

# 高年齢労働者の健康や体力の状況の把握

## 健康状況の把握

- ・労働安全衛生法で定める雇入時および定期的健康診断を確実に実施します
- ・その他、以下に掲げる例を参考に、高年齢労働者が自らの健康状況を把握できるような取組を実施するよう努めます

### ▼取組の例▼

- ・労働安全衛生法で定める健康診断の対象にならない者が、地域の健康診断等（特定健康診査等）の受診を希望する場合、勤務時間の変更や休暇の取得について柔軟に対応します
- ・労働安全衛生法で定める健康診断の対象にならない者に対して、事業場の実情に応じて、健康診断を実施するよう努めます



## 「令和6年度エイジフレンドリー補助金」のご案内

この補助金は、（一社）日本労働安全衛生コンサルタント会（以下「コンサルタント会」という。）が補助事業の実施事業者（補助事業者）となり、中小企業事業者からの申請を受けて審査等を行い、補助金の交付決定と支払を実施します。

- 高年齢労働者の労働災害防止対策、労働者の転倒や腰痛を防止するための専門家による運動指導等、労働者の健康保持増進のために、エイジフレンドリー補助金を是非ご活用ください。

**補助金申請受付期間 令和6年5月7日～令和6年10月31日**

	① 高年齢労働者の労働災害防止対策コース	② 転倒防止や腰痛予防のためのスポーツ・運動指導コース	③ コラボヘルスコース
対象事業者	<ul style="list-style-type: none"> <li>労働保険に加入している中小企業事業者 かつ、1年以上事業を実施していること</li> <li>役員、派遣労働者を除く、以下の労働者を雇用していること</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>労働者を常時1名以上雇用している（年齢制限なし）</li> </ul>	
補助対象	<ul style="list-style-type: none"> <li>高年齢労働者（60歳以上）を常時1名以上雇用している</li> <li>対象の高年齢労働者が補助対象に係る業務に就いている</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>労働者の転倒防止や腰痛予防のため、専門家等による運動プログラムに基づいた身体機能のチェック及び専門家等による運動指導等に要する経費</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>事業所カルテや健康スコアリングレポートを活用したコラボヘルス等、労働者の健康保持増進のための取組に要する経費</li> </ul>
補助率	補助率：1/2	補助率：3/4	
補助上限額	上限額：100万円 (消費税を除く)	上限額：30万円 (消費税を除く)	

**※注意事項※**

- ・複数コース併せての上限額は100万円です。
- ・複数コースでの申請の場合は、希望コースをまとめて申請してください。
- ・この補助金は「事業場規模」「高年齢労働者の雇用状況」「対策・取組の内容」等を審査の上、交付を決定します。
- ・全ての申請者に補助金が交付されるものではありません。

【参考】対象となる中小企業事業者の範囲

業 種		常時使用する労働者数 ※1	資本金又は出資の総額 ※1
小売業	小売業、飲食店、持ち帰り・配達飲食サービス業	50人以下	5,000万円以下
サービス業	医療・福祉（※2）、宿泊業、娯楽業、教育・学習支援業、情報サービス業、物品賃貸業、学術研究・専門・技術サービス業など	100人以下	5,000万円以下
卸売業	卸売業	100人以下	1億円以下
その他の業種	製造業、建設業、運輸業、農業、林業、漁業、金融業、保険業など	300人以下	3億円以下

※1 常時使用する労働者数、または資本金等のいずれか一方の条件を満たせば中小企業事業者となります。  
 ※2 医療・福祉法人等で資本金・出資がない場合には、労働者数のみで判断することとなります。



厚生労働省・都道府県労働局・労働基準監督署

一般社団法人 日本労働安全衛生コンサルタント会

# はしごを使う前に

はしごを使う時は、次のチェックリストを使って、作業現場の点検をしてください。  
あなたやあなたと一緒に働く仲間を守るため、すべてにチェックがついた状態になってから、作業を始めましょう。

## 作業前 8 のチェック！！

### (作業前点検リスト)

年 月 日

天気 (晴・曇・雨・雪)

現場名 \_\_\_\_\_ 確認担当者名 \_\_\_\_\_

- はしごの上部・下部の固定状況を確認している
- (はしごをボルトで取付けている場合) ボルトが緩んだり腐食したりしていない
- はしごの上端を、上端床から60cm以上突出している
- はしごの立て掛け角度は、75度程度となっている
- はしごの踏みさんに、明らかな傷みはない
- はしごの足元に、滑り止め (転位防止措置) がある
- 靴は脱げにくく、滑りにくい
- ヘルメットを着用し、あごひもを締めている

※既設はしごを使うときも、チェックしましょう

### 「労働安全衛生規則」で定められている事項

#### 移動はしご (安衛則第527条)

- 1 丈夫な構造
- 2 材料は著しい損傷、腐食等がない
- 3 幅は30cm以上
- 4 すべり止め措置の取付その他転位を防止するための必要な措置



出典:「シリーズ」ここが危ない  
高所作業」中央労働災害  
予防協会編

「はしごや脚立からの墜落・転落災害をなくしましょう！」  
(リーフレット) も確認してください。⇒⇒⇒



厚生労働省・都道府県労働局・労働基準監督署

(R3.3)

# 脚立を使う前に

脚立を使う時は、次のチェックリストを使って、作業現場の点検をしてください。  
あなたやあなたと一緒に働く仲間を守るため、すべてにチェックがついた状態になってから、作業を始めましょう！

## 作業前 10 のチェック！！

### (作業前点検リスト)

年 月 日

天気 (晴・曇・雨・雪)

現場名 \_\_\_\_\_ 確認担当者名 \_\_\_\_\_

- 脚立は安定した場所に設置している
- 開き止めに確実にロックをかけた
- ねじ、ピンの緩み、脱落、踏みさんの明らかな傷みはない
- ヘルメットを着用し、あごひもをしめている
- 靴は脱げにくく、滑りにくいものを履いている
- 身体を天板や踏みさんに当て、身体を安定させる
- 天板上や天板をまたいで作業をしない
- 作業は2段目以下の踏みさんを使用する  
(3段目以下がよりよい)
- 作業は頭の真上でしない
- 荷物を持って昇降しない

### 「労働安全衛生規則」で定められている事項

#### 脚立 (安衛則第528条)

- 1 丈夫な構造
- 2 材料は著しい損傷、腐食等がない
- 3 脚と水平面との角度を75度以下とし、  
折りたたみ式のもの、角度を確実に保つ  
ための金具等を整える
- 4 踏み面は作業を安全に行うため必要な面積を有する



高さ2m以上での作業時は、墜落制止用器具の使用も必要です！

「はしごや脚立からの墜落・転落災害をなくしましょう！」  
(リーフレット) も確認してください。⇒⇒⇒



厚生労働省・都道府県労働局・労働基準監督署



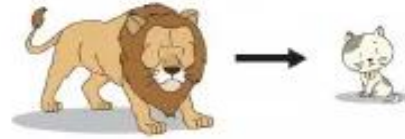
(R3.3)

リスクアセスメントとは、事業者自らが作業現場にある危険性又は有害性を特定し、それによる労働災害（健康障害を含む）の重篤度（災害の程度）とその災害が発生する可能性を組み合わせてリスクを見積り、そのリスクの大きさに基づいて対策の優先度を決めた上で、リスクの除去、低減措置を検討し、その結果を記録する一連の安全衛生管理手法です。事業者は、リスクアセスメントを行った結果に基づき、リスク低減措置を実施することになります。（「ビルメンテナンス業におけるリスクアセスメントマニュアル」より。以下同じ。）

