

東労基発1201第1号
令和2年12月1日

関係団体の長 殿

東京労働局労働基準部長



冬季における転倒災害等防止について

労働基準行政の運営につきましては、平素より格別の御理解、御協力をいただき御礼申し上げます。

令和2年の東京都内における労働災害の発生状況は、10月末現在で、休業4日以上の死傷災害件数は7,229件であり、前年同期(7,352件)に比べ減少しているものの、3年連続で1万人を超える勢いをみせています。

このうち転倒災害は、1,745件と全体の約24%を占めており、依然として、労働災害全体の中でも最も多く、特に、転倒災害に占める60歳以上の割合は約4割を占めています。

冬季においては、積雪・凍結を原因とする、転倒災害、交通労働災害、除雪作業中の墜落・転落災害等の労働災害が多発することが懸念されます。東京都内においても、平成30年に発生した積雪量20センチメートルを超える大雪後には、屋外のみならず屋内を含めた転倒災害が大幅に増加したことから、これら転倒災害を防止するためには、気象情報の活用によるリスク低減の対策を講じることが重要です。

今般、冬季における転倒災害防止を目的とした別添のリーフレットを作成しましたので、これを御活用いただき、貴団体の広報媒体を通じて、冬季における積雪・凍結による転倒災害等防止等の周知啓発に御協力賜りますようお願いいたします。

また、東京労働局のホームページにも電子媒体を掲載しておりますので、御活用ください。

なお、「高年齢労働者の安全と健康確保のためのガイドライン（通称エイジフレンドリーガイドライン）」が令和2年3月に策定されていますので、併せて御活用してください。

○ STOP! 冬季の転倒災害 リーフレット

<https://jsite.mhlw.go.jp/tokyo-roudoukyoku/content/contents/000564834.pdf>



○ エイジフレンドリーガイドライン リーフレット

<https://www.mhlw.go.jp/content/000691521.pdf>

S T O P !

