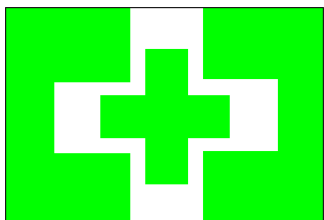


高年齢労働者等の 安全と健康の確保



株式会社 東芝 人事・総務部 総務企画室
安全保健グループ エキスパート 羽深 勝也



Microsoft
Word 97-2003 形式

開示許諾先

日本製紙連合会 安全衛生担当役職者会議（2020-10-2）

文書作成部門長

（株）東芝 人事・総務部 総務企画室 安全保健グループ グループ長

目 次

I. まえがき（災害の現状と背景&取り組み状況）

1. 日本の労働災害発生状況
2. 第13次労働災害防止計画・厚生労働省、東京労働局
3. 東芝グループの現状（災害発生状況&傾向）
4. 2020年度 東芝全社労働安全衛生推進計画（抜粋版）

II. 『エイジアクション100』のご紹介

1. 『エイジアクション100』の定義・構成
2. 『エイジアクション100』の特色①②
3. 『エイジアクション100』の活用方法
4. 『エイジアクション100』を活用した職場改善の流れとチェックリスト

III. 『エイジアクション100』の具体的な点検・活用事例

1. 現状の把握とチェックの実施（管理者等へヒヤリング、作成・記入例）
2. 展開の具体例・A事業所①溶接部門②関係会社③組立部門
3. 今後の展開事例・B事業所と東芝Grの健康管理施策 他

