

介護施設の事業主のみなさまへ

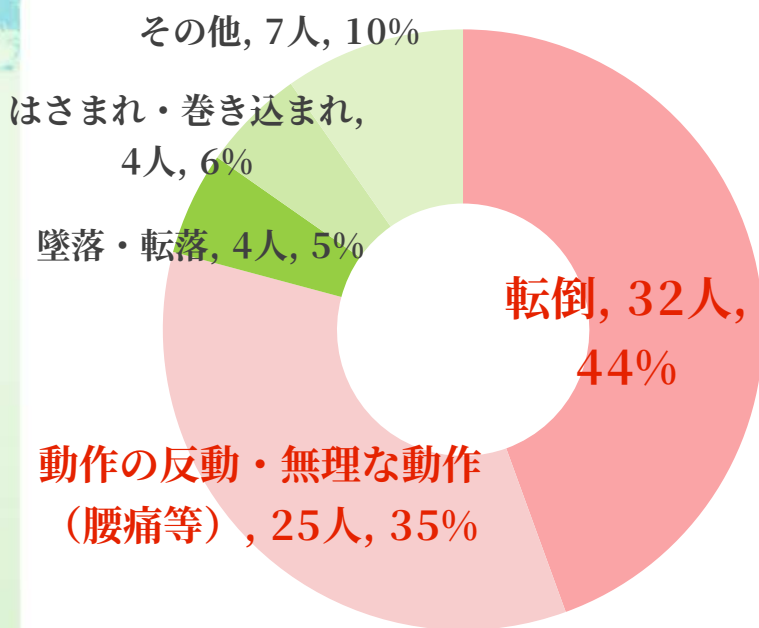
腰痛・転倒災害を防止して

安全な職場を目指しましょう

山梨労働局

山梨県介護施設SAFE協議会

## 山梨県内の介護施設における 令和6年の労働災害発生状況



- ・転倒、腰痛の災害は全体のおよそ

80%

を占めています。

- ・転倒、腰痛災害によるケガの **53%** が休業一ヶ月以上のけがです。
- ・転倒、腰痛の労働災害のうち **54%** が50歳以上の労働者による労働災害です。

