

介護施設の労働災害防止について

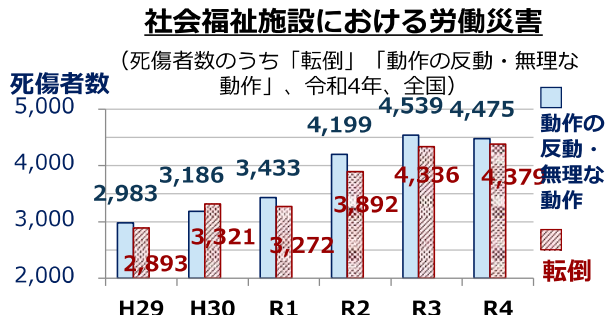
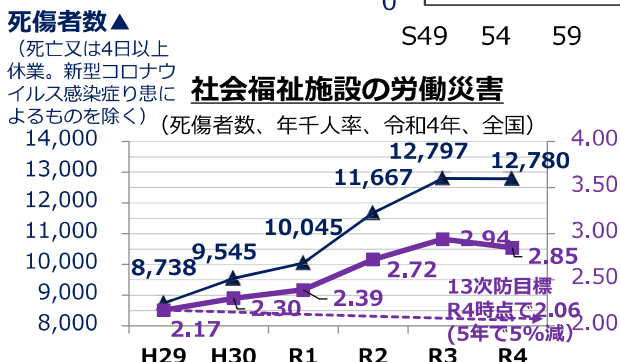
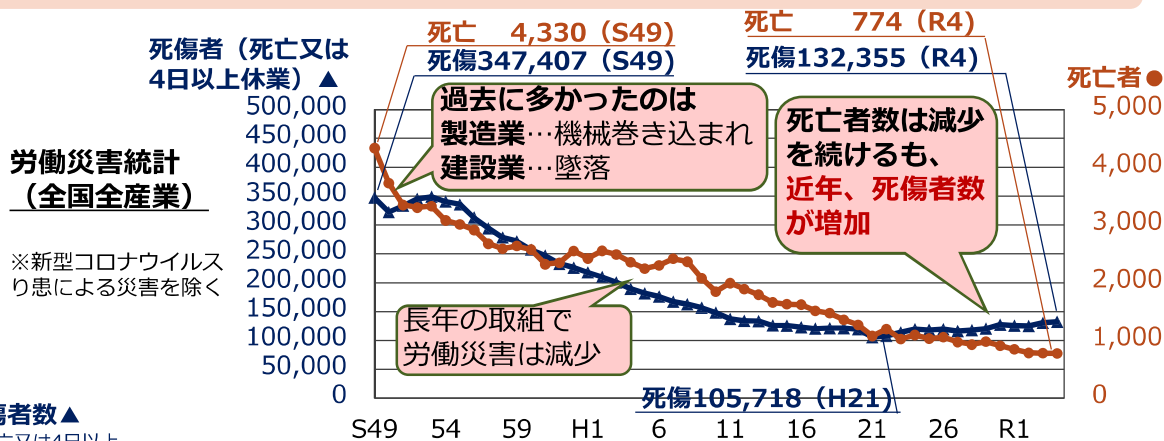
10月10日は
てんとう
転倒予防の日



京都労働局 〒604-0846 京都市中京区両替町通御池上ル金吹町451番地

お問い合わせ先 労働基準部健康安全課 075-241-3216

① 労働災害が増加に転じる



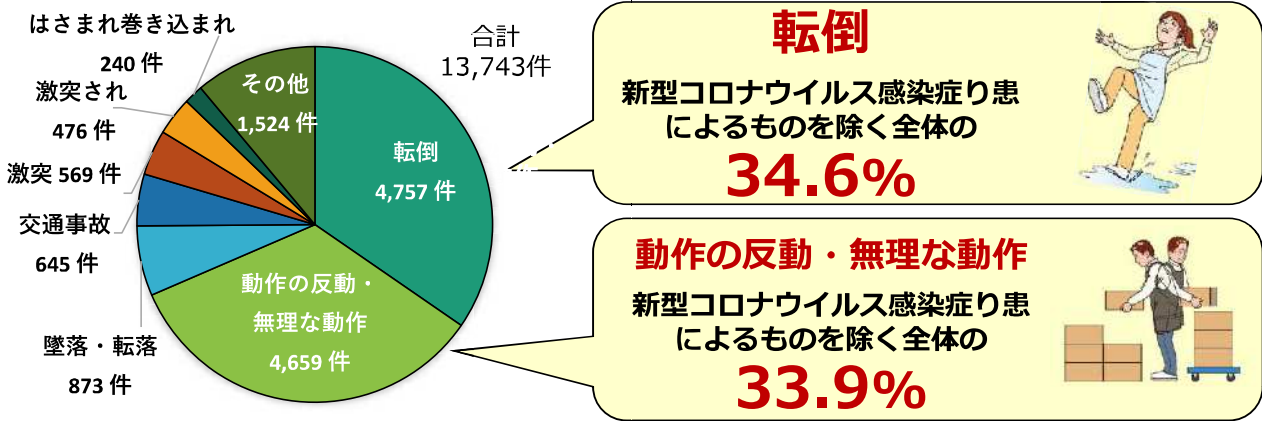
- ・ 近年「社会福祉施設」「小売業」「飲食業」を中心とした第三次産業の増加傾向が強い
- ・ 労働者の高年齢化が影響、「転倒」「動作の反動・無理な動作（＝腰痛など）」が増加