# ビルメンテナンス業におけるリスクアセスメント

## 1 設計や計画の段階における危険性又は有害性の除去又は低減

危険な作業の廃止・変更、危険性や有害性の低い材料への代替、より安全な施工方法への変更等



## 2 工学的対策

カバー、局所排気装置、防音囲いの設置等



## 3 管理的対策

マニュアルの整備、立ち入り禁止措置、ばく露管理、教育訓練等



## 4 個人用保護具の使用

上記1～3の措置を講じた場合においても、除去・低減しきれなかったリスクに対して実施するものに限られます



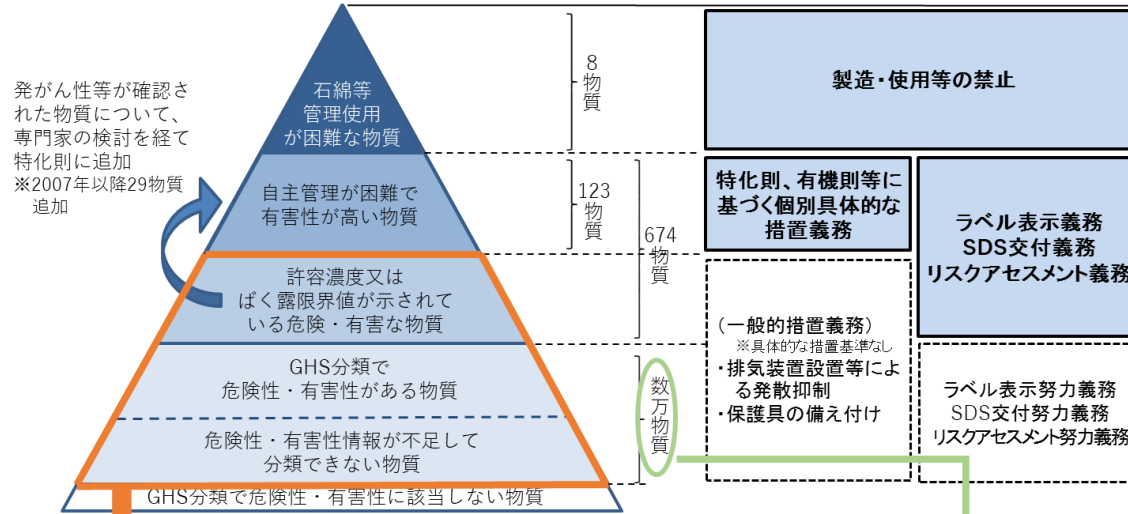
高

リスク低減措置の優先順位

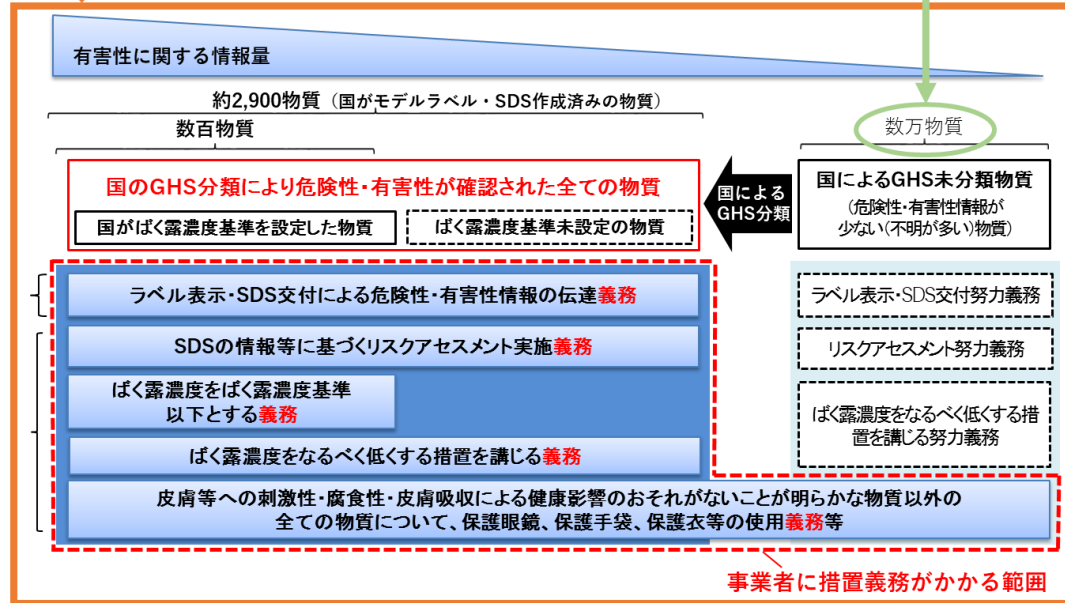
低

# 法改正の全体像

## <現在の化学物質規制の仕組み（特化則等による個別具体的規制を中心とする規制）>



## <見直し後の化学物質規制の仕組み（自律的な管理を基軸とする規制）>



## ラベル・SDS通知、リスクアセスメント対象物質が大幅に増加します

改正前

674物質

改正後（順次追加後）

国がGHS分類済 約2900物質  
+ 以降新たに分類する物質

ラベル表示、SDS等による通知とリスクアセスメント実施の義務の対象となる物質（リスクアセスメント対象物）に、国によるGHS分類で危険性・有害性が確認された全ての物質を順次追加します。

### R4年2月改正・R6年4月施行

発がん性、生殖細胞変異原性、生殖毒性、急性毒性の категорияで区分1に分類された**234物質**が義務対象に追加。

### R4年度中改正・R7年4月施行予定

左記以外のカテゴリで区分1に分類された**約700物質**を義務対象に追加予定。

### R5年度中改正・R8年4月施行予定

健康有害性のカテゴリで区分2以下又は物理化学的危険性の区分に分類された**約850物質**を義務対象に追加予定。

## SDS等による情報伝達が強化されます

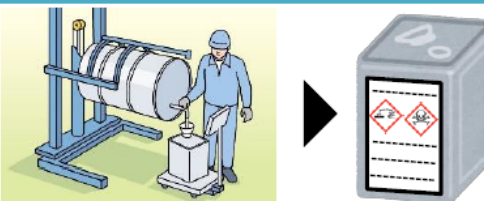
### SDSの記載項目の追加や、定期確認・更新が必要になります

- 通知事項に「**想定される用途及び当該用途における使用上の注意**」が追加されます。
- 成分の含有量は、原則として、**重量%の記載**が必要になります。
- 「人体に及ぼす作用」を**定期的（5年以内ごとに1回）に確認・更新**することが義務付けられます。

### 化学物質を事業場内で別容器で保管する際も情報伝達が必要になります

下記のような場合も、ラベル表示・文書の交付等の方法による、内容物の名称やその危険・有害性情報の伝達が義務付けられます。

- ✓ リスクアセスメント対象物を他の容器に移し替えて保管する場合
- ✓ 自ら製造したリスクアセスメント対象物を容器に入れて保管する場合



### 電子メールや二次元コード等でのSDS通知が可能になります

SDSの通知手段は、**譲渡提供をする相手方がその通知を容易に確認できる方法であれば、事前に相手方の承諾を得なくても採用可能**になります。



電子メール  
の送信



HPのURLや  
二次元コード  
の伝達

## リスクアセスメント結果に基づくばく露低減措置が求められます

労働者がばく露される程度を最小限度とすることや、濃度基準の遵守が義務付けられます

リスクアセスメント結果を踏まえ、労働者がリスクアセスメント対象物にばく露される程度を最小限度にすることが義務付けられます。

さらに、厚生労働大臣が定める物質（濃度基準値設定物質）は、リスクアセスメント結果を踏まえ労働者がばく露される濃度を基準値以下とすることが義務付けられます。

### ポイント！

リスクアセスメントやばく露低減措置では、濃度基準値以下であることを必ず確認しましょう。その際、推定ツール（CREATE-SIMPLE等）や、実測法（個人ばく露測定、簡易測定法等）を組み合わせることが効果的です。



### ポイント！

濃度基準値が定められていない物質は、「米国政府労働衛生専門家会議（ACGIH）のばく露限界値」等を参考に、当該濃度以下とするよう努めましょう。

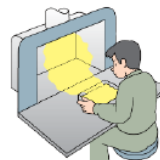


## ばく露低減に向け適切な手段を事業者自らが選択します

リスクアセスメント結果を踏まえ、ばく露低減に向けた適切な手段を事業者自らが選択の上、実施します。



代替物質  
の使用



換気装置等  
を設置し稼働



作業方法  
の改善



有効な呼吸用  
保護具の使用

その他、必要に応じて医師等が必要と認める項目の健康診断を行い、その結果に基づき必要な措置や、健康診断の記録を作成し、5年間保存\*することが義務付けられます。 \*がん原性物質は30年間保存

## リスクアセスメント結果等に関する記録の作成・保存や、労働者の意見聴取が義務付けられます

リスクアセスメントの結果と、ばく露低減措置の内容等は、関係労働者に周知するとともに、記録を作成し、次のリスクアセスメント実施までの期間（ただし、最低3年間）保存することが義務付けられます。また、措置の内容と労働者のばく露の状況を、労働者の意見を聴く機会を設け、記録を作成し、3年間保存\*することが義務付けられます。 \*がん原性物質は30年間保存



