

\* この動画は、「VOICEVOX剣崎雌雄」  
を使用して作成しています。



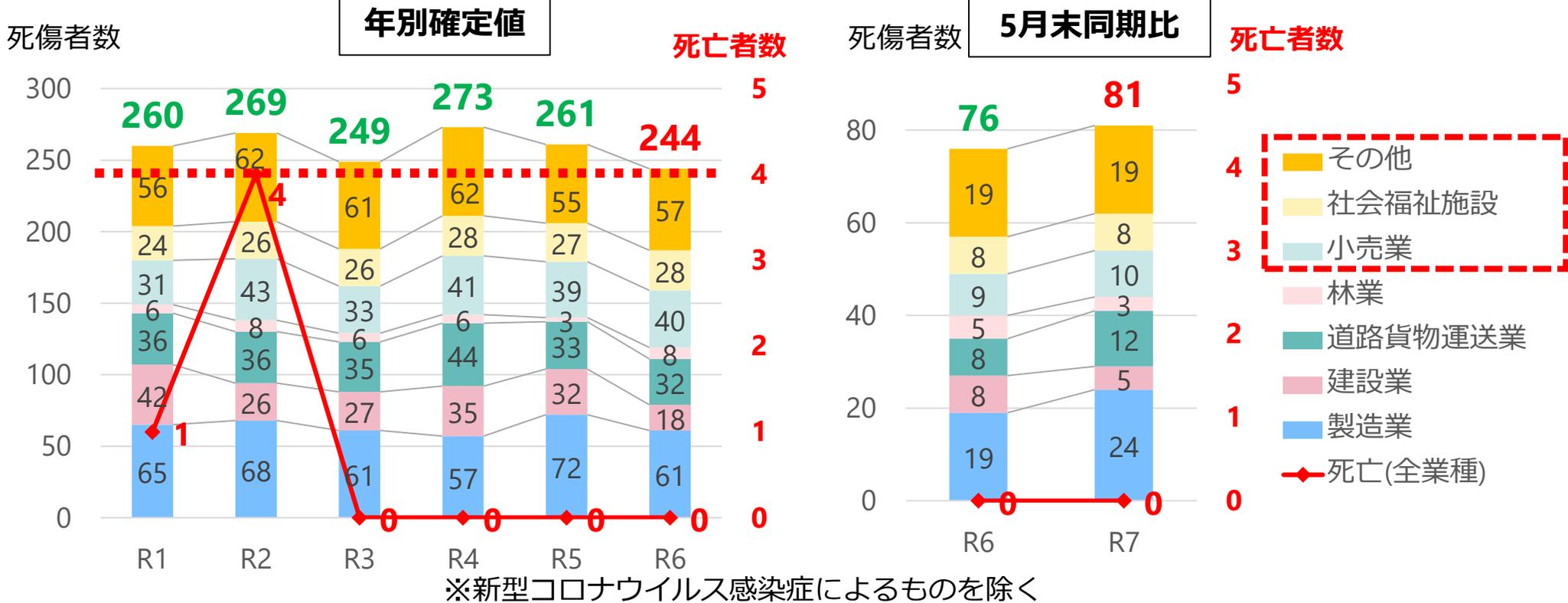
## 介護事業における労働災害防止について

- ・ 労働災害発生状況
- ・ 行動災害防止、高年齢者労働災害防止のために
- ・ トピックス

松阪労働基準監督署 安全衛生課

# 労働災害発生状況

## 松阪署 死傷災害(休業4日以上)発生件数の推移【業種】



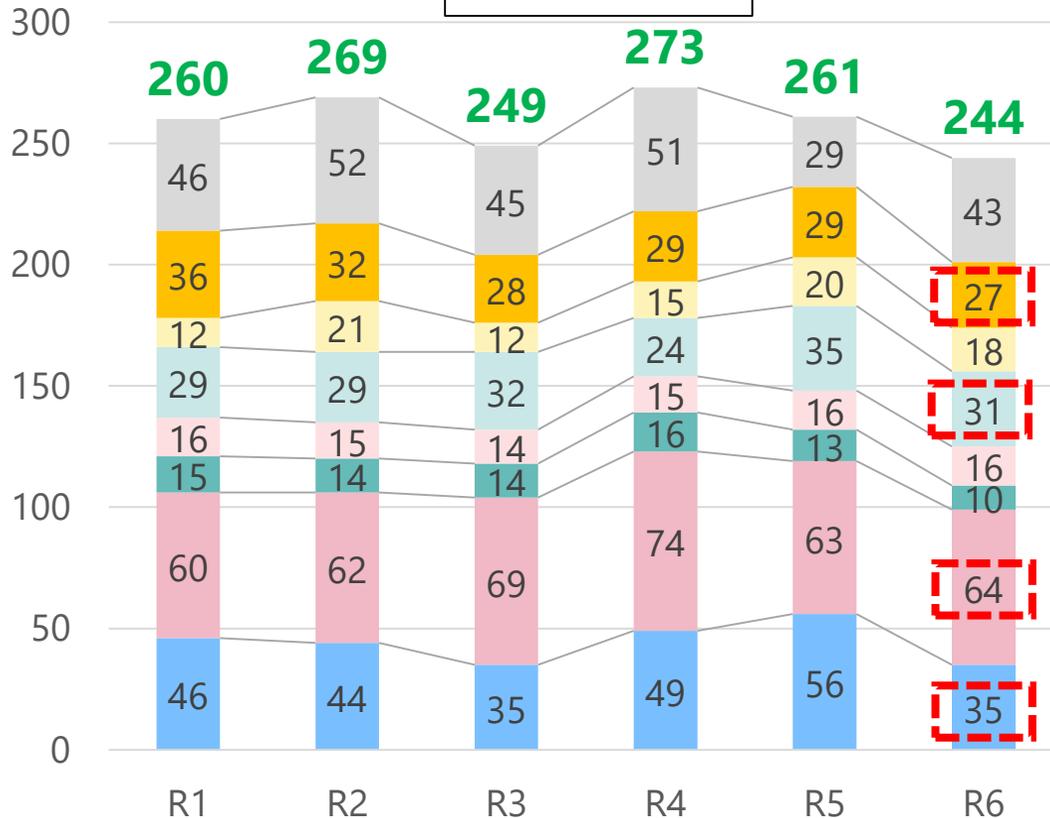
ここ数年減少傾向にある。R5→R6は**17人減少(-6.5%)**。  
**製造業(-15.3%)・建設業(-43.8%)**で減少した一方、**林業は増加(+166.7%)**。  
 三次産業はほぼ横ばい。  
**目標は死亡災害ゼロ・死傷240人未満(アンダー240)**。

