

転倒防じいと 転倒災害

防止を考えよう



厚生労働省

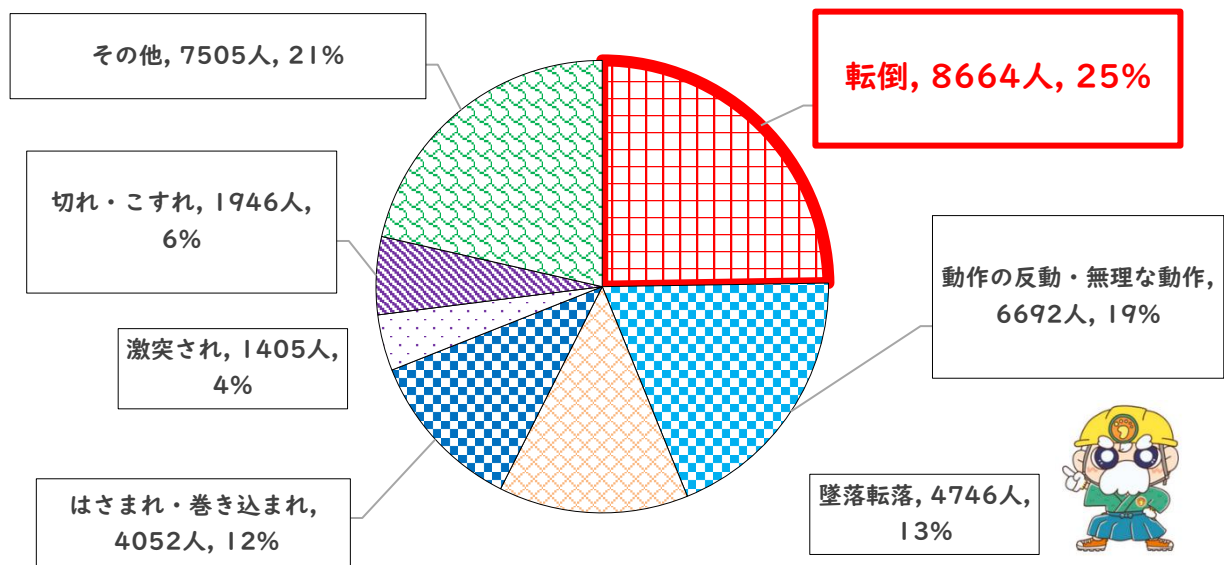
埼玉労働局

近年、休業4日以上の労働災害は増加傾向にあります。中でも転倒災害はその傾向が顕著であり、埼玉労働局管内では労働災害の約4分の1を転倒災害が占めています。

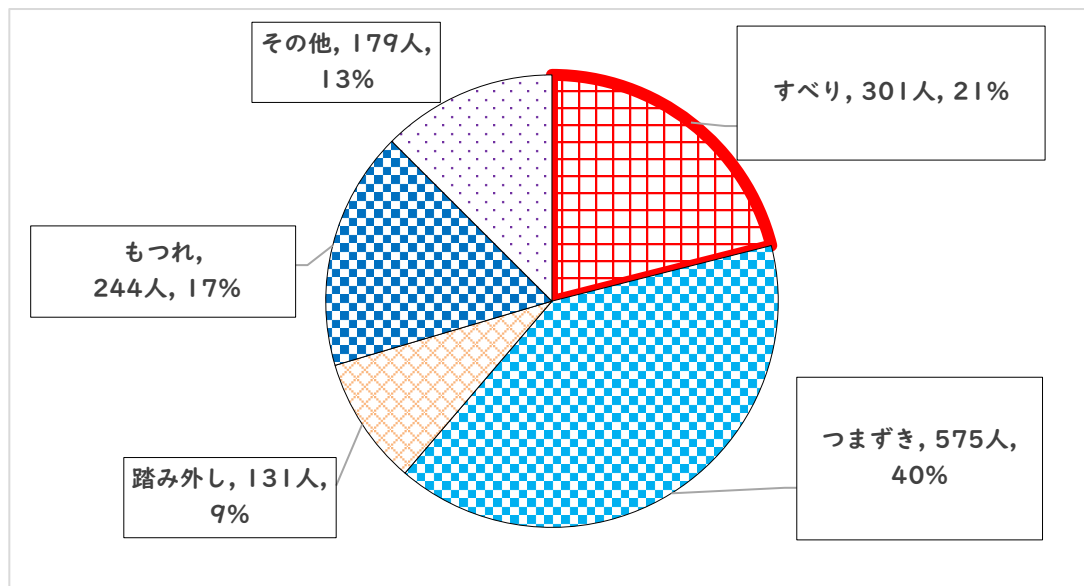
転倒災害は年間を通じて発生しますが、特に12月に多く発生しています。季節ごとの作業環境に潜む危険も的確に捉えて対策を実施し、職場における転倒災害を防ぎましょう。