## 自律的管理に向けた実施体制の確立が求められます

### 化学物質管理者等の選任が義務化されます

リスクアセスメント対象物を製造・取扱い・譲渡提供する事業者は、化学物質管理者の選任が義務化されます。

#### 【選任要件】

化学物質管理に関わる業務を適切に実施できる能力を有する者

リスクアセスメント対象物の製造事業場	専門的講習の修了者
上記以外の事業場	資格要件なし（専門的講習の受講を推奨）

#### 【職務】

ラベル・SDS等の確認、リスクアセスメントの実施管理、ばく露防止措置の実施管理や、化学物質の自律的な管理に関わる各種対応等

また、リスクアセスメント結果に基づき労働者に保護具を使用させる事業場では、「**保護具着用管理責任者**」を選任し、有効な保護具の選択、使用状況の管理等に関わる業務に従事させることが義務付けられます

### 衛生委員会の付議事項が追加されます

衛生委員会の付議事項に下記を追加し、自律的な管理の実施状況の調査審議を義務付けます。

リスクアセスメント結果に基づくばく露低減措置

健康診断結果やそれに基づく措置

### 雇い入れ時における化学物質の安全衛生に関する教育が全業種で必要になります

一部の業種は省略されていた雇入れ時の危険有害作業に関する教育について、省略規定を廃止。

改正前

一部の業種は除外



改正後

全ての業種

# 施行期日

		2023(R5).4.1	2024(R6).4.1
化学物質管理体系の見直し	名称等の表示・通知をしなければならない化学物質の追加		
	ばく露を最小限度にすること (ばく露を濃度基準値以下にすること)	2023(R5).4.1施行	2024(R6).4.1施行
	ばく露低減措置等の意見聴取、記録作成・保存	2023(R5).4.1施行	2024(R6).4.1施行
	皮膚等障害化学物質への直接接触の防止 (健康障害を起こすおそれのある物質関係)	2023(R5).4.1施行	2024(R6).4.1施行
	衛生委員会付議事項の追加	2023(R5).4.1施行	
	化学物質によるがんの把握強化	2023(R5).4.1施行	
	リスクアセスメント結果等に係る記録の作成保存	2023(R5).4.1施行	
	化学物質労災発生事業場等への監督署長による指示		2024(R6).4.1施行
	リスクアセスメント等に基づく健康診断の実施・記録作成等		2024(R6).4.1施行
	がん原性物質の作業記録の保存	2023(R5).4.1施行	
実施体制の確立	化学物質管理者・保護具着用責任者の選任義務化		2024(R6).4.1施行
	雇入れ時等教育の拡充		2024(R6).4.1施行
	職長等に対する安全衛生教育が必要となる業種の拡大	2023(R5).4.1施行	
情報伝達の強化	SDS等による通知方法の柔軟化		
	「人体に及ぼす作用」の定期確認及び更新	2022(R4).5.31(公布日)施行	
	通知事項の追加及び含有量表示の適正化	2023(R5).4.1施行	
	事業場内別容器保管時の措置の強化		2024(R6).4.1施行
	注文者が必要な措置を講じなければならない設備の範囲の拡大	2023(R5).4.1施行	
管理水準良好事業場の特別規則適用除外	2023(R5).4.1施行		
特殊健康診断の実施頻度の緩和	2023(R5).4.1施行		
第三管理区分事業場の措置強化	2023(R5).4.1施行		
			2024(R6).4.1施行

## 手順1 (作業等の確認)

→詳細は第2章第2節第1項を確認

### ● 取扱物質が皮膚等障害化学物質か

- 取扱物質のSDSやメーカーのウェブサイトを確認し、**「15. 適用法令」**の表示に**「皮膚等障害化学物質等」**の記載の**有無**を確認する。
- SDSの危険有害性の区分を確認し「皮膚腐食性・刺激性」、「眼に対する重篤な損傷性・眼刺激性」、または「呼吸器感作性又は皮膚感作性」のいずれかが**区分1**である場合は、「皮膚等障害化学物質等」に該当する。
- SDSの「15. 運用法令」や有害性区分に該当する記載がない場合は、**「3. 組成、成分情報」**の**成分名**を参考資料1に掲載されている物質リストと照合し、該当の有無を確認すること。



←参考資料1  
皮膚等障害化学物質および特別規則に基づく不浸透性の保護具等の使用義務物質のリスト

製品安全データシート (SDS)  
XXXXXX

1. 化学物質等及び会社情報  
化学物質等の名称 : XXXXXX  
製品コード : ○○○  
会社名 : ○○○○株式会社

2. 危険有害性の要約  
GHS分類 :  
健康に対する有害性

3. 組成、成分情報  
物質 :  
化学名又は一般名 : ○○

CAS番号 : ○○-○○-○○  
濃度又は濃度範囲 : ○%

GHS分類

物質と含有率

皮膚等障害化学物質  
への該当性

15. 適用法令  
労働安全衛生法 : 皮膚等障害化学物質

## 手順2 (化学防護手袋のスクリーニング①) →詳細は第2章第2節第2項を確認

【耐透過性能一覧表 (抜粋)】: マニュアル巻末に参考資料2として添付。

構造分類番号	CAS登録番号	物質名称	材料	ニトリルゴム	ニトリルゴム	ニトリルゴム	ニトリルゴム	天然ゴム	ブチルゴム	...	多層フィルム (LLDPE)	多層フィルム (EVOH)
			厚さ (mm)	0.1	0.2	0.3	0.45	0.23	0.35	0.062	0.06	
316,442	100-02-7	p-ニトロフェノール		○	○	○	○	○	○		○	○
502	10025-67-9	一塩化硫黄		×	△	○	○	×	×		×	○
480	10025-78-2	トリクロロシラン		×	×	△	△	×	×		○	○
360	10025-87-3	塩化ホスホリル		×	×	×	×	×	○		○	-

報道関係者 各位

## 化学物質管理強調月間を創設します

～厚生労働省と環境省が連携し事業場の化学物質管理の取り組みを促進～

この度、新たな化学物質管理にかかる国際的な動きや化学物質規制が幅広い産業に適用されることを契機とし、**厚生労働省及び中央労働災害防止協会が主唱し、環境省の協力のもと**、広く一般に職場における危険・有害な化学物質管理の重要性に関する意識の高揚を図るとともに、化学物質管理活動の定着を図るため、**化学物質管理強調月間を創設**します。

**本月間は令和7年2月を第1回とし、毎年2月に実施**いたします。

1. スローガン 公募により決定。
2. 期 間 毎年2月（2月1日～2月28日）（第1回は令和7年2月）
3. 実施体制
  - （1）主唱者 厚生労働省、中央労働災害防止協会
  - （2）協力連携者 環境省
  - （3）協賛者  
建設業労働災害防止協会、陸上貨物運送事業労働災害防止協会、  
港湾貨物運送事業労働災害防止協会、林業・木材製造業労働災害防止協会
  - （4）協力者  
関係行政機関、地方公共団体、安全衛生関係団体、労働団体及び事業者団体

事業主の皆さまへ

# 労働安全衛生関係の一部の手続の 電子申請が義務化されます

2025年1月1日より以下の手続について、  
電子申請が原則義務化されます

- 労働者死傷病報告
- 総括安全衛生管理者/安全管理者/衛生管理者/産業医の選任報告
- 定期健康診断結果報告
- 心理的な負担の程度を把握するための検査結果等報告
- 有害な業務に係る歯科健康診断結果報告
- 有機溶剤等健康診断結果報告
- じん肺健康管理実施状況報告

The image displays three overlapping Japanese government forms. The top form is the '労働者死傷病報告' (Worker Death, Injury, and Disease Report), which includes fields for the reporting company, date, and details of the incident. The middle form is the '心理的な負担の程度を把握するための検査結果等報告書' (Report on Examination Results to Understand the Degree of Psychological Burden), which contains checkboxes for various types of examinations and their results. The bottom form is the '定期健康診断結果報告書' (Periodic Health Examination Results Report), which features a grid for reporting the health status of multiple workers.



