

Safe work
SAITAMA

令和6年 新春講演会

① → ②
③ → ④
スライドの順番です

令和6年2月2日
川越労働基準監督署
安全衛生課

令和5年4月から、労働基準監督署の職員の作業服が新しくなりました



夏用



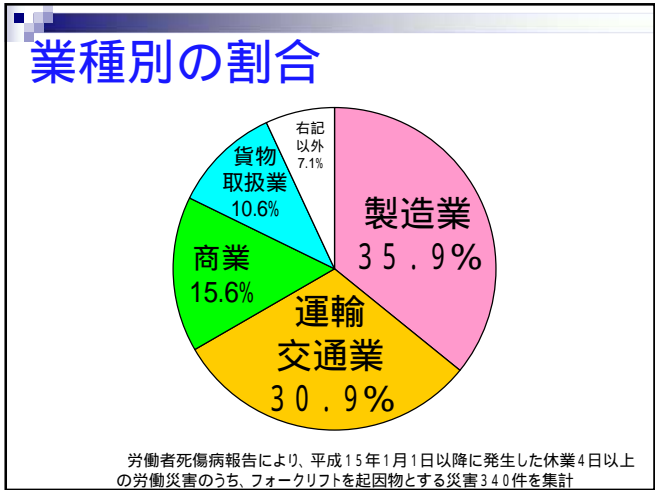
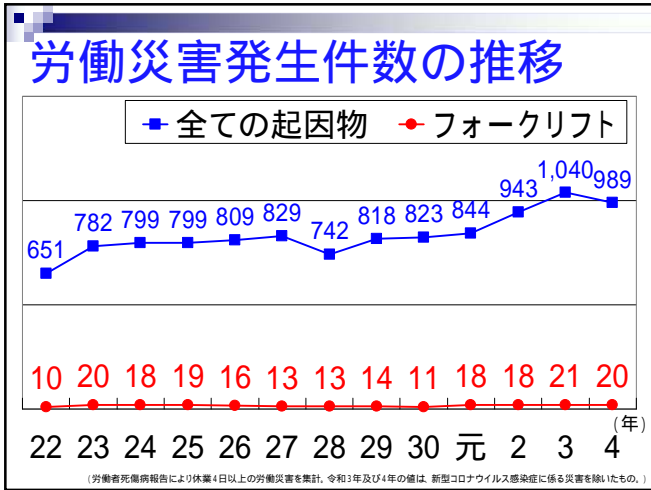
冬用

フォークリフトによる 労働災害の防止

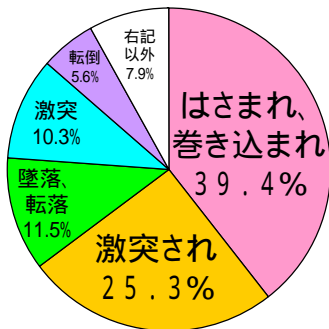


フォークリフトに係る 労働災害の発生状況

川越労働基準監督署管内の状況

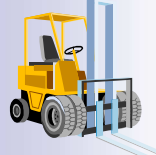


事故の型別の割合



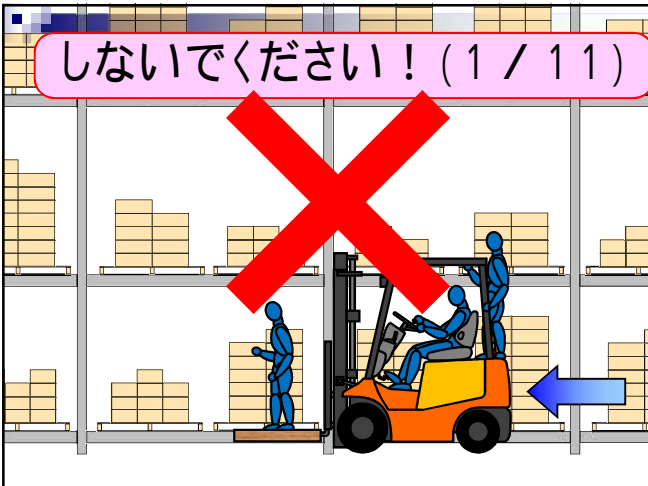
労働者死傷病報告により、平成15年1月1日以降に発生した休業4日以上
の労働災害のうち、フォークリフトを起因物とする災害340件を集計

フォークリフトに係る 災害事例、関係法令



実際の災害発生状況とは異なる部分があります。
一部の規定についてのみご説明いたします。

しないでください！ (1 / 11)

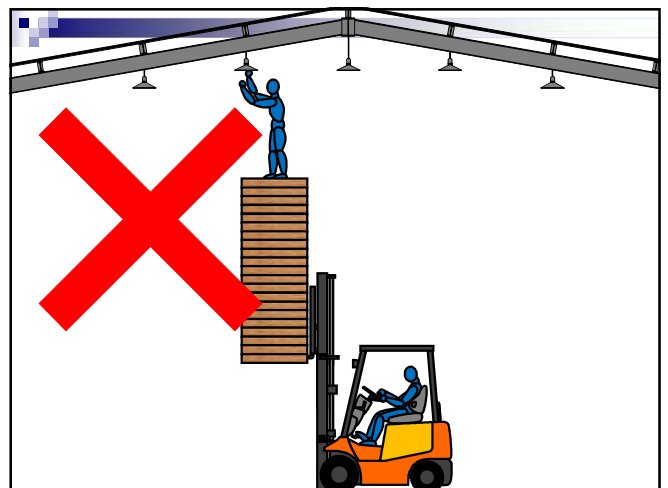
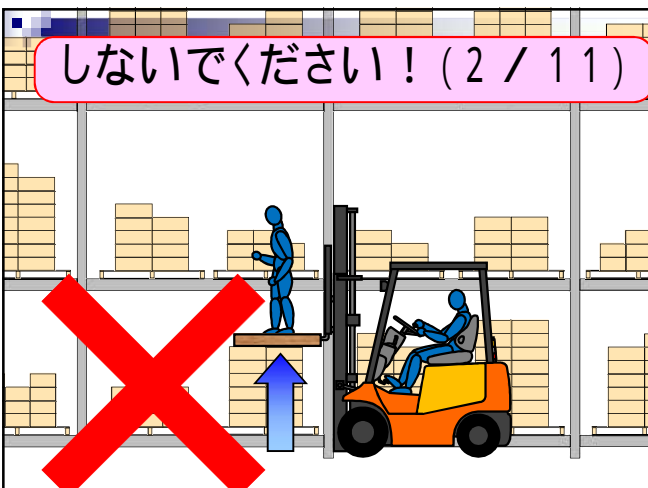


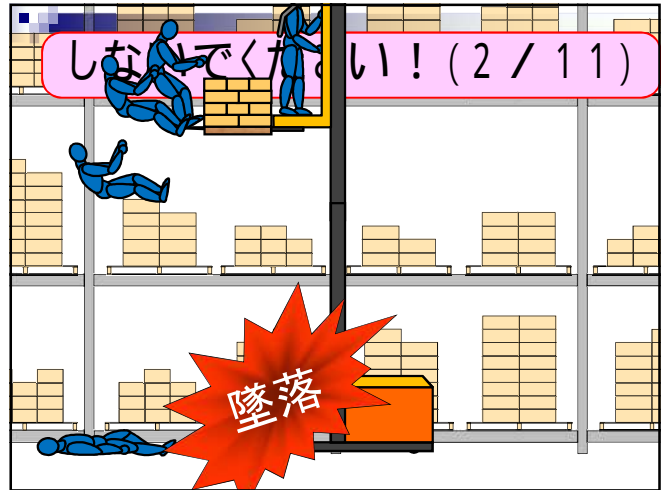
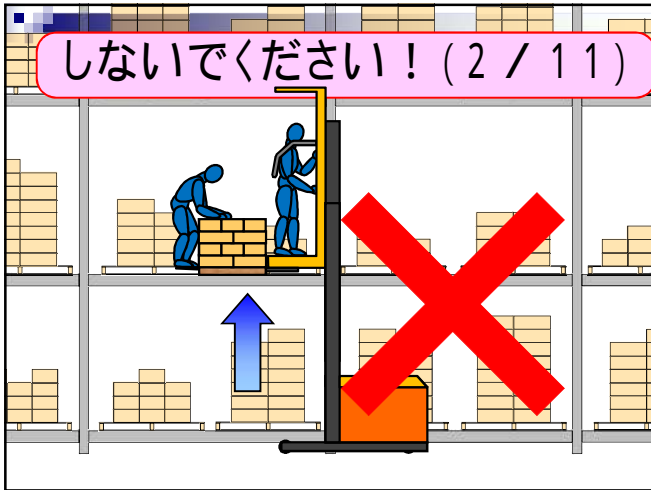
(搭乗の制限)