また高齢化社会の進行に伴い、加齢による筋力や認知機能等の低下への対応も踏まえた対策も求められています。施設・設備の改善が必要であることは言うまでもありませんが、身体機能は多様であり、個人差もあります。このようなことから体力測定等を中心としたソフト対策の重要性も増しています。

令和2年から令和6年までの埼玉労働局管内における転倒災害発生件数



転倒災害にはどんなものがあるかな



令和7年の転倒災害 11月末速報値

- 凍結した通路等で滑る
- こぼれていた水、洗剤、油等によって滑る
- 雨で濡れた通路で滑る
- 何もないところでつまずく
- 作業場や通路以外の障害物（車止め等）につまずく
- 作業場や通路の設備、家具などに足を引っかける
- 作業場や通路のコードに足を引っかける
- 暗所で段差を踏み外す
- 両手で荷物を持っていて足元が見えず階段を踏み外す
- 足がもつれる

つまずきによるものが多く発生しているよ

何もないところでの転倒災害も多く発生しているよ



転倒災害防止のために何をしたらいいの？

4S (整理・整頓・清掃・清潔) 活動しよう

整理 整頓
4S
清掃 清潔

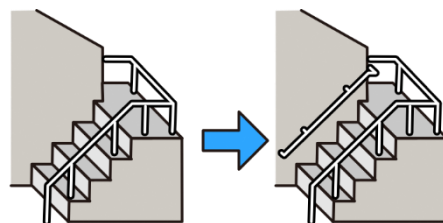


つまずき防止のため、通路にものを置かないよう整理・整頓しよう

滑らないようにするため、床を濡れていない状態にしよう

段差解消や危険箇所を見える化しよう

手すりやすべり止めを設置しよう



注意喚起の標識を掲示しよう



滑りにくい靴など作業に適した靴を選ぼう！



- 靴と足はフィットしていますか？
- 靴の前後の重さのバランスはとれていますか？
- 親指から小指の付け根を適度に曲げられますか？
- つま先から床面まで一定の高さがありますか？
- 靴底がすり減っていませんか？
- 靴の滑りにくさを確認していますか？

冬靴の耐滑性にはご注意を！！

水・油用の耐滑靴、氷上用の耐滑靴、粉体上の耐滑靴は、それぞれ対策が異なります。

市販されている耐滑靴の多くは「水・油用」ですので、雪や氷の上では滑ることがあります。

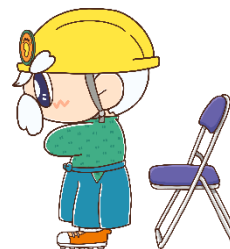
したがって、耐滑靴といえども、冬季の屋外使用では注意が必要となります。



作業現場によって有効な安全靴は異なるから
メーカーや販売店とよく相談することも重要だよ。

体操や体力測定を取り入れましょう！

- エイジフレンドリーガイドライン（令和 8 年 4 月 1 日から
指針となる予定）に基づき対策をしましょう
- 体力等には個人差が大きくなります。健康状況や体力
状況を把握し、転倒リスクを把握しその結果に基づき
対策を講じましょう
- リスクアセスメントを実施しましょう
- 転びにくい・怪我をしにくい身体づくりのための体操を取
り入れましょう
- ロコモ度テストを実施しよう



