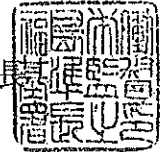


福島労働基準監督署長



冬季における転倒災害の防止について（要請）

労働災害の防止につきましては、日頃より御協力を賜り厚く御礼申し上げます。

さて、福島労働基準監督署では、労働災害の約3割を占める転倒災害の防止に重点的に取り組んでいるところです。

昨年における福島労働基準監督署管内の休業4日以上¹の転倒災害は、122件発生し、特に冬季（1、2月及び12月）の3月間で年間の約4割の転倒災害が発生しています。また、凍結・積雪による転倒災害が、冬季における災害の半数を占めている状況です。従って、冬季におけるより一層の転倒防止対策が求められます。

こうした状況を踏まえ、福島労働局管内においては、12月15日から翌年2月28日までの期間に『福島冬季転倒災害防止運動（転ばないでね!）』を展開し、通路・作業場所の凍結等による危険防止の徹底等を図り、冬季における転倒災害の一層の減少を図ることとしています。

つきましては、貴団体におかれましても、本運動の趣旨について御理解いただくとともに、別添の冬季の転倒災害防止のポイントをまとめたリーフレット等を関係事業場に周知いただく等、転倒災害の減少に向けた指導・助言等の実施について御協力を賜りますようお願い申し上げます。

担当部署： 福島労働基準監督署 第2方面
〒960-8021 福島市霞町1-46
電話 024-536-4612

冬の福島は、転倒注意！

令和5年度に福島労働基準監督署管内（※）で発生した休業4日以上¹の労働災害のうち約3割が転倒災害となっており、他の労働災害に比べて発生率が高くなっています。また、図1・2のとおり、令和5年度の冬季（12月、1月、2月）には約6割が1か月以上休業し、7割以上が骨折する等重症化リスクも高い傾向にあります。さらに、年齢別にみると、図3のとおり約9割が50歳以上となっています。

このように、冬季は路面の凍結や積雪が原因で転倒災害が発生する時期ですので、冬季を迎えるにあたり、未然に転倒災害を防止するため、下記実施事項に取組みましょう。

※伊達市、二本松市、福島市、川俣町、国見町、桑折町、飯館村

■1か月未満 ■1か月以上2か月未満
■2か月以上3か月未満 ■3か月以上

■骨折 ■打撲 ■捻挫・脱臼等

■～40代 ■50代 ■60代 ■70代～

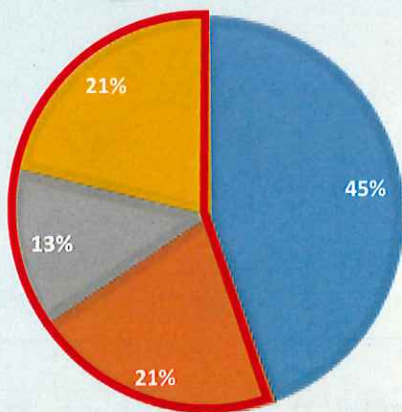


図1 令和5年度冬季における休業日数別転倒災害発生率

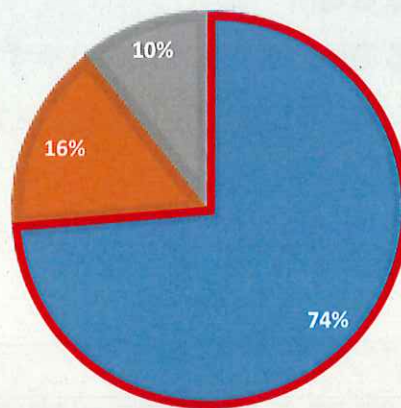


図2 令和5年度冬季における傷病別転倒災害発生率

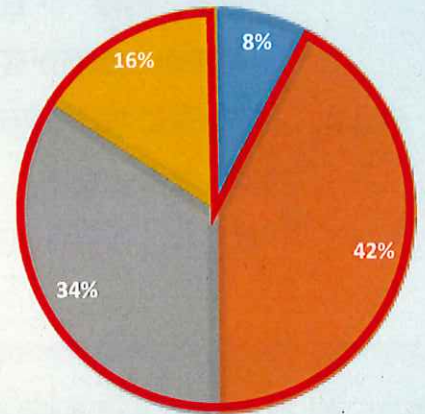


図3 令和5年度冬季における年齢別転倒災害発生率

冬季転倒災害防止のための実施事項

- ① 転倒災害防止活動を行う責任者の選任
- ② 転倒危険箇所の把握、転倒危険マップの作成と周知
- ③ 転倒危険箇所の設備的対策の実施
- ④ 労働者の体力把握、運動プログラムの導入
- ⑤ 冬季の歩き方や装備に係る教育の実施



① 転倒災害防止活動を行う責任者を選任しましょう！

会社内で安全管理者や安全衛生管理者等の労働安全に関する知識及び経験を有する者のうちから**責任者を選任**し、転倒危険箇所の把握、設備的対策の検討、労働者へ転倒防止教育等を実施しましょう。

