# 行動災害をなくそう!!

労働者の**高齢化等**を背景に
**【転倒】**及び**【動作の反動・無理な動作（腰痛等）】**
などの
作業行動に起因する労働災害 ☞ **行動災害**
が増加しています。

☆転倒災害の発生割合が高い業種は、小売業、社会福祉施設、食料品製造業、道路貨物運送業、飲食業となっています。

☆腰痛の発生割合が高い業種は、社会福祉施設、小売業、医療保健業、食料品製造業、道路貨物運送業となっています。

行動災害を防止するには、自分の作業行動を見つめなおすことも求められます。

**転倒災害　腰痛災害　高年齢者**

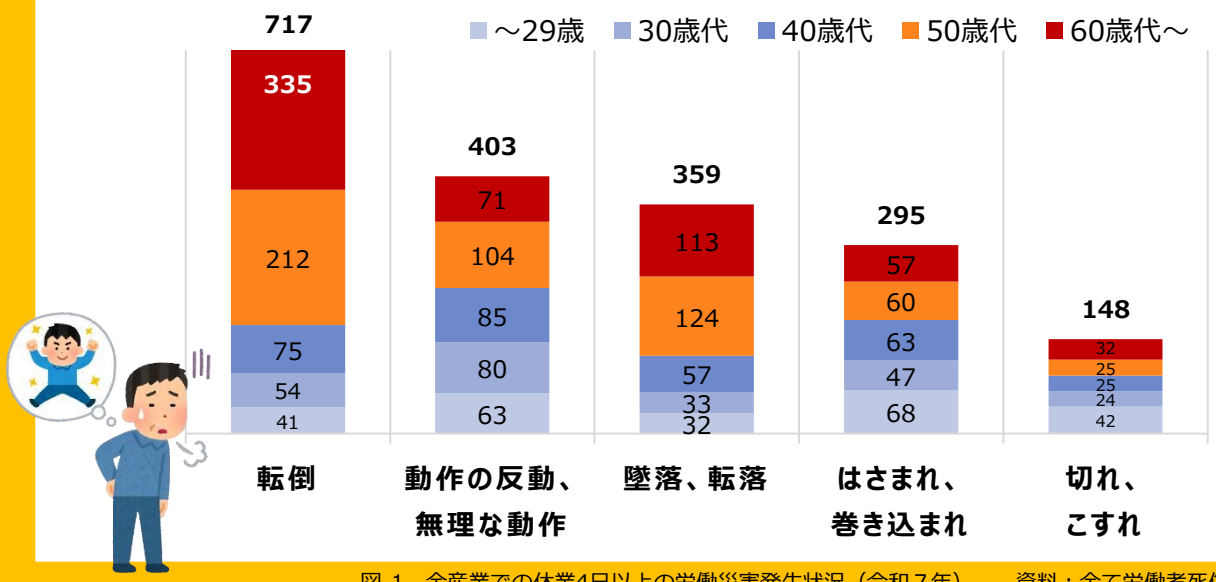


図-1　全産業での休業4日以上の労働災害発生状況（令和７年）　　資料：全て労働者死傷病報告

# STOP!転倒災害

　転倒災害は、すべての職場、あらゆる場面で発生する可能性があり、最も多く発生しています。
　災害の約３割は、何もないところでつまずいて転倒、足がもつれて転倒しています。すべての人が転倒の意識を持って、転倒や怪我をしにくい身体づくりに取組みましょう。

