



職場でできる 労働災害防止の取組み

第13次労働災害防止計画（2018年策定）を踏まえ、
労働災害を未然に防止するために取り組んでいただきたいこと

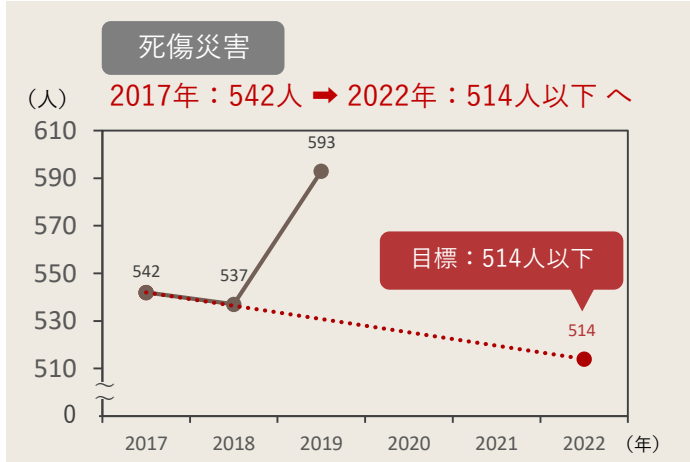
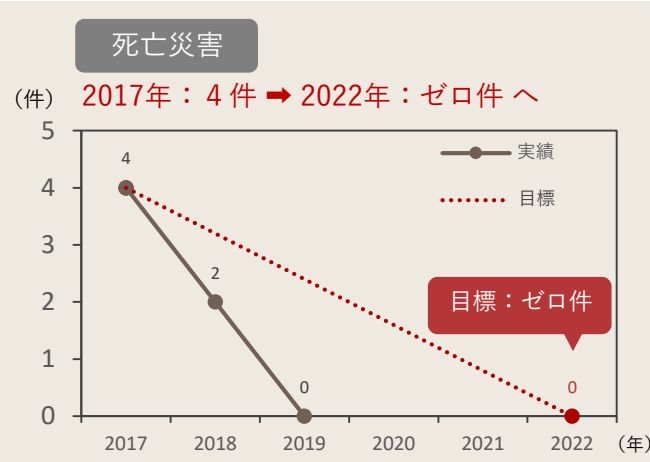
労働災害防止計画とは

厚生労働省が、労働安全衛生法第6条に基づき、労働災害を少しでも減らし、安心して健康に働くことができる職場の実現に向けて、国や事業者、労働者等の関係者が5年間にわたって重点的に取り組むべき事項を定めた中期計画です。

第13次労働災害防止計画が2018年度を初年度としてスタートしたことを踏まえ、亀戸労働基準監督署においても数値目標を策定し、達成に向けた取組みを展開しています。2019年の亀戸署管内の労働災害発生状況を見ると、死亡災害はゼロ件でしたが、死傷災害が大きく増加したことから、引き続き、主な増加要因である転倒災害の防止を中心に、対策を推進してまいります。

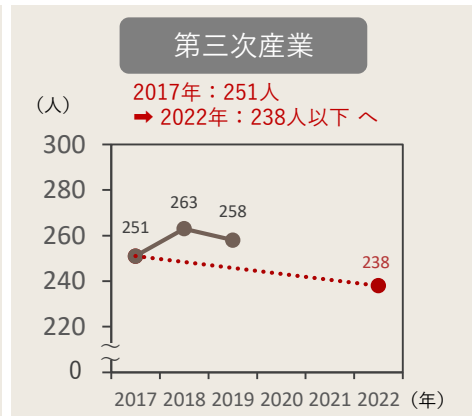
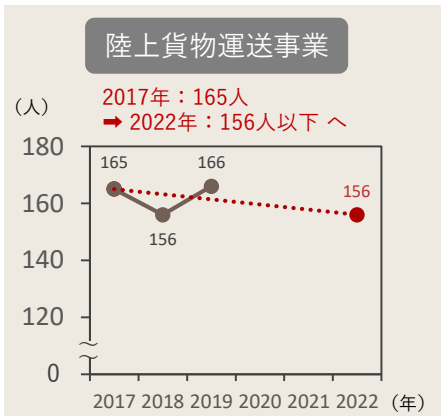
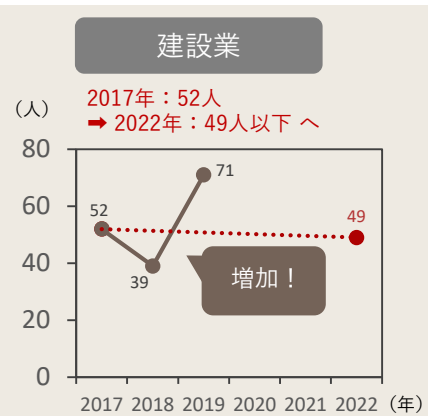
基本目標