同期比でトータル**5人増加(+6.6%)**。  
**三次産業**はほぼ横ばい。  
 増加傾向にあるためアンダー240達成に向け一層の取り組みが必要だが、**死亡災害ゼロを継続中**。

# 労働災害発生状況

## 松阪署 死傷災害発生件数の推移(事故の型)

年別確定値

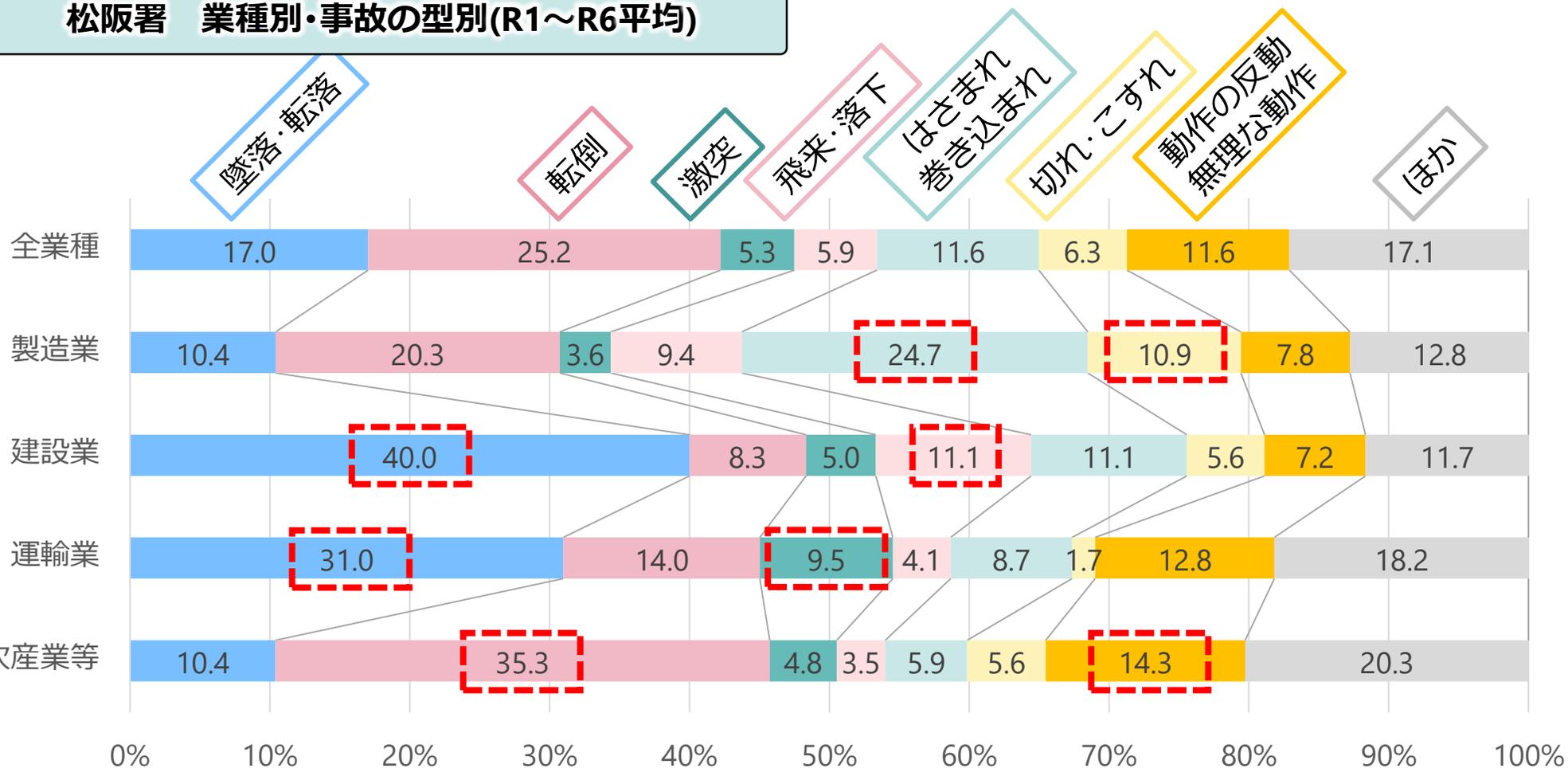


腰痛など

「転倒」は**25%前後**、「はさまれ・巻き込まれ」は**12%前後**で推移している。「墜落・転落」は**R5:21%→R6:14%**と減少。「動作の反動・無理な動作」は**11%前後**で推移している。