本サービスについて

サービス利用方法

よくあるご質問

お知らせ

アンケート

# 労働安全衛生法関係の 届出・申請等帳票印刷に係る 入力支援サービス



帳票作成メニューへ  
(電子申請を利用しない方はこちら)



帳票作成メニューへ  
(電子申請を利用する方はこちら)



## □ 入力支援サービスへのアクセス方法はこちら □

- ・ 検索窓口から **安全衛生 入力支援** と入力
- ・ <https://www.chohyo-shien.mhlw.go.jp/> を直接入力



# 労働者死傷病報告 報告事項

入力画面のイメージ

## 改正内容

### (1) 電子申請の原則義務化

**【主な改正箇所】**

### (2) 報告内容の改正

#### ア 事業の種類欄の改修

事業の種類欄を日本標準産業分類の分類コード4桁で入力できるように修正

#### イ 職種欄の改修

職種欄を日本標準職業分類の分類コード3桁で入力できるように修正

#### ウ 災害発生状況及び原因の欄のテキスト保持

災害発生状況及び原因の欄を以下の①～⑤に沿って入力できるように修正

- ① どのような場所で
- ② どのような作業をしているときに
- ③ どのような物又は環境に（化学物質による被災の場合、化学物質の名称を記載すること）
- ④ どのような不安全な又は有害な状態があって（保護具を着用していなかった等を記載すること）
- ⑤ どのような災害が発生したか

※ 休業4日未満の報告については、従来、様式には含まれていなかった「労働保険番号」、「被災者の経験期間」や「国籍・在留資格」など、災害データの更なる活用にあたって必要な事項を報告事項に

## 受験申請システム

メリット 受験までの流れ

アカウントを作成する(無料)

# 安全衛生技術試験協会 受験申請システム

受験申請が  
オンラインで可能になります!  
(令和6年4月開始予定)

### 労働安全衛生法に基づく免許試験

- 特級ボイラー技士
- 一級ボイラー技士
- 二級ボイラー技士
- 特別ボイラー溶接士
- 普通ボイラー溶接士
- ボイラー整備士
- クレーン・デリック運転士
- 移動式クレーン運転士
- 揚貨装置運転士
- 発破技士
- ガス溶接作業主任者
- 林業架線作業主任者
- 第一種衛生管理者
- 第二種衛生管理者
- 高圧室内作業主任者
- エックス線作業主任者
- ガンマ線透写真撮影作業主任者
- 潜水士



# 疲労蓄積度自己診断チェックリスト（労働者本人用）

## 労働者の疲労蓄積度自己診断チェックリスト（2023年改正版）

記入者 \_\_\_\_\_ 実施日 \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 日

このチェックリストは、労働者の疲労蓄積を、自覚症状と勤務の状況から判定するものです。

### 1. 最近1か月の自覚症状

各質問に対し、最も当てはまる項目の口に✓を付けてください。

1. イライラする	<input type="checkbox"/> ほとんどない (0)	<input type="checkbox"/> 時々ある (1)	<input type="checkbox"/> よくある (3)
2. 不安だ	<input type="checkbox"/> ほとんどない (0)	<input type="checkbox"/> 時々ある (1)	<input type="checkbox"/> よくある (3)
3. 落ち着かない	<input type="checkbox"/> ほとんどない (0)	<input type="checkbox"/> 時々ある (1)	<input type="checkbox"/> よくある (3)
4. ゆううつだ	<input type="checkbox"/> ほとんどない (0)	<input type="checkbox"/> 時々ある (1)	<input type="checkbox"/> よくある (3)
5. よく眠れない	<input type="checkbox"/> ほとんどない (0)	<input type="checkbox"/> 時々ある (1)	<input type="checkbox"/> よくある (3)
6. 体の調子が悪い	<input type="checkbox"/> ほとんどない (0)	<input type="checkbox"/> 時々ある (1)	<input type="checkbox"/> よくある (3)
7. 物事に集中できない	<input type="checkbox"/> ほとんどない (0)	<input type="checkbox"/> 時々ある (1)	<input type="checkbox"/> よくある (3)
8. することに間違いが多い	<input type="checkbox"/> ほとんどない (0)	<input type="checkbox"/> 時々ある (1)	<input type="checkbox"/> よくある (3)
9. 仕事中、強い眠気に関われる	<input type="checkbox"/> ほとんどない (0)	<input type="checkbox"/> 時々ある (1)	<input type="checkbox"/> よくある (3)
10. やる気が出ない	<input type="checkbox"/> ほとんどない (0)	<input type="checkbox"/> 時々ある (1)	<input type="checkbox"/> よくある (3)
11. へとへとだ（運動後を除く）★1	<input type="checkbox"/> ほとんどない (0)	<input type="checkbox"/> 時々ある (1)	<input type="checkbox"/> よくある (3)
12. 朝、起きた時、ぐったりした疲れを感じる	<input type="checkbox"/> ほとんどない (0)	<input type="checkbox"/> 時々ある (1)	<input type="checkbox"/> よくある (3)
13. 以前とくらべて、疲れやすい	<input type="checkbox"/> ほとんどない (0)	<input type="checkbox"/> 時々ある (1)	<input type="checkbox"/> よくある (3)
14. 食欲がないと感じる	<input type="checkbox"/> ほとんどない (0)	<input type="checkbox"/> 時々ある (1)	<input type="checkbox"/> よくある (3)

★1：へとへと：非常に疲れて体に力がなくなったさま

<自覚症状の評価> 各々の答えの( )内の数字を全て加算してください。 合計 \_\_\_\_\_ 点

I: 0-2点	II: 3-7点	III: 8-14点	IV: 15点以上
---------	----------	------------	-----------

### 2. 最近1か月の勤務の状況

各質問に対し、最も当てはまる項目の口に✓を付けてください。

1. 1か月の労働時間（時間外・休日労働時間を含む）	<input type="checkbox"/> 適当 (0)	<input type="checkbox"/> 多い (1)	<input type="checkbox"/> 非常に多い (3)
2. 不規則な勤務（予定の変更、突発の仕事）	<input type="checkbox"/> 少ない (0)	<input type="checkbox"/> 多い (1)	—
3. 出張に伴う負担（頻度・拘束時間・時差など）	<input type="checkbox"/> ない又は小さい (0)	<input type="checkbox"/> 大きい (1)	—
4. 深夜勤務に伴う負担 ★2	<input type="checkbox"/> ない又は小さい (0)	<input type="checkbox"/> 大きい (1)	<input type="checkbox"/> 非常に大きい (3)
5. 休憩・仮眠の時間数及び施設	<input type="checkbox"/> 適切である (0)	<input type="checkbox"/> 不適切である (1)	—
6. 仕事についての身体的負担 ★3	<input type="checkbox"/> 小さい (0)	<input type="checkbox"/> 大きい (1)	<input type="checkbox"/> 非常に大きい (3)
7. 仕事についての精神的負担	<input type="checkbox"/> 小さい (0)	<input type="checkbox"/> 大きい (1)	<input type="checkbox"/> 非常に大きい (3)
8. 職場・顧客等の人間関係による負担	<input type="checkbox"/> 小さい (0)	<input type="checkbox"/> 大きい (1)	<input type="checkbox"/> 非常に大きい (3)
9. 時間内に処理しきれない仕事	<input type="checkbox"/> 少ない (0)	<input type="checkbox"/> 多い (1)	<input type="checkbox"/> 非常に多い (3)
10. 自分のペースでできない仕事	<input type="checkbox"/> 少ない (0)	<input type="checkbox"/> 多い (1)	<input type="checkbox"/> 非常に多い (3)
11. 勤務時間外でも仕事のことが気にかけて仕方ない	<input type="checkbox"/> ほとんどない (0)	<input type="checkbox"/> 時々ある (1)	<input type="checkbox"/> よくある (3)
12. 勤務日の睡眠時間	<input type="checkbox"/> 十分 (0)	<input type="checkbox"/> やや足りない (1)	<input type="checkbox"/> 足りない (3)
13. 就業時刻から次の作業時刻の間にある休息時間 ★4	<input type="checkbox"/> 十分 (0)	<input type="checkbox"/> やや足りない (1)	<input type="checkbox"/> 足りない (3)