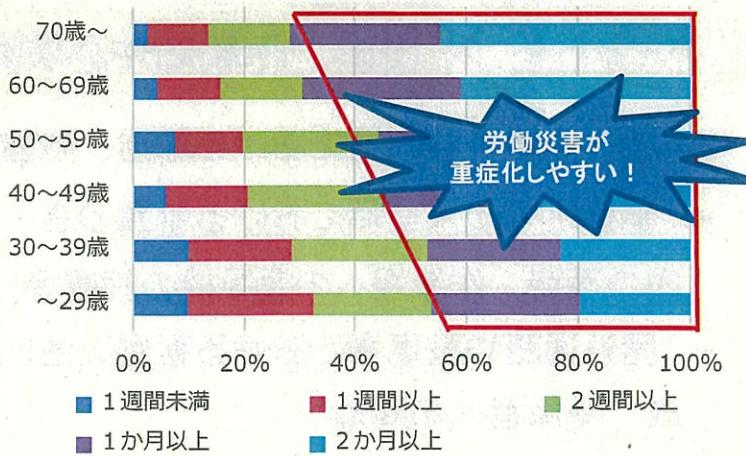
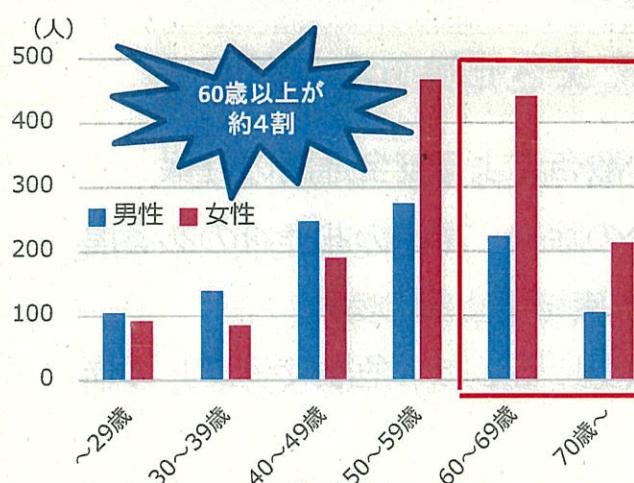
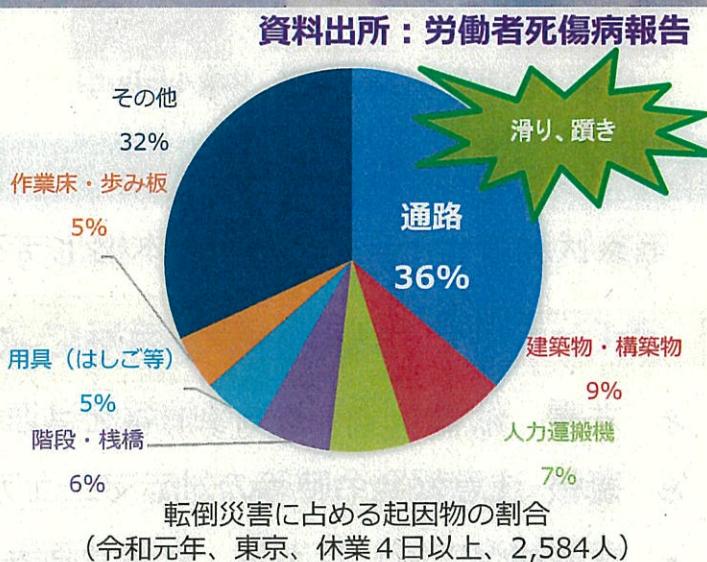
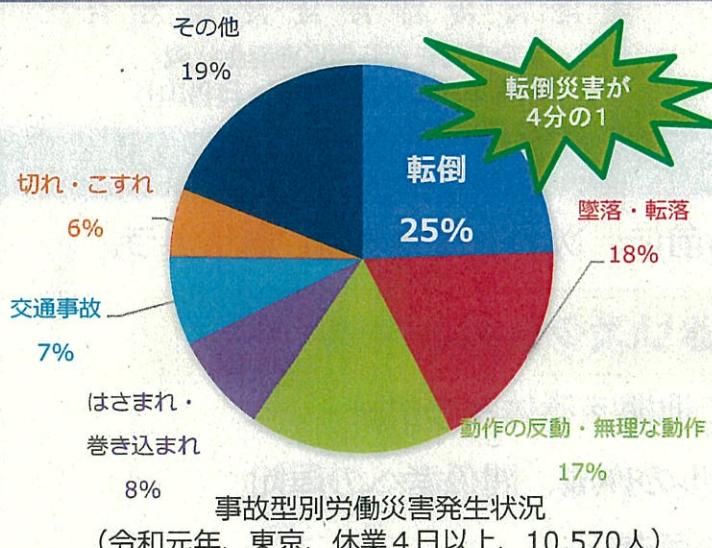
冬季の転倒災害