# 労働災害発生状況

松阪署 業種別・事故の型別(R1~R6平均)

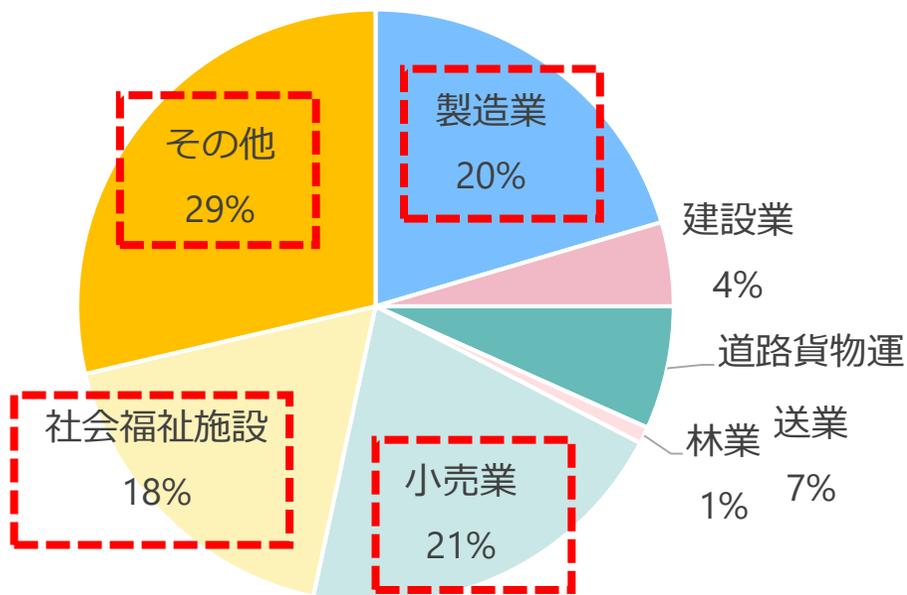


製造業でははさまれ・巻き込まれと切れ・こすれ、建設業では墜落・転落と飛来・落下、運輸業では墜落・転落と激突、三次産業では転倒と動作の反動・無理な動作が目立っている。

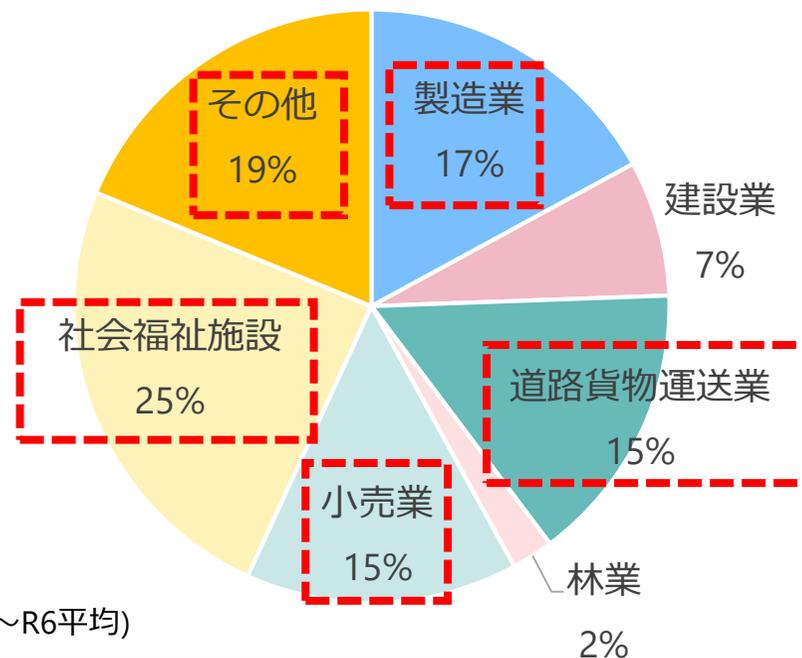
## 行動災害とは？

**転倒**、**動作の反動・無理な動作(腰痛)**など、**作業者の作業行動に起因する労働災害**のこと。近年増加傾向にあります。

転倒



動作の反動・無理な動作



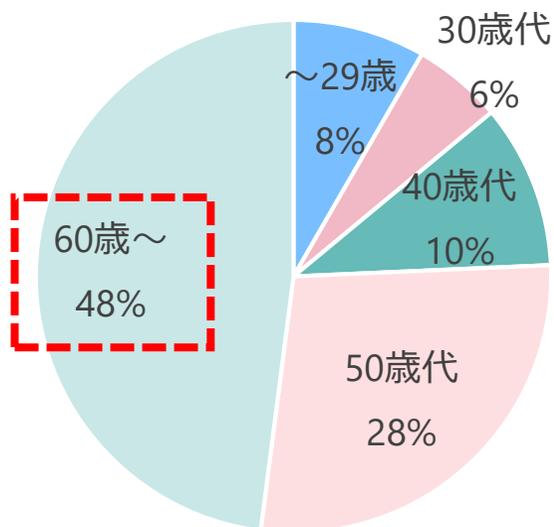
松阪署 死傷災害発生数(R1~R6平均)

