

# 福島冬季転倒災害防止運動 転ばないでね!



準備期間：令和3年11月1日～令和3年11月30日  
運動期間：令和3年12月1日～令和4年2月28日

いわき労働基準監督署

～ 滑り、つまずき、踏み外しのない職場づくりを目指して ～

いわき労働基準監督署管内の転倒災害は、全労働災害の約20%を占め、被災者数は令和2年では76人と多発しています。

過去5年間の転倒災害のうち、11月から2月までの冬季期間で約40%を占めます。

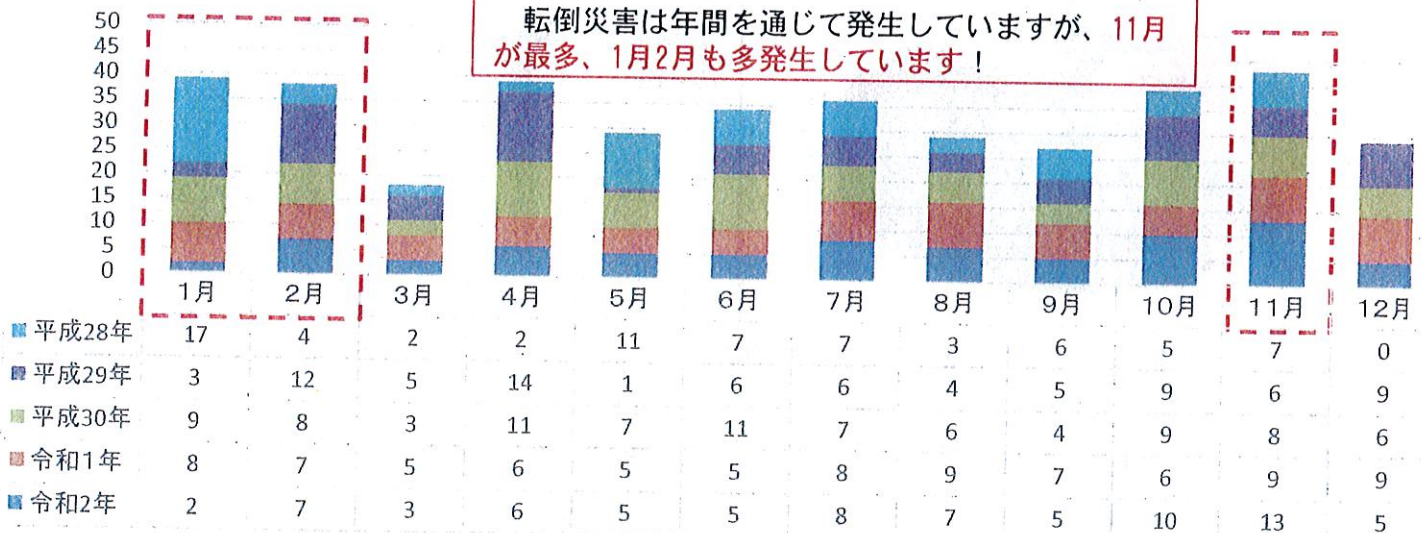
転倒災害を軽く考える方もいますが、被災者の50%以上が休業1か月以上となっており、中には6か月以上の休業を要することもある重篤な災害です。

今後、冬場を迎え、転倒リスクが高まることが予測されます。

各事業場において、転倒災害防止対策を徹底し、安心して働ける職場環境を目指しましょう。

過去5年月別転倒災害発生状況

転倒災害は年間を通じて発生していますが、11月が最多、1月2月も多発しています!



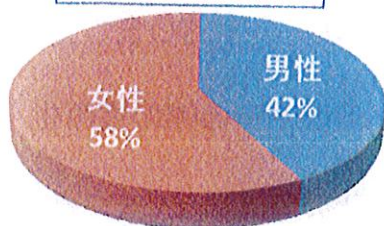
## ～ 働く女性の転倒災害を防止しよう ～

転倒災害は女性の被災者が多く発生しています。全労働災害の女性が占める割合が、女性が34%、男性が66%に対して転倒災害では女性が58%、男性が42%と逆転しています。

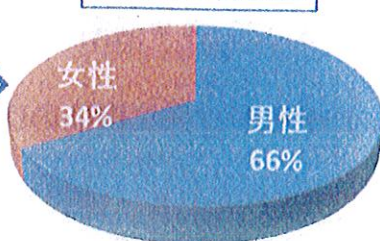
加齢に伴う身体機能の変化が、転倒やその際の重傷化リスクを高めることもあります。自分の体のことを見つめ直し、適切な生活習慣や体力づくりも大切です。

女性のための転倒防止対策を実施しましょう!