- ・介護施設の転倒、腰痛災害は多く発生し、放置すると賠償等の問題に発展しかねません。
- ・職場でできることを考え、対策してみましょう。

職場でこんな経験したことありませんか？



滑り



ぎっくり腰



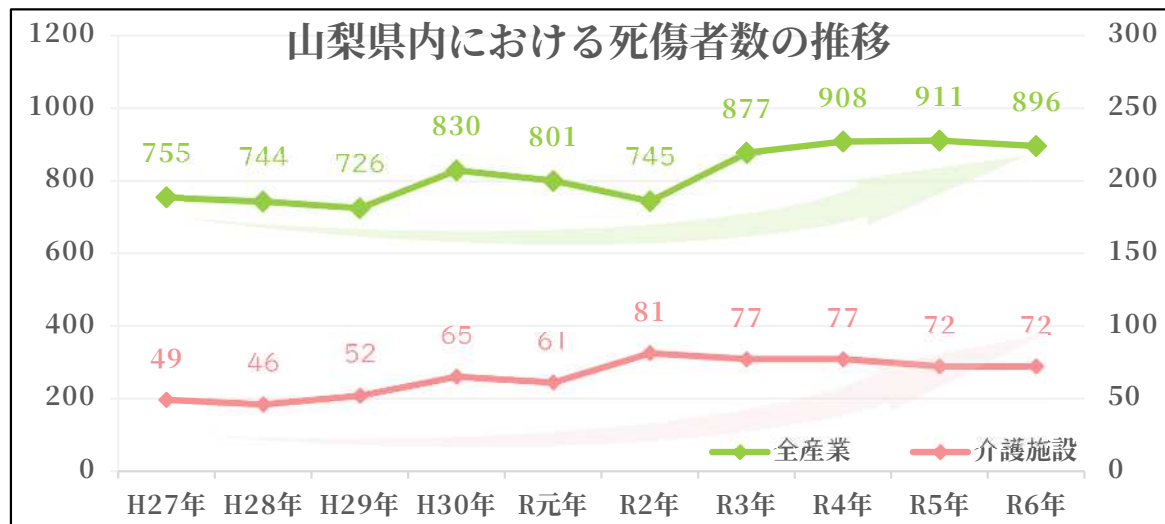
踏み外し

詳細は次のページから

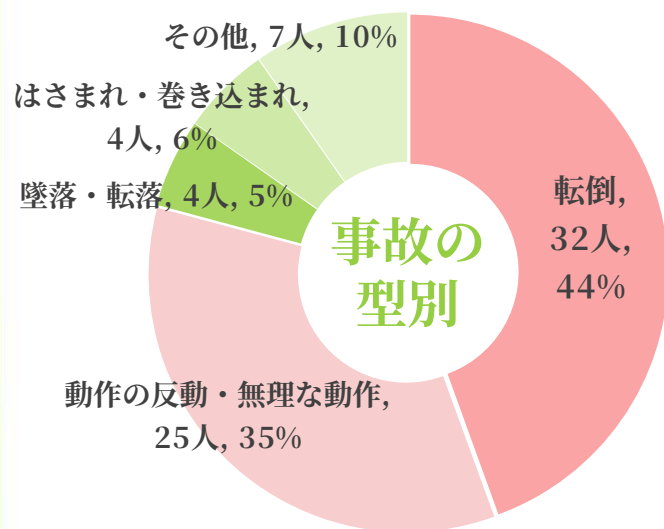
## 1.山梨県内における労働災害の発生状況

山梨県全産業の労働災害発生数は、昭和35年に3,856人をピークに減少しており、令和6年では全産業で896人、介護業界においては72人となりました。

しかし、近年において労働災害の発生数が**増加傾向**にあり、労働災害防止に取り組まなければなりません。



## 2.介護施設における労働災害の発生状況



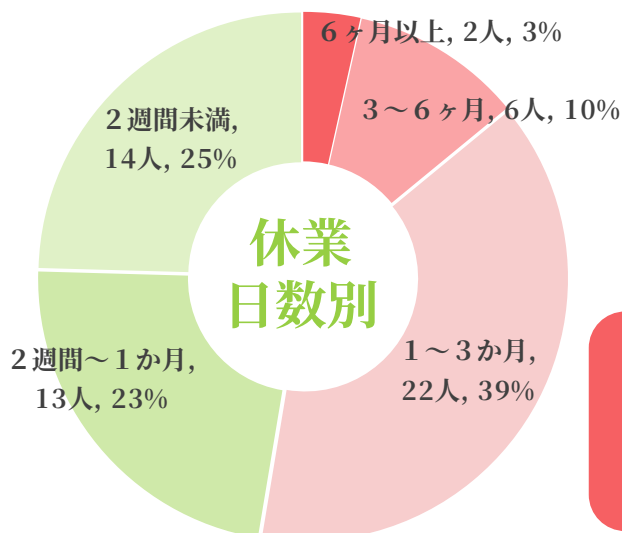
介護施設における労働災害を事故の型別にみると、転倒災害が最も多く、

全体の**4割以上**を占めています。

転倒と動作の反動（腰痛等）の労働災害は、

全体の**約8割**を占めており、

例年、転倒災害、腰痛災害が大きな割合で発生しています。



労働災害により休業日数別にみると、「1か月以上3か月未満」の割合が最も多く、

全体の**53%**が1か月以上休業しています。

転倒、腰痛災害は、ケガをした人数が多く、また、重篤な災害も多く発生しているのです。

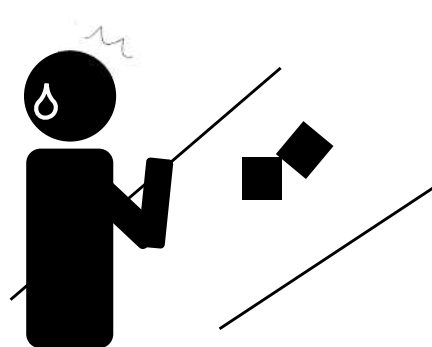
### 3.転倒災害を防止するためには

#### ①作業環境を見直してみましょう

作業場所の清掃



作業場所の整理整頓



注意喚起



転倒注意

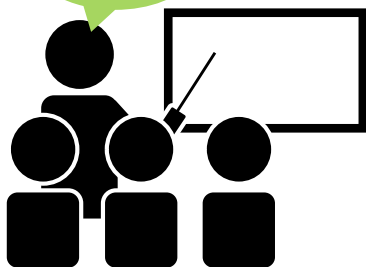
転倒災害は、職場の作業環境を起因とした労働災害も多く、また労働者の行動を要因とする災害であることから安全意識の向上も必要です。

#### ②安全衛生教育の徹底をしましょう

5S活動を絡めて教育する等、労働者の安全意識の向上に努めましょう。転倒のリスクに「気づかない」、「忘れてしまう」ことも転落災害が発生する背景の一つです。

各労働者が、当事者意識を持てるよう、**定期的な教育の実施等の安全活動**を実施していきましょう。

※ **5S** とは、整理、整頓、清掃、清潔、躰のことで安全活動の基本です。



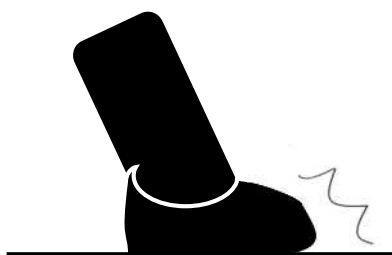
整理：不要なものを取り除く  
整頓：道具等を所定の場所に置く  
清掃：ゴミや濡れた場所をなくす  
清潔：整理整頓した状況を保つ  
躰：清掃等の習慣をつける

