してある。	はい・いいえ
	・事業場内の診療・保健施設で体調不良者を受け入れる場合は、事業場内での感染拡大の原因となる可能性があることに留意し、医療従事者は標準予防策を遵守し、適切な感染予防体制(受診者のマスク着用、待合や動線を分ける、受診者が一定の距離を保てるよう配慮するなど)を実行している。	はい・いいえ
	・クラスター発生時等に濃厚接触者等の特定のために保健所から従業員の情報を求められた場合に備え、日々雇用の者を含む全ての従業員について、電話番号等を含めた連絡先を名簿等の形で把握している。	はい・いいえ
	・その他( )	はい・いいえ
6 熱中症の予防(※暑熱作業があるなど熱中症のリスクがある場合に確認してください。)		
	・身体からの発熱を極力抑えるため、作業の身体負荷を減らすとともに、休憩を多くとることの重要性を周知している。	はい・いいえ
	・のどの渇きを感じなくても、労働者に水分・塩分を摂取するよう周知し、徹底を求めている。 ※マスクで口が覆われることにより、のどの渇きを感じにくくなる場合があります。	はい・いいえ
	・屋外で人と十分な距離(少なくとも2m以上)が確保できる場合で、大声を出す必要がないときには、マスクをはずすよう周知している。	はい・いいえ

※ ご不明な点がございましたら、お近くの労働局又は労働基準監督署の安全衛生主務課にお問い合わせください。

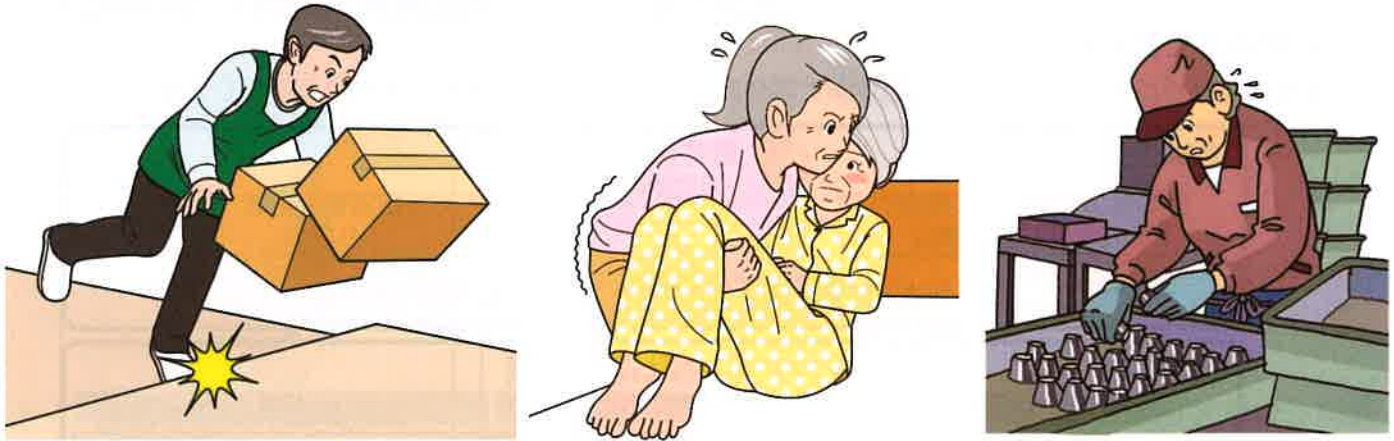
R3.7.2版

# 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。**



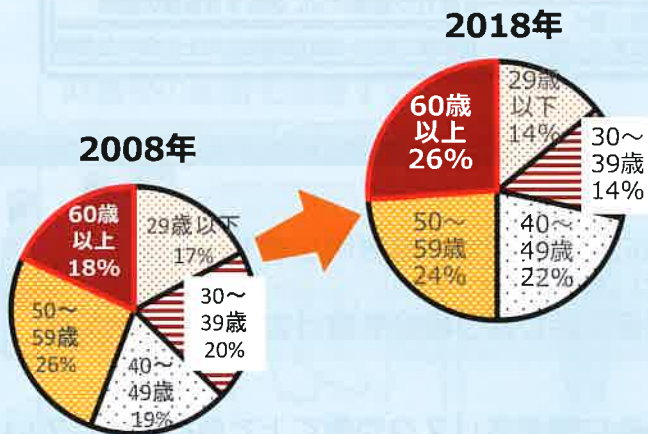
働く高齢者が増えています。60歳以上の雇用者数は過去10年間で1.5倍に増加。特に商業や保健衛生業をはじめとする第三次産業で増加しています。