転倒災害の男女比



全災害の男女比

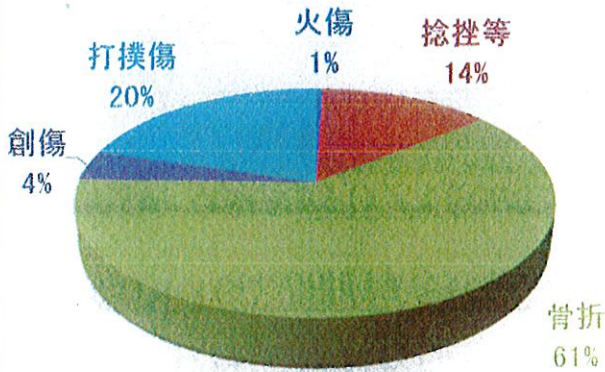


女性の多い職場では、転倒災害防止対策を重点事項として、会社全体で取り組んでね。

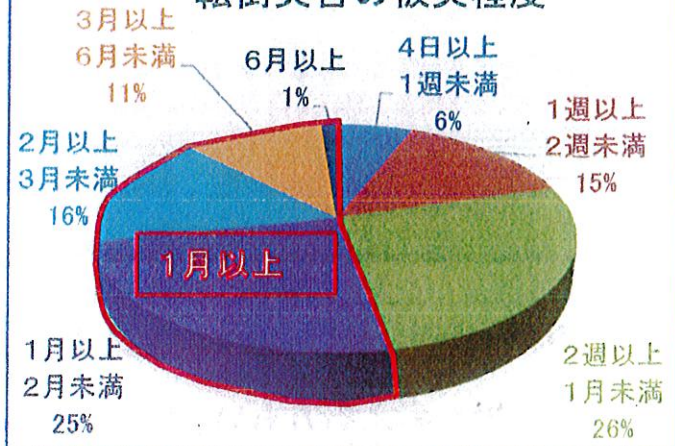


## ～ 転倒災害の傷病性質等 ～

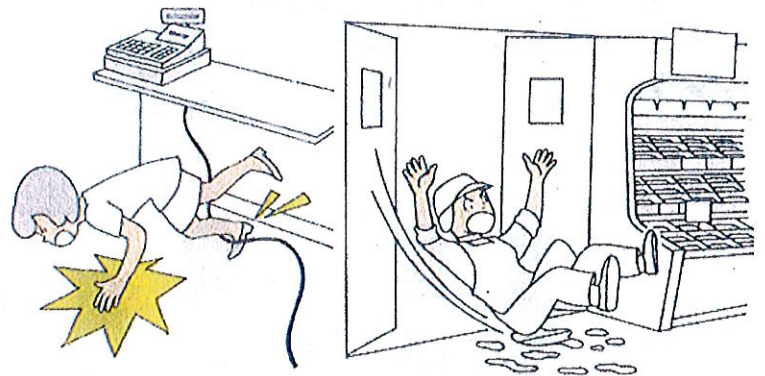
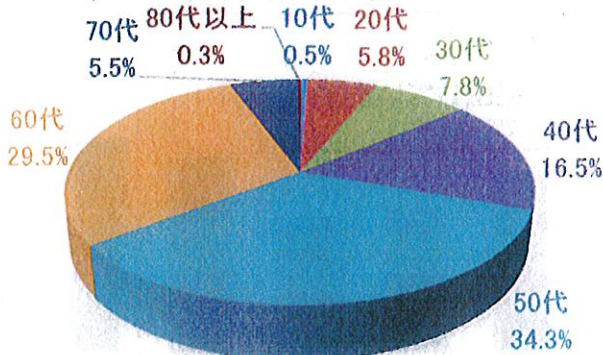
### 転倒災害の傷病性質



