

# 冬季転倒災害を防ぎましょう！

～ 福島冬季転倒災害防止運動(転ばないでね!)実施中～

郡山労働基準監督署管内における令和5年の休業4日以上労働災害について、転倒災害の割合は、1年間(1月～12月)で26.7%であるのに対し、冬季(1月～3月,12月)では38.3%と大幅に増加します。また転倒災害全体のうち冬季だけで48.5%をしめています。

冬季の転倒災害を防止するためには、11月を準備期間として、危険箇所を把握して必要な対策を実施するとともに、労働者に対して効果的な教育を行うなど、必要な準備を整えて冬季を迎えることが重要です。

以下の実施事項を参考に、災害防止対策を実施して、冬季の転倒災害を防ぎましょう。



福島労働局では福島冬季転倒災害防止運動(転ばないでね!)を展開しています。

## 実施事項 1 危険箇所の把握

「危険箇所把握チェック項目」を活用して転倒危険箇所を把握し、対策を実施しましょう。

危険箇所把握チェック項目		チェック結果
1	<b>労働者が通る(歩行する)以下の場所の明るさを確認しましょう</b> <b>【ポイント】</b> 出社、退社の時間帯に、路面(床面)の積雪や凍結の状況がはっきり見える明るさとなっているか確認してください。	
	労働者用駐車場(公道は除く)	
	事業場敷地内で労働者が通常使用する通路	
2	<b>過去に凍結・積雪による転倒災害やヒヤリハットが発生した危険箇所がないか確認しましょう</b> <b>【ポイント】</b> 労働者にアンケートを実施する等してヒヤリハット事例を収集してください。	
	凍結・積雪による転倒災害発生場所	
3	<b>労働者が通る場所に、転倒災害のリスクが高い以下の危険箇所がないか確認しましょう</b>	
	段差、溝	
	鉄板やグレーチング等の路面(床面)と材質が異なる箇所(滑りやすい箇所)	
	屋根等から水滴が落下する場所、水たまりになりやすい箇所	
	日陰になる箇所	

危険箇所把握チェック項目に該当箇所があれば「×」

### チェック結果「×」だった場合の対策例

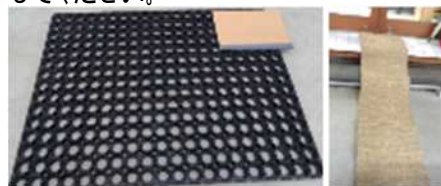
常時点灯ライトや人感センサー付きライト等を設置してください。



人感センサー付きライト設置例(見える安全活動コンクールより)

場所を移動して作業を行う場合は、首から下げるタイプのライトを配布する等してください。

危険箇所に転倒防止マットの設置、危険箇所の近くに融雪剤、雪かき道具を設置してください。



転倒防止マットの例(ゴム製) (水草製)

リスクを低減するための設備対策を実施し、その対策が実施できない場合には、危険箇所に注意喚起の掲示をしてください。



転倒危険箇所掲示の例

# 実施事項 2 効果的な教育の実施

転倒災害防止の教育は、労働者本人に自覚を促すこと、注意喚起を具体的に行うことが重要です。以下の事項を参考に転倒災害防止教育を実施しましょう。

## 自覚を促す教育の例

### 【ロコモ度テスト】

ロコモ度テストは、移動機能（身体能力）の度合いを確認し、「立つ」「歩く」といった機能がどのくらい低下しているかを把握することができます。



### 【転倒等リスク評価セルフチェック】

#### 身体機能計測

以下5種類の身体機能を測定します。

歩行能力・筋力

敏捷性



動的バランス



静的バランス（閉眼）

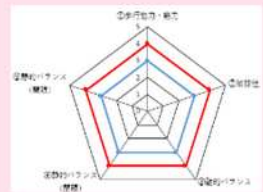
静的バランス（開眼）

#### 身体機能に対する意識

自身の身体機能に関する意識に関する質問に回答します。

質問内容	回答（1つだけ選択してください）	得点
1. 歩行時、足が滑る感じがするかどうか	<input type="checkbox"/> 全くない <input type="checkbox"/> 時々ある <input type="checkbox"/> 頻りにある	
2. 歩行時、足が疲れる感じがするかどうか	<input type="checkbox"/> 全くない <input type="checkbox"/> 時々ある <input type="checkbox"/> 頻りにある	
3. 歩行時、足が痛くなる感じがするかどうか	<input type="checkbox"/> 全くない <input type="checkbox"/> 時々ある <input type="checkbox"/> 頻りにある	
4. 歩行時、足が重くなる感じがするかどうか	<input type="checkbox"/> 全くない <input type="checkbox"/> 時々ある <input type="checkbox"/> 頻りにある	
5. 歩行時、足が冷たい感じがするかどうか	<input type="checkbox"/> 全くない <input type="checkbox"/> 時々ある <input type="checkbox"/> 頻りにある	
6. 歩行時、足が熱い感じがするかどうか	<input type="checkbox"/> 全くない <input type="checkbox"/> 時々ある <input type="checkbox"/> 頻りにある	
7. 歩行時、足が痺れる感じがするかどうか	<input type="checkbox"/> 全くない <input type="checkbox"/> 時々ある <input type="checkbox"/> 頻りにある	
8. 歩行時、足が麻痺する感じがするかどうか	<input type="checkbox"/> 全くない <input type="checkbox"/> 時々ある <input type="checkbox"/> 頻りにある	

#### 結果の見える化 (グラフ)



転倒等リスク評価セルフチェックは、身体機能計測（全5種目）と身体機能に対する意識（セルフチェック）を行い、自身で考える身体の動きと実際の身体機能のバランスを「見える化」して、転倒等のリスクを認識しやすくなります。

## 冬季における転倒防止対策

冬季は、積雪や路面の凍結などにより転倒災害が多く発生する傾向があります。次の4つに留意して転倒災害を防ぎましょう。

### 【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に対策をとりましょう。

### 【駐車場の除雪・融雪は万全に、出入口などにも注意する】

駐車場内や、駐車場から職場までの通路に、除雪や融雪剤の散布を行いましょう。また、出入口には転倒防止用マットを敷き、照明設備を設けて夜間の照度を確保しましょう。

### 【職場の危険マップ、適切な履物、歩行方法などの教育を行う】

職場内で労働者が転倒の危険を感じた場所の情報を収集し、危険マップなどにより労働者に伝えるようにしましょう。また、作業に適した履物選びや、雪道や凍った路面上での歩き方を教育しましょう。

### 【冬靴の耐滑性にはご注意ください！！】

水・油用の耐滑靴、氷上用の耐滑靴、粉体用の耐滑靴は、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。

悪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地面に付けて歩くようにしましょう。