**小売業、社会福祉施設**をはじめとした**三次産業等**や、**製造業、道路貨物運送業**での発生割合が高くなっています。

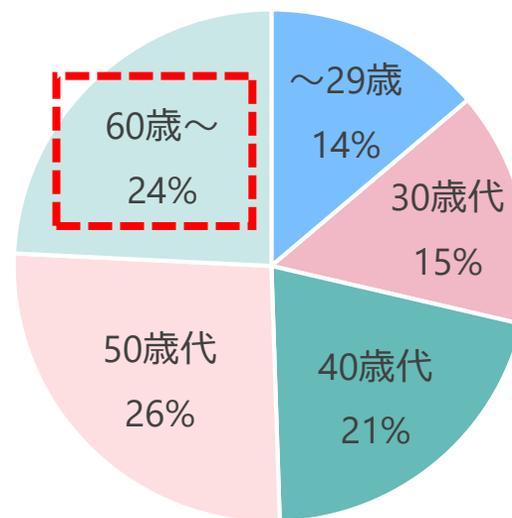
## 高年齢者労働災害

労働者の高齢化等に伴い、高年齢労働者(60歳以上)に係る労働災害も増加しています。

### 転倒



### 動作の反動・無理な動作



三重局 死傷災害発生数(R6)

高年齢労働者の割合は、**転倒の約1/2**、**動作の反動・無理な動作の約1/4**を占めます。一般的に加齢とともに筋力、平衡感覚、視力等の**身体機能が低下する**ため、そうした背景を含めた対策が求められます。

# 行動災害防止、高年齢者労働災害防止のために

## 転倒災害防止 ハード面の対策(つまずき)

### 通路の段差につまずく



- ▶ 事業場内の通路の段差の解消、「見える化」
- ▶ 送迎先・訪問先での段差等による転倒防止の注意喚起

### 設備、家具などに足を引っかける



- ▶ 設備、家具等の角の「見える化」

### 利用者の車椅子、シルバーカー、杖などにつまずく



- ▶ 介助の周辺動作のときも焦らせない
- ▶ 介助のあとは“一呼吸置いて”から別の作業へ

### 作業場や通路以外の障害物(車止め等)につまずく



- ▶ 適切な通路の設定
- ▶ 敷地内駐車場の車止めの「見える化」

### コードなどにつまずく



- ▶ 労働者や利用者の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、労働者に徹底させる

まずはつまずく原因となる**構造や物**の対策を検討しましょう。

# 行動災害防止、高年齢者労働災害防止のために

## 転倒災害防止 ハード面の対策(滑り)



### 凍結した通路等で滑る

- ▶ 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を設置する



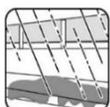
### 浴室等の水場で滑る

- ▶ 防滑床材の導入、摩耗している場合は施工し直す
- ▶ 滑りにくい履き物を使用させる
- ▶ 脱衣所等隣接エリアまで濡れないよう処置



### こぼれていた水、洗剤、油等(人為的なもの)により滑る

- ▶ 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の開放)



### 雨で濡れた通路等で滑って転倒

- ▶ 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
- ▶ 送迎・訪問先での濡れた場所での転倒防止の注意喚起

まずは滑る原因となる**環境や設備・物**の対策を検討しましょう。

## 行動災害防止 ソフト面の対策

### ➤ 加齢とともにすべての人が、転びやすくなります

✓ 転倒等リスク評価セルフチェック(次スライド)

✓ 「毎日かんたん！ロコモ予防」

<https://kennet.mhlw.go.jp/slp/event/locomo/index.html>

### ➤ 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**

✓ 骨粗鬆症予防も一緒に！「骨活のすすめ」

<https://www.youtube.com/watch?v=7XFok3vCDEs>



職場3分  
エクササイズ

# 行動災害防止、高年齢者労働災害防止のために

## 行動災害防止 ソフト面の対策

### 転倒等リスク評価セルフチェック票

近年増加傾向にある転倒災害の予防に向けて、自己評価と測定結果の差を認識することは重要です。集計等も可能な転倒等リスク評価セルフチェック票を作成しましたので御活用ください。

転倒等リスク評価セルフチェック票

氏名: \_\_\_\_\_ 性別: \_\_\_\_\_ 年齢: \_\_\_\_\_ 職種: \_\_\_\_\_

※ 転倒等リスク評価セルフチェック票は、転倒等リスク評価の結果を自己評価と測定結果の差を認識するために活用してください。

項目	自己評価	測定結果
1. 歩行時の姿勢		
2. 歩行時の足取り		
3. 歩行時の足裏		
4. 歩行時の足指		
5. 歩行時の足趾		

転倒等リスク評価セルフチェック票の自己評価結果をグラフ化した図表。中心から外へ進むほどリスクが高くなる。項目は歩行時の姿勢、足取り、足裏、足指、足趾。

転倒等リスク評価セルフチェック票

測定結果: 1. 歩行時の姿勢: \_\_\_\_\_ 2. 歩行時の足取り: \_\_\_\_\_ 3. 歩行時の足裏: \_\_\_\_\_ 4. 歩行時の足指: \_\_\_\_\_ 5. 歩行時の足趾: \_\_\_\_\_

※ 測定結果は、測定結果の差を認識するために活用してください。

QRコード

現状をチェックし、  
身体機能の維持向上  
に努めましょう。



## 腰痛の発生要因は？

[https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage\\_31158.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_31158.html)



### 要因1

#### 動作要因

動作要因とは、腰部に動的あるいは静的に加わる過度な負荷や負担

.....

例えば...

- 重量物を持ち上げる、押したり、引いたりするなどの重量物の扱いに関することや腰を深く曲げる、長時間同じ姿勢で仕事をするなどの作業動作や作業姿勢に関することがあげられます。



### 要因2

#### 環境要因

環境要因とは身体の寒冷ばく露、暗い照明、不良な作業床面や作業空間、不適切な機器や設備の配置

.....