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）>

## <年齢別・男女別の労働災害発生率 2018年>

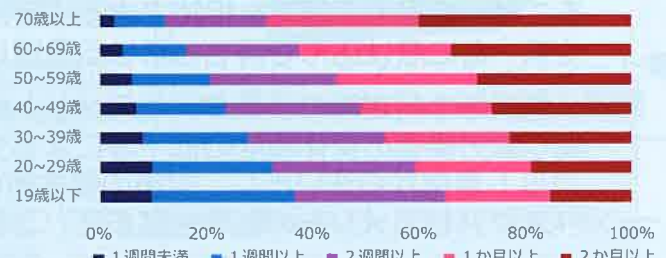
※労働者1000人当たりの死傷災害（休業4日以上）の発件数



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→

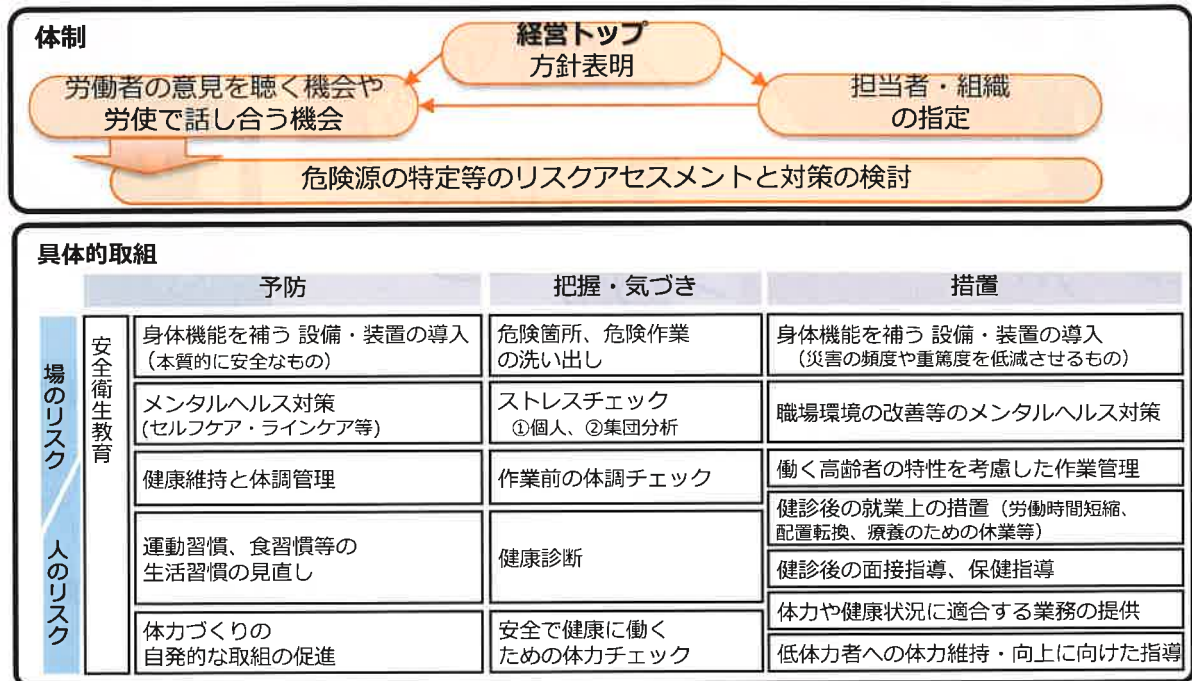
令和2年3月16日付け基安発0316第1号  
「高齢労働者の安全と健康確保のためのガイドラインの策定について」



## 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



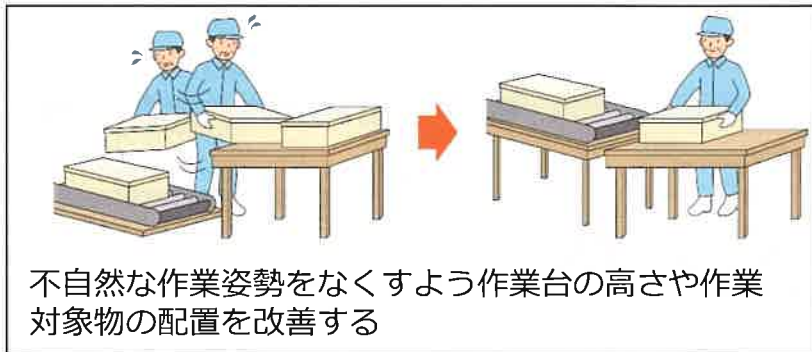
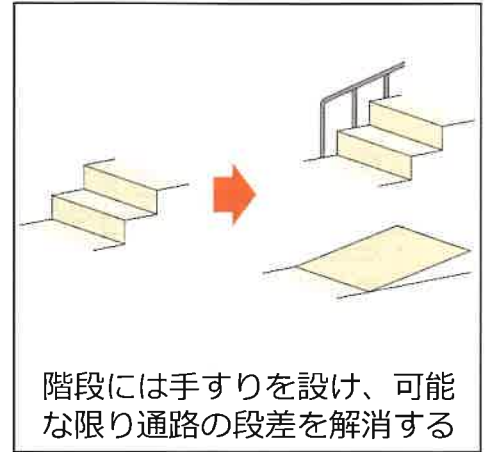
# ガイドラインの概要

## 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）

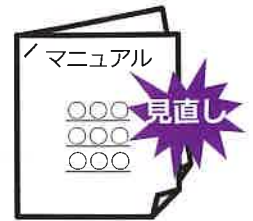
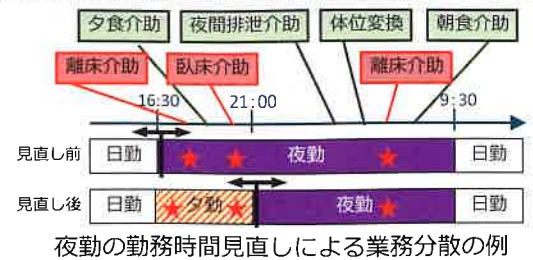
- ・ ゆとりのある作業スピード、無理のない作業姿勢等に配慮した作業マニュアルを策定します
- ・ 注意力や集中力を必要とする作業について作業時間を考慮します
- ・ 身体的な負担の大きな作業では、定期的な休憩の導入や作業休止時間の運用を図ります

##### <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



## 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→



### I 身体機能計測結果

#### ① 2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
結果	~1.24	1.25	1.39	1.47	1.66~
身長	~1.38	~1.46	~1.65		



#### 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	29	44	48~



#### ③ フังก์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)	~19	20	30	36	40~
	~29	~35	~39		



#### ④ 閉眼片足立ち（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 閉眼片足立ち（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		



