

「危険の見える化」の例（転倒災害）

4. 危険の「見える化」を進めよう

表示などにより危険を注意喚起する、危険の「見える化」も有効です。蛍光色などを用いて目立つように工夫して表示しましょう。（15頁のイラストも参照）



・**転倒**について注意喚起の表示をする。

・階段の始まりと終わりの表示を行う。
・昇降時、手すりを持つよう注意喚起

コラム7

階段は「始めと終わりの3段」が大事

階段では、「もう一段あると思ったのになかった」「もう一段あるとは思わなかった」という勘違いで、踏み外しやつまずきが生じることがあります。階段の昇降時は手すりを持つことはもちろん、階段の始めと終わりを昇降している人に確実に把握してもらったため、「始めの3段、終わりの3段」を目立つ色にすることも有効な「見える化」の例となります。

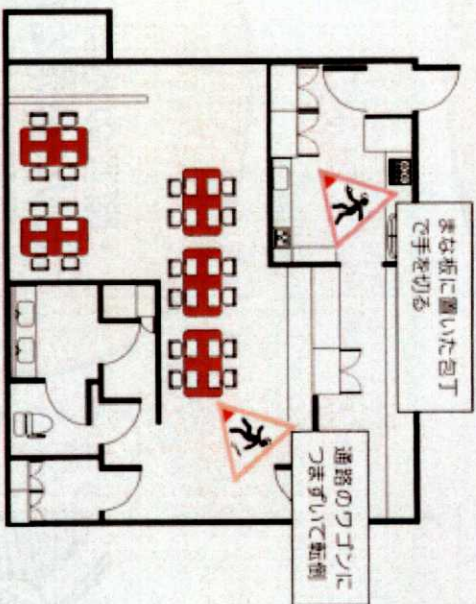


リスクマップの作成

転倒リスクマップ

職場で転倒リスクマップを作成・掲示することも、転倒の防止に有効です。
また、転倒リスクマップの作成を通じて、どのような場所でも「転倒リスク箇所を予測して回避する」という訓練にもつながります。

職場のメンバーで話し合いながらつくってみよう！



転倒以外のリスクについても
注意喚起が必要なところに入れてみよう！



・**転倒**のほか施設内で考えられる危険のおそれのある箇所について図面に洗い出してみる。
・リスクマップを作成後は、掲示したり、朝礼や教育などで労働者に周知を図る。

その他の転倒対策

コラム4 楽しくバランス感覚を養おう!

バランス感覚を養うゲームも有効です。家庭や職場のイベントなどで取り入れてみましょう。

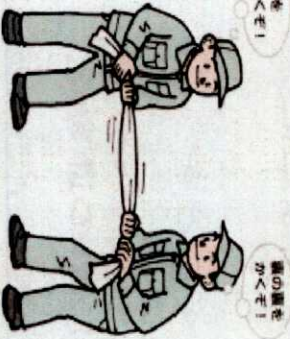
バランス崩し

2人(2向き)立ち、ひじを軽く出し、両手を組み合せて押し合おう。足の位置が最初
に動いたほうが負け。
押し合ったり引いたりして予測できない動きの中でのバランスの取り方(筋力の使い方)を
養おう。



手ぬぐいバランス崩し

手ぬぐいの両端を各自が持つて、引いたり緩めたりする。足の位置が最初に動いたほ
うが負け。
予測できない動きの中で、体幹のバランスを養おう。



*無理をしないように
注意しましょう!

・ストレッチを行ったり、
左図のようにゲーム感覚
でバランス感覚を養う方
法もオススメです。

あなたの職場は大丈夫？転倒の危険をチェックしてみよう

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	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、作業現場に合った耐滑性があり、かたちようど良いサイズのものを選んでいますか	<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スポットを作成し、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	ポケットに手を入れたまま歩くことを禁止していますか	<input type="checkbox"/>
9	ストレッツ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ひましょう！

詳しくは、厚生労働省ホームページをご覧ください！
「STOP！転倒災害プロジェクト」

STOP！転倒

検索



職場のあんぜんサイト

働く人の安全を守るために有用な情報を発信し、職場の安全活動を応援します。
働く人、家族、企業が元気になる職場を創りましょう。

検索

HOME

お問合せ

サイトマップ

文字サイズ

小

中

大

背景色

白

黒

労働災害統計

災害事例

リスクアセスメント
実施支援システム

安全衛生キーワード

化学物質

免許・技能講習

法令・通達を
ご用になれます。

労働災害統計

- ▶ 労働災害発生速報
- ▶ 労働災害統計
- ▶ 労働災害原因要素の分析
- ▶ 労働災害動向調査
(産別・業種別)

災害事例

- ▶ 労働災害事例

交通労働災害の現状と防止対策

STOP!

転倒災害プロジェクト

安全衛生優良企業公表制度

第12次 労働災害防止計画



あんぜん
プロジェクト

化学物質

- ▶ 化学物質情報の更新情報
- ▶ 新規化学物質関連手続きの方法
- ▶ 安新法名称公表化学物質等
- ▶ GHSモジュール・SDS情報
- ▶ GHSモジュール作成法
- ▶ GHSとは
- ▶ 強い変異原性が認められた化学物質
- ▶ がん原性に係る指針対象物質
- ▶ リスク評価実施物質
- ▶ 化学物質による災害事例

介護・看護作業による 腰痛を予防しましょう

休業4日以上 の 職業性 疾病 の うち、職場 での 腰痛 は 6 割 を 占める 労働 災害 と なっ て いま す。特 に、高 齢 者 介 護 な どの 社会 福祉 施設 での 腰痛 発 生 件 数 は 大 幅 に 増加 し て いま す。

そ こ で、厚 生 労 働 省 で は 平成 25 年 6 月 に「職場 にお ける 腰痛 予 防 対 策 指 針」を 改 訂 し、適 用 範 囲 を 福祉 ・ 医 療 分 野 にお ける 介 護 ・ 看護 作 業 全 般 に 広 げ、腰 に 負 担 の 少 ない 介 助 方 法 な ど を 加 え ま し た。

こ の パ ン フ レ ッ ト は、指 針 の 主 な ポ イ ン ト、介 護 ・ 看護 作 業 での 腰痛 防 止 の 具 体 的 な 対 策 を ま と め た も の で す。皆 さ ま の 施 設 での 腰痛 予 防 にお 役 立 て く だ さ い。