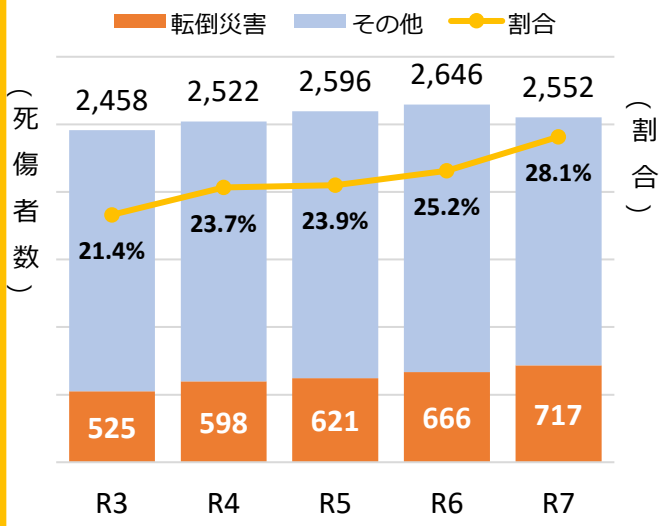


図-2　転倒災害の年別推移（令和３年～令和７年）

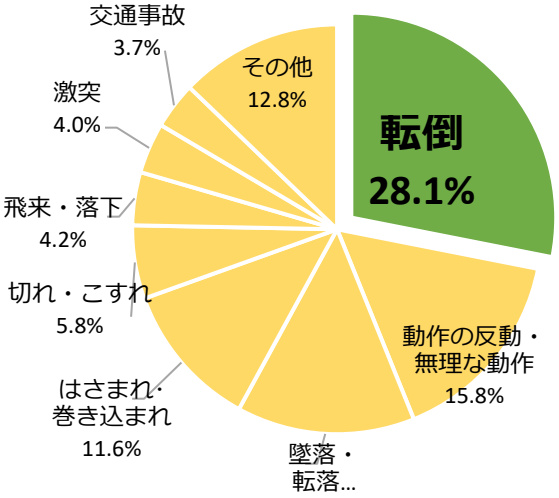


図-3　全産業での事故の型別労働災害発生状況（令和７年）

## 日頃から意識して転倒災害を防止しましょう！

整理・整頓・清掃・清潔
**４Ｓを徹底しよう！**

**転倒危険場所を「見える化」しよう！**

**転倒しにくい作業方法を実施しよう！**

**時間に余裕を持って行動しよう！**

**運動して足腰を鍛えよう！**

# 腰痛災害防止対策

腰痛の発生は、荷物を持ち上げた、腰をひねったときのほか、寒さや冷え、床や階段での転倒、さらには年齢や体格、今までにかかった病気などのいろいろな要因が重なり合って起こるとされています。