身体機能計測の評価数字を  
血のレーダーチャートに黒字で記入

### II 質問票（身体的特性）

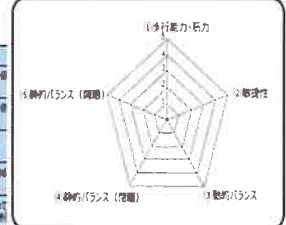
質問内容	あなたの回答NO	合符	評価	評値
1. 入浴中や、正座から立ち上がったとき、ふらつきがありますか				歩行能力
2. 両手に比べて片方の腕は力が弱いですか				静的バランス
3. 定期的な仕事に対する体の反応が早い/遅い/普通ですか				敏捷性
4. 歩行中、小歩、徐行に足を動かすのが得意/苦手/普通ですか				動的バランス
5. 両足で立つ時膝下を肩の高さまで上げられますか				静的バランス
6. 一歩踏み出した瞬間の上り、降り多歩行で足腰に多量に力が使えますか				動的バランス
7. 腰を曲げて中足で歩くのが得意/苦手/普通ですか				歩行能力
8. 電車で歩くと、つまずきやすくない/よくつまずく/普通ですか				静的バランス
9. 腰を曲げて中足で歩くのが得意/苦手/普通ですか				歩行能力

それぞれの評価結果を血のレーダーチャートに赤字で記入

合計点数	評値
2~2	1
4~5	2
6~7	3
8~9	4
10	5

### III レーダーチャート

評価結果を転記し線で結びます  
(Iの身体機能計測結果を黒字、IIの質問票（身体的特性）は赤字で記入)



## (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

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

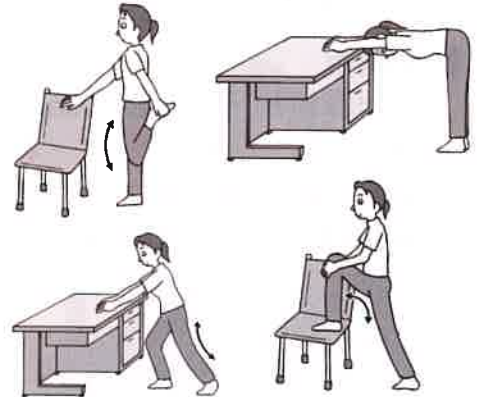
## ガイドラインの概要

### 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めます
- ・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めます



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、高年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歳以上の高年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

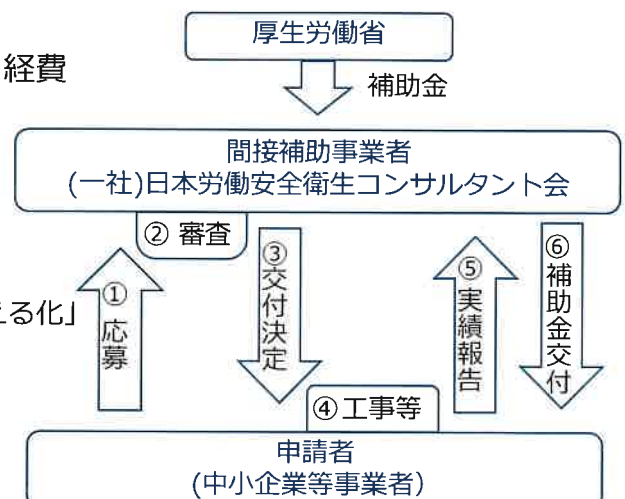
3 対象経費

高年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
  - ・高年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」
- 高年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。

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



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！

### 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



(R2. 6)

## ! 3つの転倒予防



転倒による労働災害は最も多く、**全体の約25%**

転倒によるケガの**約6割が休業1か月以上**のケガです!!

### 1 作業場所の 整理整頓



### 2 作業場所の 清掃



### 3 毎日の 運動



▶ 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？



厚生労働省では「STOP! 転倒災害プロジェクト」を推進しています。  
具体的な対策はこちらをチェック!



# あなたの職場は大丈夫？

転倒の危険をチェックしてみましょう！

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	通路や階段を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	靴は、すべりにくくちょうど良いサイズのものを選んでいませんか	<input type="checkbox"/>
5	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"/>
6	段差のある箇所や滑りやすい場所などに、注意を促す標識をつけていませんか	<input type="checkbox"/>
7	ポケットに手を入れたまま歩くことを禁止していますか	<input type="checkbox"/>
8	ストレッチや転倒予防のための運動を取り入れていますか	<input type="checkbox"/>
9	転倒を予防するための教育を行っていますか	<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！

# 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。

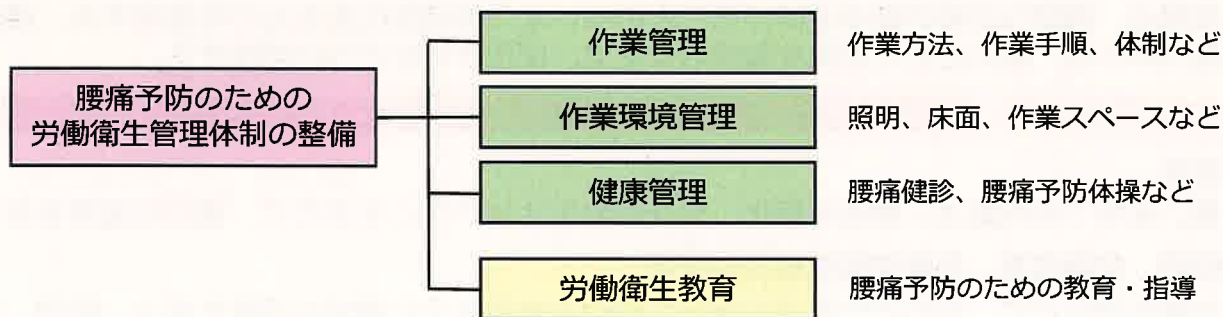
皆さまの事業所での腰痛予防対策に、ぜひ、お役立てください。

### 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するので、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。

### ■腰痛による退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ため、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。

