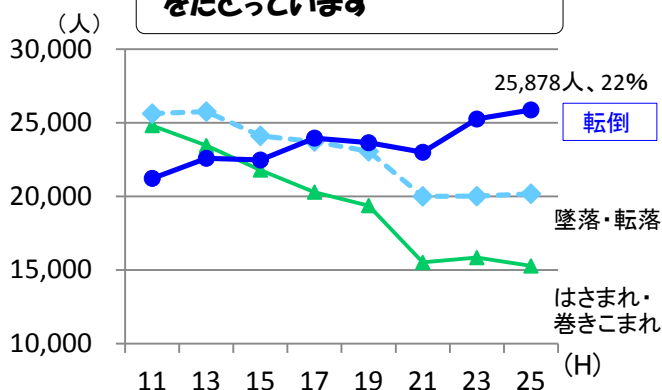


# 職場での転倒事故を減らしましょう！

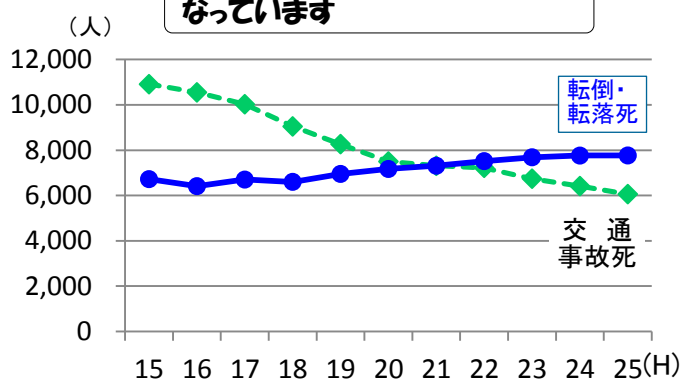
仕事中に転倒して4日以上仕事を休む方は、年間26,000人ほどで、労働災害の種類では最も多くなっています。特に高齢者が転倒した場合は重症化する割合が高く、日常生活での不慮の事故による死因の中でも、転倒・転落死は交通事故死を超えています。

転倒災害は年々増加の一端をたどっています



出典：厚生労働省 労働者死傷病報告「事故の型別死傷者数の推移」

日常生活でも転倒・転落事故は交通事故よりも死亡者が多くなっています



出典：厚生労働省 人口動態統計「死因別死亡者数の推移」

## あなたの職場では、このような災害が起こっていませんか？

業種	災害の発生状況
自動車製造業	<p>帰宅のため会社の事務所から駐車場へ向かう途中に、凍結した路面に足を滑らせ転倒し、尻もちをついた。</p>
ケガの程度	
休業1カ月	
対策のポイント	

- 敷地内の通路を除雪する、融雪剤を散布する
- 雪道や凍結路面に適した滑りにくい靴を履く
- 足元が見えにくい箇所は照明を設置して注意を促す
- 身体を強打しないよう、クッション性のある帽子・衣類を着用する

業種	災害の発生状況
飲食店	<p>空の容器を抱えた状態で従業員通路の階段を降りていた時に、足元が見えず階段を踏み外してバランスを崩し転倒した。</p>
ケガの程度	
休業2カ月	
対策のポイント	

- 運ぶ容器を小分けにするなど足元が見えるようにする
- 大きな荷物を運ぶときは台車を使用する
- 危険箇所には表示して注意を促す
- 階段の昇降はゆっくりを心がける

業種	災害の発生状況
小売業	<p>厨房で揚げ物をバックに詰めるため、容器を取ろうと前方にかがんだところ、床に飛び散った油で滑ってバランスを崩し転倒した。</p>
ケガの程度	
休業10日間	
対策のポイント	

- 作業の都度、床の油などは放置せず取り除く
- 滑りにくい靴底の履物を着用する

業種	災害の発生状況
小売業	<p>バックヤードで商品の検品中に、レジのヘルプ連絡を受けて店内に向かう途中、台車に足を引っかけてバランスを崩し捻挫した。</p>
ケガの程度	
休業1カ月半	
対策のポイント	

- 通路に物を置かない、整理・整頓をする
- 作業通路を定め、定期的に職場を巡視する
- 危険箇所には表示して注意を促す

# 冬期の転倒災害防止のポイント

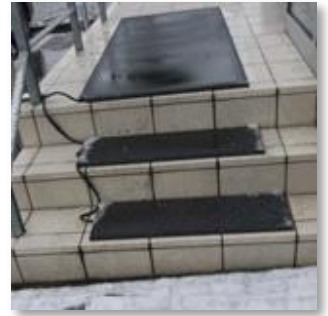
積雪・凍結などの転倒災害のリスクが高くなる冬期間は、以下の対策が特に重要です。

## ◇天気予報に気を配る

寒波が予想される場合などには、労働者に周知し、早めの対策を実施しましょう。

## ◇時間に余裕をもって歩行、作業を行う

天候による交通機関の遅れが見込まれる場合は、時間に余裕をもって出勤するようにし、落ち着いて作業をするように心がけましょう。屋外では、小さな歩幅で靴の裏全体を付けて歩くようにしましょう。



<ヒートマットの設置例>

## ◇駐車場の除雪・融雪は万全に、出入口などに注意する

駐車場内、駐車場から職場までの通路を確保するため、除雪や融雪剤の散布を行いましょう。また、出入口では転倒防止用マットを敷き、夜間は照明設備を設けて明るさ（照度）を確保しましょう。

## ◇職場の危険マップの作成、適切な履物、歩行方法などの教育を行う

職場内の労働者が転倒の危険を感じた場所の情報を収集し、労働者への教育の機会に伝えるようにしましょう。また、作業に適した履物、雪道や凍った路面上での歩き方を教育しましょう。

## 転倒防止に役立つ靴と保護具を活用しましょう

### 雪道を安全に歩くには、靴選びが大事！

#### <靴選びの3つのポイント>

- ▶ 防滑性：靴底が滑りにくいこと  
(やわらかいゴム底のものは、ゴムがすり減っていないかもしっかり確認しましょう)
  - ▶ 撥水性・防水性：水分が靴の中に入り込まないこと
  - ▶ 保温性：靴の中を温かく保てること
- このほかにも、靴の重量やバランス・屈曲性・つま先の高さもポイントになります。



柔らかいゴムを使った靴底は、路面に対する密着力が強いため滑りにくくなっています。

### 足のサイズに合った靴を選びましょう！

サイズが小さい靴：足指が自由に動かしにくく、バランスを崩したときの踏ん張りが効かなくなる

サイズが大きな靴：歩行のたびに足が前後斜めに動いて、靴のつま先やかかとが足の動きに追従できなくなる





# 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

## 転倒災害防止のためのチェックシート

チェック項目		<input checked="" type="checkbox"/>
1	身の回りの整理・整頓を行っていますか 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	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すか	<input type="checkbox"/>
4	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"/>
5	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	<input type="checkbox"/>
6	職場巡視を行い、通路、階段などの状況を チェックしていますか	<input type="checkbox"/>
7	荷物を持ちすぎて足元が見えないことは ありませんか	<input type="checkbox"/>
8	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いませんか	<input type="checkbox"/>
9	作業靴は、滑りにくさを考えて選んでいますか	<input type="checkbox"/>
10	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	<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！