### 転倒災害の被災程度



### 転倒被災者の年齢



出典：職場の安全サイト

転倒災害では**6割以上が手腕・足等を骨折**しています。そのため休業日数が長引き、**5割以上が休業日数1か月以上**の労働災害となっています。

**40代**から転倒災害が**増加**しはじめ、**50代**から**急増**しています。

**50代以上**で**約7割**発生しています。80代の転倒災害も発生しています。

## ～ 安全管理者、安全衛生推進者等を選任して次の事項を実施しましょう ～

- ① 事業場内については、5S（整理・整頓・清掃・清潔・躰）、段差解消に努めましょう。また、屋外でも十分な照明を確保し、転倒リスクを低減しましょう。
- ② 労働者に滑りにくい靴や靴用滑り止めを使用させて業務を行わせましょう。
- ③ 階段の上り下りは、荷物等を出来るだけ片手で持ち（袋を使用する等）、手すりを使用するか若しくは壁際を昇降するなど、安全な作業方法を徹底させましょう。
- ④ 玄関や通路用の滑り止めマット、散水ホース等の融雪具を使用し、積雪・凍結による転倒災害を防止しましょう。
- ⑤ 危険マップの作成や危険な箇所を可視化（見える化）することで、危険認識や注意喚起を図りましょう。
- ⑥ 労働者の安全意識の啓発のため、朝礼等においてKY活動（危険予知活動）を実施しましょう。
- ⑦ 加齢を意識した対策の実施が大切です。加齢に伴う身体機能の変化が、転倒やその際の重傷化リスクを高めることもあります。

転倒災害は、「不注意」・「本人が悪い」と考える人もいますが、安全通路の整備、設備や作業方法等の改善を行う等により、転倒災害のリスクを減らすことが基本です。

～冬はこのような災害が多く発生しています～

災害発生状況		再発防止のポイント
建設業 ダクト工 30代・男性 休業1か月	事業場敷地内の倉庫兼駐車場に停めてあった社用ワゴン車に積もっていた雪を、雪かき棒で除雪していた際に、地面が凍結していたことにより滑って転倒し、左足首を骨折した。	<ul style="list-style-type: none"> <li>こまめな除雪・融雪剤の散布等を行う。</li> <li>危険マップにより情報を共有する。</li> <li>適切なサイズで滑りにくい靴を履く。</li> <li>慎重に行動する。</li> </ul>

災害発生状況		再発防止のポイント
飲食店 調理員 60代・女性 休業2週間	店舗閉店作業時に、ゴミを片付けるため店舗の外にあるゴミ庫に向かう通路において、路面が凍結していたことにより滑って転倒し、地面についたお尻・前頭部・肩を打撲した。	<ul style="list-style-type: none"> <li>こまめな除雪・融雪剤の散布等を行う。</li> <li>店舗外の通路に滑り止めマットを設置する。</li> <li>危険マップにより情報を共有する。</li> <li>適切なサイズで滑りにくい靴を履く。</li> <li>慎重に行動する。</li> </ul>

災害発生状況		再発防止のポイント
小売業 調理師 60代・男性 休業2か月	開店準備中に、ゴミを片付けるため店舗の玄関を出たところで、玄関前の路面が凍結していたことにより滑って転倒し、傍にあったコンクリート製の花壇に左上腕部を強打し骨折した。	<ul style="list-style-type: none"> <li>こまめな除雪・融雪剤の散布等を行う。</li> <li>玄関前に滑り止めマットを設置する。</li> <li>危険マップにより情報を共有する。</li> <li>適切なサイズで滑りにくい靴を履く。</li> <li>慎重に行動する。</li> </ul>

1月～3月の期間に発生した転倒災害のうち、積雪や凍結を原因とするものが約6割ありました。そして、その積雪や凍結を原因とする転倒災害のうち、事業場の通路・駐車場や建物入口等の事業場の敷地内で発生したものが、約7割ありました。

したがって、

冬場の転倒災害の多くは、事業場の敷地内において、転倒防止のための有効な災害防止対策が適正に実施されれば、かなりの程度防ぐことができるはずで

一方で、

転倒災害の被災者の休業期間は長くなる傾向にあります（休業期間が1か月以上の方が被災者全体の約6割を占めています）。そのため、一度職場において転倒災害が発生してしまうと、ただでさえ人手不足で大変な職場において、通常の業務に支障がでかねません。

そのようなことにならないように、

不注意と 清めていないが 原因を

事業場としても、今年の冬、労働者の注意力だけに頼るのではなく、転倒災害の防止対策を本気で考えてみませんか!!