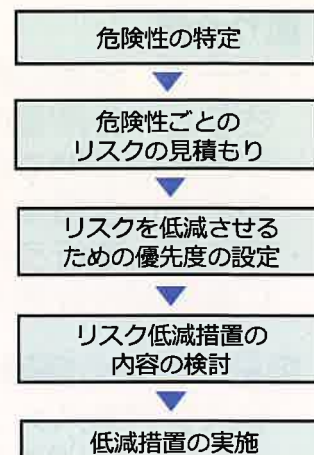
## リスクアセスメント・労働安全衛生マネジメントシステム

### ■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。

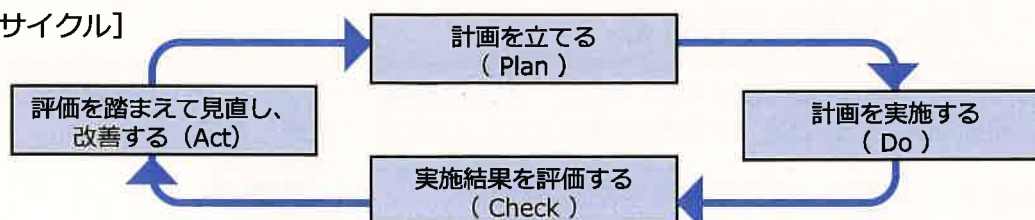


### ■労働安全衛生マネジメントシステム

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て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]



# 作業別 腰痛予防対策

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

労働者、  
雇用主の  
皆さまへ

# 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機会が多いのではないのでしょうか。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 1** 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、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 2** 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 3** 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

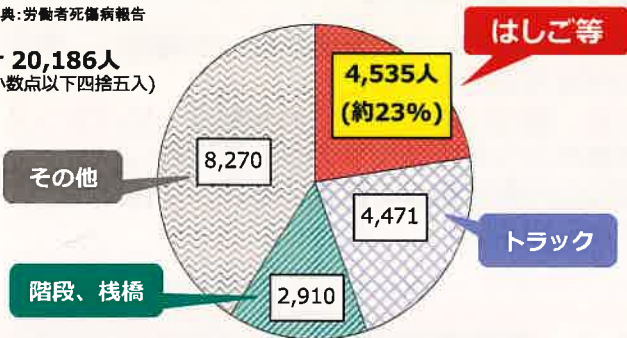
## 統計資料 「はしご等」に関する災害（死傷および死亡）

※「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)

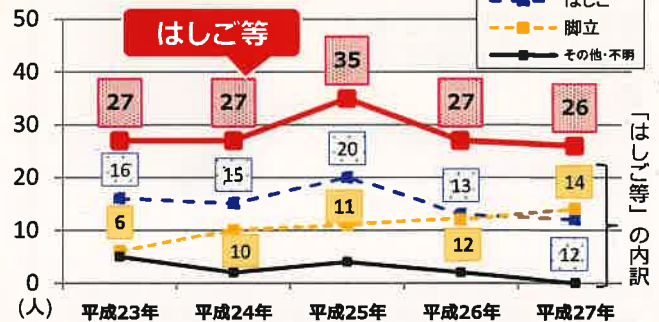
【墜落・転落による休業4日以上の被災労働者数】  
出典：労働者死傷病報告

計 20,186人  
(小数点以下四捨五入)



### 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

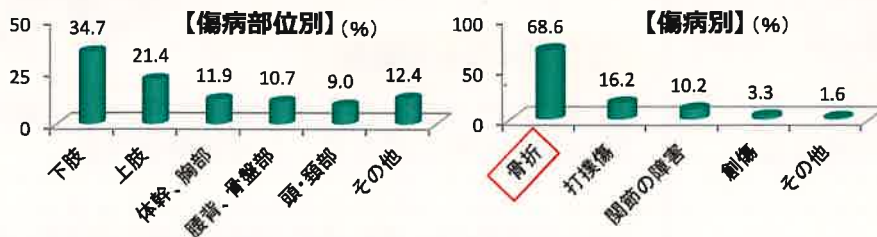


参考：労働安全衛生総合研究所による調査分析より

### 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。

参考：「管閑教，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」



### 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。

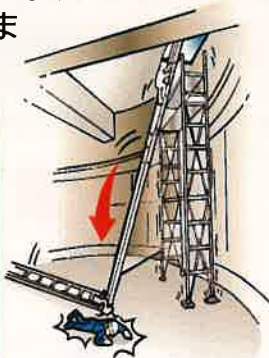


#### ワンポイント対策例

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、脚立にまたがった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**使用自体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)】



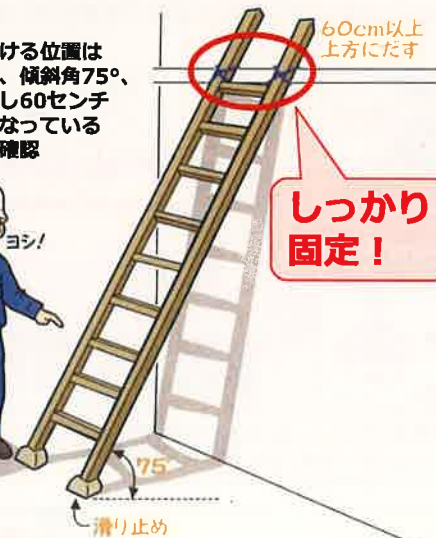
十分に検討しても他の対策が取れない場合に限って、  
はしごや脚立の使用を、安全に行ってください。