冬季も

STOP! 転倒災害

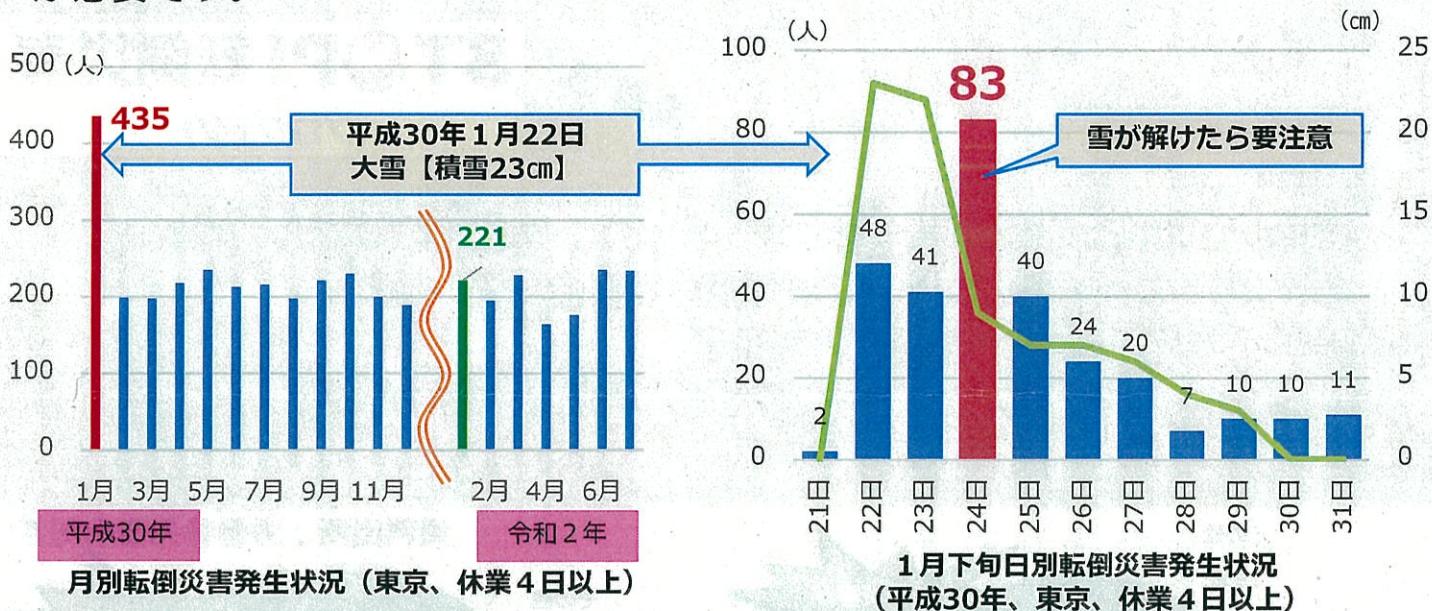
プロジェクト

- 都内における労働災害全体の約4分の1を転倒災害が占める
- 転倒災害のうち60歳以上の労働者の割合は約4割
- 高齢になるほど労働災害が重症化
- 冬季には気象状況を踏まえた転倒災害防止対策が必要
- 働く高齢者の特性に配慮した転倒災害防止対策が必要



大雪発生時の状況（令和2年データは10月末時点での暫定値）

- 平成30年1月22日、都心においても積雪23cmを記録し、積雪・凍結が原因と思われる転倒災害が大幅に増えました。
- 冬季の転倒災害の発生は、天候による影響を大きく受けます。
- 雪が解け始めたら、路面凍結の可能性が高く、屋外の移動・作業は、特に注意が必要です。



冬季における転倒防止対策

気象状況等を踏まえ、降雪が本格化する前に、次の事項を準備しましょう。

ポイント1

気象情報の活用によるリスク低減の実施

- 大雪、低温に関する気象情報を迅速に把握する体制の構築
- 警報・注意報発令時等の対応マニュアルの作成、関係者への周知
- 気象状況に応じた出張、作業計画等の見直し

ポイント2

通路、作業場所の凍結等による危険防止の徹底

- 屋外通路や駐車場における除雪、融雪剤の散布による安全通路の確保
- 事務所への入室時における靴裏の雪、水分の除去、凍結のおそれのある屋内の通路、作業場への温風機の設置等による凍結防止策の実施
- 屋外通路や駐車場における転倒災害のリスクに応じた「危険マップ」の作成、関係者への周知
- 凍結した路面、除雪機械通過後の路面等における荷物の運搬方法、作業方法の見直し
- 凍結した路面や凍結のおそれがある場所（屋外通路や駐車場等）における転倒防止のための滑りにくい靴の着用の勧奨