労働安全衛生規則 第151条の13

事業者は、車両系荷役運搬機械等（不整地運搬車及び貨物自動車を除く。）を用いて作業を行うときは、**乗車席以外の箇所に労働者を乗せてはならない**。ただし、墜落による労働者の危険を防止するための措置を講じたときは、この限りでない。

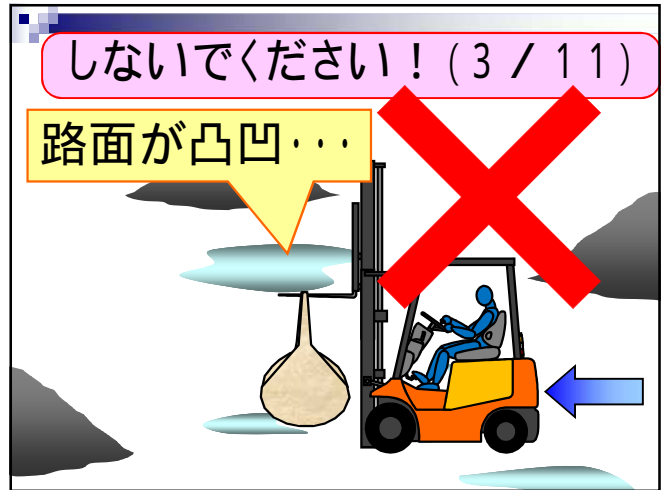
しないでください！ (2 / 11)





(主たる用途以外の使用の制限)
労働安全衛生規則 第151条の14

事業者は、車両系荷役運搬機械等を荷のつり上げ、労働者の昇降等当該車両系荷役運搬機械等の**主たる用途以外の用途**に使用してはならない。ただし、労働者に危険を及ぼすおそれのないときは、この限りでない。



(作業計画)
労働安全衛生規則 第151条の3
第1項 事業者は、車両系荷役運搬機械等を用いて作業(不整地運搬車又は貨物自動車を用いて行う道路上の走行の作業を除く。以下第151条の7までにおいて同じ。)を行うときは、あらかじめ、当該作業に係る**場所の広さ及び地形**、当該車両系荷役運搬機械等の種類及び能力、**荷の種類及び形状等**に適應する**作業計画を定め**、かつ、当該作業計画により作業を行わなければならない。(第2項及び第3項 略)

(制限速度)

労働安全衛生規則 第151条の5

第1項 事業者は、車両系荷役運

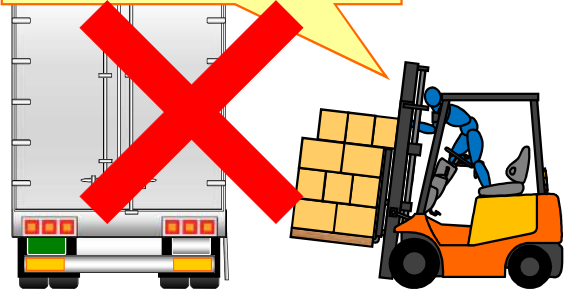
搬機械等(最高速度が毎時10キロメートル以下のものを除く。)

を用いて作業を行うときは、あらかじめ、当該作業に係る**場所の地形、地盤の状態等**に応じた車両系荷役運搬機械等の適正な**制限速度を定め**、それにより作業を行わなければならない。

(第2項 略)

しないでください! (4 / 11)

身を乗り出して...

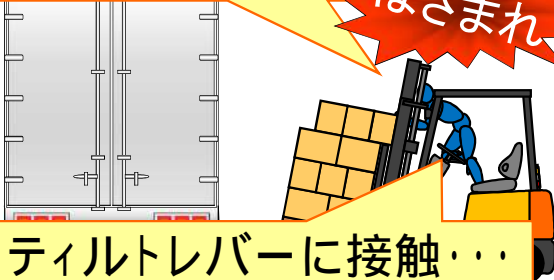


しないでください! (4 / 11)

身を乗り出して...

はさまれ

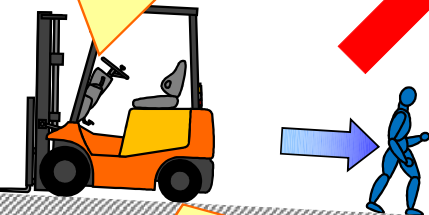
ティルトレバーに接触...



しないでください! (5 / 11)

駐車ブレーキが...

輪留めが...

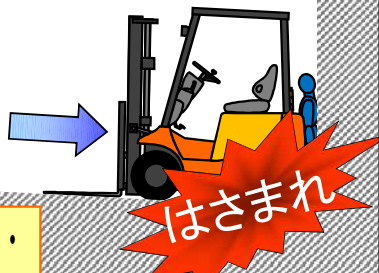


しないでください! (5 / 11)

駐車ブレーキが...

輪留めが...

はさまれ



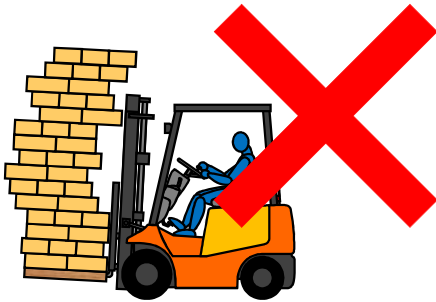
(運転位置から離れる場合の措置)

労働安全衛生規則 第151条の11

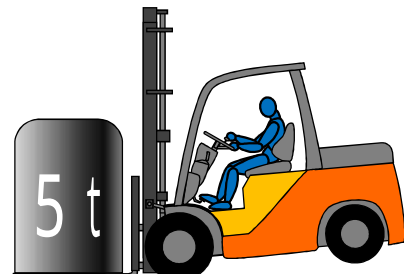
第1項 事業者は、車両系荷役運搬機械等の運転者が運転位置から離れるときは、当該運転者に次の措置を講じさせなければならない。

- 1 フォーク、ショベル等の荷役装置を最低降下位置に置くこと。
- 2 原動機を止め、かつ、停止の状態を保持するためのブレーキを確実にかける等の車両系荷役運搬機械等の**逸走を防止する措置**を講ずること。(第2項 略)

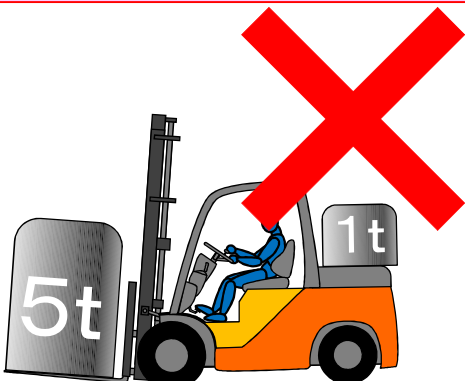
しないでください！(6 / 11)



しないでください！(6 / 11)



しないでください！(6 / 11)