**腰痛と関連する複合的な要因**

**動 作**　**環 境**　**個人的**　**心理的**

群馬労働局管内で発生した休業４日以上の腰痛災害による死傷者数は、緩やかな増加傾向にあり、保健衛生業（医療・社会福祉施設）などで割合が高くなっています。

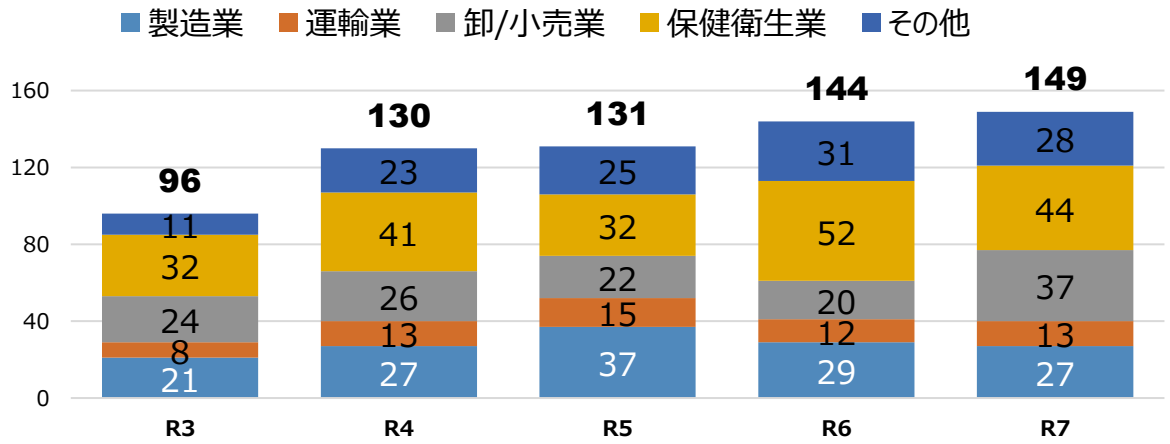


図-4　休業4日以上の腰痛災害発生状況の年別推移

## 職場での腰痛を予防しましょう！

### 「腰痛予防対策指針」に基づく腰痛の予防対策

- ◻ リスクアセスメント及びリスク低減対策を実施しましょう
- ◻ 作業標準の策定及び腰痛予防に関する労働衛生教育（雇入れ時教育を含む。）を実施しましょう
- ◻ 介護・看護作業等の人力による人の抱上げ作業では、腰部に負担の少ない介助方法で実施しましょう
- ◻ 重量物を取り扱う陸上貨物運送事業では、自動化や省力化によって負担の軽減を図りましょう

# 高年齢者対策

高年齢者の労働災害を事故の型別にみると、転倒災害の占める割合が高くなっています。高年齢者は一般的に、加齢とともに筋力、平衡感覚、視力などの身体機能が低下し、転倒しやすくなります。

転倒災害を男女別にみると、女性の割合が高くなっていますが、女性は男性より筋肉量や骨量が少ないとされていますので、高年齢の女性を中心に「骨粗鬆症検診」を受診するなどの対応も有効です。

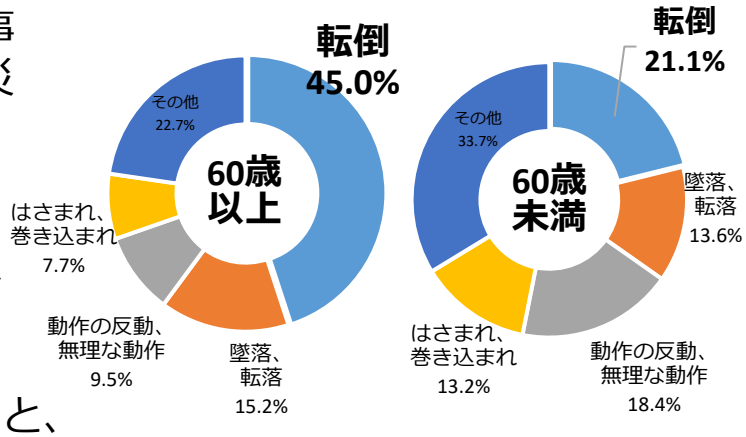


図-5　年代別・事故の型別の労働災害発生状況（令和７年）

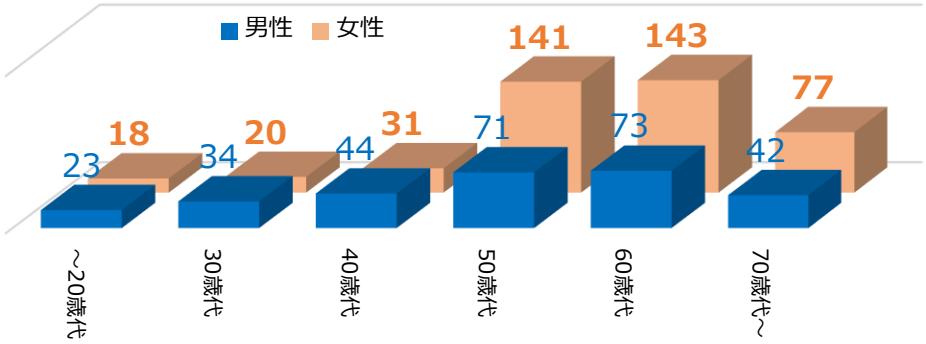

図-6　男女別・年代別の転倒災害発生状況（令和７年）

## 「エイジフレンドリーガイドライン」について

令和８年２月10日に「高年齢者の労働災害防止のための指針」（以下「指針」）が公示されました。

この指針は、法改正により、事業者の努力義務とされた、高齢者の特性に配慮した作業の管理など、事業者と労働者に求められる必要な取組について、具体的に示したものです。

令和8年2月10日付け
「高年齢者の労働災害防止のための指針」
指針の全文はコチラ(PDF)

厚生労働省
群馬労働局
（R8.7）

従業員の幸せのための安全アクションを推進する活動体の名称です。
Safer Action For Employees