例えば...

- 屋外の作業では身体が長い間寒冷にさらされる、「車輻運転などの全身振動に長時間さらされる、作業場所が狭くて窮屈である、機械や設備の配置が悪く、移動しづらい」などが、環境要因として考えられます。



## 要因3

## 個人的要因

個人的要因とは年齢、性別、体格や、骨粗しょう症などの既往症または基礎疾患の有無のような個人属性にかかわる要因

.....

例えば...



最近、年齢や体力面で、荷物の積み卸しがしんどくなってきた、腰が痛いときでもゆっくりと休むことができない、などが個人的要因です。それ以外にも、「ゆっくりと休憩できる設備がない」、「満足に仮眠できないため、睡眠が不十分であるなどの衛生施設の設置状況に関するものや、夜間勤務が長い、夜勤回数が多いなどの個人の勤務条件に関するものがあげられます。

動作・環境・個人の3要因から、作業管理・作業環境管理・健康管理を見直してみましよう。

次スライドからのチェックリスト・資料(URL先参照)をご参考に

# 行動災害防止、高年齢者労働災害防止のために

## 腰痛予防対策チェックリスト

<https://www.mhlw.go.jp/content/11300000/001465054.pdf>



### 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。

# 行動災害防止、高年齢者労働災害防止のために

## 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

- 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員に対しては、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。

作業管理・作業環境管理・健康管理の状況をチェックし、必要に応じて改善を検討しましょう。

# 行動災害防止、高年齢者労働災害防止のために

[https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage\\_31158.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_31158.html)

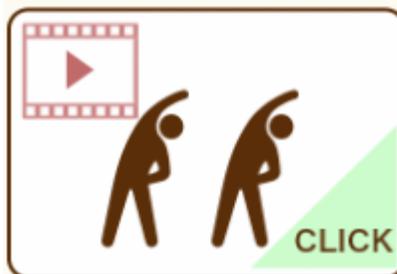
## 腰痛を防ぐ職場の 好事例集

腰への負担を減らした事例



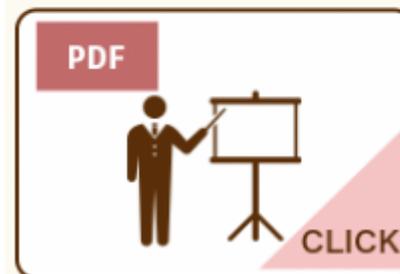
## 「いきいき健康健康体操」

転倒・腰痛を防止するために、  
日頃から行える体操  
(解説書つき)



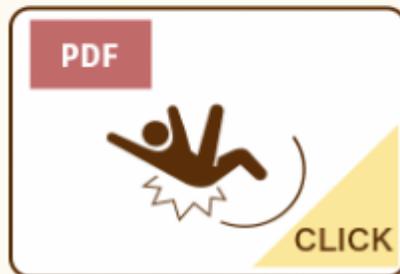
## 腰痛予防対策指針による 予防のポイント

改正ガイドラインの要点まとめ



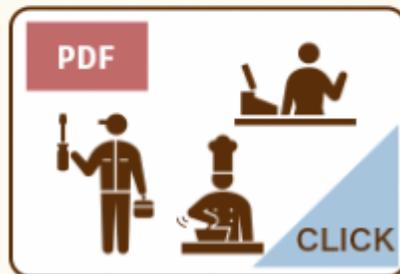
## 職場のリスクの見える化

小売、飲食、社会福祉施設での  
リスクアセスメントの進め方



## 第三次産業のための 安全推進者モデルテキスト

安全推進者を育てるための教材



## 働く人に安全で安心な 店舗・施設づくり 推進運動の先進的な取組事例集

小売、飲食、社会福祉施設での労災  
現象のための先進的な取り組み事例



## 働く人に安全で安心な 店舗・施設づくり推進運動

働く人に安全で安心な  
店舗・施設づくり推進運動の解説



## 行動災害防止、高年齢者労働災害防止のために

転倒しにくい・ケガしにくい身体をつくる

自身の身体機能の状況をチェック。

身体機能の維持向上のため、日頃から運動する習慣をつける。

20代、30代といった若年層の方も、将来に向けて日頃の運動を心がけましょう。

いつ始める？

今じゃろ！



2025年1月1日  
より

## 1. 対象の報告(8件)

- ① 労働者死傷病報告
- ② 事業の附属寄宿舍内での災害報告
- ③ 心理的な負担の程度を把握するための検査結果等報告
- ④ 定期健康診断結果報告
- ⑤ 有機溶剤等健康診断結果報告
- ⑥ 有害な業務に係る歯科健康診断結果報告
- ⑦ じん肺健康管理実施状況報告
- ⑧ 総括安全衛生管理者・安全管理者・衛生管理者・産業医選任報告

労基法関係の届出(36協定、1年  
変形等)はこの改正の対象外です。

特定化学物質健康診断結果報  
告書など、ここに挙げられて  
いない手続きも電子申請可能  
です。

### 電子申請可能な手続き一覧

<https://www.mhlw.go.jp/content/11200000/001281756.xlsx>  
([https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou\\_roudou/roudoukijun/denshishinsei.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou_roudou/roudoukijun/denshishinsei.html) より)



## 2. 電子申請の方法

- ① e-Gov 電子申請(<https://shinsei.e-gov.go.jp/>)から行う。
- ② 労働安全衛生法関係の届出・申請等帳票印刷に係る入力支援サービス(<https://www.chohyo-shien.mhlw.go.jp/>)から行う。

全ての手続きで「受付印のある控え」が発行されるわけではありません。あしからずご了承ください。

### 3. 電子申請における控えの受付印



安衛関係の電子申請って、36協定とかと違って、「受付印のある控え」がもらえないって聞きました...