全業種において、2022年までに、死亡災害をゼロ件へ、死傷災害（休業4日以上。以下同じ）を5%以上減少させる。



重点業種目標

建設業、陸上貨物運送事業、第三次産業のそれぞれにおいて、2022年までに、死傷者数を5%以上減少させる。



その他の目標

腰痛対策

第三次産業及び陸上貨物運送事業において、2022年までに、腰痛による休業者数を5%以上減少させる。

熱中症対策

計画期間中に死亡災害を発生させない。

今日からはじめる！
労働災害防止のポイントは次のページへ

労働災害防止のための5つのポイント

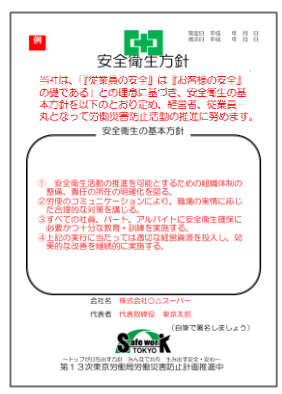
まずは5つのステップからはじめましょう

STEP
1

経営トップが安全衛生方針を表明する

第三次産業を中心に多発している転倒災害や腰痛災害は、労働災害への意識の希薄さが原因のひとつと考えられています。

労働災害の防止にあたっては、具体的な方策に先立ち、**経営トップ自らが「労働者の安全と健康を守る」という基本方針を表明**することで、事業者と労働者双方の安全意識の高揚につながります。



STEP
2

年間安全衛生計画を作成する

経営トップの安全衛生方針に基づいて、事業場における安全衛生目標を設定し、目標の達成に向けた年間安全衛生計画を作成してください。

具体的には、毎月の安全衛生委員会の開催をはじめ、定期健康診断やストレスチェック、安全衛生教育の実施など、各事業場の規模等に応じて実施事項を記載します。

また、STEP 1の安全衛生方針と併せて事業場の見やすい場所に掲示し、進捗状況を管理（PDCAサイクル）すると安全衛生水準の向上につながります。

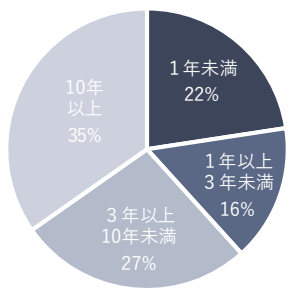
年間安全衛生推進計画(令和元年)													
基本方針	当社は、安全で快適な職場づくりを目標に取り組んできたことであるが、平成〇〇年においては、休業者が発生し、健康診断の受診率も目標に達しないなど、いくつかの問題が顕在化し、課題が明らかとなった。今年は、従業員が安全で健康な職場を創出する、安全衛生行動を促し、安全衛生意識を高め、安全衛生行動を促す、安全衛生目標を定め、安全衛生計画を策定し、安全衛生推進計画に基づき、安全衛生活動を推進する。												
	①安全衛生活動の推進を促すための組織体制の整備、責任の所在の明確化を図る。 ②労働者の安全衛生意識を高め、安全衛生行動を促す。 ③安全衛生目標を定め、安全衛生計画を策定し、安全衛生推進計画に基づき、安全衛生活動を推進する。 ④安全衛生目標を定め、安全衛生計画を策定し、安全衛生推進計画に基づき、安全衛生活動を推進する。 ⑤安全衛生目標を定め、安全衛生計画を策定し、安全衛生推進計画に基づき、安全衛生活動を推進する。												
目標	①すべての従業員が安全衛生行動を促す。 ②健康診断の100%受診。 ③安全衛生推進計画の完全実施。												
実施項目	活動日程(実施月、強化月間)												
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	補足説明事項
安全衛生委員会を開催(50人以上)	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	毎月第1曜日。
職場安全衛生委員会の開催(50人未満)	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	同上。
安全衛生委員会による職場パトロール	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	毎月第3金曜日。
年間安全衛生推進計画の作成									○				9月9日強化月間。
安全衛生推進計画及び活動計画の策定													
安全衛生推進計画に基づき進捗状況の把握													
年次・半年・四半・月次安全活動の実施													11月～12月。
夏季・冬季・年次安全活動の実施													7月～8月。
春季・秋季・安全活動の実施													
作業マニュアルの見直し・検討													
職場の安全衛生教育の実施													職場の安全衛生教育、安全衛生推進計画に基づき、
職場の安全衛生教育の実施													プレスリリース、ファクトシートほか。
作業環境測定の実施													4月～12月。安全衛生推進計画に基づき、
健康診断の実施													4月、10月は特別健康診断。