IV. あとがき（まとめに代えて）

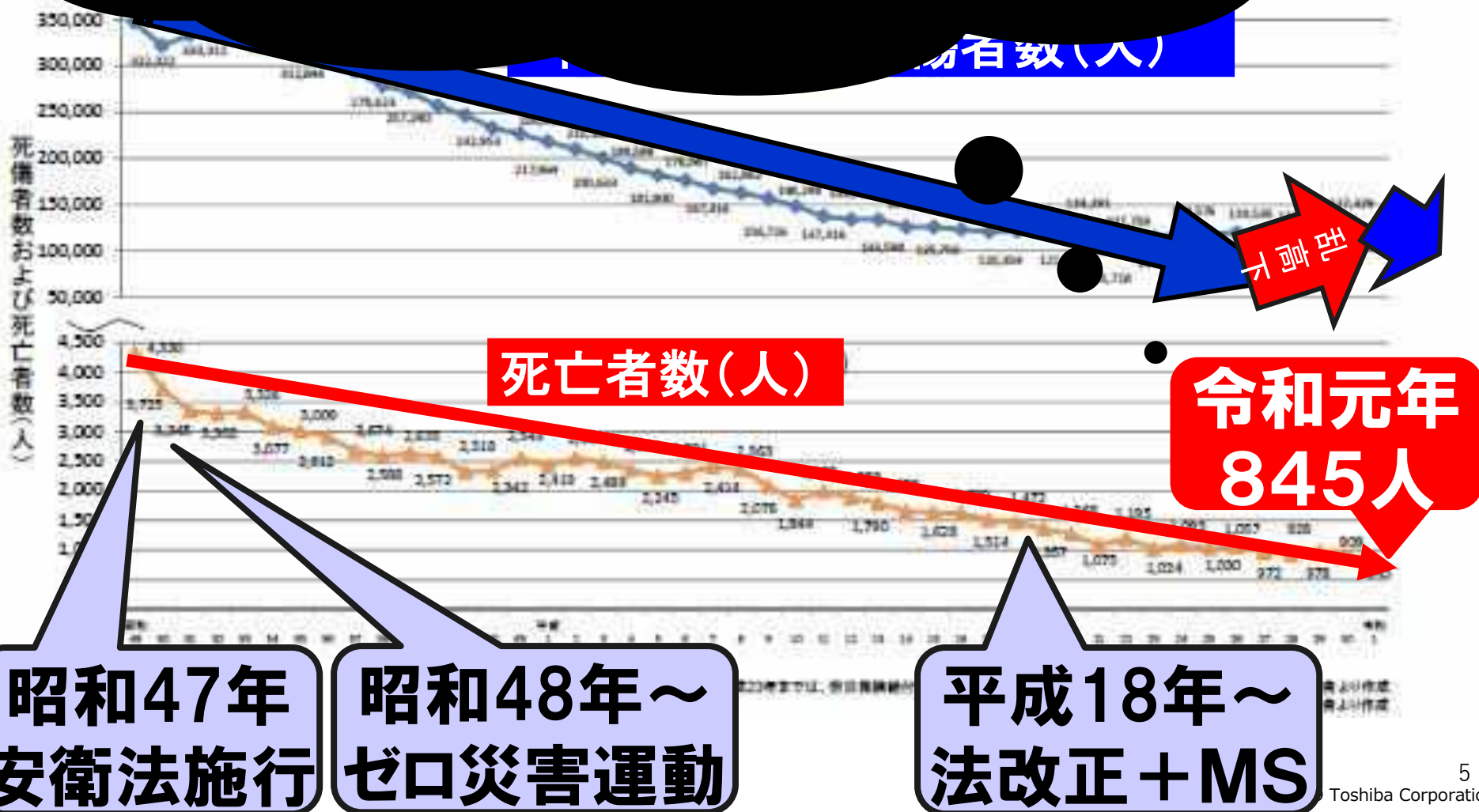
- ・人間尊重・安全健康配慮義務・エイジ・マネジメント・みんなの理想

I .まえがき

(災害の現状と背景 & 取り組み状況)

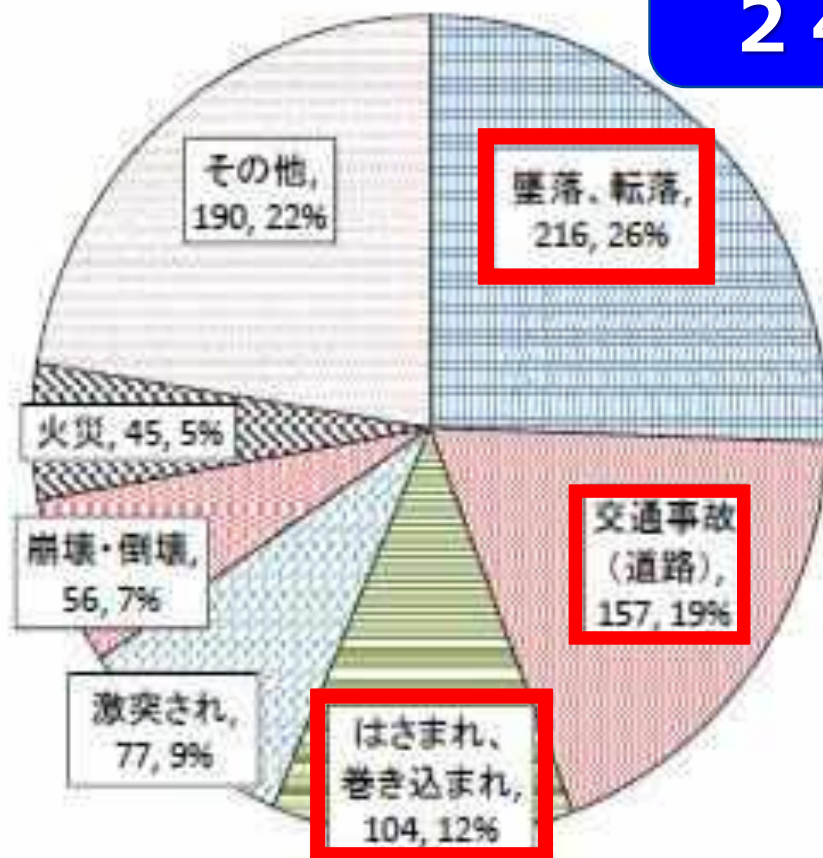
1. 日本の労働災害発生状況

毎年、何度も法律を改正し、強化・指導し、
これだけ、各企業で安全管理を徹底しても、未だに、
毎年、1,000人近くの方が亡くなっている現実があり、
「死亡災害ゼロ」には、程遠い・・・。