### 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

立てかける位置は水平で、傾斜角75°、突き出し60センチ以上となっていることを確認

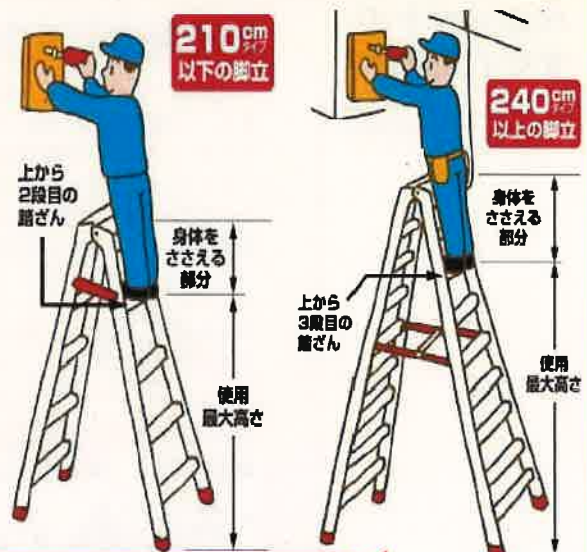


増設し呼称のポイント

「突き出し60センチ、75°立てかけ ヨシ!」

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）

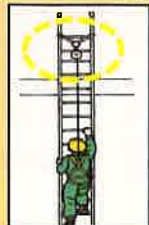
- 1 丈夫な構造
- 2 材料は著しい損傷、腐食等がない
- 3 脚と水平面との角度を75度以下とし、折りたたみ式のもの、角度を確実に保つための金具等を備える
- 4 踏み面は作業を安全に行うため必要な面積を有する

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）

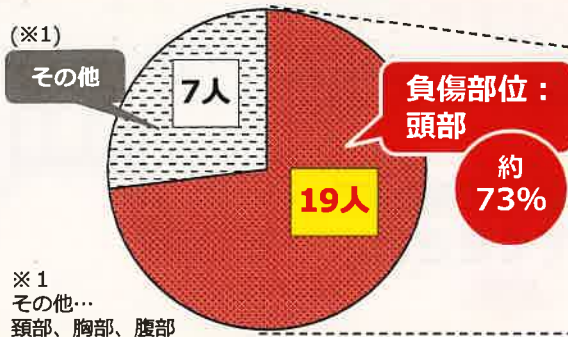


# ポイント3 必ず墜落時保護用のヘルメットを着用して下さい

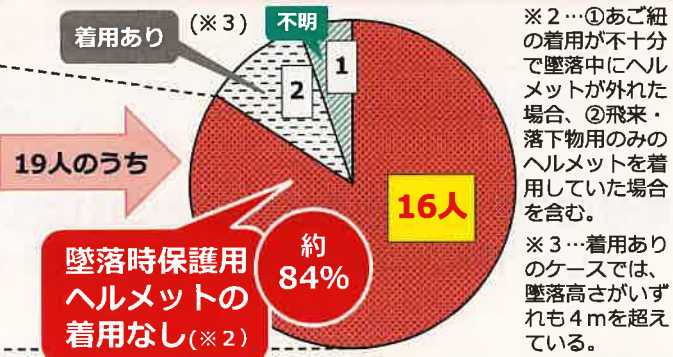
参考

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：災害調査使命書

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）】



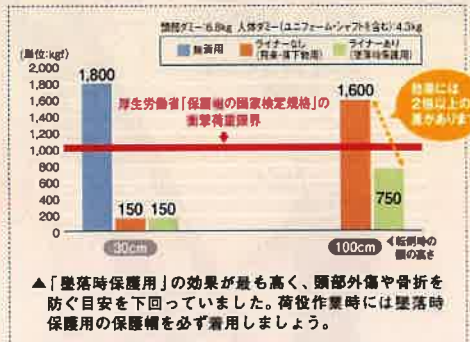
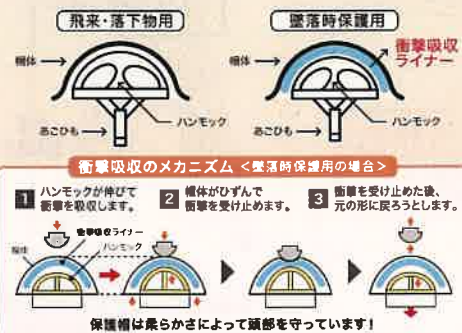
## ヘルメットのすぐれた効果

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」に合格した製品を言います。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まれます。

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。



■保護帽に関する詳細な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」P3

必ず保護帽を着用！



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

着用時 5つのポイント

- 「墜落時保護用」を使用すること
- 傾けずに被ること
- あご紐をしっかりと、確実に締めること
- 破損したものは使わないこと
- 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「国家検定合格標章」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脱落しにくくなります！

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)

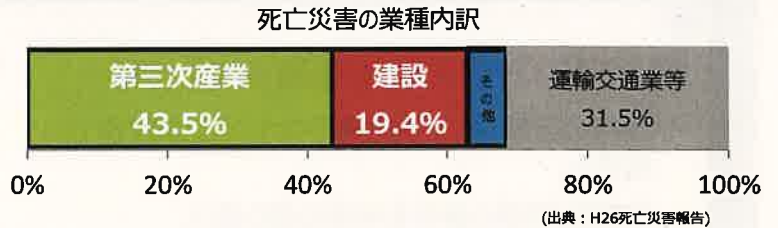
# 交通労働災害を防止するために

交通労働災害は、労働者による死亡災害の約2割を占めています。いわゆる青ナンバーと呼ばれる事業用自動車に限らず、さまざまな業種に携わる労働者に起きており、ひとたび被災すると重大な災害につながるおそれがあります。