2025年1月から、今回の義務化対象の手続きについて、「受付印のある控え」の発行が実装されます。



控えのイメージ

受付

令和6年11月7日

見本

監督署

#### 発行される手続き(2025.1~)

- ① 労働者死傷病報告
- ② 事業の附属寄宿舍内での災害報告
- ③ 心理的な負担の程度を把握するための検査結果等報告
- ④ 定期健康診断結果報告
- ⑤ 有機溶剤等健康診断結果報告
- ⑥ 有害な業務に係る歯科健康診断結果報告
- ⑦ じん肺健康管理実施状況報告
- ⑧ 総括安全衛生管理者・安全管理者・衛生管理者・産業医選任報告

#### 発行されない手続き(未実装)

- 共同企業体代表者選任・変更届
  - 免許申請関係
  - 機械等設置・移転・変更届
  - 事故報告
  - 検査申請関係
  - 健康診断結果報告(左記以外のもの)(特定化学物質、電離放射線、鉛、石綿など)
  - 有機則一部適用除外認定申請など許認可関係
  - 特定元方事業開始報告
- など

## 4. 経過措置

電子申請を行う端末等を所有していない等、電子申請を行う環境が整っていない場合も考えられることから、**当分の間**、経過措置として**書面による報告を行うことができる**。

とは言え...

手続きの電子化は今後も進むと思われ、**経過措置もいつまで続くかわかりません**。  
ぜひこの機に**e-Govの利用**を始めましょう。

**利用準備、操作方法等のお問い合わせ**は「**e-Gov サポートデスク**」へ。  
TEL: 050-3786-2225

受付時間

4月・6月・7月 平日 午前9時から午後7時まで 土日祝日 午前9時から午後5時まで  
5月・8月から3月 平日 午前9時から午後5時まで  
※土日祝祭日および、年末年始（12月30日～1月3日）は受付を休止いたします。