死亡災害

845人(前年比▲7.0%)

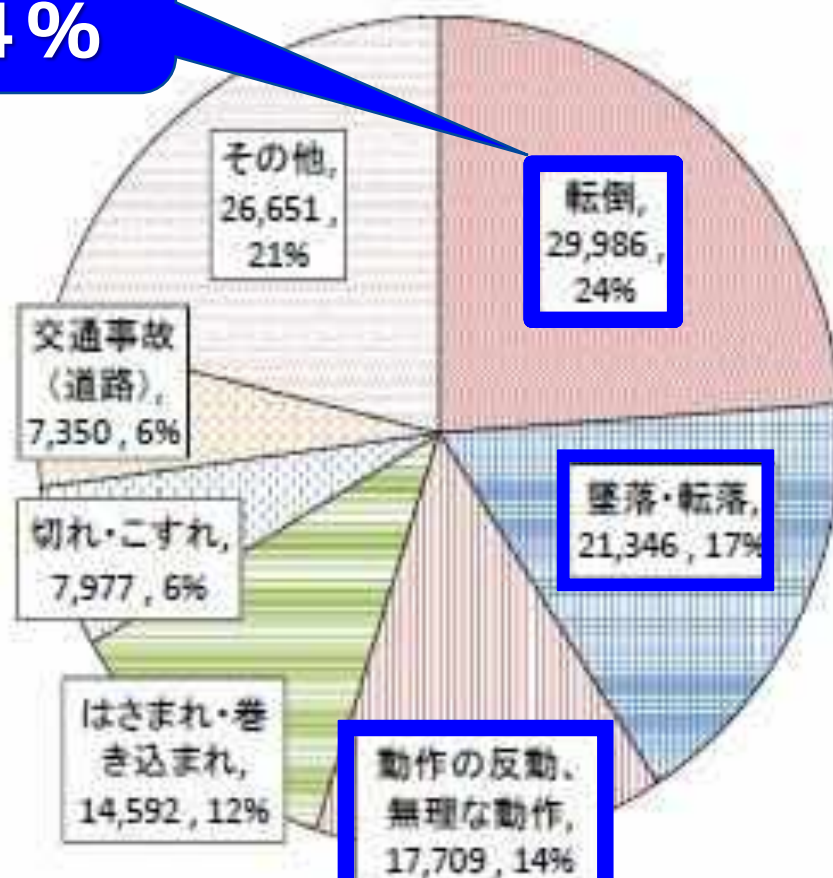


出典：死亡災害報告

休業4日以上之死傷災害

125,611人(前年比▲1.3%)