(荷の積載)
労働安全衛生規則 第151条の10

事業者は、車両系荷役運搬機械等に荷を積載するときは、次に定めるところによらなければならない。

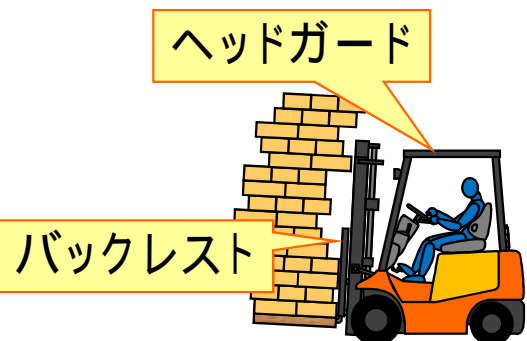
- 1 偏荷重が生じないように積載すること。

(第2号 略)

(使用の制限)
労働安全衛生規則 第151条の20

事業者は、フォークリフトについては、許容荷重(フォークリフトの構造及び材料並びにフォーク等(フォーク、ラム等荷を積載する装置をいう。))に積載する荷の重心位置に応じ負荷させることができる最大の荷重をいう。)その他の能力を超えて使用してはならない。

しないでください！(6 / 11)



(ヘッドガード)

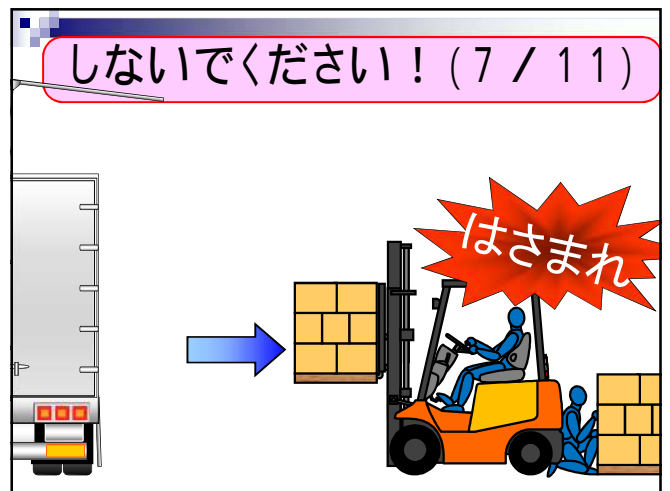
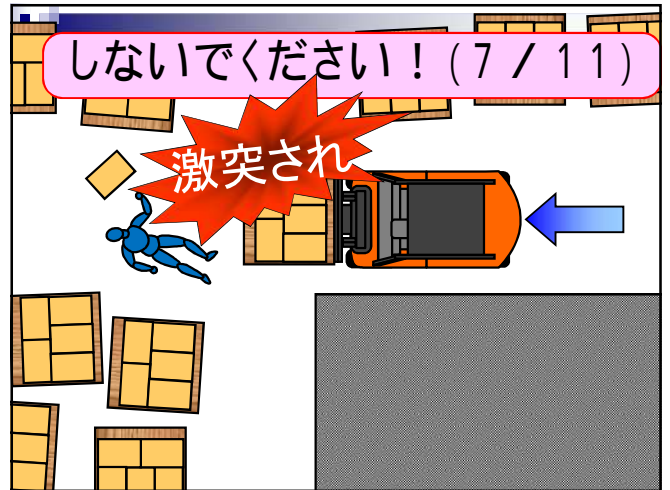
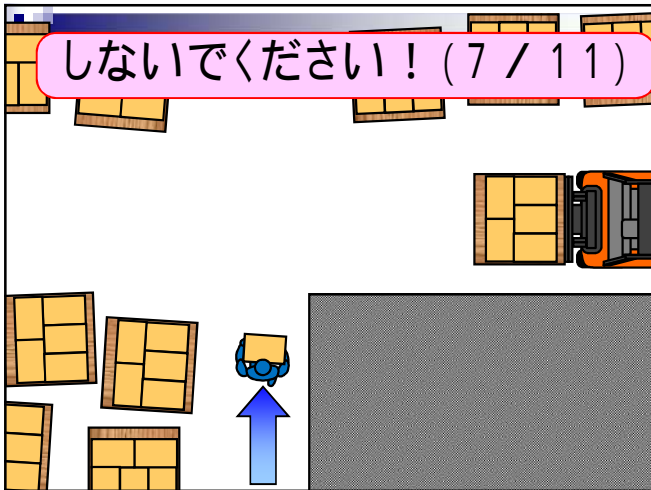
労働安全衛生規則 第151条の17

事業者は、フォークリフトについては、次に定めるところに適合する**ヘッドガード**を備えたものでなければ使用してはならない。ただし、荷の落下によりフォークリフトの運転者に危険を及ぼすおそれのないときは、この限りでない。 (第1号から第4号 略)

(バックレスト)

労働安全衛生規則 第151条の18

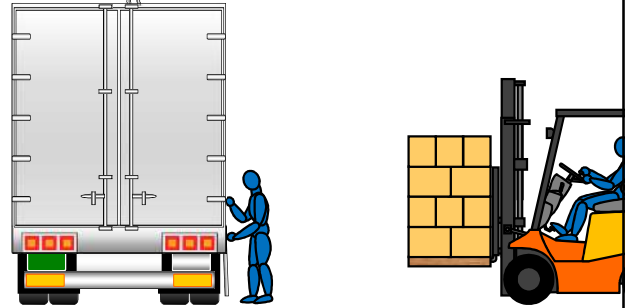
事業者は、フォークリフトについては、**バックレスト**を備えたものでなければ使用してはならない。ただし、マストの後方に荷が落下することにより労働者に危険を及ぼすおそれのないときは、この限りでない。



しないでください！(8 / 11)



しないでください！(9 / 11)



しないでください！(9 / 11)



(接触の防止)

労働安全衛生規則 第151条の7

事業者は、車両系荷役運搬機械等を用いて作業を行うときは、運転中の車両系荷役運搬機械等又はその荷に**接触**することにより労働者に危険が生ずるおそれのある箇所に労働者を**立ち入らせてはならない**。ただし、誘導者を配置し、その者に当該車両系荷役運搬機械等を誘導させるときは、この限りでない。

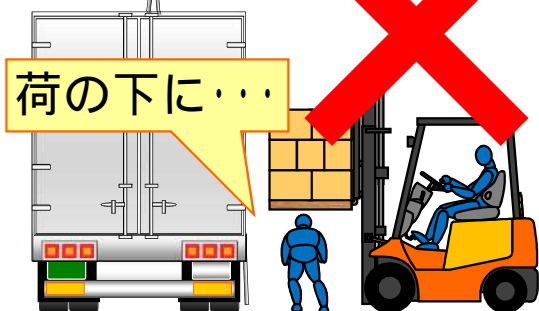
(第2項 略)

(作業指揮者)