**お問い合わせフォーム**もあります。  
<https://www.e-gov.go.jp/contact> より



2025年6月1日  
より

## 1. 背景

熱中症のおそれがある労働者を**早期に見つけ**、その状況に応じ、**迅速かつ適切に対処**することにより**熱中症の重篤化を防止**するため。

## 2. 対象

WBGT 28度以上

又は

気温31度以上

で

連続1時間以上

又は

1日4時間超

の実施が見込まれる作業

基本的な考え方

見つける

(例)作業員の様子がおかしい…



判断する

(例)医療機関への搬送、救急隊要請



対処する

(例)救急車が到着するまで  
作業着を脱がせ水をかけ全身を急速冷却



### 3. 義務化されたこと

「熱中症の自覚症状がある作業員」や  
「熱中症のおそれがある作業員を見つけた者」が  
その旨を報告するための体制整備及び関係作業員への周知。

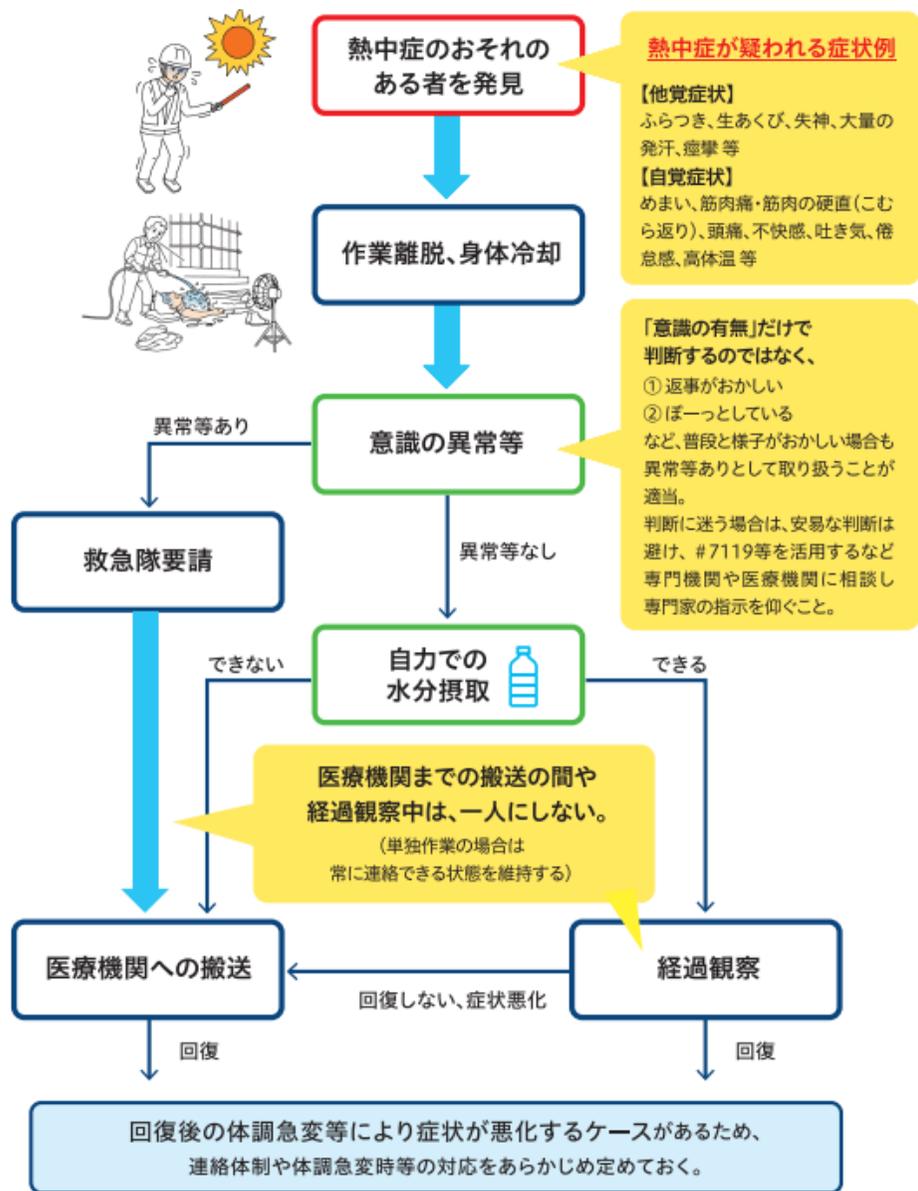
熱中症のおそれがある労働者を把握した場合に迅速かつ的確な判断が可能となるよう、

- ① 事業場における緊急連絡網、緊急搬送先の連絡先及び所在地等
- ② 作業離脱、身体冷却、医療機関への搬送等熱中症による重篤化を防止するために必要な措置の実施手順の作成及び関係作業員への周知

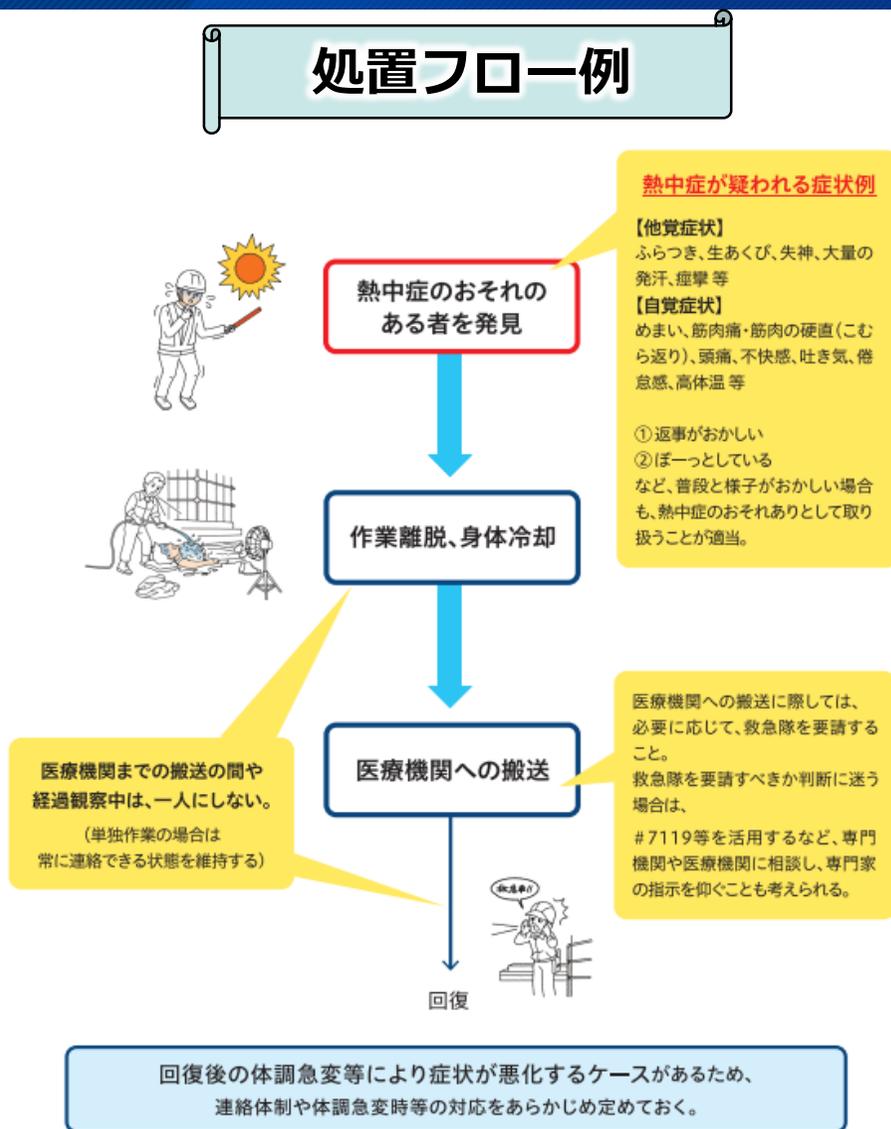
実は...