STEP
3

雇入れ時の教育を適切に実施する

事業者は、労働者の雇入れ時や作業内容変更時には、安全衛生教育（安衛法59条）を実施しなければなりません（**パートタイマー等の短時間労働者も対象です**）。

亀戸署管内の労働災害発生状況を見ても、**経験年数3年未満の「未熟練労働者」が全体の約4割**を占めています。経験年数の少ない未熟練労働者は一般に、作業に不慣れで危険に対する感受性も低いことから、雇入れ時の教育が非常に重要です。



経験年数別労働災害発生状況 (2019年・亀戸署)

STEP
4

健康管理・メンタルヘルスケアに取り組む

事業者は、労働者の一般的な健康の確保を図るとともに、業務の適正配置及び健康管理を目的として、健康診断の実施義務があります。健康診断には主に右表のような種類があります。

健康診断の実施後は、有所見者に係る医師等の意見聴取（就業区分：通常勤務でよい・勤務制限の必要がある・休業の必要がある等）を行い、これを参考に就業上の措置を決定してください。

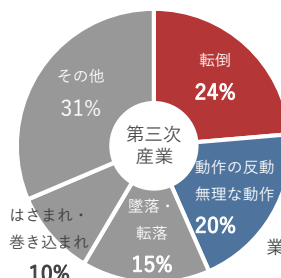
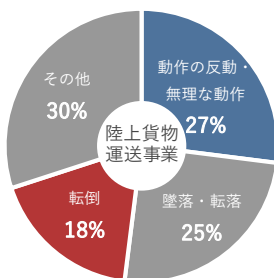
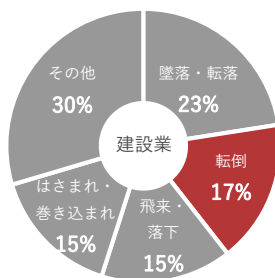
また、2019年4月1日より働き方改革関連法が施行され、長時間労働者への医師の面接指導の対象となる労働者の要件が、**時間外・休日労働時間が1か月あたり80時間を超え、かつ疲労の蓄積が認められる者**に拡大されました（改正前は100時間）。

長時間労働がうつ病等のストレスが関係する精神疾患等の発症につながることも多いことから、ストレスチェックの実施（事業場規模50人以上）と併せてメンタルヘルスケアに配慮してください。

1. 一般健康診断	
(1)雇入れ時の健康診断	※健康診断項目の省略不可 (雇入れの際)
(2)定期健康診断	(1年以内ごとに1回)
(3)特定業務従事者の健康診断	※深夜業を含む業務など (6か月以内ごとに1回)
2. 特殊健康診断	
※有機溶剤健診、特化物健診など	



職場の転倒災害・腰痛災害の防止対策に取り組む



業種別・事故の型別労働災害発生状況
(2019年・亀戸署)

ここ最近の労働災害発生状況の全国的な特徴として、業種にかかわらず、「**転倒**」と**腰痛**などの「**動作の反動・無理な動作**」による災害が増加していることが挙げられます。これらの災害は日常生活でも起こり得ることもあり、安全意識が希薄になりがちな部分ではありますが、亀戸署管内の2019年の休業4日以上災害を分析すると、「**転倒**」による**平均休業日数は41.6日**、「**動作の反動・無理な動作**」による**平均休業日数は29.0日**と、決して軽い災害とは言えません。

については、以下のポイントに注意して職場の環境や作業の手順等を見直してください。

● 転倒災害防止のポイント

- 4S（整理・整頓・清掃・清潔）活動を徹底し、危険箇所を放置しない。
 - 作業に適した滑りにくく脱げにくい靴を着用する。
 - ヒヤリハット事例を収集し、危険箇所を把握・共有する。
 - 排除できない危険箇所については、ステッカー等の掲示（危険の「見える化」）により注意を促す。
- ※厚生労働省が展開する「STOP! 転倒災害プロジェクト」等を参考に、事業場で取り入れられる事項からはじめてください。