★2：深夜勤務の頻度や時間数などから総合的に判断してください。

深夜勤務は、深夜時間帯（午後10時～午前5時）の一部または全部を含む勤務をいいます。

★3：肉体的作業や寒冷・暑熱作業などの身体的な面での負担をいいます。

★4：これを勤務間インターバルといいます。

<勤務の状況の評価> 各々の答えの( )内の数字を全て加算してください。 合計 \_\_\_\_\_ 点

A: 0点	B: 1-5点	C: 6-11点	D: 12点以上
-------	---------	----------	----------

### 3. 総合判定

次の表を用い、自覚症状、勤務の状況の評価から、あなたの疲労蓄積度の点数（0～7）を求めてください。

【疲労蓄積度点数表】

		勤務の状況			
		A	B	C	D
自覚症状	I	0	0	2	4
	II	0	1	3	5
	III	0	2	4	6
	IV	1	3	5	7

※ 糖尿病、高血圧症等の疾患がある方は判定が正しく行われな可能性がります。

あなたの疲労蓄積度の点数： \_\_\_\_\_ 点（0～7）

判定	点数	疲労蓄積度
	0～1	低いと考えられる
	2～3	やや高いと考えられる
	4～5	高いと考えられる
	6～7	非常に高いと考えられる

### 4. 疲労蓄積予防のための対策

あなたの疲労蓄積度はいかがでしたか？本チェックリストでは、健康障害防止の観点から、これまでの医学研究の結果などに基づいて、疲労蓄積度が判定できます。疲労蓄積度の点数が2～7の人は、疲労が蓄積されている可能性があり、チェックリストの2に掲載されている「勤務の状況」の項目（点数が1または3である項目）の改善が必要です。個人の裁量で改善可能な項目については、自分でそれらの項目の改善を行ってください。 **個人の裁量で改善不可能な項目については、勤務の状況を改善するよう上司や産業医等に相談してください。**なお、仕事以外のライフスタイルに原因があって自覚症状が多い場合も見受けられますので、睡眠や休養などを見直すことも大切なことです。疲労を蓄積させないためには、負担を減らし、一方で睡眠・休養をしっかり取る必要があります。労働時間の短縮は、仕事による負担を減らすと同時に、睡眠・休養が取りやすくなることから、効果的な疲労蓄積の予防法のひとつと考えられています。あなたの時間外・休日労働時間が月46時間を超えていれば、是非、労働時間の短縮を検討してください。

# 疲労蓄積度自己診断チェックリスト（労働者の家族用）

## 家族による労働者の疲労蓄積度チェックリスト（2023年改正版）

記入者 \_\_\_\_\_ 実施日 \_\_\_\_\_ 年 月 日

ご家族で働いている方（以下、ご家族）の最近の様子について、あなたから見た感じをお答えください。

1. **最近1か月の疲労・ストレス症状** ご家族について、各質問に対し、最も当てはまる項目の□に✓を付けてください。  
（あなたから見て判定の難しい項目については、「ほとんどない」に✓を付けてください）

1. イライラしているようだ	<input type="checkbox"/> ほとんどない（0）	<input type="checkbox"/> 時々ある（1）	<input type="checkbox"/> よくある（3）
2. 不安そうだ	<input type="checkbox"/> ほとんどない（0）	<input type="checkbox"/> 時々ある（1）	<input type="checkbox"/> よくある（3）
3. 落ち着かないようだ	<input type="checkbox"/> ほとんどない（0）	<input type="checkbox"/> 時々ある（1）	<input type="checkbox"/> よくある（3）
4. ゆうつそうだ	<input type="checkbox"/> ほとんどない（0）	<input type="checkbox"/> 時々ある（1）	<input type="checkbox"/> よくある（3）
5. 体の調子が悪そうだ	<input type="checkbox"/> ほとんどない（0）	<input type="checkbox"/> 時々ある（1）	<input type="checkbox"/> よくある（3）
6. 物事に集中できないようだ	<input type="checkbox"/> ほとんどない（0）	<input type="checkbox"/> 時々ある（1）	<input type="checkbox"/> よくある（3）
7. することに開通が多いようだ	<input type="checkbox"/> ほとんどない（0）	<input type="checkbox"/> 時々ある（1）	<input type="checkbox"/> よくある（3）
8. 強い眠気に襲われるようだ	<input type="checkbox"/> ほとんどない（0）	<input type="checkbox"/> 時々ある（1）	<input type="checkbox"/> よくある（3）
9. やる気が出ないようだ	<input type="checkbox"/> ほとんどない（0）	<input type="checkbox"/> 時々ある（1）	<input type="checkbox"/> よくある（3）
10. へとへとのようだ（運動後を除く）★1	<input type="checkbox"/> ほとんどない（0）	<input type="checkbox"/> 時々ある（1）	<input type="checkbox"/> よくある（3）
11. 朝起きた時、虚れが残っているようだ	<input type="checkbox"/> ほとんどない（0）	<input type="checkbox"/> 時々ある（1）	<input type="checkbox"/> よくある（3）
12. 以前とくらべて、虚れやすいようだ	<input type="checkbox"/> ほとんどない（0）	<input type="checkbox"/> 時々ある（1）	<input type="checkbox"/> よくある（3）
13. 食事量が減っているようだ	<input type="checkbox"/> ほとんどない（0）	<input type="checkbox"/> 時々ある（1）	<input type="checkbox"/> よくある（3）

★1：へとへと：非常に虚れて体に力がなくなりました。

各々の答えの（ ）の中の数字を全て加算してください。 合計 \_\_\_\_\_ 点

2. **最近1か月の働き方と休養** ご家族について、当てはまる項目の□全てに✓を付けてください。

<input type="checkbox"/> 1. 就業時刻から次の作業時刻の間にある休息時間（★2）が十分でない
<input type="checkbox"/> 2. 休日でも仕事をすることが多い
<input type="checkbox"/> 3. 勤務日における時間外労働が多いようだ
<input type="checkbox"/> 4. 宿泊を伴う出張が多い
<input type="checkbox"/> 5. 仕事のことで悩んでいるようだ
<input type="checkbox"/> 6. 睡眠時間が不足しているように見える
<input type="checkbox"/> 7. 寝つきが悪かったり、夜中に目覚めたりすることが多いようだ
<input type="checkbox"/> 8. 勤務時間外でも仕事のことが気にかけて仕方ないようだ
<input type="checkbox"/> 9. 勤務時間外でゆっくりくつろいでいることはほとんどないようだ

★2：これを勤務間インターバルといいます。

✓を付けた項目の数 \_\_\_\_\_ 個

### 3 総合判定

次の表を用い、疲労・ストレス症状、働き方と休養のチェック結果から、ご家族の疲労蓄積度の点数（0～2）を求めてください。

		疲労蓄積度点数表	
		「働き方と休養」項目の該当個数	
		3個未満	3個以上
「疲労・ストレス症状」の質問に対する該当項目の合計点数	11点未満	0	1
	11点以上	1	2

※糖尿病、高血圧症等の疾患がある方の場合には判定が正しく行われない可能性があります。

ご家族の疲労蓄積度の点数は： \_\_\_\_\_ 点（0～2）

	点数	疲労蓄積度
判 定	0	低いと考えられる
	1	やや高いと考えられる
	2	高いと考えられる

※ご家族の評価とあなたの評価は異なっていることがあります。

### 4 疲労蓄積予防のための対策

ご家族の疲労蓄積度はいかがでしたか？ 疲労が蓄積すると心身の健康状態の低下を招き、健康障害を引き起こすことがあります。疲労の蓄積を防ぐために、あなたとご家族で、働き方と休養について話し合い、働き方と休養について改善を心がけてください。また、必要に応じて産業医等の産業保健スタッフや医療機関に相談・受診するようご家族に勧めてください。

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

評価値	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 座位ステップテスト (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

評価値	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

評価値	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

評価値	1	2	3	4	5
(秒)	~7	7.1 ~17	17.1 ~55	55.1 ~90	90.1~



⑤ 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

評価値	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)

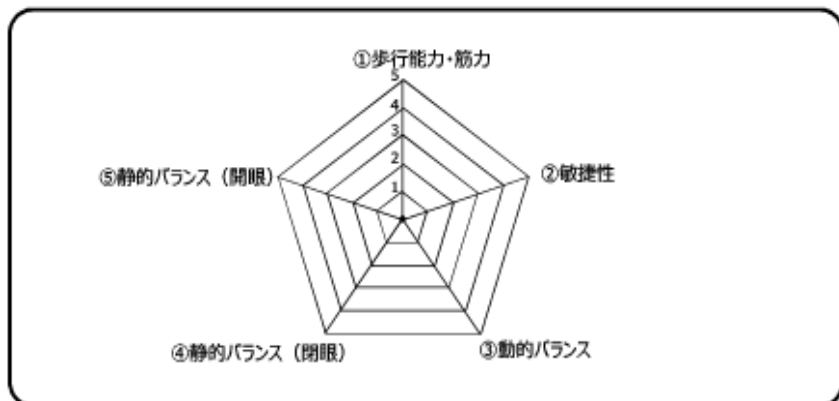
質問内容	あなたの回答NOは	合計	評価	評価
1. 人ごみの中、正面から来る人にぶつからず、よけて歩けますか	<input type="text"/>	点	↓	① 歩行能力 筋力
2. 同年代に比べて体力に自信はありますか	<input type="text"/>			
3. 突発的な事象に対する体の反応は素早い方と思えますか	<input type="text"/>	点	↓	② 敏捷性
4. 歩行中、小さい段差に足を引っかけたとき、すぐに次の足が出ると思えますか	<input type="text"/>			
5. 片足で立ったまま靴下を履くことができると思えますか	<input type="text"/>	点	↓	③ 動的バランス
6. 一直線に引いたラインの上を、踵ぎ足歩行で簡単に歩くことができると思えますか	<input type="text"/>			
7. 目を閉じて片足でどのくらい立つ自信がありますか	<input type="text"/>	点	↓	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えますか	<input type="text"/>			
9. 目を閉じて片足でどのくらい立つ自信がありますか	<input type="text"/>	点	↓	⑤ 静的バランス (閉眼)