転倒防止には、靴選びが非常に重要です。靴を選ぶにあたっては、概ね右の5つの基準があります。

今回は、その中の「靴底と床の耐滑性のバランス」について考えてみましょう。

一口に滑りにくい靴と言ってもすべての路面に対応できる靴はありません。「水・油用」、「氷上用」、「粉体上」などの目的によりその対策は異なるためです。市販されている耐滑靴の多くは「水・油用」で、**雪や氷の上では滑ることがある**ため、凍結した路面がある冬季の屋外使用では注意が必要となります。

凍結した路面には、ピン・金具付きや靴底が柔らかく深い溝のある靴が効果的です。昨今は、ゴムバンドやマジックテープなどで靴底に固定する着脱可能な「靴用アタッチメント」もあるため、簡単に冬季用の靴を用意できます。

これを機に働く時の靴底を確認してみましょう。

転倒防止の靴の5つの選定基準



高年齢労働者の転倒災害の防止対策

高年齢になると筋力、平衡機能、視力（薄明順応）、反射神経の機能低下などにより転倒しやすくなることから、心身機能の低下を踏まえた対策が必要です。

ポイント1

設備面の対策（身体機能の低下を補うハード面の対策）

床の凹凸・段差の解消、滑り止めの設置、明るさの確保、手すりの設置、段差などへの注意表示

ポイント2

管理面の対策

- 4S（整理・整頓・清掃・清潔）の実施（例：荷物などは通路に放置しない）
- 作業手順書の作成（例：床に水たまりがあったらすぐに拭き取る）
- 作業者教育、災害事例の周知（例：企業内の災害事例を共有）
- 高年齢労働者の健康や体力の状況の把握

※ 厚生労働省「転倒等リスク評価セルフチェック票」の活用も有効です

ポイント3

労働者に求められる事項

- 自らの身体機能や健康状況を客観的に把握し、健康や体力の維持管理に努める
- 事業者が実施する体力チェックに参加する
- ストレッチ、軽いスクワット運動による基礎体力の維持、生活習慣を改善する
- 適正体重の維持、栄養バランスの良い食事等、食習慣や食行動の改善

厚生労働省では、令和2年3月「高年齢労働者の安全と健康確保のためのガイドライン」（通称：エイジフレンドリーガイドライン）を策定しました。

働く高齢者の特性に配慮したエイジフレンドリーな職場を目指しましょう！

【ガイドラインリーフレット等】→



3

まずは自主点検を行いましょう

事前の準備は、安全委員会の委員等による職場巡回を実施し、下のチェックリスト等を活用して設備等の点検を行い、必要な改善や労働者の意識啓発を行いましょう。

チェック項目（冬季用）

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	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"/>
4	転倒を予防するための教育を行っていますか	<input type="checkbox"/>
5	作業靴は、作業現場に適したものを見び、定期的に点検していますか (耐滑性のある靴は、雪や氷、粉による滑りには適用していません)	<input type="checkbox"/>
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	<input type="checkbox"/>
7	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"/>
8	ながらスマホやポケットに手を入れたまま歩くこと、手すりを持たない階段の昇降などを禁止していますか	<input type="checkbox"/>
9	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"/>
10	天気予報に気を配っていますか	<input type="checkbox"/>
11	時間に余裕をもって歩行、作業を行っていますか	<input type="checkbox"/>
12	駐車場の除雪・融雪は万全に、出入口などにも注意していますか	<input type="checkbox"/>
13	職場の危険マップ、適切な履物、歩行方法などの教育を行っていますか	<input type="checkbox"/>