転倒災害
24%



出典：労働者死傷病報告

平成31年/令和元年 業種別労働災害発生状況（確定値）

※ 平成31年1月1日から令和元年12月31日までに発生した労働災害について、令和2年4月7日までに報告があったものを集計したもの

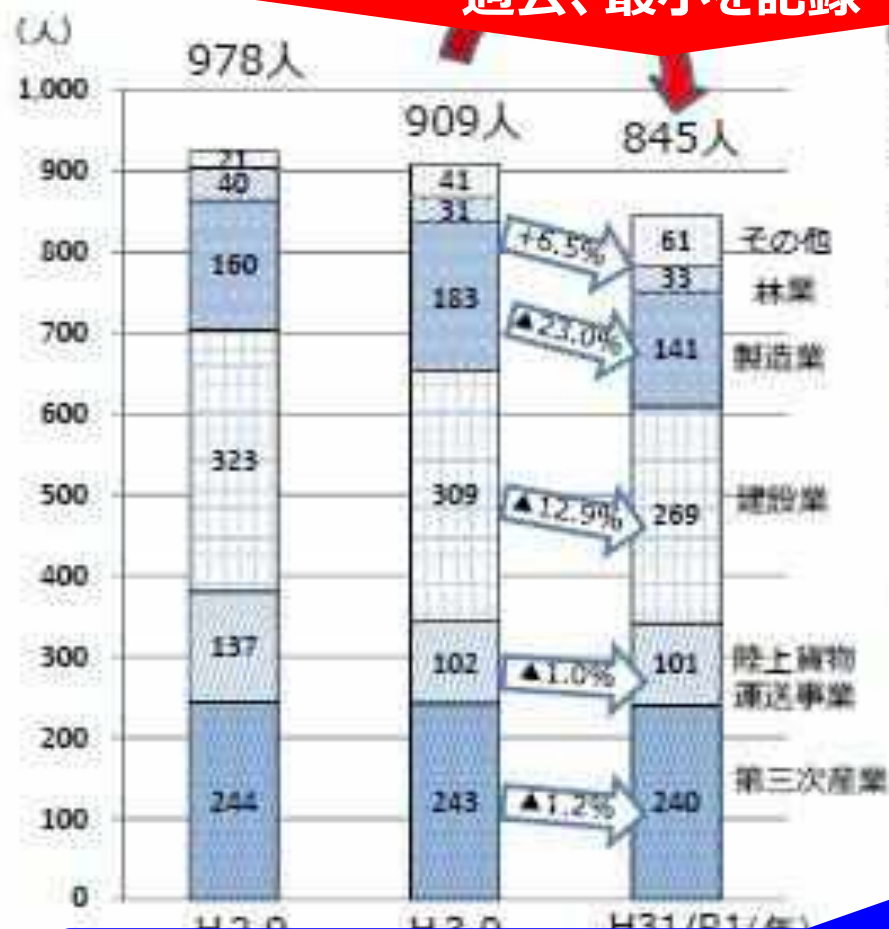
死亡災害

休業4日以上の死傷災害

▲64人(▲7.0%)