労働安全衛生規則 第151条の4

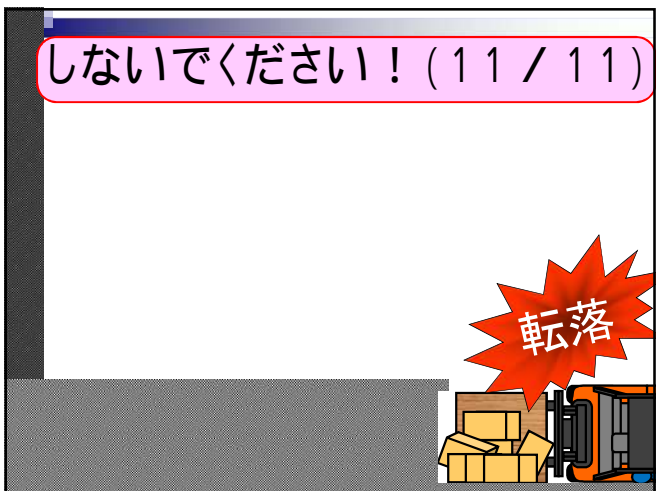
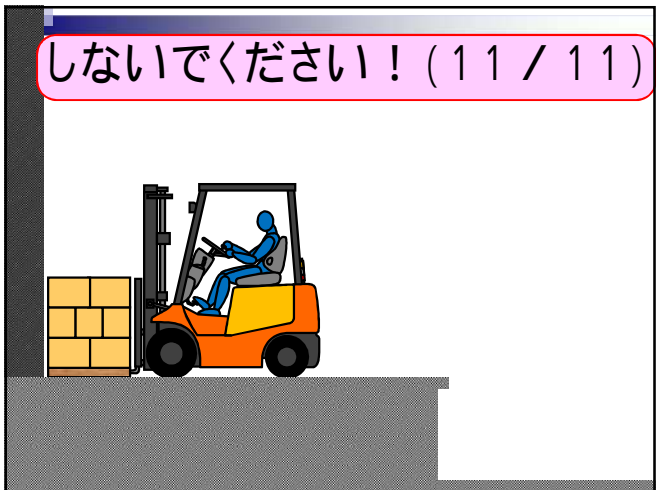
事業者は、車両系荷役運搬機械等を用いて作業を行うときは、当該**作業の指揮者を定め**、その者に前条第1項の作業計画に基づき作業の指揮を行わせなければならない。

しないでください！(10 / 11)





(立入禁止)
労働安全衛生規則 第151条の9
 事業者は、車両系荷役運搬機械等(構造上、フォーク、ショベル、アーム等が不意に降下することを防止する装置が組み込まれているものを除く。)については、そのフォーク、ショベル、アーム等又はこれらにより支持されている荷の**下**に労働者を**立ち入らせてはならない**。ただし、修理、点検等の作業を行う場合において、フォーク、ショベル、アーム等が不意に降下することによる労働者の危険を防止するため、当該作業に従事する労働者に安全支柱、安全ブロック等を使用させるときは、この限りでない。
(第2項 略)



(転落等の防止)
労働安全衛生規則 第151条の6

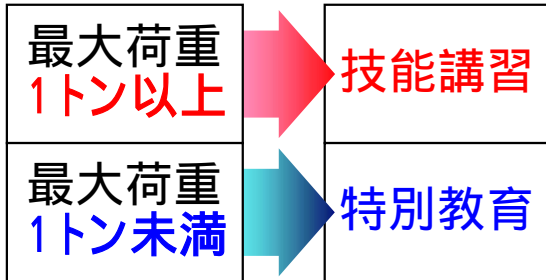
事業者は、車両系荷役運搬機械等を用いて作業を行うときは、車両系荷役運搬機械等の**転倒又は転落**による労働者の危険を防止するため、当該車両系荷役運搬機械等の運行経路について必要な幅員を保持すること、地盤の不同沈下を防止すること、路肩の崩壊を防止すること等必要な措置を講じなければならない。

(第2項及び第3項 略)

**フォークリフトの
 運転資格、点検等**



フォークリフトの運転資格は



道路交通法第2条第1項第1号に規定する道路上を走行させる運転を除く。

フォークリフトの点検は

1年を超えない期間ごとに1回、定期的に	特定自主検査
1月を超えない期間ごとに1回、定期的に	定期自主検査
その日の作業を開始する前に	作業開始前点検

フォークリフトの点検は

特定自主検査の実施は…

使用する**労働者**であって、**労働安全衛生規則**で定める資格を有する者

国の登録を受けた**検査業者**

点検の実施後は

特定自主検査、**定期自主検査**、**作業開始前点検**を実施し、異常を認めたときは…



直ちに補修その他必要な措置を講じなければならない。

点検の実施後は

特定自主検査、定期自主検査
を行ったときは、その結果等を
記録し、3年間保存を

特定自主検査を行ったときは、
フォークリフトの見やすい箇所に、
「検査標章」の貼り付けを

川越監督署管内陸災防協議会のホームページに掲載していただきました

フォークリフト使用時の労働災害が増加しています！

2022-10-20

川越労働基準監督署の管内において、フォークリフト使用時の労働災害が増加していることを受け、川越労働基準監督署よりリーフレットが届けられましたので、お知らせ致します。下記よりリーフレットご参照のうえ、会員各位事故防止に努めてください。

- ・フォークリフトによる労働災害を防止しましょう(墜落災害の防止編)
- ・フォークリフトによる労働災害を防止しましょう(はさまれ災害の防止編)
- ・フォークリフトによる労働災害を防止しましょう(転倒災害の防止編)

フォークリフトによる労働災害を防止しましょう (墜落災害の防止編)

フォークリフトは、昇降機であり、落下の危険があります。また、昇降機としての使用目的以外に使用された場合、落下の危険があります。

フォークリフトによる労働災害を防止しましょう (はさまれ災害の防止編)

フォークリフトは、昇降機であり、落下の危険があります。また、昇降機としての使用目的以外に使用された場合、落下の危険があります。

フォークリフトによる労働災害を防止しましょう (転倒災害等の防止編)

フォークリフトは、昇降機であり、落下の危険があります。また、昇降機としての使用目的以外に使用された場合、落下の危険があります。

川越労働基準監督署の関係する労働災害で、4種類の労働災害が特に多いと記録した災害事例

事例その1

公道を走行中、対向車とすれ違うため、フォークリフトを左向きに寄せたところ、フォークリフトが転倒し、運転していた作業員が下敷となった。

転倒等リスク評価 セルフチェック票

令和4年 高齢労働者の労働災害発生状況

(令和5年5月23日 厚生労働省 労働基準局 安全衛生部 安全課)

高齢者の就労と被災状況



令和4年 高齢労働者の労働災害発生状況

(令和5年5月23日 厚生労働省 労働基準局 安全衛生部 安全課)

高齢者の就労と被災状況

雇用者全体に占める60歳以上の
高齢者の占める割合は18.4%
(令和4年)

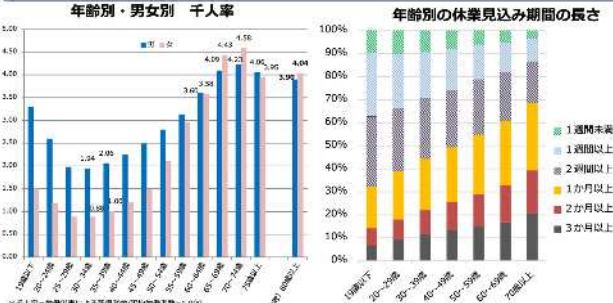
労働災害による休業4日以上
の死傷者数に占める60歳以上の
高齢者の占める割合は28.7%
(同)

令和4年 高齢労働者の労働災害発生状況

(令和5年5月23日 厚生労働省 労働基準局 安全衛生部 安全課)

高齢労働者の労働災害の特徴① 災害発生率(千人率)・休業見込み期間

・60歳以上の男女別の労働災害発生率(死傷年千人率(以下「千人率」という。))を30代と比較すると、男性は約2倍、女性は約4倍となっている。
・休業見込み期間は、年齢が上がるにしたがって長期間となっている。



令和4年 高齢労働者の労働災害発生状況

(令和5年5月23日 厚生労働省 労働基準局 安全衛生部 安全課)

高齢労働者の労働災害の特徴① 災害発生率(千人率)・休業見込み期間

年千人率は、1年間の労働者1,000人あたりに発生した死傷者数の割合を示すもの

$$\text{年千人率} = \frac{\text{1年間の死傷者数}}{\text{1年間の平均労働者数}} \times 1,000$$

令和4年 高齢労働者の労働災害発生状況

(令和5年5月23日 厚生労働省 労働基準局 安全衛生部 安全課)