小売業の安全教育教材  
(厚労省YouTube)



#### ③設備投資等も検討しましょう

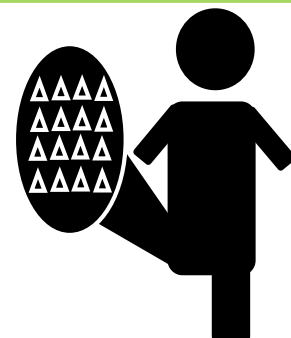
滑りづらい床材



手すり等の補助用具



滑りづらい作業靴



ワンポイント！

・転倒災害は、労働災害のうちで最も多い災害です。転倒災害を「**発生させない**」、「**重症化させない**」職場を目指しましょう。

## 4.腰痛災害を防止するためには

### ①作業内容を見直してみましょう

×ダメな例

○正しい例



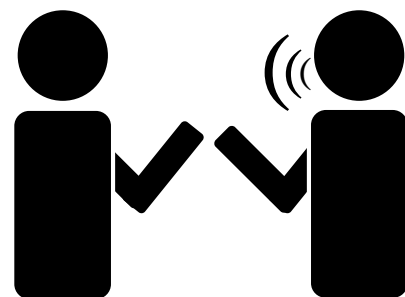
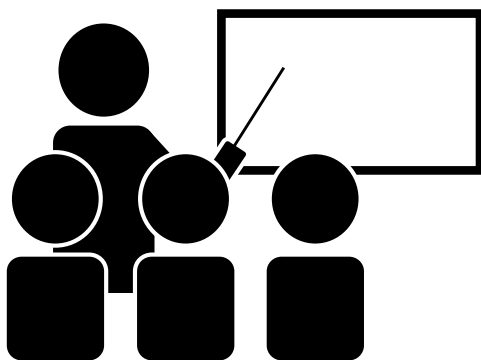
- ・腰痛となりやすい持ち方は姿勢に表れます。
- ・体は水平ではなく、垂直を意識しましょう。また、足の力を使うため、普段から運動習慣を身に付けて、足腰を鍛えましょう。

### ②教育や作業体制を強化しましょう

台車や二人作業

定期的な安全教育

連絡体制の強化



#### ワンポイント！

- ・腰痛災害は比較的発症しやすく、重症化、症状の長期化だけでなく、再発するリスクも高い災害です。
- ・腰痛災害を「発生させない」、「早期治療」、「再発させない」を目指しましょう。

厚生労働省、山梨労働局では、転倒腰痛災害防止のために、広報等を行っています。

山梨労働局 パンフレット

🔍 検索



(STOP転倒災害プロジェクトのリンク)



利用者・従業員のための

# 安全・安心な施設づくりに 取り組んでいきしょう

作業場所の  
整理整頓



作業場所の  
清掃



毎日の運動



危険箇所の  
見える化



手すりの  
設置



滑りにくい  
靴の着用



持ち物の  
制限



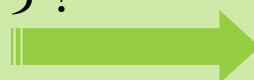
重い物は  
2人で保持



台車の利用



安心で安全な店舗・施設づくりに取り組みましょう！  
詳しくはコチラをチェック！



# 従業員が安心して働くために

## 整理・整頓 清掃・清潔

見た目にきれいなだけでなく、つまづいたり転んだりすることも減りました



厚生労働省のホームページで4S（整理・整頓・清掃・清潔）の方法を公開しています。



## 危険の見える化

危険の原因が誰から見てもわかるので、事故やケガが減りました



厚生労働省ホームページで「職場の危険の見える化（社会福祉施設）実践マニュアル」をご覧ください。



## 設備の改善

滑らず蒸れない靴のおかげで快適！



うっかり手を切る心配がありません！

段ボール専用カッターを使用する。



職場環境の改善等のために、エイジフレンドリー補助金をご活用ください。



## 転倒・腰痛 予防体操

足を前に



足を後ろに



YouTubeで、転倒・腰痛の予防に役立つ「いきいき健康体操」をご覧ください。



山梨県介護施設SAFE協議会は、構成員による連携した取組として、行動災害防止の予防に係る啓発資料等の作成等により、安全衛生管理の好事例等を山梨県内の事業場に水平展開しています。

山梨県介護施設SAFE協議会構成員：山梨労働局労働基準部健康安全課・山梨労働局職業安定部職業安定課・山梨県福祉保健部健康長寿推進課・山梨県老人福祉施設協議会・全国健康保険協会山梨支部・山梨県損害保険代理業協会・株式会社やさしい手甲府