② 作業行動に起因する災害（転倒・腰痛）が多い

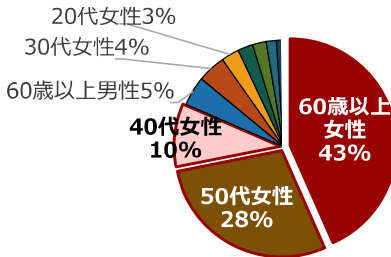
社会福祉施設で多い労働災害			
転倒	無理な動作	墜落・転落	その他
急いでいる時や両手で荷物を抱えている時などに、放置された荷物や台車に「つまずく」、濡れた床で「滑る」など	「無理な姿勢で持ち上げたり、移動せたりする際、 腰痛 になる、筋を痛める、くじくなど	「脚立やはしごの上でバランスを崩して落ちる」、「階段で滑り落ちる」など	「交通事故にあった」「台車運搬中扉に当たった」など

社会福祉施設における労働災害

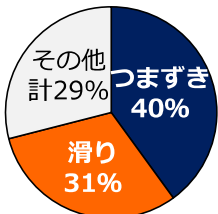
(全国、社会福祉施設、令和7年、新型コロナウイルス感染症り患によるものを除く)



社会福祉施設における転倒災害の性別・年齢別内訳 (全国、令和3年)



社会福祉施設における転倒発生の種類 (同上)



年齢が上がると労働災害が起こりやすい (筋力、視力が低下)

女性の方が労働災害が起こりやすい (一般的に男性より筋力が低い)
女性の方が休業が長引きやすい (女性のほうが骨粗鬆症が多い)

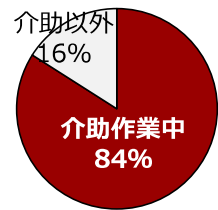
社会福祉施設の休業4日以上の転倒災害 (全国、令和3年) では、平均休業日数**44日** = 復帰まで平均**6~7週間**

労働者が被災 → **大きな人手不足を招く**
↓
多忙となりさらに労働災害が起こる悪循環

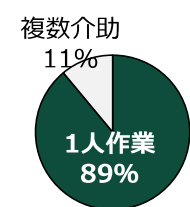
労働者の高齢化にも対処しつつ、職場改善を進めないと**サービスが提供できない**

4

社会福祉施設における腰痛災害の発生作業 (全国、令和元年分析)



介助作業中の災害内訳 (同上)



京都労働局 転倒災害防止特設ページ




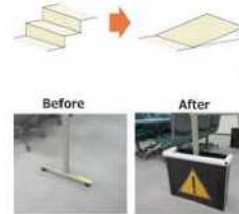
京都労働局特設ページでは、各社の転倒災害防止対策事例を収集し、事例集として掲載しています。

また、皆さまの事業場で取り組んでおられる具体的な対策事例を募集しております。

③ 災害原因と対策を考える





「つまずき」等による転倒災害の原因と対策

- (なし) **何も無いところでつまずいて転倒、足がもつれて転倒 (33%)**
 > 転倒や怪我をしにくい身体づくりのための運動プログラム等の導入 (★)
 > 走らせない、急がせない仕組みづくり
-  **通路の段差につまずいて転倒 (15%)**
 > 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て転倒 (12%)**
 > 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、杖などにつまずいて転倒 (8%)**
 > 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（車止めなど）につまずいて転倒 (7%)**
 > 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いて転倒 (5%)**
 > 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