② 転倒危険箇所を把握して転倒危険マップを作成しましょう！

Step.1 過去に凍結・積雪による**転倒災害が発生した箇所**や**ヒヤリハット事例が発生した箇所**を確認しましょう！

- ※ 過去に災害が発生していなくても、注意すべき場所
 - ・従業員用駐車場や駐車場から事業場玄関までの通路
 - ・事業場出入口付近・ごみ置き場や倉庫までの屋外通路

- ※ 転倒災害のリスクが高い場所
 - ・段差、階段 ・日陰になる場所
 - ・屋根から水滴が落下する場所、水たまりになりやすい箇所



転倒危険マップ作製例

Step.2 上記箇所における転倒リスクに応じた「**転倒危険マップ**」を作成しましょう！

Step.3 作成した「**転倒危険マップ**」を**労働者に周知**しましょう！



③ 気象情報を利用して転倒危険箇所の設備的対策を行いましょ！

前日までにすること

- ・大雪、低温予報の場合には、「転倒危険マップ」に基づき、**凍結防止剤の散布**等を行いましょ。
- ・過去に転倒災害が発生した箇所等には、掲示などを行い、「**危険の見える化**」を行いましょ。
- ・**融雪剤、滑り止めマット、雪かき用具等**を必要数用意しましょ。
- ・気象情報に応じて、**出張・作業計画等**を見直しましょ。
- ・地面の様子が見える**明るさを確保**しましょ。



ヒートマット
設置例

雪が降ったら...

- ・融雪剤を散布、滑り止めマット等を設置して**安全通路を確保**しましょ。
- ・安全通路の確保状況等を確認するため、①で選任した責任者を中心に**定期的な職場点検・巡視**を実施しましょ。
- ・玄関で**靴裏の雪や水分を十分に落とす**てから事務室等に入らしましょ。



転倒危険箇所掲示例

④ 労働者の体力把握、転びにくい身体づくりへ取り組みましょう！

年齢を重ねると筋力・バランス力低下等により、転倒リスク、転倒時の重症化リスクが高まります。労働者自身に体力の状況等を把握させるために、**転倒等リスク評価セルフチェック・ロコモ度チェック**を行い、転倒防止のための**運動プログラム**を取り入れましょう！

転倒等リスク評価セルフチェック

身体機能と身体機能に対する自己意識とのずれを可視化するツール

身体機能計測

身体機能に対する自己認識

ずれの可視化 (レーダーチャート)

ロコモ度チェック・ロコトレ

ロコモ度チェック

→ 「立つ」「歩く」といった移動能力がどのくらい低下しているか把握するためのツール

ロコトレ

→ ロコモティブシンドロームを予防するためのトレーニング
トレーニング内容は「片脚立ち」と「スクワット」のみ。

運動プログラム

体操や簡単なエクササイズを導入によって、**筋力・柔軟性の向上**につながり、転倒防止に効果的です。また、**骨密度の低下を防ぎ、重症化リスクの低減化**も望めます。



～転倒・腰痛予防！「いいき健康」体操～
(厚生労働省HPより)



職場エクササイズ
(厚生労働省公式Youtubeチャンネルより)

各種サイトはこちらから↓



転倒等リスク評価
セルフチェック



ロコモチェック



いいき体操



職場エクササイズ

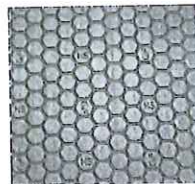
⑤ 冬季の歩き方や装備について教育を行いましょう！

Step.1 冬季の歩き方について教育しましょう！

- ・ 靴の裏全体を地面につけて小さな歩幅で歩きましょう。
- ・ 地面をよく見て歩きましょう。
- ・ 体の重心をやや前に、時間に余裕をもってゆっくり歩きましょう。

Step.2 冬季の装備について教育しましょう！

- ・ 滑りにくい靴を履きましょう。
- ・ 靴底の状態を定期的に点検しましょう。
- ・ 靴に滑り止めアタッチメントを装着しましょう。



ガラス繊維の入った滑り止め素材



滑り止めアタッチメント装着例

【ポイント】

柔らかいゴム底や溝が深い靴（※）を選びましょう。

（※）靴底がすり減ったものや溝が詰まったものは注意。

Step.3 禁止事項を定めましょう！

- ・ ポケットに手を入れて歩くことを禁止しましょう。
- ・ ながら歩きを禁止しましょう。
- ・ 安全通路の通行を徹底（省略行動を禁止）しましょう。



参考

○厚生労働省情報発信サイト「[職場のあんぜんサイト](#)」や厚生労働省HP内の「[転倒予防・腰痛予防の取組](#)」では、転倒予防に関する啓発動画のほか、優良事例の紹介等していますので、活用してください。



○一部の実施事項について、[エイジフレンドリー補助金（補助率3/4,上限100万円）](#)を利用できます。（今年度の受付は終了しましたので、来年度からご活用ください。）



エイジフレンドリー補助金

○中小事業者は、[無料で安全衛生の専門家のアドバイス](#)を受けることができます。



中小規模事業場
安全衛生サポート事業

○女性は加齢とともに骨折のリスクも増加します。[市町村で実施している「骨粗鬆症検診」](#)を受診しましょう。

