

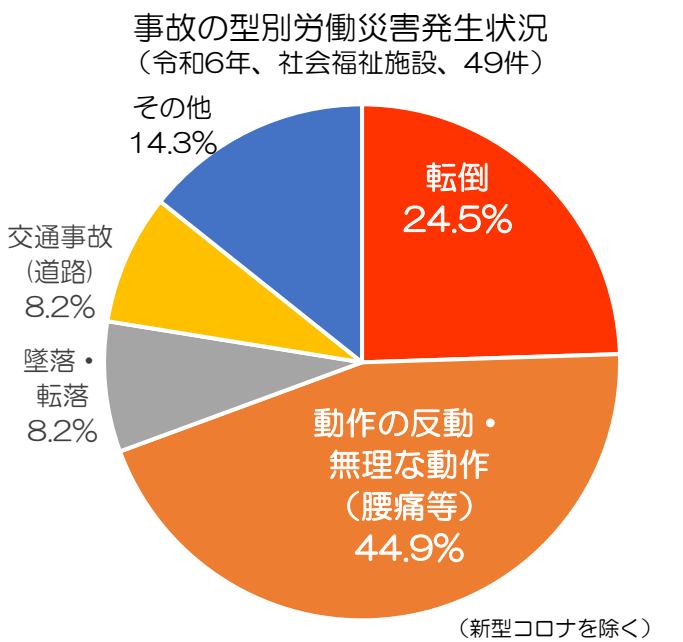
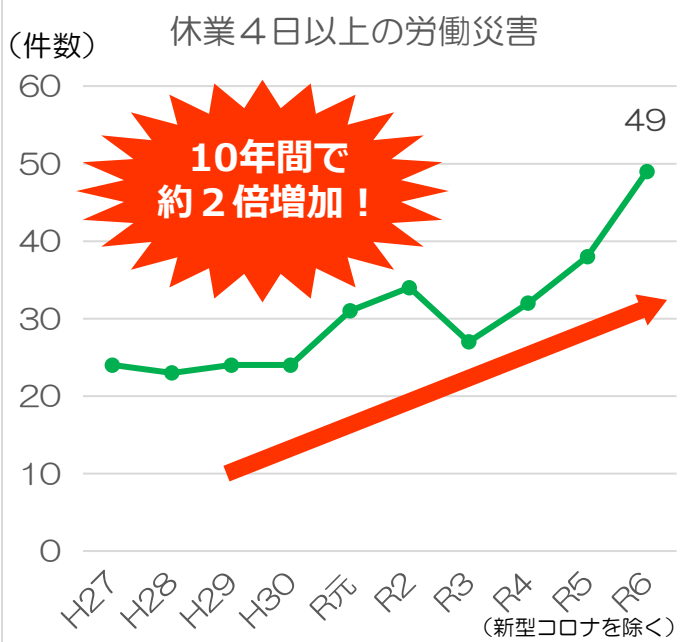
転倒・腰痛災害を防止しましょう

社会福祉施設における労働災害発生状況

石巻労働基準監督署管内の社会福祉施設における休業4日以上の労働災害は増加傾向にあり、10年で約2倍になっています。

特に、転倒や動作の反動・無理な動作（腰痛等）による災害が全体の約7割を占めています。

本リーフレットを参考にいただき、労働災害防止に努めていただきますようお願いいたします。



【災害事例】

施設内で入浴介助中、利用者を脱衣所へ誘導し、バスタオルを取りに移動しようとしたときに、途中の床が濡れていたため滑って転倒した。

施設の玄関で荷物を受け取り、荷物を持って移動しようとしたときに、玄関マットに躓き転倒した。

施設内の入居者用トイレにおいてトイレ介助中、立ち上がろうとした入居者がふらつき転倒しそうになったため入居者を支えようとしたときに腰を痛めた。

施設内の居室において、車椅子からベッドに移乗するため利用者を立たせようとしたとき、利用者が転倒しそうになったため支えたところ、利用者の体重が急激にかかり腰を痛めた。

利用者宅において、床に寝ていた利用者を起こそうとしたときに腰を痛めた。



介護労働者の転倒災害（業務中の転倒による重傷）を防止しましょう

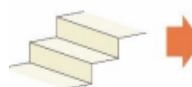
50歳以上を中心に、転倒による骨折等の労働災害が増加し続けています
事業者は労働者の転倒災害防止のための措置を講じなければなりません