冬季前に
転倒災害防止対策を
行いましょう！

冬季も

STOP! 転倒災害
プロジェクト

東京労働局では、



Safe Work
TOKYO 2020

を展開しています。

労働災害の防止に関する様々な情報を掲載しています。

https://jsite.mhlw.go.jp/tokyo-roudoukyoku/news_topics/topics/2017/9_00002.html



～働く高齢者の特性に配慮した エイジフレンドリーな職場づくり を進めましょう～

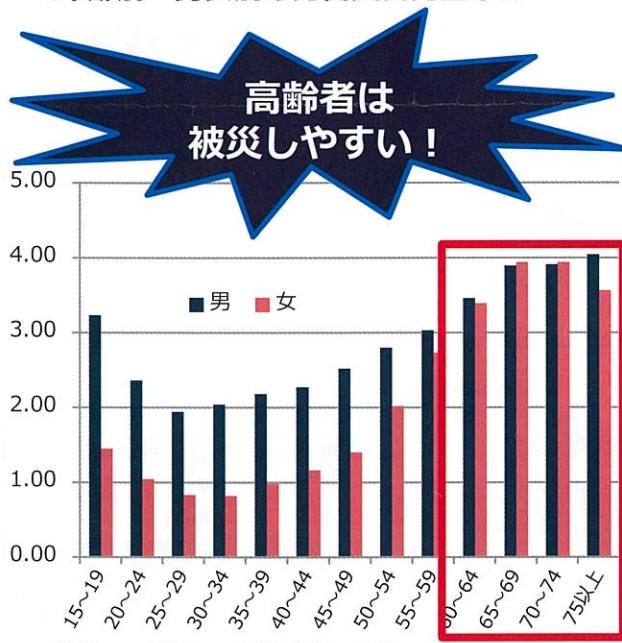
皆さんの職場は、高齢者が安心して働ける環境になっていますか？

働く高齢者が増加（60歳以上の雇用者数は過去10年間で1.5倍）

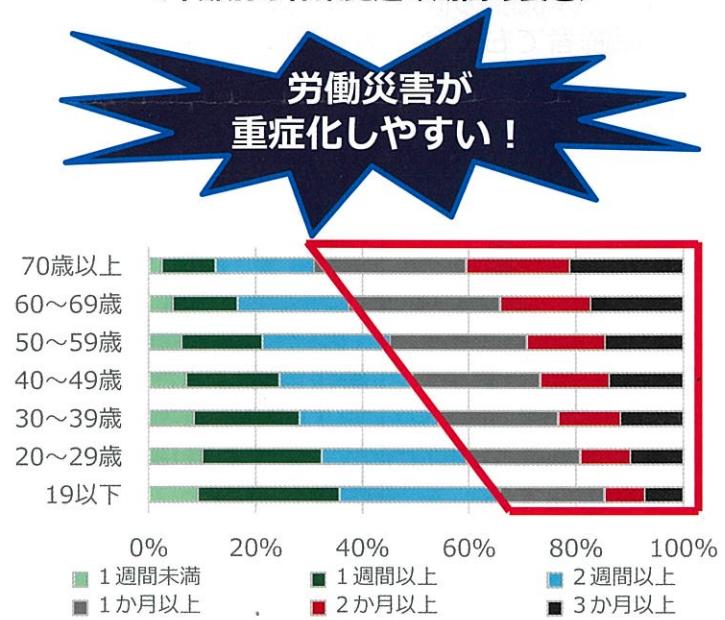
労働災害のうち60歳以上の労働者が占める割合は**1/4以上**（2019年は27%）

労働災害発生率は、若年層に比べ**高年齢層で高い**

<年齢別・男女別の労働災害発生率>



<年齢別の休業見込み期間の長さ>



労働災害が続ければ人手不足を招くおそれも…



安心して安全に働くことのできる職場づくりを！

エイジフレンドリーガイドライン（高年齢労働者の安全と健康確保のためのガイドライン）を策定しました。（次ページ以降参照）

ご活用ください

高年齢労働者の安全衛生対策のための
エイジフレンドリー補助金が新設されました！

（4ページ参照）



厚生労働省・都道府県労働局・労働基準監督署

事業者に求められる事項

高齢者の就労状況や業務の内容等の実情に応じ、実施可能な対策に取り組みましょう。

1 はじめに

- ・企業の経営トップが取り組む方針を表明し、担当者や組織を指定します
- ・高年齢労働者の身体機能の低下等による労働災害発生リスクについて、災害事例やヒヤリハット事例から洗い出し、対策の優先順位を検討します
- ・職場改善ツール「エイジアクション100」のチェックリストの活用も有効です→