高齢労働者の労働災害の特徴① 災害発生率(千人率)・休業見込み期間

60歳以上の男女別の労働災害発生率(死傷年千人率(以下「千人率」という。))を30代と比較すると、男性は約2倍、女性は約4倍となっている。

休業見込み期間は、年齢が上がるにしたがって長期間となっている。

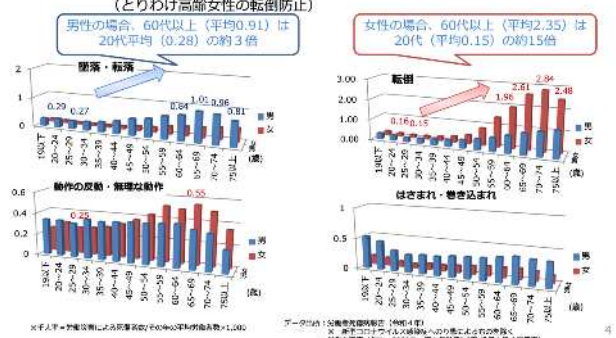
令和4年 高齢労働者の労働災害発生状況

(令和5年5月23日 厚生労働省 労働基準局 安全衛生部 安全課)

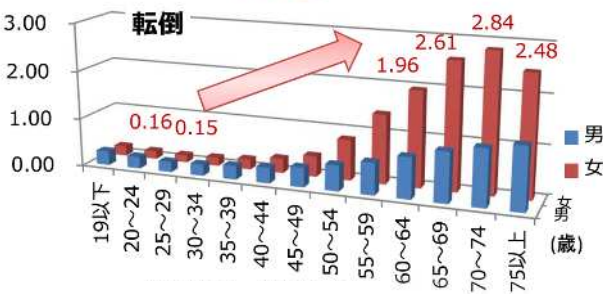
高齢労働者の労働災害の特徴② 年齢別・男女別の傾向(事故の型別の分析)

・転倒は、高齢になるほど労働災害発生率が上昇。高齢女性の転倒災害発生率は特に高い。

⇒ 年齢の上昇に着目した対策は転倒、墜落・転落で特に重要な課題(とりわけ高齢女性の転倒防止)



女性の場合、60代以上(平均2.35)は20代(平均0.15)の約15倍



女性の場合、60代以上(平均2.35)は20代(平均0.15)の約15倍

転倒は、高齢になるほど労働災害発生率が上昇。高齢女性の転倒災害発生率は特に高い。

年齢の上昇に着目した対策は転倒、墜落・転落で特に重要な課題(とりわけ高齢女性の転倒防止)

ダウンロードしてご利用ください

エイジフレンドリーガイドライン

(高齢労働者の安全と健康確保のためのガイドライン)

厚生労働省では、令和2年3月に「高齢労働者の安全と健康確保のためのガイドライン」(エイジフレンドリーガイドライン、以下「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。

働く高齢者が増えています。60歳以上の雇用者数は過去10年間で1.5倍に増加。特に商業や保健衛生業

お手元の資料です

高齢労働者の安全と健康確保のためのガイドライン
(エイジフレンドリーガイドライン)の別添

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) =
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 ~1.38	1.39 ~1.46	1.47 ~1.65	1.66~

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
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 ~28	29 ~43	44 ~47	48~

③ ファンクショナルリーチ (動的バランス)
あなたの結果は cm
下の評価表に当てはめると → 評価

厚生労働省 **長崎労働局** [ホーム](#)

ニュース&トピックス | 各種法令・制度・手続き | 事例・統計情報 | 窓口案内

長崎労働局 > 各種法令・制度・手続き > 安全衛生関係 > 労働安全関係 > 転倒等リスク評価セルフチェック票

転倒等リスク評価セルフチェック票

事業者の皆様へ!

- ★ マニュアル【簡易版】 【全体版】 **心まずはこちらをチェック** **注意**
- ★ **転倒等リスク評価セルフチェック票**
- ★ **【集団分析用】転倒等リスク評価セルフチェック票**

名前 年齢 性別

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 【歩行能力・筋力】 ★ 2ステップテスト★ ~歩行能力・筋力測定~
スタートラインから最大2歩目のつま先までの距離をcm単位で測定します。(mmは四捨五入) 之間止し、長いほうの測定距離を身長で割ります。(赤枠には測定距離のみ入力ください。自動計算されます。)

2ステップテスト1回目 → CM

2ステップテスト2回目 → CM

評価

② 【敏捷性】 ★ 座位ステッピングテスト★ ~素早く足を動かせるか~
背もたれがある回転しない椅子に座り、足元に30cm幅のラインを引く。その内側に足を置き、「ラインの外側→内側」が1回とカウントして20秒間で何回回転できるかの測定します。

座位ステッピングテスト → 回/20秒

評価

III レーダーチャート

— I 身体機能計測 — II 身体機能に対する意識

【パターン3】
あなたの身体能力は同じくらいで、
から、転倒等リスクが
様に自分でもそれな
現在は良い状態は
身体能力が急激に低下
しますので、日頃から、
に、引き続き体力の

【チェック項目】
1 身体機能計測 (各件) の大きさをチェック

Safe work SAITAMA

令和6年 新春講演会

ご清聴ありがとうございました

転倒などによる労働災害を防止するため

「転倒等リスク評価セルフチェック票」

を活用しましょう！

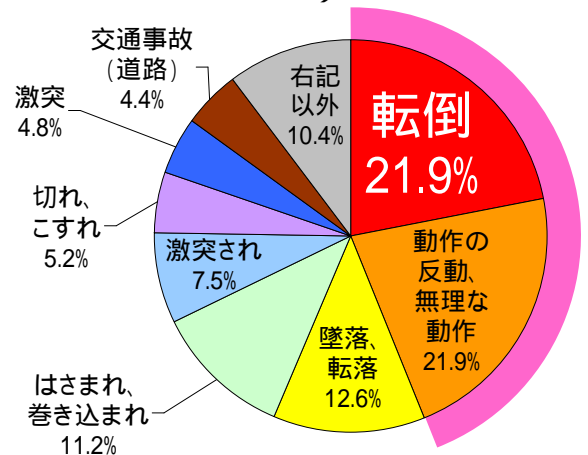
「労働者の作業行動に起因する労働災害」が増加

川越労働基準監督署の管内では、「転倒」や「動作の反動、無理な動作」による労働災害が多く発生しています。

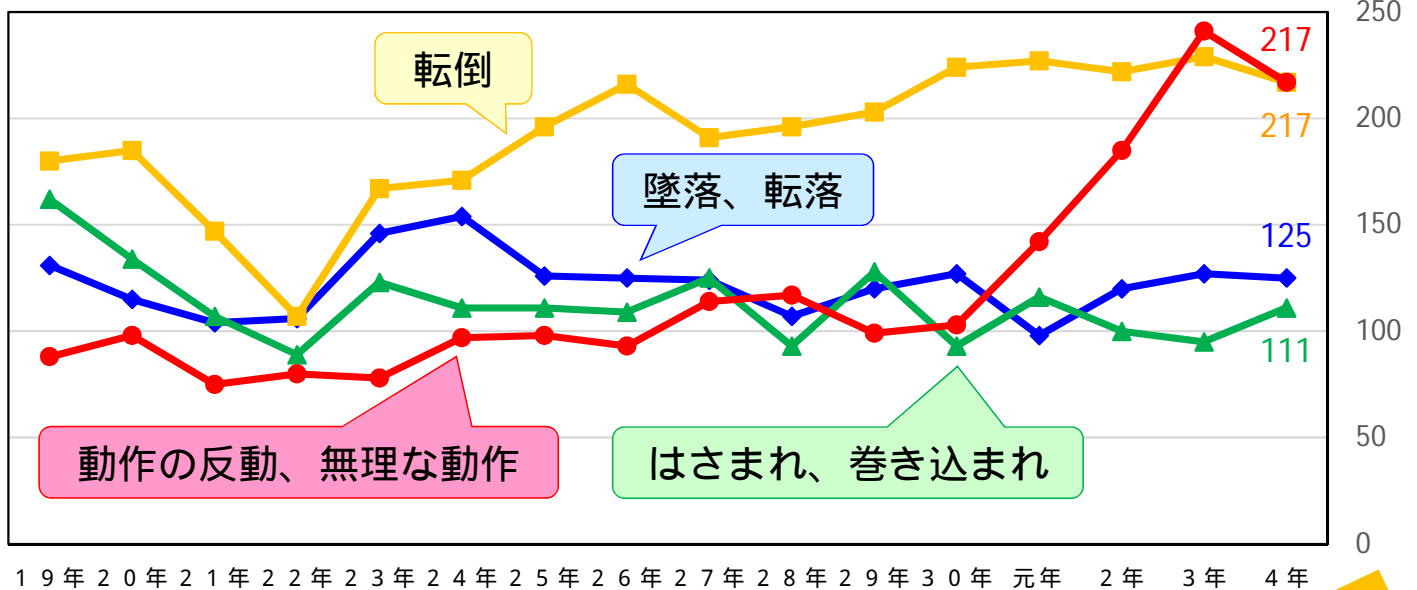
新型コロナウイルス感染症に係る労働災害を除くと、令和4年に発生した休業4日以上労働災害は989件で、「転倒」と「動作の反動、無理な動作」による労働災害はそれぞれ217件発生しており、この2種で全体の43.9%を占めています。