「つまずき」等による転倒災害の原因と対策



職場3分エクササイズ

中央労働災害
防止協会
転倒予防セミナー



Before

After



- ☐ (なし) 何もないところでつまずいて転倒、足がもつれて転倒
➢ 転倒や怪我をしにくい身体づくりのための運動プログラム等の導入
➢ 走らせない、急がせない仕組みづくり
- ☐ 通路の段差につまずいて転倒
➢ 事業場内の通路の段差の解消、「見える化」
➢ 送迎先・訪問先での段差等による転倒防止の注意喚起
- ☐ 設備、家具等に足を引っかけて転倒
➢ 設備、家具等の角の「見える化」
- ☐ 利用者の車椅子、シルバーカー、杖等につまずいて転倒
➢ 介助の周辺動作のときも焦らせない
介助のあとは“一呼吸置いて”から別の作業へ
- ☐ 作業場や通路以外の障害物（車止め等）につまずいて転倒
➢ 適切な通路の設定
➢ 敷地内駐車場の車止めの「見える化」
- ☐ コード等につまずいて転倒
➢ 労働者や利用者の転倒原因とならないよう、電気コード等の引き回しのルールを設定し、労働者に徹底させる

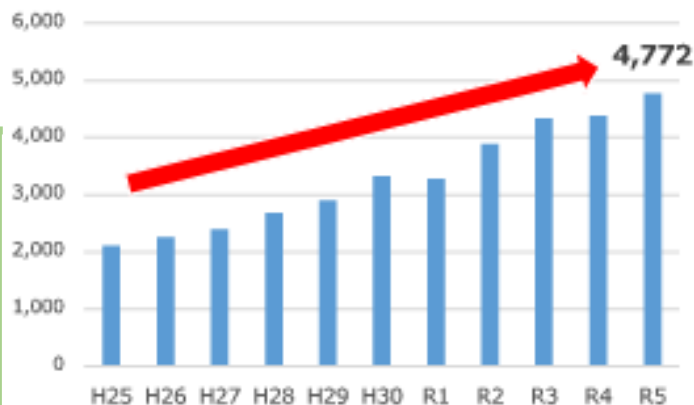
「滑り」による転倒災害の原因と対策

- ☐ 凍結した通路等で滑って転倒
➢ 従業員用通路の除雪・融雪 凍結しやすい箇所には融雪マットを設置する
- ☐ 浴室等の水場で滑って転倒
➢ 防滑床材の導入、摩耗している場合は施工し直す
➢ 滑りにくい履き物を使用させる
➢ 脱衣所等隣接エリアまで濡れないよう処置
- ☐ こぼれていた水、洗剤、油等（人為的なもの）により滑って転倒
➢ 水、洗剤、油等がこぼれていることのない状態を維持する
（清掃中エリアの立入禁止、清掃後乾いた状態を確認してから開放）
- ☐ 雨で濡れた通路等で滑って転倒
➢ 雨天時に滑りやすい敷地内の場所を確認し、防滑処置等の対策を行う
➢ 送迎・訪問先での濡れた場所での転倒防止の注意喚起