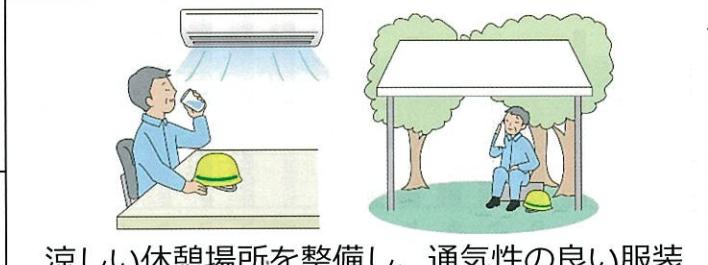
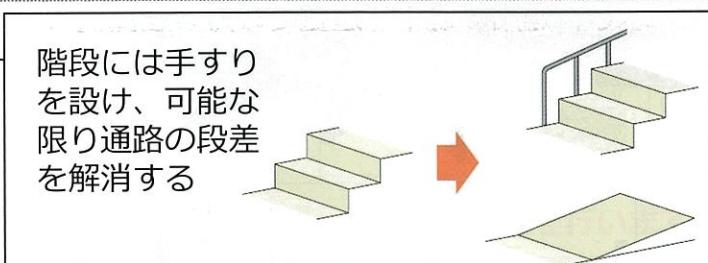
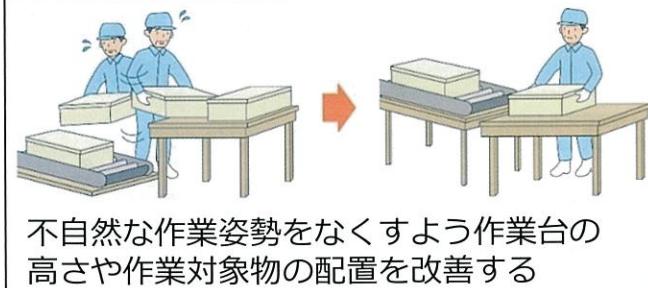
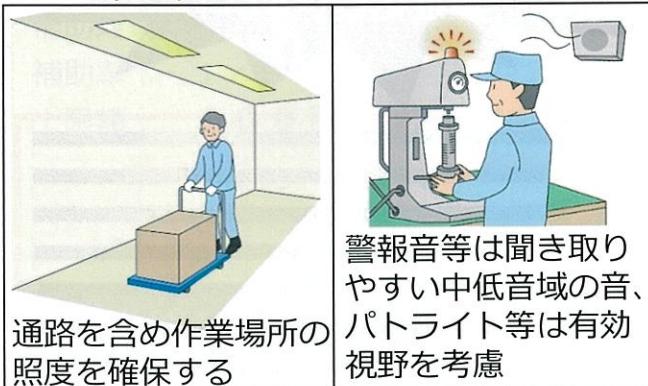


2 職場環境の改善

(1) 身体機能の低下を補う設備・装置の導入（主としてハード面の対策）

- ・高齢者でも安全に働き続けることができるよう、施設、設備、装置等の改善を行います

◆対策の例◆



- ・床や通路の滑りやすい箇所に防滑素材（床材や階段用シート）を採用する
- ・熱中症の初期症状を把握できるウェアラブルデバイス等のIoT機器を利用する
- ・パワーアシストスーツ等を導入する 等

(2) 高年齢労働者の特性を考慮した作業管理（主としてソフト面の対策）

- ・高年齢労働者の特性を考慮し**作業内容等を見直します**。例えば、勤務形態や勤務時間を工夫して高齢者が就労しやすくなること（短時間勤務、隔日勤務等）や、ゆとりのある作業スピード、無理のない作業姿勢等への配慮などがあります