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. 突発的な事象に対する体の反応は素早い方と思えますか	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かけたとき、すぐに次の足が出ると思えますか	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えますか	①できないと思う ②最近やっているとできないと思う ③最近やっていると何回かに1回はできると思う ④最近やっているとできると思う ⑤できると思う
6. 一直線に引いたラインの上を、踵ぎ足歩行で簡単に歩くことができると思えますか	①踵ぎ足歩行ができない ②踵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. 目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えますか	①10秒以内 ②30秒程度 ③1分程度 ④2分程度 ⑤3分以上
9. 目を閉じ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

それらの評価結果をⅢのレーダーチャートに赤字で記入

- 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

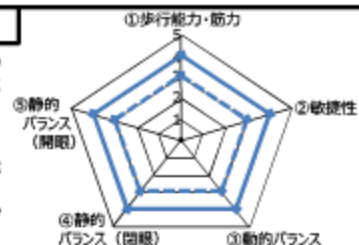
それぞれの枠の大きさを比較し、赤枠が大きい場合は、身体機能が自分で考えている以上に衰えている状態です。とっさの行動を起こした際など、身体が思いどおりに反応しない場合があります。枠の大きさの差が大きいほど、実際の身体機能と意識の差が大きいことになり、より注意が必要といえます。

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。

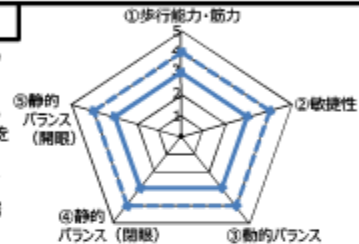
パターン1 身体機能計測結果 > 質問票回答結果

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速に能力が下がる項目もありますので、今後も通信することなく、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すぎて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。



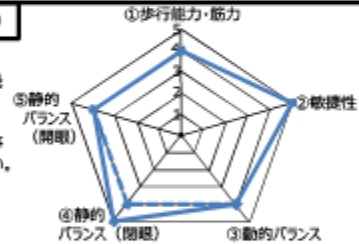
パターン2 身体機能計測結果 < 質問票回答結果

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があり、自分で考えている以上に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、足元や周辺のを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。



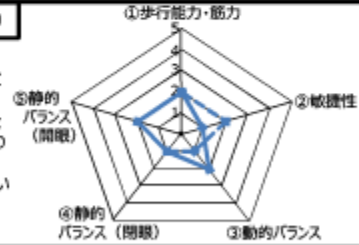
パターン3 身体機能計測結果 ≒ 質問票回答結果(枠が大きい)

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速に低下し、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。



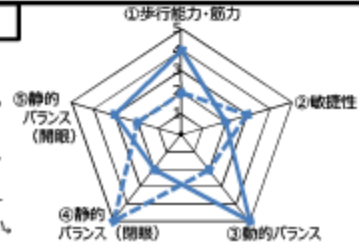
パターン4 身体機能計測結果 ≒ 質問票回答結果(枠が小さい)

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、転倒等リスクから見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。  
 転倒等リスクから見た場合、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。



# 全国安全週間

期間 令和6年7月1日(月)～7日(日)

準備期間:令和6年6月1日(土)～30日(日)

スローガン

## 危険に気付くあなたが目 そして摘み取る危険の芽 みんなで築く職場の安全

今年で97回目を迎える全国安全週間は、昭和3年に初めて実施されて以来、「人命尊重」という基本理念の下、労働災害を防止するために産業界での自主的な活動の推進と、職場での安全に対する意識を高め、安全を維持する活動の定着を目的として実施されてきました。

これまで、事業場では、労使が協働して労働災害防止対策が展開されてきました。この努力により労働災害は長期的には減少しておりますが、令和5年の労働災害については、死亡災害は前年を下回る見込みであるものの、休業4日以上 の死傷災害は前年を上回る見込みであり、増加傾向に歯止めがかからない状況となっています。

特に、転倒や墮落といった労働者の作業行動に起因する死傷災害が増加しており、死亡災害については墜落・転落などによる災害が依然として後を絶たない状況にあります。

また、労働災害を少しでも減らし、労働者一人一人が安全に働くことができる職場環境を築くためには、令和5年3月に策定された第14次労働災害防止計画に基づく施策を確実に推進することが必要であり、計画年次2年目となる令和6年度においても、労使一丸となった取組が求められます。

そのため、令和6年度は、「危険に気付くあなたが目 そして摘み取る危険の芽 みんなで築く職場の安全」のスローガンの下、全国安全週間を実施することとしました。

主催 厚生労働省、中央労働災害防止協会  
協賛 建設業労働災害防止協会、  
海上貨物運送事業労働災害防止協会  
港湾貨物運送事業労働災害防止協会、  
林業・木材製造業労働災害防止協会

※裏面の「令和6年度全国安全週間実施要綱について」もご覧ください。



## 実施者の実施事項

### 1 安全衛生活動の推進

- ①安全衛生意識の醸成
  - ア 労働者に対する安全衛生意識の醸成、安全衛生活動及び安全作業マニュアルの整備
  - イ 経営トップによる経営方針、安全衛生経営の徹底
  - ウ 安全衛生委員会の設置及び労働者の参加を促す活動の活性化
  - エ 労働安全衛生マネジメントシステムの導入期によるPDCAサイクルの確立
- ②安全衛生活動の推進と危険性の安全管理の実施等
  - ア 経営トップから第一線の現場担当者までの階層別での安全衛生教育の実施、特に、重入札作業の推進及び労働者の参加に対する教育の実施
  - イ 就業前研修、作業担当者選任プロセス等での危険性の徹底
  - ウ 就業前、安全作業マニュアルを活用した教育内容の充実
  - エ 労働者の安全作業マニュアルの遵守状況の確認
- ③自主的な安全衛生活動の促進
  - ア 発生した労働災害の分析及び再発防止対策の徹底
  - イ 職業病、4反活動(墜落、墮落、滑倒、衝突)、KY(危険予知活動)にキャリアハット等での労働者の自主的な安全活動の促進・活性化
- ④リスクアセスメントの実施
  - ア リスクアセスメントによる機械設備等の安全化、作業方法の改善
  - イ ROPS(安全シート)等により危険性の低減や有害性情報に基づく化学物質のリスクアセスメント及びその結果に基づく設備の改善
- ⑤その他の取組
  - ア 安全に係る情報や労働災害防止のノウハウの蓄積と継承
  - イ 外部の専門機関、労働安全コンサルタントを活用した安全衛生水準の向上
  - ウ 「レジャー」の適切な導入及び実施の推進のためのガイドライン」に基づく、安全衛生に配慮したレジャーの実施