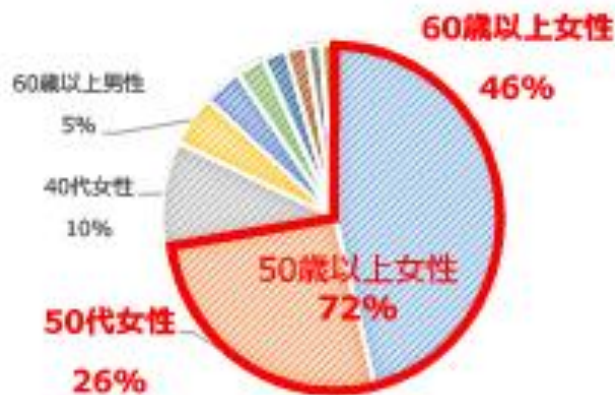


職場で転倒して骨折（転倒災害）

社会福祉施設での転倒災害は増加の一途（全国）



性別・年齢別内訳（全国：令和5年）



46.1日（全国）

※労働者死傷病報告による休業見込み日数

よくある転倒の原因と対策

転倒リスク・骨折リスク

➤ 加齢とともにすべての人が、転びやすくなります

✓ いますぐ「転びの予防 体力チェック」



✓ 「毎日かんたん！ロコモ体操」（出典：健康寿命をのばそう SMART LIFE PROJECT）



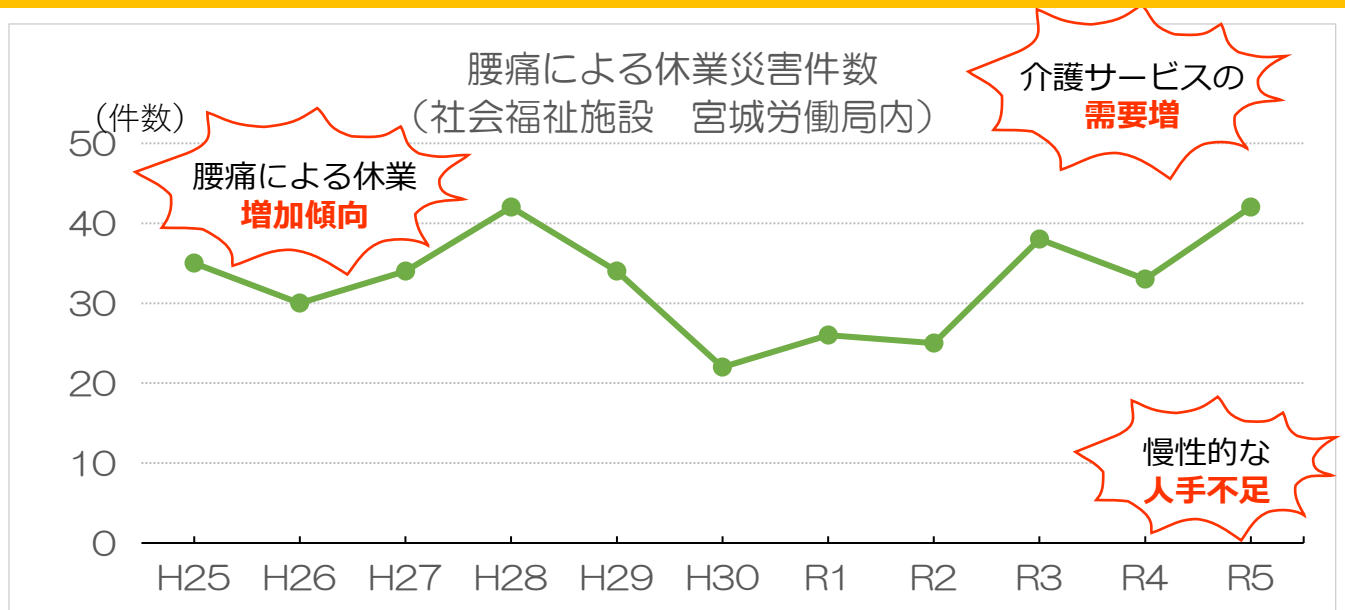
➤ 特に女性は加齢とともに骨折のリスクも著しく増大します

✓ 対象者に市町村が実施する「骨粗鬆症検診」を受診させましょう

✓ 骨粗鬆症予防も一緒に！「骨活のすすめ」（出典：健康寿命をのばそう SMART LIFE PROJECT）



腰痛予防対策について



職場における 腰痛予防対策指針

- 人を抱き上げる作業は原則、人力では行わない
- 福祉用具等を活用する



エイジフレンドリー ガイドライン

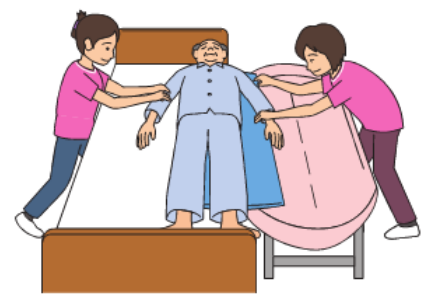
介護労働者の高齢化
50歳以上の労働災害が増加
休業日数の長期化

ノーリフトケア

介護する側・される側双方において
安全安心な、**持ち上げない・抱え
上げない**ケア

身体の間違った使い方をなくし、
対象者の状態に合わせ適切に
福祉機器を活用してケアを行う

労働者の負担軽減、
腰痛による休業災害の減少、
業務の効率化等の効果



高齢労働者の健康状態や
体力の状況を把握し、
**高齢労働者の特性(筋力低下
等)を考慮した労働災害対策や
安全衛生教育が必要**

介護施設における労働災害防止
【厚労省HP】



保健衛生業における腰痛予防
【厚労省HP】



エイジフレンドリーガイドライン
【中央労働災害防止協会HP】