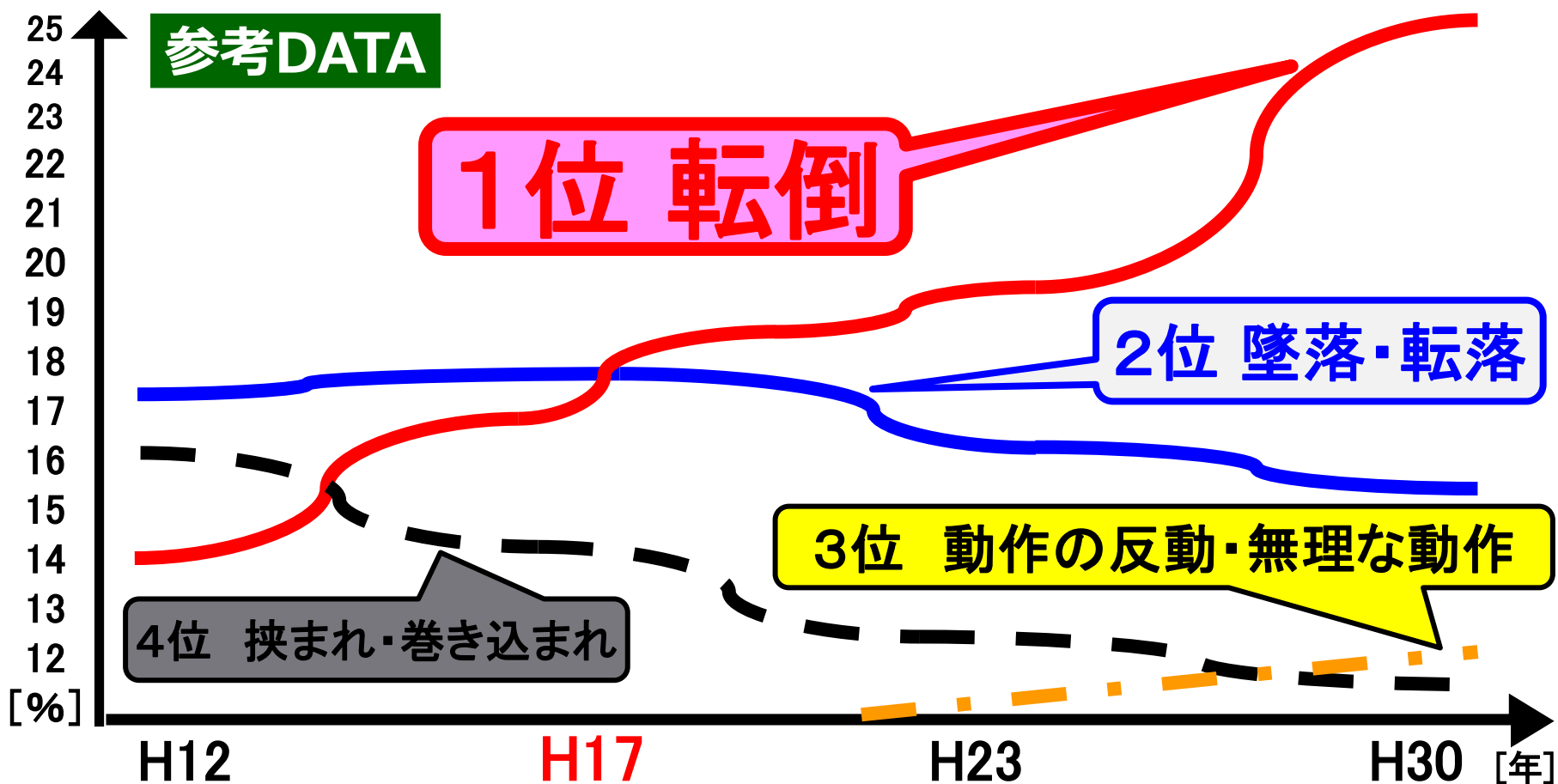
▲1,718人(▲1.3%)