### 2 業種・業態の特性に応じた労働災害防止対策

- ①小売業、社会福祉施設、飲食店等の接客接客に起因する労働災害防止対策
  - ア 接客接客業務の発生状況の把握、分析
  - イ 経営トップが現場に立つ行う安全衛生方針の作成・周知
  - ウ 職業病等、4反活動(墜落、墮落、滑倒、衝突)、KY(危険予知活動)にキャリアハット等での労働者の自主的な安全活動の促進・活性化
  - エ 安全衛生活動の徹底、安全管理の徹底
  - オ パート・アルバイトの労働者への安全衛生教育の徹底
- ②海上貨物運送事業における労働災害防止対策
  - ア 荷役等からの墜落・転倒防止対策、保護具の着用
  - イ 発生した労働災害の発生状況の把握、分析、原因の究明、原因の排除、対策の徹底等、発生作業の安全ガイドラインに基づく危険性の低減
  - ウ 積み崩れ、転倒した際に対処するための教育の実施
  - エ 歩行禁止区域とエリアの設置等によるフォークリフト使用時の労働者に対する危険性の低減
  - オ トラックの急進防止対策の実施
  - カ トラック後進時の後方確認、立入規制の実施
- ③建設における労働災害防止対策
  - ア 一般的取組
    - ①日本建設業連合会や建設工業協会等が策定した標準マニュアル」に基づく取組、作業・工事等の統一標準、はしご・骨組みからの墜落・転倒防止対策の実施、フルハーネス装置等を用いた高所作業の実施
    - ②現場での危険性の把握と実施、本現場での取組の実施、改正「労働安全衛生法」等に基づくガイドライン」に基づく手すり等の工場の確保的な取組
    - ③現場、安全衛生責任者等に対する安全衛生教育の実施
    - ④元方事業者による安全衛生指導、関係者に対する指導の実施
    - ⑤建設工事の確保実施における適切な安全衛生活動の確保
    - ⑥建設工事における確認作業計画、各種作業の作成及びこれらに基づく工事の安全の実施
    - ⑦一定の工事エリア内で複数の工事が同時・連続して実施される場合、関係者及び近接工事の元方事業者による工事エリア管理の徹底
  - イ 改正「労働安全衛生法」の改正に起因する労働災害防止対策に係る「ガイドライン」に基づく取組の実施
  - ウ 令和5年建設業労働安全衛生調査、建設工事における労働安全衛生の確保、土砂災害対策、建設現場の安全、墜落・転倒災害の防止等、自然災害からの復旧・復興工事における労働災害防止対策の実施
- ④製造における労働災害防止対策
  - ア 機械の危険部分への適切な設置等による安全な・巻き込まれ等防止対策の実施
  - イ 機械安全を活用した機械安全対策の推進
  - ウ 作業安全活動等の十分な実施と安全活動者に対する適切な安全活動の実施
  - エ 高所作業・転倒・墜落等の危険な作業、発生時の適切な対応・救急処置の実施
  - オ 労働安全活動の推進等を通じて実施された、多くの事業場を通じて実施した「リスクアセスメント」の推進による、自主的なリスクアセスメントの実施
- ⑤建設の労働災害防止対策
  - ア エンジン・ポンプ等を用いた作業における労働者、保護具等の着用及び適切な作業方法の実施
  - イ 本邦防犯隊等が実施する作業における安全の確保

### 3 業種横断的な労働災害防止対策

- ①労働者の作業行動に起因する労働災害防止対策
  - ア 作業現場における取組等の徹底、高所作業の危険性の低減
  - イ 高所作業、手すり等を利用した取組
  - ウ 高所作業、手すり等を利用した取組の実施
  - エ 高所作業、手すり等を利用した取組の実施
  - オ 高所作業、手すり等を利用した取組の実施
  - カ 高所作業、手すり等を利用した取組の実施
  - キ 高所作業、手すり等を利用した取組の実施
  - ク 高所作業、手すり等を利用した取組の実施
  - ク 高所作業、手すり等を利用した取組の実施
- ②高齢労働者、外国人労働者に対する労働災害防止対策
  - ア 「高齢労働者の安全と健康確保のためのガイドライン(エビデンス)リーディング」に基づく取組の実施
  - イ 高齢労働者に対する労働災害防止対策の実施
  - ウ 高齢労働者に対する労働災害防止対策の実施
  - エ 高齢労働者に対する労働災害防止対策の実施
  - オ 高齢労働者に対する労働災害防止対策の実施
  - カ 高齢労働者に対する労働災害防止対策の実施
  - キ 高齢労働者に対する労働災害防止対策の実施
  - ク 高齢労働者に対する労働災害防止対策の実施
  - ク 高齢労働者に対する労働災害防止対策の実施
- ③交通労働災害防止対策
  - ア 適正な労働時間確保、走行距離の削減等の徹底の実施
  - イ 飲酒による運転への影響や疲労状態に関する安全衛生活動の実施
  - ウ 天候等、交通情報等マップ等を活用した交通状況の把握
  - エ 飲酒、疲労、気候、道路、作業方法の有害性を低減する取組の徹底の促進
- ④労働安全衛生法(STOP)等に基づく取組の実施
  - ア 労働安全衛生法(STOP)の整備とその適正な実施の実施
  - イ 労働安全衛生法(STOP)の整備とその適正な実施の実施
  - ウ 労働安全衛生法(STOP)の整備とその適正な実施の実施
  - エ 労働安全衛生法(STOP)の整備とその適正な実施の実施
  - オ 労働安全衛生法(STOP)の整備とその適正な実施の実施
  - カ 労働安全衛生法(STOP)の整備とその適正な実施の実施
  - キ 労働安全衛生法(STOP)の整備とその適正な実施の実施
  - ク 労働安全衛生法(STOP)の整備とその適正な実施の実施
  - ク 労働安全衛生法(STOP)の整備とその適正な実施の実施
- ⑤労働安全衛生法(STOP)等に基づく取組の実施
  - ア 労働安全衛生法(STOP)の整備とその適正な実施の実施
  - イ 労働安全衛生法(STOP)の整備とその適正な実施の実施
  - ウ 労働安全衛生法(STOP)の整備とその適正な実施の実施
  - エ 労働安全衛生法(STOP)の整備とその適正な実施の実施
  - オ 労働安全衛生法(STOP)の整備とその適正な実施の実施
  - カ 労働安全衛生法(STOP)の整備とその適正な実施の実施
  - キ 労働安全衛生法(STOP)の整備とその適正な実施の実施
  - ク 労働安全衛生法(STOP)の整備とその適正な実施の実施
  - ク 労働安全衛生法(STOP)の整備とその適正な実施の実施

●職場の安全、全国安全週間にに関する情報は  
こちらでも発信しています!

厚生労働省  
<https://www.mhlw.go.jp/index.html>



中央労働災害防止協会  
<https://www.jisha.or.jp>



職場のおんぜんサイト  
<https://anzeninfo.mhlw.go.jp>



●職場の安全、全国安全週間にに関する情報は  
こちらでも発信しています!

厚生労働省 安全衛生  
中央労働災害防止協会 安全週間

検索  
検索

●労働基準監督署等への届出は  
電子申請が便利です!

職場入力量支援サービス

検索

詳しくは、最寄りの都道府県労働局または労働基準監督署にご相談ください。  
厚生労働省・都道府県労働局・労働基準監督署



# STOP! 熱中症 クールワークキャンペーン

職場での熱中症により毎年約20人が亡くなり、約800人が4日以上仕事を休んでいます。



労働災害防止キャラクター  
フェーイカンゴ



キャンペーン  
実施要項



重点取組

## 準備期間（4月）にすべきこと

きちんと実施されているかを確認し、チェックしましょう

<input type="checkbox"/> 労働衛生管理体制の確立	事業場ごとに熱中症予防管理者を選任し熱中症予防の責任体制を確立
<input type="checkbox"/> 暑さ指数の把握の準備	JIS規格に適合した暑さ指数計を準備し、点検
<input type="checkbox"/> 作業計画の策定	暑さ指数に応じた休憩時間の確保、作業中止に関する事項を含めた作業計画を策定
<input type="checkbox"/> 設備対策の検討	暑さ指数低減のため簡易な屋根、通風または冷房設備、散水設備の設置を検討
<input type="checkbox"/> 休憩場所の確保の検討	冷房を備えた休憩場所や涼しい休憩場所の確保を検討
<input type="checkbox"/> 服装の検討	透湿性と通気性の良い服装を準備、送風や送水により身体を冷却する機能をもつ服の着用も検討
<input type="checkbox"/> 緊急時の対応の事前確認	緊急時の対応を確認し、労働者に周知
<input type="checkbox"/> 教育研修の実施	管理者、労働者に対する教育を実施

【主催】厚生労働省、中央労働災害防止協会、建設業労働災害防止協会、陸上貨物運送事業労働災害防止協会、港湾貨物運送事業労働災害防止協会、林業・木材製造業労働災害防止協会、一般社団法人日本労働安全衛生コンサルタント会、一般社団法人全国警備業協会 【協賛】公益社団法人日本保安用品協会、一般社団法人日本電気計測器工業会 【後援】関係省庁（予定）