チェックリストを活用しよう！

転倒災害防止のためのチェックシート

あなたの職場の危険をチェックしてみましょう！

☐ 1 通路、階段、出口に物を放置していませんか	→ 通路、階段、出口などの歩行する場所には、物を放置しないようにしましょう。
☐ 2 床の水たまりや氷、油、粉類は、その都度取り除いていますか	→ 床面が水、氷、油、粉類等で汚れている場合には、すぐに取り除きましょう。
☐ 3 安全に移動できるように、十分な明るさ（照度）が確保されていますか	→ 移動中に物につまずかないよう、適切な明るさ（照度）を確保しましょう。
☐ 4 転倒を予防するための教育を行っていますか	→ 転倒予防のための教育、研修を実施しましょう。
☐ 5 作業靴は作業に適したものを選び、定期的に点検していますか	→ 作業に適した靴を選んで着用し、靴底の擦り減りがないかなど、定期的に点検をするようにしましょう。
☐ 6 ヒヤリ・ハット情報を活用して、転倒しやすい場所の危険マップを作成し、周知していますか	→ 職場の危険マップを作成し、危険情報を共有しましょう。
☐ 7 段差のある箇所や滑りやすい場所などに、注意を促すステッカー（標識）をつけていますか	→ 転倒の危険性がある場所にはステッカー（標識）をつけて、注意喚起をしましょう。
☐ 8 ポケットに手を入れたまま歩いていませんか	→ ポケットに手を入れて歩かないようにしましょう。階段は手すりを使って昇降しましょう。
☐ 9 転倒災害防止のための運動を取り入れていますか	→ ストレッチや体操などを適宜行って、転倒災害予防に努めましょう。また、日ごろの歩き方も見直してみましょう。

引用元：中央労働災害防止協会『転倒災害防止のためのチェックシート』



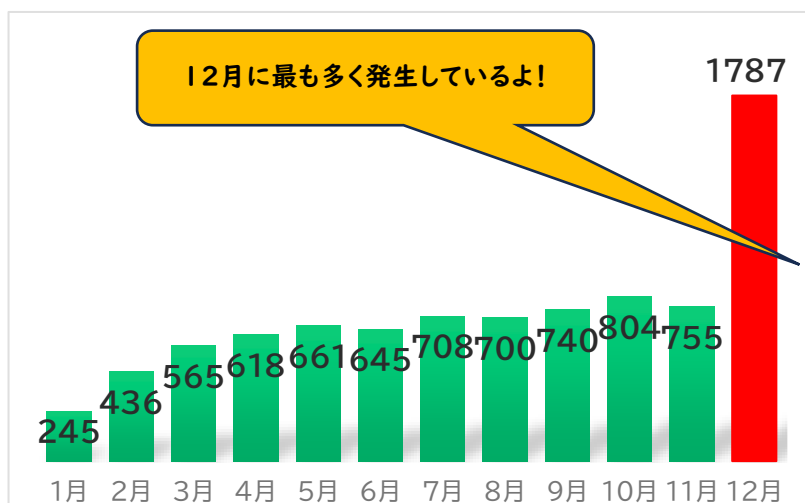
冬独特の対策をしましょう！



- 天気予報をこまめにチェックして寒波、大雪が予想されるときは、早めに労働者に注意喚起しましょう。
- 時間に余裕をもって歩行、作業を行いましょう！
- 凍結路面では、小幅で靴の裏全体を地面に付けて歩くようにしましょう！
- 降雪時は、除雪、融雪剤の散布などで安全通路を確保しましょう！
- 日照時間が短く暗くなるのが早いので、作業場や通路の照度が適切か点検しましょう
- ながら歩きをしないようにしましょう！
- 手をポケットや袖から出して歩行することを徹底しよう！



令和2年から令和6年までの埼玉労働局管内における月別転倒災害発生件数



さ

作業に適した靴

い

いそがない

た

段差解消

ま

まめな掃除



で職場の転倒災害を防止しよう！