この傾向は全国と同様であり、このような「労働者の作業行動に起因する労働災害」を防止するための取組みを行うことが重要となっています。

(事故の型別の割合)



(主要な事故の型別の死傷者数の推移)



「転倒等リスク評価セルフチェック票」とは

「転倒等リスク評価セルフチェック票」は、「高年齢労働者の安全と健康確保のためのガイドライン」(エイジフレンドリーガイドライン)に添付されたもので、実際に計測した身体機能と身体機能に対する意識の数値化等を行い、自らの転倒等のリスクを認識することが可能なものとなっています。

「転倒」等による労働災害防止の取組みの一つとして、皆さまの事業場でもご活用いただきますようお願いいたします。



川越労働基準監督署

川越市豊田本1-19-8 川越合同庁舎2階
TEL 049-242-0892 (安全衛生課)

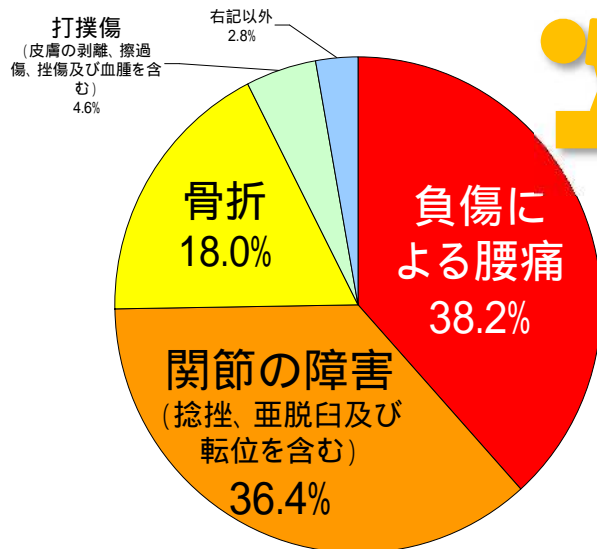
「動作の反動、無理な動作」による腰痛が多発

川越労働基準監督署の管内では「負傷による腰痛」が多く発生しています。

傷病性質別に見ると、令和4年に発生した「動作の反動、無理な動作」による労働災害217件のうち、83件が「負傷による腰痛」であり、約4割を占めています。

また、令和4年には「負傷による腰痛」と「負傷に起因しない腰部に過度の負担のかかる業務による腰痛」が合わせて86件発生しています。

（「動作の反動、無理な動作」による災害の傷病性質別の割合）



腰痛による労働災害の例

業種	年代	発生状況
保健衛生業	50代	車椅子に乗った患者のトイレ介助を行っていたとき、腰を痛めた。(休業見込み3ヶ月)
商業	10代	ペットボトル入りの飲料のケースを移動しようとしたとき、腰を痛めた。(休業見込み1ヶ月)
製造業	30代	製品が入った番重を重ねて移動させていたとき、腰を痛めた。(休業見込み10ヶ月)

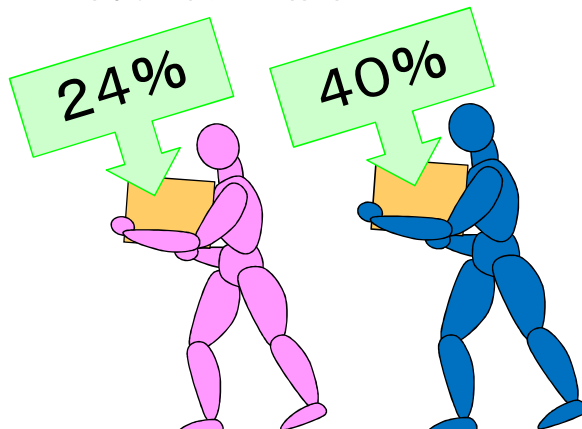
「職場における腰痛予防対策指針」をご活用ください

平成25年6月に改訂された「職場における腰痛予防対策指針」では、一般的な腰痛の予防対策について示しているほか、腰痛の発生が比較的多い次の5つの作業について、それぞれの予防対策を示しています。

重量物取扱い作業 立ち作業 座り作業
 福祉・医療分野等における介護・看護作業 車両運転等の作業

上記では、人力による重量物の取扱いについて、次の事項等が示されています。

満18歳以上の男子労働者が人力のみにより取り扱う物の重量は、体重のおおむね40%以下となるように努めること。
 満18歳以上の女子労働者では、さらに男性が取り扱うことのできる重量の60%（体重の24%）位までとすること。



厚生労働省のホームページには「腰痛予防対策」のページに、一般的な腰痛予防対策に関する好事例集、教材等が掲載されているほか、保健衛生業向け、陸上貨物運送事業向けのページが用意されています。

(令和5年7月作成)

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) =

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 ~1.38	1.39 ~1.46	1.47 ~1.65	1.66~



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

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 ~28	29 ~43	44 ~47	48~



③ ファンクショナルリーチ (動的バランス)

あなたの結果は cm

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 ~29	30 ~35	36 ~39	40~



④ 閉眼片足立ち (静的バランス)

あなたの結果は 秒

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	17.1 ~55	55.1 ~90	90.1~

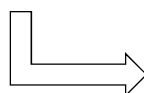


⑤ 開眼片足立ち (静的バランス)

あなたの結果は 秒

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	30.1 ~84	84.1 ~120	120.1 ~



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

II 質問票（身体的特性）

質問内容	あなたの回答NOは	合算	評価	評価
1. 人ごみの中、正面から来る人にぶつからず、よけて歩けますか		点	下記の評価表であなたの評価は	① 歩行能力 筋力
2. 同年代に比べて体力に自信はありますか				
3. 突発的な事態に対する体の反応は素早い方 と思いますか		点	下記の評価表であなたの評価は	② 敏捷性
4. 歩行中、小さい段差に足を引っかけたとき、すぐに次の足が出るとおもいますか				
5. 片足で立ったまま靴下を履くことができると 思いますか		点	下記の評価表であなたの評価は	③ 動的バラン ス
6. 一直線に引いたラインの上を、継ぎ足歩行で簡単に歩くことができるとおもいますか				
7. 眼を閉じて片足でどのくらい立つ自信が ありますか				④ 静的バラン ス（閉眼）
8. 電車に乗って、つり革につかまらずどのくらい立っていられると思 いますか		点	下記の評価表であなたの評価は	⑤ 静的バラン ス（開眼）
9. 眼を開けて片足でどのくらい立つ自信が ありますか				