# ～ こうして防ごう、この冬の転倒災害！ ～

## 1 安全衛生委員会等による取組み

- ① 転倒災害防止に係る現状と対策の調査審議
- ② チェックリストを活用して安全衛生委員会等による職場巡視を実施し、職場環境の改善と労働者の意識啓発を図りましょう。

● 組織で取り組むことで、様々な改善を図ることができます。

## 2 基本は5S「整理」「整頓」「清掃」「清潔」「躰」 整理整頓 5Sできれいに 安全通路

- ◎ 荷物やゴミなど物が散らかっている職場や、水や油で床が滑りやすい職場は、災害の危険性が高くなります。
- ◎ 5S活動は、作業のしやすさ、作業の効率化にもつながります。

## 3 危険マップを作成する(通年・冬季)

職場の平面図に次のことを書き入れ、注意喚起しましょう。

- ・ 過去に災害が発生した場所
- ・ ヒヤリ・ハット事例の多い箇所
- ・ 危険予知活動で注意が必要とされた箇所
- ・ リスクアセスメントで作業上の注意が必要とされ

## 4 降雪・凍結による転倒災害の防止措置

### 除雪・融雪用のグッズ(例)

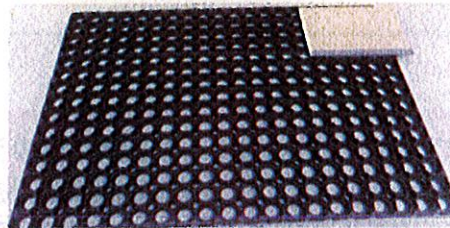


除雪機 (参考価格：約20万円)



散水ホース (参考価格：3mの物で約4千円) (水道に繋ぐとホースの多数の穴から水が出る)

### 玄関や通路用の滑り止めマット(例)



滑り止めマット (参考価格：縦600mm×横800mm×厚さ22mmの物で約3.3千円)



水草製滑り止めマット (参考価格：3mの物で約3千円)

### 各種長靴等(例)



男性用ピン・金具付き長靴 (参考価格：約3千円)



女性用ピン・金具付き長靴 (参考価格：約3千円)



靴に装着できる滑り止めスライク (参考価格：約750円)

- ※1：写真は、県内のホームセンターにおいて撮影したものです。
- ※2：表示した価格は、当該ホームセンターの店頭価格(税込)ですので、お店によって価格が異なることがあります。

福島労働局では、転倒災害を防止するうえで労働者が最低限守ることを示した「守ってゼロサイカード」を作成しました。

福島労働局のホームページ(「各種法令・制度・手続き」→「安全衛生」→「手続き・様式集」)に電子データが入っていますので、名刺印刷用の用紙に印刷する等して、是非ご利用ください。福島労働局や各労働基準監督署でも配布しています。

### 守ってゼロサイカード (毎日作業する前に必ず確認しよう！)

- 1 手がふさがった状態での移動を減らす。
- 2 手がふさがった状態では、足もとに気をつける。
- 3 不安定な状態の台や脚立に足をかけたりしない。
- 4 高いと感じていなくても、台などからは飛び降りない。

※5つ目の項目は、個人又は事業場ごとに記入してください。

## 5 見える化

※危険な箇所を可視化することで、危険認識や注意喚起を高めましょう。

例1



通行区分を定め、事故の多い下3段に段数を示し、注意喚起を図る。

例2



滑り止め靴をはき、さらに、丸いタンクの上蓋に、黄色の滑り止めテープを貼っている。

## 転倒しそうなところはありませんか？ もう一度、あなたの職場をチェックしてみませんか

### ＜ 転倒災害防止のためのチェックリスト ＞

	チェック項目	結果
1	安全衛生委員会等で組織的に取り組んでいますか。	YES・NO
2	整理・整頓・清掃・清潔・躰に取り組んでいますか。	YES・NO
3	通路、階段、出口に障害となる物を放置していませんか。	YES・NO
4	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。	YES・NO
5	安全に移動できるような十分な明るさ(照度)が確保されていますか。	YES・NO
6	作業靴は、作業や歩行に適し、ちょうど良いサイズのものを履いていますか。	YES・NO
7	危険予知活動(KY活動)やヒヤリ・ハット情報を活用して、転倒しやすい場所の危険マップを作成し、周知していますか。	YES・NO
8	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はありますか。	YES・NO
9	ストレッチ体操や転倒予防のための運動を取り入れていますか。	YES・NO
10	時間に追われて、あわてて作業を行っていませんか。	YES・NO
11	荷物を持ちすぎて足元が見えないことはありませんか。	YES・NO
12	ポケットに手を入れながら、人と話しながら、携帯電話を使いながら歩いてませんか。	YES・NO
13	<p>★ 冬季は、上記に加えてこの項目もチェックしましょう。</p> <p>積雪・凍結などによる転倒災害を防止するため、天気予報に気を配り、時間に余裕をもった歩行・作業、駐車場や屋外通路の除雪・融雪、適切な履物・歩行方法の教育を実施していますか。</p>	YES・NO