過去、最小を記録



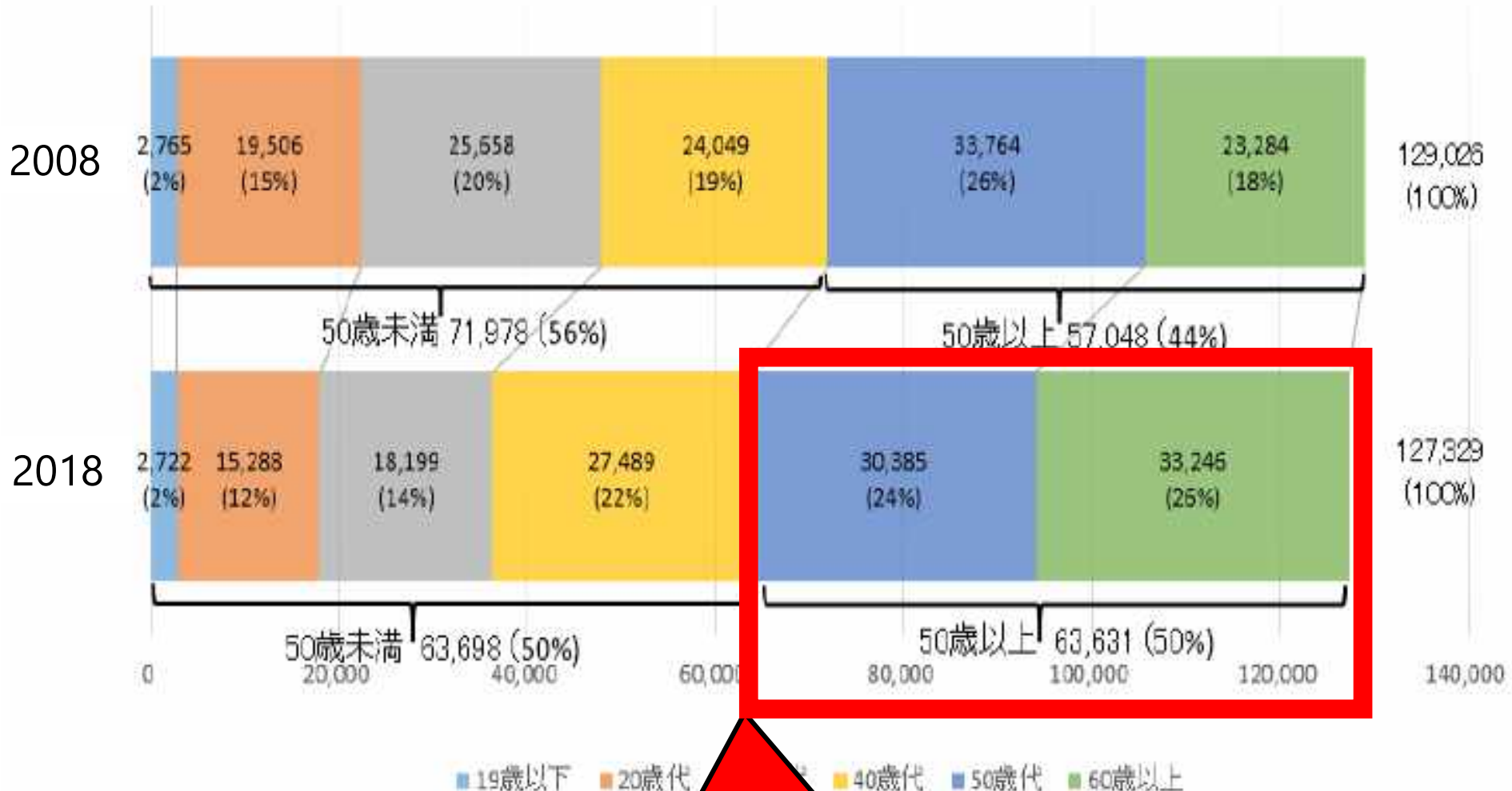
第三次産業は、休業災害が、増加傾向!

事故の型別の死傷災害の発生件数の推移



過去20年以上にわたり、年間の死亡災害数と死傷者数は、年々、減少傾向にあり、H27年、死亡者数は972人となり始めて1,000人を切った。
型別の構成割合では、H2年まで挟まれ・巻き込まれが、トップで、H3年からは、墜落・転落に入れ替わり、H17年以降は、転倒がトップの1位。

高年齢労働者の労働災害の占める割合



(資料出所)「労働者死傷病報告」(厚生労働省)

50才以上が全体の半数を占める!!

H30年 主な労働災害と被災者の性別・年齢の関係

	～19歳		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60歳～		合計	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
転倒	154	104	1,066	706	1,931	990	2,931	2,415	3,436	5,781	4,367	8,209	13,808	18,305
運搬・搬移	186	85	1,460	354	2,379	383	4,210	798	4,232	1,190	4,731	1,276	17,187	4,034
動作の反動・無 意な動作	129	80	1,400	981	2,968	1,147	2,378	1,988	1,977	2,021	1,481	1,908	9,412	7,048

労働者死傷病報告



・H30年の死傷病災害の『転倒災害』は、全ての産業で前年を上回り、特に、60才以上の女性が25.7%を占める

(単位: 人)