3 高年齢労働者の健康や体力の状況の把握

(1) 健康状況の把握

- ・健康診断を確実に実施します
- ・職場で行う法定の健診の対象にならない方については、例えば地域の健康診断等を受診しやすくするなど、働く高齢労働者が自らの健康状況を把握できるようにします

(2) 体力の状況の把握

- ・主に高年齢労働者を対象とした**体力チェックを継続的に行う**よう努めます
- ・体力チェックの目的をわかりやすく丁寧に説明するとともに、事業場における方針を示し、運用の途中で適宜その方針を見直します

※注意点※

- ・安全作業に必要な体力の測定手法と評価基準は、安全衛生委員会等の審議を踏まえてルール化するようにします

体力チェックの一例

転倒等リスク評価セルフチェック票

I 身体機能計測結果

① 2ステップテスト（歩行能力・筋力）

あなたの結果は cm / cm(身長) =

以下の評価表に当てはめると → **評価**

評価表	1	2	3	4	5
結果 / 身長	~1.24	1.25	1.39	1.47	1.66~
	~1.38	~1.46	~1.65		



② 座位ステッピングテスト（敏捷性）

あなたの結果は 回 / 20秒

以下の評価表に当てはめると → **評価**

評価表	1	2	3	4	5
(回)	~24	25	29	44	48~
	~28	~43	~47		



③ ファンクショナルリーチ（動的のバランス）

あなたの結果は cm

以下の評価表に当てはめると → **評価**

評価表	1	2	3	4	5
(cm)	~19	20	30	36	40~
	~29	~35	~39		



④ 閉眼片足立ち（静的のバランス）

あなたの結果は 秒

以下の評価表に当てはめると → **評価**

評価表	1	2	3	4	5
(秒)	~7	7.1	17.1	55.1	90.1~
	~17		~55	~90	



⑤ 閉眼片足立ち（静的のバランス）

あなたの結果は 秒

以下の評価表に当てはめると → **評価**

評価表	1	2	3	4	5
(秒)	~15	15.1	30.1	84.1	120.1~
	~30	~64	~120		



詳しくは
こちら⇒



身体機能計測の評価数字を
IIIのレーダーチャートに黒字で記入

(3) 健康や体力の状況に関する情報については、不利益な取扱いを防ぐ必要があります

4 高年齢労働者の健康や体力の状況に応じた対応

(1) 個々の高年齢労働者の基礎疾患の罹患状況等の健康や体力の状況を踏まえた措置を講じます

(2) 高年齢労働者の状況に応じた業務の提供

健康や体力の状況は高齢になるほど個人差が拡大するため、個々の労働者の状況に合わせ、適合する業務をマッチングさせます

(3) 心身両面にわたる健康保持増進措置 例えばフレイルや口コモティブシンドロームの予防を意識した**健康づくり活動**を行います

※取組の例※

転倒・腰痛予防！「いきいき健康体操」

<https://youtu.be/9jCi6oXS8IY>

（令和元年度厚生労働科学研究費補助金 労働安全衛生総合研究事業「エビデンスに基づいた転倒予防体操の開発およびその検証」の一環として製作）



全国の体操動画やリーフレットの紹介(厚労省HP) →



5 安全衛生教育

・高齢者対象の教育では、作業内容とりスクについて理解させるため、時間をかけ、写真や図、映像等の文字以外の情報も活用します

・再雇用や再就職等により経験のない業種、業務に従事する場合、特に丁寧な教育訓練を行います

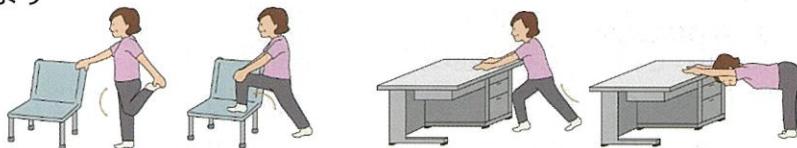
このガイドラインは、雇用される高齢者を対象としたものですが、請負契約により高齢者を就業せることのある事業者においても、このガイドラインを参考として取組を行ってください。