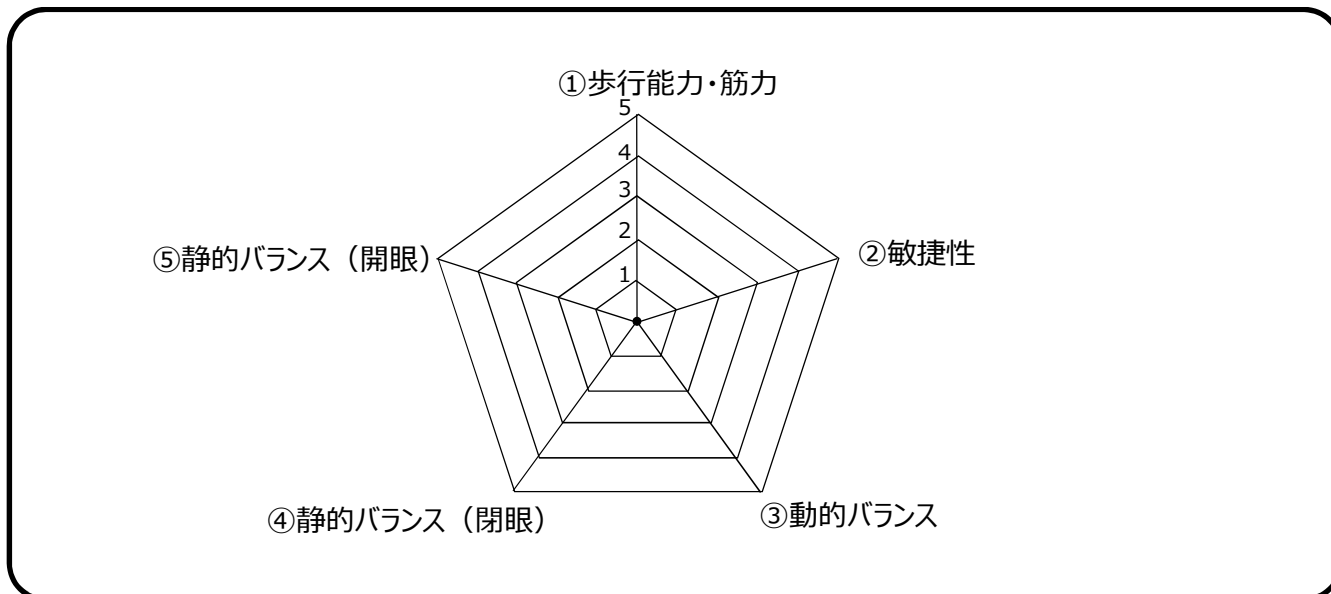
それぞれの評価結果をⅢのリーダーチャートに赤字で記入

合計点数	評価表
2～3	1
4～5	2
6～7	3
8～9	4
10	5

質問内容	回答No.
1. 人ごみの中、正面から来る人にぶつからず、よけて歩けますか	①自信がない ②あまり自信がない ③人並み程度 ④少し自信がある ⑤自信がある
2. 同年代に比べて体力に自信はありますか	①自信がない ②あまり自信がない ③人並み程度 ④やや自信がある ⑤自信がある
3. 突発的な事態に対する体の反応は素早い方 と思いますか	①素早くないと思う ②あまり素早くない方と思う ③普通 ④やや素早い方と思う ⑤素早い方と思う
4. 歩行中、小さい段差に足を引っ掛けたとき、すぐに次の足が出るとおもいますか	①自信がない ②あまり自信がない ③少し自信がある ④かなり自信がある ⑤とても自信がある
5. 片足で立ったまま靴下を履くことができると 思いますか	①できないと思う ②最近やってないができないと思う ③最近やってないが何 回かに1回はできると思う ④最近やってないができると思う ⑤できると思う
6. 一直線に引いたラインの上を、継ぎ足歩行（後ろ足のかかとを前脚のつま先に付けるように歩く）で簡単に歩くことができるとおもいますか	①継ぎ足歩行ができない ②継ぎ足歩行はできるがラインからずれる ③ゆっくりであればできる ④普通にできる ⑤簡単にできる
7. 眼を閉じて片足でどのくらい立つ自信が ありますか	①10秒以内 ②20秒程度 ③40秒程度 ④1分程度 ⑤それ以上
8. 電車に乗って、つり革につかまらずどのくらい立っていられると思 いますか	①10秒以内 ②30秒程度 ③1分程度 ④2分程度 ⑤3分以上
9. 眼を開けて片足でどのくらい立つ自信が ありますか	①15秒以内 ②30秒程度 ③1分程度 ④1分30秒程度 ⑤2分以上

Ⅲ レーダーチャート

- 1、2 ページの評価結果を転記し線で結びます
(Ⅰの身体機能計測結果を黒字、Ⅱの質問票(身体的特性)は赤字で記入)



チェック項目

1 身体機能計測(黒枠)の大きさをチェック

身体機能計測結果を示しています。黒枠の大きさが大きい方が、転倒などの災害リスクが低いといえます。黒枠が小さい、特に2以下の数値がある場合は、その項目での転倒などのリスクが高く注意が必要といえます。

2 身体機能に対する意識(赤枠)の大きさをチェック

身体機能に対する自己認識を示しています。実際の身体機能(黒枠)と意識(赤枠)が近いほど、自らの身体能力を的確に把握しているといえます。

3 黒枠と赤枠の大きさをチェック

(1)「黒枠 ≥ 赤枠」の場合

それぞれの枠の大きさを比較し、黒枠が大きいもしくは同じ大きさの場合は、身体機能レベルを自分で把握しており、とっさの行動を起こした際に、身体が思いどおりに反応すると考えられます。

(2)「黒枠 < 赤枠」の場合

それぞれの枠の大きさを比較し、赤枠が大きい場合は、身体機能が自分で考えている以上に衰えている状態です。とっさの行動を起こした際など、身体が思いどおりに反応しない場合があります。枠の大きさの差が大きいほど、実際の身体機能と意識の差が大きいことになり、より注意が必要といえます。

詳細はホームページ参照 <https://www.mhlw.go.jp/new-info/kobetu/roudou/gyousei/anzen/101006-1.html>

転倒等は筋力、バランス能力、敏捷性の低下等により起きやすくなると考えられます。この調査は転倒や転落等の災害リスクに重点を置き、それらに関連する身体機能及び身体機能に対する認識等から自らの転倒等の災害リスクを認識し、労働災害の防止に役立てるものです。

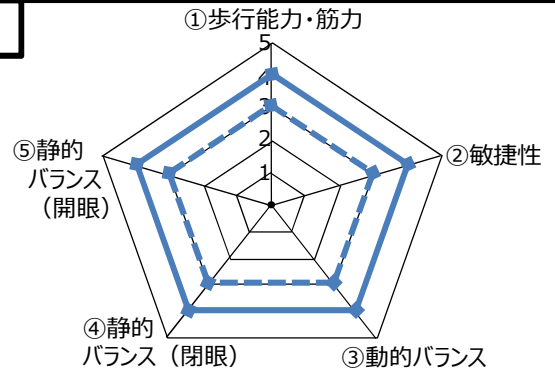
レーダーチャートの典型的なパターン

パターン1 身体機能計測結果 > 質問票回答結果

あなたの身体機能（太線）は、自己認識（点線）よりも高い状態にあります。このことから、比較的自分の体力について慎重に評価する傾向にあるといえます。生活習慣や加齢により急激に能力が下がる項目もありますので、今後も過信することなく、体力の維持向上に努めましょう。

一方、太線が点線より大きくても全体的に枠が小さい場合（特に2以下）は、すでに身体機能面で転倒等のリスクが高いといえます。筋力やバランス能力の向上、整理整頓や転倒・転落しやすい箇所の削減に努めてください。