「滑り」による転倒災害の原因と対策

6

-  **凍結した通路等で滑って転倒 (24%)**
 > 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 (★)
-  **浴室等の水場で滑って転倒 (23%)**
 > 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）により滑って転倒 (21%)**
 > 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 (11%)**
 > 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



設備対策のほか、以下のような**ソフト対策（管理的対策、身体機能維持）**にも取り組みましょう。

4S活動 (以下をルール化し実行)


整理：不要物を撤去・廃棄

整頓：道具や荷をあるべき場所に
収納・整列、すぐ使用可能に

清掃：汚れたものをきれいに

清潔：きれいな状態を維持

KY活動 日々の作業前に**どんな危険が潜んでいるか**話し合い、危険への**対策を決めて作業**



転倒・骨折リスク対策

・身体機能チェック ・骨粗鬆症検診



◎ 転倒防止は靴だけでも違いが出ます。

【作業に適した靴】

- ① 靴の**屈曲性**がある
- ② 靴が**重たくない**
- ③ 靴の**重量バランスが良い**
※ 先芯が樹脂製のものがおすすめ
- ④ **つま先部が一定程度高い**
- ⑤ 靴底と床の**耐滑性のバランス**

底がすり減ると耐滑性が失われ滑りやすくなるので、**定期点検・交換**しましょう。

屈曲性
あり

▲接地面が大きく安定

屈曲性
低い

▲接地面が小さく不安定

バランス
良い

▲安定して歩行

バランス
悪い

▲つま先が下がり、つまずきやすい

つま先
高

▲少しの段差でつまずきにくい

つま先
低

▲摺り足となり少しの段差でつまずきやすい

転倒予防については、厚生労働省「転倒災害の防止」のページをご参照ください。

対策内容等が書かれた参考資料、ポスター、転倒予防のための体操動画などが掲載されています。

<https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000111055.html>

厚生労働省 転倒 腰痛 検索



こちらも
ご覧ください

●安全衛生関係の主な制度・施策紹介

安全・衛生 検索

●パンフレット一覧

安全 パンフ 検索

腰痛の発生要因は？

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、不慮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、「車両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「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」、「高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、夜勤回数が多などの個人の勤務条件に関するものがあげられます。

腰痛予防に関する 参考資料を紹介します！

腰痛予防に関する教材・資料

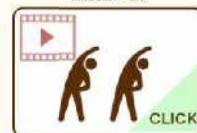
腰痛を防ぐ職場の
好事例集

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



厚生労働省ホームページ
職場における腰痛で悩んでいませんか？



④ 高齢労働者が働きやすく

高齢労働者の就労が一層進むと見込まれる中、高齢労働者が安心して安全に働ける職場環境の実現に向け、**エイジフレンドリー指針**が策定されています。

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou_roudou/roudoukijun/anzen/newpage_00007.html 参照

高齢労働者 安全衛生対策 検索

高齢労働者の労働災害防止のための設備改善や専門家による指導を受けるための経費の一部を補助する「**エイジフレンドリー補助金**」も設けられています。

(令和8年度 補助金申請受付期間 令和8年5月20日～令和8年10月31日)

※ 予算額に達した場合、受付期間の途中でも申請受付を終了することがあります

エイジフレンドリー補助金 検索

- 1 **1年以上事業を実施しており、役員を除き、自社の労災保険適用の高齢労働者（60歳以上）が常時1名以上就労している中小企業が対象となります。**

	企業全体の主たる業種	対象となる企業（中小企業）の要件
小売業	小売店、飲食店、持ち帰り配達飲食サービス業	企業全体の常時使用労働者数50人以下または資本金（もしくは出資の総額）5,000万円以下
サービス業	医療・福祉、宿泊業、娯楽業、教育・学習支援業、情報サービス業、物品賃貸業、学術研究・専門・技術サービス業など	企業全体の常時使用労働者数100人以下又は資本金（もしくは出資の総額）5,000万円以下
卸売業	卸売業	企業全体の常時使用労働者数100人以下又は資本金（もしくは出資の総額）1億円以下
その他の業種	製造業、建設業、運輸業、農業、林業、漁業、金融業、保険業など	企業全体の常時使用労働者数300人以下又は資本金（もしくは出資の総額）3億円以下

- 2 以下のようなコースがあります。

① 専門家総合対策コース（職場環境改善・運動指導等）

② 熱中症対策コース（補助率：1/2 上限額 100万円）

③ コラボヘルスコース（補助率：3/4 上限額 30万円）

- 3 着手前の申請・審査で対象となるか決定されるため**申請すれば必ず対象となるものではありません。**