労働者に求められる事項

一人ひとりの労働者が、事業者が実施する取組に協力するとともに、**自らの身体機能の変化が労働災害リスクにつながる可能性、自己の健康を守るために努力の重要性を理解し、自らの健康づくりに積極的に取り組む**ことが必要です。体力チェック等に参加し、日頃からストレッチや軽い運動などに取り組みます

参考：ストレッチの例

「介護業務で働く人のための腰痛予防のポイントとエクササイズ」より



「エイジフレンドリー補助金」のご案内

- エイジフレンドリー補助金は、職場環境の改善に要した費用の一部を補助します。
- **中小企業事業者が対象**の補助金です

補助金申請期間 令和2年6月12日～令和2年10月末日

補助金額

補助対象：高年齢労働者のための職場環境改善に要した経費

補助率： 1／2

上限額： **100万円**（消費税を含む）

詳しくは
こちら⇒
(厚労省HP)



※この補助金は、事業場規模、高年齢労働者の雇用状況等を審査の上、交付決定を行います
(全ての申請者に交付されるものではありません)

お問い合わせ

一般社団法人日本労働安全衛生コンサルタント会
エイジフレンドリー補助金事務センター（申請関係）

☎ 03-6381-7507 ✉ 03-6381-7508
✉ af-hojoyojimucenter@jashcon.or.jp

受付時間：平日9:30～12:00、13:00～16:30
(土日祝休み)

▼高齢者のための対策について個別に相談したいとき

中小規模事業場 安全衛生サポート事業 個別支援

労働災害防止団体が中小規模事業場に対して、安全衛生に関する知識・経験豊富な専門職員を派遣して、高年齢労働者対策を含めた安全衛生活動支援（現場確認・ヒアリング・アドバイス）を行います。

労働災害防止団体 問い合わせ先

- ・中央労働災害防止協会
- ・建設業労働災害防止協会
- ・陸上貨物運送事業労働災害防止協会
- ・林業・木材製造業労働災害防止協会
- ・港湾貨物運送事業労働災害防止協会

- 技術支援部業務調整課
技術管理部指導課
技術管理部
教育支援課
技術管理部

- 03-3452-6366 (製造業、下記以外の業種関係)
03-3453-0464 (建設業関係)
03-3455-3857 (陸上貨物運送事業関係)
03-3452-4981 (林業・木材製造業関係)
03-3452-7201 (港湾貨物運送事業関係)

無料

65歳超雇用推進プランナー・高年齢者雇用アドバイザーをご活用ください

中小企業診断士、社会保険労務士等、高齢者の雇用に関する専門的知識や経験などを持っている外部の専門家が、企業の高齢者雇用促進に向けた取組を支援します。

相談・助言

各企業の実情に応じて、以下の項目に対する専門的かつ技術的な**相談・助言**を行っています。

- 人事管理制度の整備に関すること
- 能力開発に関すること
- 賃金、退職金制度の整備に関すること
- 健康管理に関すること
- 職場の改善、職域開発に関すること
- その他高年齢者等の雇用問題に関すること

無料

- お近くのお問合せ先は、高齢・障害・求職者雇用支援機構のホームページ (<http://www.jeed.or.jp>) から確認できます。
- 「65歳超雇用推進事例サイト (<https://www.elder.jeed.or.jp/>)」により、65歳を超える人事制度を導入した企業や健康管理・職場の改善等に取り組む企業事例をホームページにて公開しています。

高年齢労働者の労働災害防止対策の情報を厚生労働省ホームページに掲載しています



(R2. 8)