交通労働災害を減らすためには、トラックやバス・タクシーの運転業務に従事するドライバーだけでなく、移動や送迎、配達などのために**自動車・バイク・原動機付自転車の運転業務に労働者を従事させるすべての事業者**が安全への取組を行う必要があります。**交通労働災害防止のためのガイドライン**に基づく対策を進めるほか、**視認性の向上**や**季節・天候**などへの配慮も必要です。

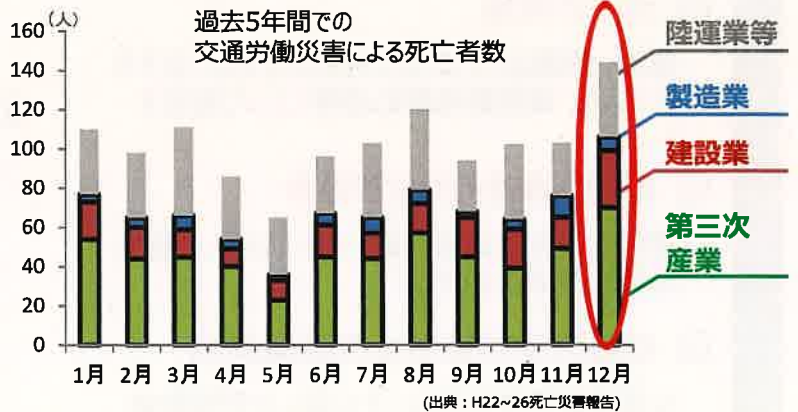
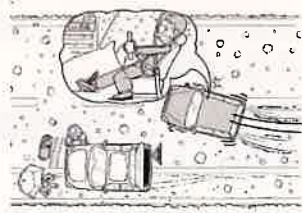
## 交通労働災害の6割以上は運輸交通業以外で発生！

交通労働災害の4割以上が顧客先の訪問中など第三次産業で、約2割が労働者の送迎中など建設業で発生しており、交通運輸業でない労働者の皆さまにも、交通労働災害防止対策が必要です。



## 交通労働災害は12月に多く発生！

交通労働災害による死亡事例は、12月に多く発生しています。積雪や路面凍結の情報に注意するなど、季節に応じた交通労働災害防止対策が必要です。



## <災害事例>

原付で訪問途中 (1名死亡)	現場へ向かう途中 (7名負傷)	施設利用者送迎中 (1名死亡6名負傷)	新聞配達の自転車 (1名死亡)
訪問介護のため利用者宅から事務所へ原付で移動する途中、右側方を走るトラックと接触。その後トラックの後輪にひかれ、30分後に死亡。	早朝、労働者8名を乗せ建設現場に自動車2台で向かう途中、1台がゆるいカーブの凍結した路面でスリップしガードレールに激突。避けようとした後続車も対向車線に飛び出し路肩から転落。	事務所から介護サービス利用者宅に利用者を送迎中、信号がなく見通しの悪い交差点に一時停止せずに進入し、左側から来たトラックと衝突。利用者1名が死亡、労働者2名を含む6名が重軽傷。	夜明け前に新聞配達のため自転車で国道を斜めに横断中、交差点を青信号で進入してきた大型トラックと衝突し死亡。なお、被災者は安全ベストや保護帽を着用していなかった。

# すべてのドライバーを交通労働災害から守るために

## 二輪車に必要な配慮

### ☑ 二輪車運転対策

- ・「安全ベスト」、「ヘルメット」の着用を徹底する。
- ・雨天時のマンホールなどの上でのスリップや巻き込み事故など、二輪車運転時の危険性などについて教育する。

## 特に冬期に必要な配慮

### ☑ 視認性向上

- ・他車両からの視認性向上のため、早朝、夕方早めの点灯を励行。

### ☑ 季節・天候対策

- ・積雪や路面凍結などのついて、交通安全情報マップなどを活用し、情報提供を行い、「急ハンドル」「急ブレーキ」等急の付く動作やスピードの出しすぎに対して注意喚起する。

## 自動車などを利用する、すべての事業者に必要な配慮 (交通労働災害防止のためのガイドライン)

### ☑ 適正な労働時間等管理・走行管理

- ・走行の開始・終了や経路についての計画を作成する。
- ・早朝時間帯の走行を可能な限り避け、十分な休憩時間、仮眠時間を確保する。

### ☑ 点呼の実施

- ・疲労、飲酒などで安全な運転ができないおそれがないか、乗務開始前に点呼によって確認する。

### ☑ 荷役作業を行わせる場合

- ・運転者の身体負荷を減少させるため、必要な用具などを備え付ける。

### ☑ 交通労働災害防止の意識高揚

- ・交通事故発生状況などを記載した交通安全情報マップを作成する。
- ・ポスターや標語を掲示して、安全について常に意識させる。

### ☑ 教育の実施

以下を含め、雇入れ時などや日常の安全衛生教育を実施する。

- ・十分な睡眠時間の必要性の理解
- ・飲酒による運転への影響の理解
- ・交通危険予知訓練による安全確保
- ・交通安全情報マップによる実態把握

### ☑ その他

- ・交通労働災害防止のための管理者を選任し、目標を定める。
- ・運転者に対し、健康診断や面接指導などの健康管理を行う。
- ・異常気象や天災の場合、安全の確保のため走行中止、徐行運転や一時待機など、必要な指示を行う。
- ・自動車の走行前に自動車を点検し、必要に応じて補修を行う。