また、職場の整理整頓がなされていない場合などには転倒等リスクが高まる場合がありますので注意しましょう。

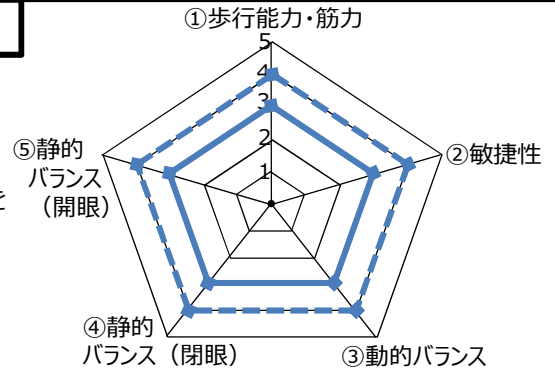


パターン2 身体機能計測結果 < 質問票回答結果

あなたの身体機能（太線）は、自己認識（点線）よりも低い状態にあります。このことから、実際よりも自分の体力を高く評価している傾向にあり、自分で考えている以上にからだは反応していない場合があります。

体力の維持向上を図り、自己認識まで体力を向上させる一方、体力等の衰えによる転倒等のリスクがあることを認識してください。日頃から、急な動作を避け、足元や周辺の安全を確認しながら行動するようにしましょう。

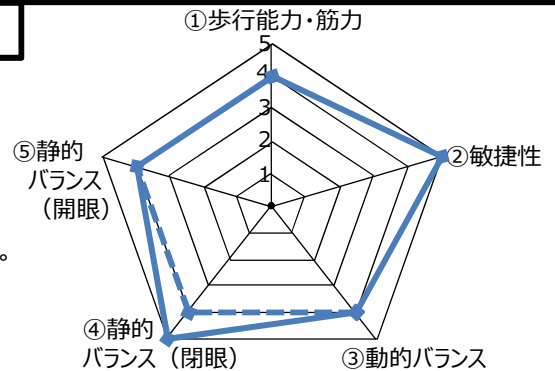
また、枠の大きさが異なるほど、身体機能と自己認識の差が大きいことを示しており、さらに、太線が小さい場合（特に2以下）はすでに身体機能面で転倒等のリスクが高いことが考えられます。筋力やバランス能力等の向上に努めてください。



パターン3 身体機能計測結果 ≒ 質問票回答結果（枠が大きい）

あなたの身体機能（太線）とそれに対する自己認識（点線）は同じくらいで、どちらも高い傾向にあります。このことから、転倒等リスクから見た身体機能は現時点で問題はなく、同様に自分でもそれを認識しているといえます。

現在は良い状態にありますが、加齢や生活習慣の変化により身体能力が急激に低下し、転倒等リスクが高まる場合もありますので、日頃から、転倒等に対するリスクを認識するとともに、引き続き体力の維持向上に努めてください。

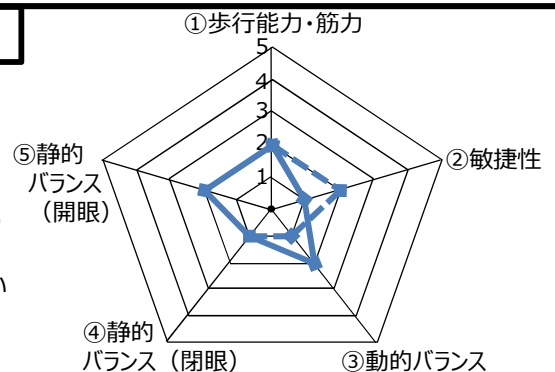


パターン4 身体機能計測結果 ≒ 質問票回答結果（枠が小さい）

あなたの身体機能（太線）とそれに対する自己認識（点線）は同じくらいで、身体機能と認識の差は小さいですが、身体機能・認識とも低い傾向にあります（主に2以下）。

このことから、転倒等リスクからみて身体機能に不安を持っており、そのことを自分でも認識しているといえます。日頃から、体力の向上等により身体面での転倒等のリスクを減らし、全体的に枠が大きくなるように努めてください。

また、すぐに転倒リスクを減らすため、職場の整理整頓や転倒・転落しやすい箇所の改善等を行ってください。



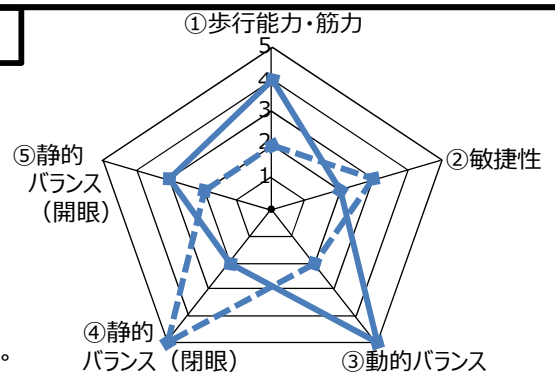
パターン5 項目により逆転している

あなたは、計測項目によって、身体機能（太線）の方が高い場合と自己認識（点線）の方が高い場合が混在しています。

このことから、それぞれの体力要素について、実際より高く自己評価している場合と慎重に評価している場合があるといえます。

転倒等リスクからみた場合、特に自己認識に比べ、身体機能が低い項目（太線が小さい項目）が問題となります。身体機能の向上により太線の方が大きくなるよう努めてください。

また、身体機能と認識にばらつきがあるため、思わぬところで転倒や転落する可能性がありますので、転倒・転落しやすい箇所の改善等を行ってください。



道路貨物運送業者の皆さまへ

～訪問支援のご案内～

2024年（令和6年）4月1日から自動車の運転の業務に対して時間外労働の上限規制が適用されます。

また、同日から、改正された「自動車運転者の労働時間等の改善のための基準」（改善基準告示）も適用されます。

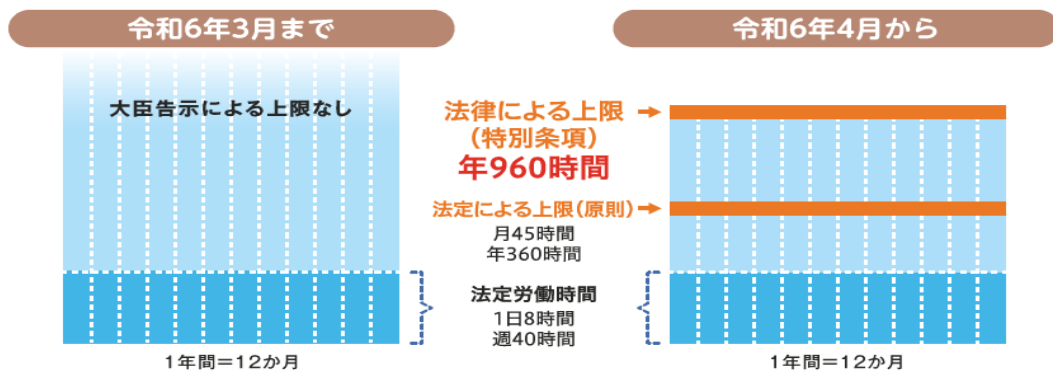
これに合わせて、労働基準監督署では、職員が個別訪問し、新たに適用される法制度の説明など労務管理の改善に向けた支援を行っています。

（※支援は、監督署による調査・指導ではありません。）

個別訪問による支援をご希望される場合は、下記の連絡先にご連絡ください。

2024年（令和6年）4月1日からの自動車運転者の時間外労働の上限規制

- 自動車運転者の時間外労働の上限は、原則として月45時間・年360時間となります。
- 臨時的な特別な事情があつて労使が合意する場合でも、**時間外労働の上限は年960時間**となります。



2024年（令和6年）4月1日からの改善基準告示の概要



連絡先：川越労働基準監督署 第1方面^{ほうめん} 訪問支援担当

電話：049-242-0891

8時30分から17時15分まで（土日祝日除く）