チェックの結果、NOのあった項目は、改善が必要です。

- ◎ 改善が必要な項目は、計画的に改善しましょう。  
問題が改善されれば、安全水準が向上し、働きやすい職場に！
- ◎ どのように改善すればいいの？  
前ページの該当ピックをご覧ください。  
下欄の「STOP！転倒災害プロジェクト」特設サイトもご利用ください。

取り戻そう  
転倒防止の  
意識づけ



### 「STOP！転倒災害プロジェクト」特設サイトのご案内

「STOP！転倒災害プロジェクト」特設サイトでは、転倒災害の現状から対策まで事業場での取組に役立つ情報を提供しています。さまざまな対策事例を知りたい方はぜひ特設サイトをご覧ください。

厚生労働省ホームページ

職場のあんぜん STOP！転倒

検索



～やってみよう！！ 転倒等リスク評価セルフチェック票 ～

質問内容	あなたの回答NOは	合算	評価	評価
1. 人ごみ中、正面から来る人にぶつからず、よけて歩けますか		点	下記の評価表であなたの評価は	① 歩行能力 筋力
2. 同年代に比べて体力に自信はありますか				
3. 突発的な事態に対する体の反応は素早い方と思いませんか		点	下記の評価表であなたの評価は	② 敏捷性
4. 歩行中、小さい段差に足を引っかけたとき、すぐに次の足が出るとおもいますか				
5. 片足で立ったまま靴下を履くことができますか		点	下記の評価表であなたの評価は	③ 動的バランス
6. 一直線に引いたラインの上を、継ぎ足歩行で簡単に歩くことができますか				
7. 目を閉じて片足でどのくらい立つ自信がありますか		点	下記の評価表であなたの評価は	④ 静的バランス (閉眼)
8. 電車に乗って、つり革につかまらずどのくらい立っていられますか				
9. 目を開けて片足でどのくらい立つ自信がありますか		点	下記の評価表であなたの評価は	⑤ 静的バランス (開眼)

それぞれの評価結果をⅢのリーダーチャートに赤字で記入

合計点数	評価表
2～3	1
4～5	2
6～7	3
8～9	4
10	5

質問内容	回答No.
1. 人ごみ中、正面から来る人にぶつからず、よけて歩けますか	①自信がない ②あまり自信がない ③人並み程度 ④少し自信がある ⑤自信がある
2. 同年代に比べて体力に自信はありますか	①自信がない ②あまり自信がない ③人並み程度 ④やや自信がある ⑤自信がある
3. 突発的な事態に対する体の反応は素早い方と思いませんか	①素早くないと思う ②あまり素早くない方と思う ③普通 ④やや素早い方と思う ⑤素早い方と思う
4. 歩行中、小さい段差に足を引っ掛けたとき、すぐに次の足が出るとおもいますか	①自信がない ②あまり自信がない ③少し自信がある ④かなり自信がある ⑤とても自信がある
5. 片足で立ったまま靴下を履くことができますか	①できないと思う ②最近やってないができないと思う ③最近やってないが何回かに1回はできると思う ④最近やってないができると思う ⑤できると思う
6. 一直線に引いたラインの上を、継ぎ足歩行(後ろ足のかかとを前脚のつま先に付けるように歩く)で簡単に歩くことができますか	①継ぎ足歩行ができない ②継ぎ足歩行はできるがラインからずれる ③ゆっくりであればできる ④普通にできる ⑤簡単にできる
7. 目を閉じて片足でどのくらい立つ自信がありますか	①10秒以内 ②20秒程度 ③40秒程度 ④1分程度 ⑤それ以上
8. 電車に乗って、つり革につかまらずどのくらい立っていられますか	①10秒以内 ②30秒程度 ③1分程度 ④2分程度 ⑤3分以上
9. 目を開けて片足でどのくらい立つ自信がありますか	①15秒以内 ②30秒程度 ③1分程度 ④1分30秒程度 ⑤2分以上