交通労働災害について、詳しくは以下のホームページをご覧ください。

■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  
<http://www.mhlw.go.jp/new-info/kobetu/roudou/gyousei/anzen/130912-01.html>

■職場のあんぜんサイト：交通労働災害の現状と防止対策  
<http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000093057.html>

交通労働災害防止のためのガイドライン

検索

交通労働災害の現状と防止対策

検索

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。

# 令和3年度 年末年始無災害運動実施要領

## 1 建 旨

年末年始無災害運動は、働く人たちが年末年始を無事故で過ごし、明るい新年を迎えることができるよう、事業場等の取組促進を図る趣旨で、昭和46年から厚生労働省の後援のもと中央労働災害防止協会が主催する運動で、本年で51回目を迎える。

わが国の労働災害は長期的には減少してきており、令和2年の死亡者数は602人で過去最少となった。しかし、死者数は高年齢労働者の労働災害、「転倒」や「動作の反動・無理な動作」による労働災害の増加に加え、新型コロナウイルス感染症の罹患による労働災害の増加により平成14年以降で最多となった。

また、本年上半期(1～6月)の労働災害の状況を見ると、林業以外すべての業種で労働災害が増加した。特に小売業、保健衛生業(社会福祉施設含む)、製造業を含む第三次産業の労働災害発生状況は昨年同時期より48.6%増となっており、事故の型別では「転倒」、「動作の反動・無理な動作」、「その他(住として感染症によるもの)」が目立つ。今後は、引き続き感染症対策を徹底しながら、事業活動を軌道に導いていくことが求められ、これまでは真なる「新しい生活様式」の下で労働者が生産性を高めつつ、安全かつ健康に働くことのできる職場環境・体制を早急に整備することが重要となる。

労働衛生の分野では、今年4月1日に発効した「特定化学物質」に加え、特定化学物質労働者予防規則(特化規則)により規制されることとなった。これは、金属アーク溶接等作業時に発生する溶接ヒュームにばく露されると、じん肺のほか、その中に含まれるマンガンによる神経障害や肺がん等の健康障害を引き起こすおそれがあることが明らかになったことによるものである。これにより、全体換気の義務、溶接ヒュームの濃度測定の実施、有効な呼吸用保護具の選択、使用時のばく露防止等が令和5年4月1日までに段階的に義務付けられるため、遅くはない実施が必要となる。また、高年齢労働者が安心して安全に働ける職場環境づくり、改正された「労働場」における労働者の健康維持増進のための指針(THP指針)による健康づくり、労働者健康総合推進法による職場におけるハラスメント防止対策の強化、石綿労働者予防規則の改正による解体工事等における石綿いすよ、労働災害を防止する上で重要な施策であり、これからの職場の安全と健康の確保に貢献する取り組みと併行して、徹底することが望まれる。

職場の安全と健康を確保するためには、経営者・労働者が一丸となつて安全衛生活動を推進し、災害のない職場環境を整えるためにも、一つひとつの作業を丁寧に確認し、次の作業に備えること、そして体調管理を万全にし、無理をしないことが大切である。とりわけ、昨年度から引き続き感染症対策を講じながら迎える年末年始は、休だしい中での大掃除や機械設備の保守点検、再稼働等の作業が多くなるほか、積雪や凍結による転倒滑り、各事業場においては、作業前点検の実施、作業手順や交通ルールへの遵守、非定常作業における安全確認の徹底、高所作業で使用するフルハーネス型安全装置止り器具の整備を含めた保護具の点検の実施、感染予防を含めた労働者の健康状態の確認などに全員で取り組むことが一層重要となる。

皆で力を合わせて無事に一年を締めくくり、明るい新年を迎えられよう、安全・健康への思いを新たにしたい。

このような状況を迎え、本年度の年末年始無災害運動は、**「年末年始も 安全作業 あなたが無事故の キーパーソン」**を標語として展開することとする。

## 2 実施期間

令和3年12月1日から令和4年1月15日までとする。

## 3 運動標語

「年末年始も 安全作業 あなたが無事故の キーパーソン」

## 4 主催者

中央労働災害防止協会

## 5 後援

厚生労働省

## 6 実施者

各事業場

## 7 主催者の実施事項

- ① 機関誌、ホームページ等を通じての広報
- ② 報道機関等を通じての周知
- ③ リーフレット等の制作および配布
- ④ 小冊子、ポスター、のぼり、デジタルコンテンツ等の頒布・配信

## 8 事業場の実施事項

- ① 経営トップによる安全衛生方針の決意表明
- ② リスクアセスメントおよび労働安全衛生マネジメントシステムの導入・定着
- ③ K Y (危険予知) 活動を活用した非定常作業における労働災害防止対策の徹底
- ④ フィルハネス型安全装置止り器具を含めた安全保護具・労働衛生保護具の点検・表示等の点検と整備・更新
- ⑤ 生保課員、安全確認員の研修を含めた化学物質管理の徹底
- ⑥ 化学物質のリスクアセスメントの実施を含めた化学物質管理の徹底
- ⑦ 金属アーク溶接等作業における健康障害防止措置の実施
- ⑧ 転倒・墜落・転落、はさまれ・巻き込まれ災害防止や懸吊り防止策の徹底
- ⑨ 火気の点検、確認など火安全管理の徹底
- ⑩ 交通労働災害防止対策の推進
- ⑪ 安全衛生パトロールの実施
- ⑫ 機械設備に係る一斉検査および作業前点検の実施
- ⑬ 年末時期の大掃除等を実施および5Sの徹底
- ⑭ 年末時期の作業再開時の安全確認の徹底
- ⑮ 適量労働をしない・させない意識づくり
- ⑯ 高年齢労働者を含めた身体機能の維持向上のための健康づくり、健康的な生活習慣(睡眠、食事、運動等)に関する健康指導などの実施
- ⑰ 新型コロナウイルス感染症、インフルエンザ等の感染症拡大防止対策の徹底
- ⑱ 職場のハラスメント防止につながる取り組みの推進
- ⑲ 自然災害等に伴う復旧・復興工事等における労働災害防止対策の推進
- ⑳ 安全衛生の現場および年末年始無災害運動用ポスター、のぼり等の掲示
- ㉑ その他安全衛生意識高揚のための活動の実施