従前より「職場における熱中症予防基本対策要綱」にて一部対応をお願いしていた事項でもあります。

# トピックス 熱中症対策義務化



## 処置フロー例



“いつもと違う”と思ったら、**熱中症**を疑え

あれっ、  
何かおかしい

手足がふる

立ちくらみ・めまい

吐き気

汗のかき方がおかしい

汗が止まらない／汗がでない



これも  
初期症状

何となく  
体調が悪い

すぐに  
疲れる

あの人、  
ちょっとヘン

イライラしている

フラフラしている

呼びかけに反応しない

ボーッとしている

すぐに周囲の人や現場管理者に申し出る

とにかく早期発見！  
**一人作業**で**本人が通報できない**場合等、  
臨機応変な報告体制  
を設定しましょう！



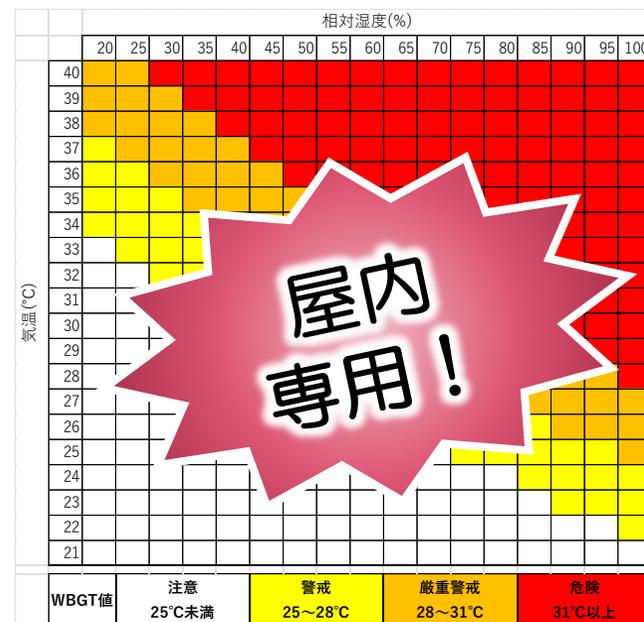
あわてず まっぞう

# トピックス STOP！熱中症 クールワークキャンペーン

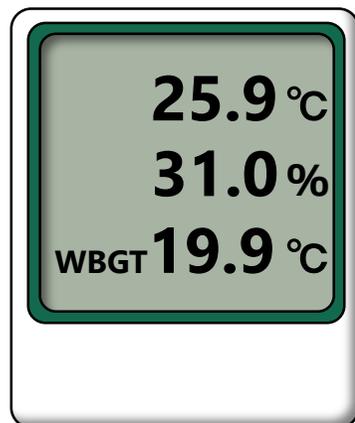
## 1. WBGT計の準備

- 湿度センサの**電子式WBGT指数計**(JIS B7922:2017)をお持ちの場合、規格が**2023年に改定**(日射環境での精度向上)されていますので、更新を検討してください。
- **黒球のないWBGT計**はJIS規格の要求精度を満たしていない可能性があります(特に**屋外**での計測)。
- WBGT簡易推定図は「**日射のない室内専用**」です(2021年改定)、**屋外**への適用はできません。

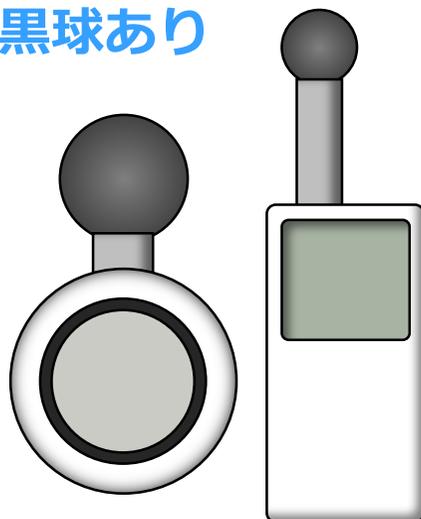
簡易推定図



黒球なし



黒球あり



## 2. 休憩所の設置

- 冷房を備え付けた休憩所の設置が難しい場合においても、単管、遮光ネット等で簡易な休憩所を作る、テントを設置する等により、**日差しを遮る**ことを念頭に対応しましょう。追加で**ミスト付き扇風機**、**横になれるベンチ**等を設置することも有用です。



厚労省ウェブサイト「あんぜんプロジェクト」より

## 3. 暑熱順化への対応

- 暑熱順化していると熱中症になりにくくなりますが、暑熱順化には**約1週間**かかり、**数日暑熱環境から離れるとリセットされてしまいます**。
- 暑熱順化していない作業者にいきなり長時間の暑熱作業をさせることを極力避け、作業時間、休憩時間、水分・塩分補給に留意しましょう。

**新規採用者や休み明け  
作業者の暑熱順化状況  
を把握しましょう！**

4. セルフチェック



熱中症の予備軍

『隠れ脱水症』のを見つけ方

爪押しでセルフチェック



手の親指の爪を逆の指でつまむ



つまんだ指を離したとき、白かった爪の色がピンクに戻るのに3秒以上かかれば脱水症を起こしている可能性があります

## 尿の色でセルフチェック

①

いい感じですよ。普段通りに水分をとりましょう。

②

問題はありませんが、もう少し給水しましょう(コップ1杯程度)。

③

1時間以内に約250mlの水分をとりましょう。  
屋外、あるいは発汗していれば500mlの水分をとりましょう。

④

今すぐ250mlの水分をとりましょう。  
屋外、あるいは発汗していれば500mlの水分をとりましょう。

⑤

今すぐ1000mlの水分をとりましょう。  
この色より濃い、あるいは赤/茶色が混じっているときは、  
脱水症状以外の問題が考えられます。すぐに病院に行きましょう。

身体の水分量が不足

②～⑤

水分を補給して  
身体の水分量を  
回復させましょう

⑤より濃いときは  
すぐに報告して下さい

#### 4. セルフチェック

- **持病**(糖尿病、高血圧、心疾患、慢性腎不全等)、**深酒**、**寝不足**、**朝食抜き**、**風邪**、**下痢**等、熱中症のリスクを引き上げる要素をセルフチェックし、該当する場合は管理者と相談しましょう。

乾く前に  
飲む!



あわてず まつぞう

ご安全に!



まつさか まもる