## キャンペーン期間（5月～9月）にすべきこと

STEP 1

### 暑さ指数の把握と評価

- JIS規格に適合した暑さ指数計で暑さ指数を随時把握  
地域を代表する一般的な暑さ指数（環境省）を参考とすることも有効



環境省  
熱中症予防情報  
サイト

STEP 2

### 測定した暑さ指数に応じて以下の対策を徹底

<input type="checkbox"/> 暑さ指数の低減	準備期間に検討した設備対策を実施
<input type="checkbox"/> 休憩場所の整備	準備期間に検討した休憩場所を設置
<input type="checkbox"/> 服装	準備期間に検討した服装を着用
<input type="checkbox"/> 作業時間の短縮	作業計画に基づき、暑さ指数に応じた休憩、作業中止
<input type="checkbox"/> 暑熱順化への対応	熱に慣らすため、7日以上かけて作業時間の調整 ※新規入職者や休み明け労働者は別途調整することに注意
<input type="checkbox"/> 水分・塩分の摂取	水分と塩分を定期的に摂取（水分等を携帯させる等を考慮）
<input type="checkbox"/> ブレクーリング	作業開始前や休憩時間中に深部体温を低減
<input type="checkbox"/> 健康診断結果に基づく対応	次の疾病を持った方には医師等の意見を踏まえ配慮 ①糖尿病、②高血圧症、③心疾患、④腎不全、⑤精神・神経関係の疾患、⑥広範囲の皮膚疾患、⑦感冒、⑧下痢
<input type="checkbox"/> 日常の健康管理	当日の朝食の未摂取、睡眠不足、前日の多量の飲酒が熱中症の発症に影響を与えることを指導し、作業開始前に確認
<input type="checkbox"/> 作業中の労働者の健康状態の確認	巡視を頻繁に行い声をかける、「バディ」を組ませる等労働者にお互いの健康状態を留意するよう指導
<input type="checkbox"/> 異常時の措置	少しでも本人や周りが異変を感じたら、必ず一旦作業を離れ、病院に搬送する（症状に応じて救急隊を要請）などを措置 ※全身を濡らして送風することなどにより体温を低減 ※一人きりにしない

## 重点取組期間（7月）にすべきこと

- 暑さ指数の低減効果を再確認し、必要に応じ対策を追加
- 暑さ指数に応じた作業の中断等を徹底
- 水分、塩分を積極的に取らせ、その確認を徹底
- 作業開始前の健康状態の確認を徹底、巡視頻度を増加
- 熱中症のリスクが高まっていることを含め教育を実施
- 体調不良の者に異常を認めるときは、躊躇することなく救急隊を要請

# 治療と仕事の両立支援

徳島産業保健総合支援センター

## 病気と仕事のことで、一人で悩んでいませんか？

- 治療を受けながら仕事が続けられるか不安
- 以前のように働けるか自信がない
- 病気のことを会社にうまく伝えられない
- 職場の理解・協力が得られない
- がんに罹患した社員に、どう対応したらよいかわからない

治療(がん、脳卒中、心疾患、糖尿病・・・など)と仕事の両立で悩んでいるときは、

徳島産業保健総合支援センターにご相談ください。

## I. 両立支援とは

病気を抱えながら、働く意欲・能力のある労働者(患者)が、仕事を理由として治療の機会を逃がすことなく、治療の必要性を理由として仕事の継続を妨げられることなく、適切な治療を受けながら、生き生きと働き続けられる社会を目指す取り組みです。



当センターは、

事業場を訪問し、支援体制や勤務・休暇制度等の整備、両立支援に関する教育など両立支援制度導入に向けた支援を行います。

また、労働者(患者)と事業者からの申出を受け、就労継続や職場復帰に関する支援を行います。

たとえば、会社は、

- 通院するときには・・・

治療や体調の状況を考慮して、勤務時間や仕事量を配慮する

- 入院するとき、自宅療養しているときには・・・

必要とされる期間、休暇を与える

- 職場復帰するときには・・・

体調や通院の状況を考慮して、職場生活のリズムが取り戻せるまでの期間、勤務時間や仕事量を配慮する

などを行い、労働者(患者)が治療をしながら仕事ができるよう支援します。



## II. 両立支援の進め方

1. 労働者(患者)は事業者に支援の申出をします。
2. 労働者(患者)と事業者が話し合い、勤務情報提供書を作成します。

以後の STEP



※本人の同意を得た上で、支援のために必要な情報を共有し、対応することが大切です。  
 ※次のような休暇制度や勤務制度を導入することにより、柔軟な対応ができます。

- 時間単位の年次有給休暇
- 病気休暇
- 積立年次有給休暇
- 時差出勤
- 短時間勤務
- 治療サポート時間
- 試し出勤
- 在宅勤務(テレワーク)等

## III. 両立支援コーディネーター基礎研修

### 両立支援コーディネーターとは

労働者(患者)が治療と仕事を両立できるよう、それぞれの立場に応じた支援の実施および両立支援に関わる関係者(労働者(患者)、主治医、会社、産業医)との調整を行います。

労働者健康安全機構では、毎年、両立支援コーディネーターの養成を行っています。

その後の継続研修は、全国のさんぼセンターで行っています。

両立支援コーディネーター  
基礎研修



相談内容等について秘密は厳守します  
 まずは、さんぼセンターへご相談ください(無料)

独立行政法人労働者健康安全機構  
 徳島産業保健総合支援センター(さんぼセンター)  
 〒770-0847 徳島市幸町3丁目61 徳島県医師会館3F  
 TEL:088-656-0330 FAX:088-656-0550  
 URL <https://www.tokushimas.johas.go.jp>





徳島労働局 > 各種法令・制度・手続き > 事業者の皆様へ 「安全衛生自主点検表」を作成しました。

# 事業者の皆様へ

## 「安全衛生自主点検表」を作成しました。

企業において、職場の環境整備を進めていくことは、人材の確保、定着、育成につながることに、それぞれの労働者が活き活きと働くことで、一人一人の能力が十分に発揮でき、生産性向上につながるという、大きなメリットがあります。

つきましては、「安全衛生自主点検表」の各点検項目に沿って点検いただき、点検後の対応等にご活用ください。

### ●安全衛生自主点検表

ファイルをクリックすると、「安全衛生自主点検表(PDF)」がひらきます。表裏になっていますので、プリントアウトし、該当欄にご記入ください。



(安全衛生自主点検表 表)



(安全衛生自主点検表 裏)

### ●安全衛生自主表 点検事項

ファイルをクリックすると、「安全衛生自主点検表 点検事項 全8p (PDF)」がひらきます。各点検事項に従って点検してください。

- 各種法令・制度・手続き
  - 法改正のご案内
  - 労働基準・労働契約関係
  - 安全衛生関係
  - 労働保険関係
  - 雇用保険関係
  - 労災保険関係
  - 最低賃金・家内労働関係
  - 職業紹介関係
  - 労働者派遣事業関係
  - 雇用均等関係
  - 各種助成金制度
  - 有料無料職業紹介事業関係
  - 個別労働紛争解決制度
  - 情報公開制度
  - 法令・様式集
  - 教育訓練給付のご案内
  - 職業訓練関係

### ●安全衛生自主表 点検事項

ファイルをクリックすると、「安全衛生自主点検表 点検事項 全8p (PDF)」がひらきます。  
各点検事項に従って点検してください。



(安全衛生自主点検表 点検事項)

### ●参考資料

ファイルをクリックすると、「参考資料 全5p (PDF)」がひらきます。



(参考資料)

## 【点検方法】

「安全衛生自主点検表」の各点検項目に対応した「安全衛生自主点検表 点検事項」

https://jsite.mhlw.go.jp/tokushima-roudoukyoku/content/contents/001653451.pdf

- 教育訓練給付のご案内
- 職業訓練関係
- 公益通報者の保護
- 長時間・過重労働対策

- #### 所在地一覧
- ▶ 労働局
  - ▶ 労働基準監督署
  - ▶ ハローワーク

- #### お役立ち情報
- ▶ 法令・様式集
  - ▶ バンフレット・リーフレット
  - ▶ 調達・売払情報
  - ▶ 電子申請
  - ▶ 労働保険の年度更新

- #### 相談窓口
- ▶ 総合労働相談コーナー
  - ▶ ハローワーク求人ホットライン
  - ▶ 労働条件相談ホットライン
  - ▶ 確かめよう労働条件
  - ▶ スタートアップ労働条件

- #### お知らせ・ご案内



ご静聴ありがとうございました。

ご安全に！