# 無災害運動

主唱 中央労働災害防止協会 後援：厚生労働省

年 未 年 始

令和3年度  
年末年始無災害運動標語  
**年末年始も 安全作業  
あなたが無事故の  
キーパーソン**



賛助会員募集中！  
研修会割引・定期刊行物・週刊見本品の送付、専用サイトの利用

最新の安全衛生 情報を配信！  
中災防メルマガ会員募集中  
無料 詳細は「中災防メルマガ」

全ての働く人々に安全・健康を - Safe Work, Safe Life -  
**JISHA 中災防**  
中央労働災害防止協会 (中災防)  
〒108-0014 東京都港区芝5-35-2 [TEL] 03-3452-6449 [FAX] 03-3453-8034  
※お問い合わせは総務部 広瀬課 [E-mail] kaho@jisha.or.jp  
[ホームページ] https://www.jisha.or.jp/

# 年末年始の災害防止を徹底しよう!

年末年始は慌ただしく、生活のリズムも変わりやすい時期です。安全で健康に一年を締めくくり、新たな年をスタートできるように安全衛生活動のポイントを紹介します。

## 非定常作業時の災害を防ぐ!

大掃除などで一旦に設備を停止した上で点検や修理を行う「非定常作業」では、見過されやすいミスなどの災害に特に注意が必要です。

### 事前準備

作業計画書の作成、作業の手順・方法の決定などを協力会社や安全衛生担当部門関係者が事前に行った上で、リスクアセスメントも実施して調整しましょう。

### 作業開始前ミーティング

作業の進め方、合図の方法、禁止事項などを確認し、リスク情報を共有しましょう。新型コロナウイルス等への感染防止対策や必要な保護具の着用の確認も忘れずに。



- 1 起動スイッチ等に施設。複数人で作業する際は各作業者が自分のキーを持つ(ロックアウト)。
- 2 暗い場所は補助照明などで適正な照度を保つ。
- 3 動力を遮断し(電源を切り)、機械設備を完全に停止させ、操作盤等の近くに「点検中」のための操作禁止などの表示をする。
- 4 チェックリストなどを使って漏れなく点検。指差し呼称で手順や安全の状態を確認する。

作業中に不測の事態が生じたら、作業を中断して作業指揮者に報告

台図は大きな声でハッキリと決められた方法で

### 作業が終了したら...

無効にした安全装置、取り外した安全カバーなどをとに戻して、作業場を整理・整頓。七セリ・ハット情報などがあれば、作業指揮者に報告。

## 脚立作業のポイント



- 1 天板の上に乗らない、脚立にまたがらない。
- 2 足置板や保護手袋を着用する。
- 3 壁や天井に足を踏む、足を踏むと、天板に当って体が安定させる。つま先立ちが危険!
- 4 周囲に「作業中」などの注意喚起の表示をする。
- 5 脚立は原則として2m未満のものを使う。脚部に滑り止めが付いた脚立を使用し、閉せ止め金を確実にロックする。

## 感染症予防対策の徹底

新型コロナウイルス感染症拡大防止のためのチェックリストなどを活用し、3密(密閉空間・密集場所・密接場面)を避けながら、効果的に作業を進めることが大切です。



## 物の置き方・持ち方・運び方に注意!

年末年始の作業中は、動かす物も増えます。転倒、衝突などの災害につながる不安定な行動をとっていないか、通路の安全が確保されているかなどを確認しましょう。



### チェックしてみよう! 例えば...

- 通路や出入口、階段などに物を放置していないか
- 床、通路などの水、油、粉塵はその都度取り除かれているか
- 安全に移動できるように十分な明るさ(照度)が確保されているか
- 台車などは、荷が傾けたりしないよう安全に使用しているか
- 階段の滑り止めは外れていないか
- 段差のある箇所や滑りやすい場所に、注意を促すステッカー(標識)を掲示しているか
- 作業物の圧がすり減って滑りやすい状態になっていないか
- 転倒などを予防するための教育を行っているか

## 冬季の安全運転

交通事故は年の後半に多くなる傾向にあり、特に12月に多発しています。一人ひとりが安全運転を心がけるとともに、毎日のミーティングなどでも繰り返し注意喚起しましょう。

### 出発前の準備

・目的地方面の交通情報や降雪など気象情報を収集。タイヤの摩耗状態、燃料の補給、タイヤチェーンの正しい使い方を事前に確認。冬タイヤでも走行困難になることがあるため、タイヤチェーンは必ず持ち出す。

### 「急」のつく運転を選択する

・急ハンドル、急ブレーキ、急発進などは、ズボンやスーツの原因になる。時間と心に余裕を持つ!

### 凍結しやすい場所に注意

・橋の上、日の当たらない道路、交差点やカーブの手前などは凍結しやすいので、あらかじめスノーボードを落として徐行運転する。



## 「年末年始無災害運動」関連 中災防図書・用品



ご購入はコチラ

<https://www.jisha.or.jp/order/index.php>  
TEL 03-3452-6401 FAX 03-3452-2480