ステッカーは厚生労働省HPよりダウンロードできます。

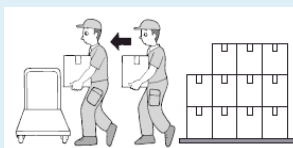
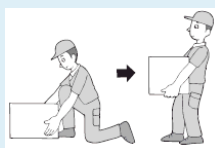
● 腰痛災害防止のポイント

- 作業開始前はストレッチ等で身体をほぐす。
また、長時間同じ姿勢での作業は避ける。
- 作業に適した靴や服装を着用する。服装は、適切な姿勢や動作を妨げない伸縮性のあるものが望ましい。
- 身体に過度な負荷がかからないような作業標準を定め、労働者に周知・徹底させる。
- 床面から重量物を持ち上げる場合は、**膝を曲げ、腰を十分に下ろしてから抱え、膝を伸ばすことによって立ち上がるようにする。**
- 重量物を取り扱う場合は、機械による自動化や、台車・昇降装置の使用による省力化を図る。



職場のあんぜんサイト 視聴覚教材

厚生労働省のポータルサイト「職場のあんぜんサイト」にて、転倒・腰痛防止用の視聴覚教材（動画）を公開しています。職場の安全衛生教育にご活用ください。



膝を落として荷を抱え、移動する距離はできるだけ短くするよう工夫してください。

TRY！ 3分間ストレッチ それぞれの姿勢を20～30秒維持し、1～3回伸ばしましょう



(厚生労働省HP「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)

亀戸署が管轄している江東区は、首都圏における重要な物流拠点として陸上貨物運送事業が発展したことに伴い、**陸上貨物運送事業で発生した労働災害が都内最多**となっています。

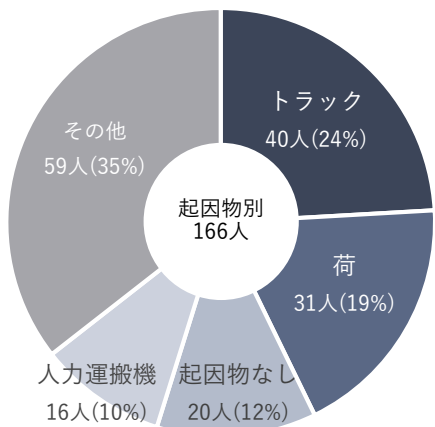
厚生労働省の調査によると、荷役作業中の労働災害の約3分の2が荷主先で発生していることから、**災害防止のためには荷主と陸運事業者とが連携して安全対策に取り組む必要がある**としています（参考「陸上貨物運送事業における荷役作業の安全対策ガイドライン」）。

特に亀戸署管内では、トラック荷台からの飛び降りによる足の骨折・捻挫や、荷主先での墜落・転落、転倒災害等の事例が多く見受けられることから、以下の対策に取り組んでください。

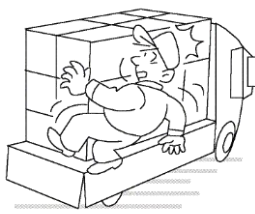
➤陸運業者は、荷台からの墜落・転落を防止するため、昇降設備等の対策を導入する（**荷台からの飛び降り禁止**）。

➤荷主は、墜落・転落防止のため、昇降設備等を導入する。また、転倒防止のため、荷役作業場所を整理整頓し、床・地面の凹凸をできるだけなくす。

※厚生労働省が策定した「陸上貨物運送事業における荷役作業の安全対策ガイドライン」等を参考に、事業場で取入れられる事項からはじめてください。



陸上貨物運送事業の起因物別労働災害発生状況
(2019年・亀戸署)



トラック荷台からの墜落防止対策 好事例



- 【荷台に取り付けた支柱を利用した親綱の設置、昇降設備の導入】
- ◎ 荷役作業中の墜落防止対策に効果あり
 - ◎ 荷台への飛び乗り・飛び降りを防止できる



- 【手すり付き脚立の導入】
- ◎ 昇降時の安定性に優れている
 - ◎ 持ち運びが容易である



ロールボックスパレット（人力運搬機）やテールゲートリフターに起因する災害も多く発生しています。

厚生労働省・（独）労働者健康安全機構が作成したマニュアル（厚生労働省HPに掲載）を参考に、作業手順書を作成し、安全教育を徹底してください。