転倒災害被災者の性別・年齢別比較

年齢別にみた労働災害発生件数の現状

参考資料

1. 『災害発生件数』

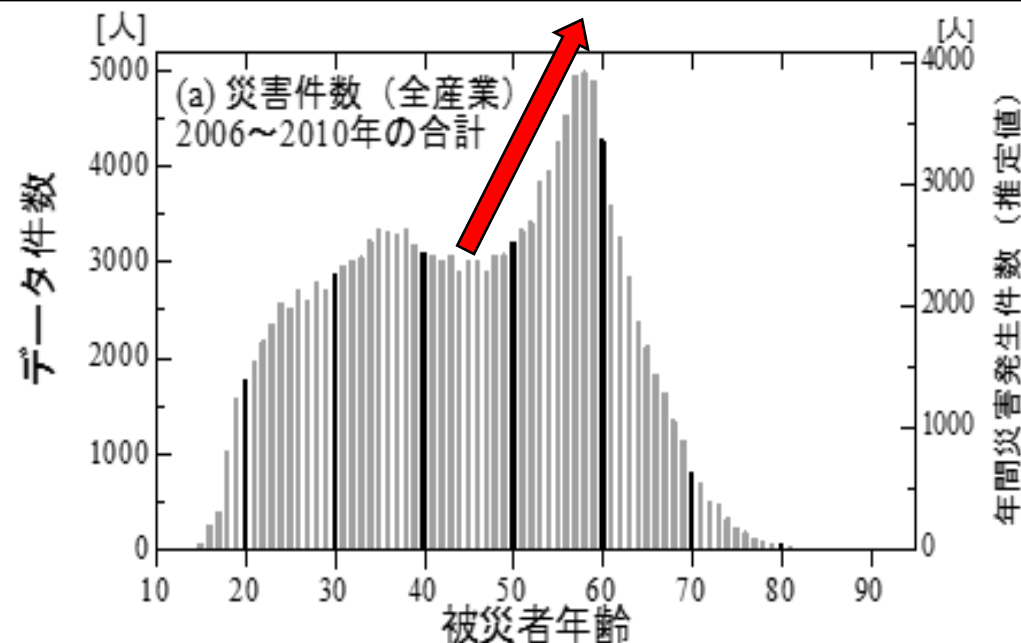
①中高年齢者である

45歳から一歳ずつ、

確実に増加している。

加齢に伴う運動機能の

低下か？

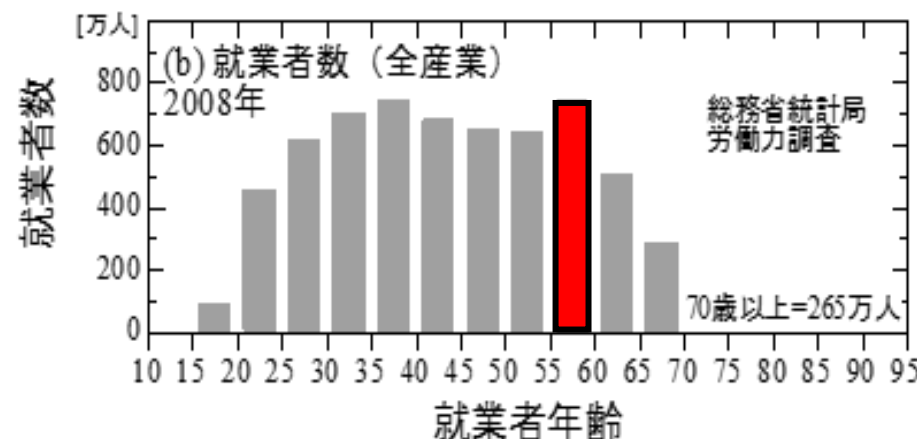


②高年齢者である

55～60歳台は、

他の年齢層より、

比較的多く発生している。



R元年 日本全国労働災害死傷者数

・ 死亡者数 :

8 4 5 人

(前年 : 9 0 8 人)

※建設業・製造業・陸上貨物運送業で **約 6 0 %**

イギリス ?

(2 6 9 + 1 4 1 + 1 0 1 = 5 1 1 人)

前年比 -14 + 2 3 - 2 5 【過去最高、S 3 6 年 6, 7 1 2 人】

・ 休業1日以上死傷者数 : 1 2 5 6 1 1

ご参考 : 日本総人口 : 126,317,168人 (2019/1/1・確定値)
15~64歳総人口 : 75,860,000人 (2019/1/1・確定値)

イギリスの労働災害の実態は？



□ イギリス安全衛生庁長官コメント □ (2016)

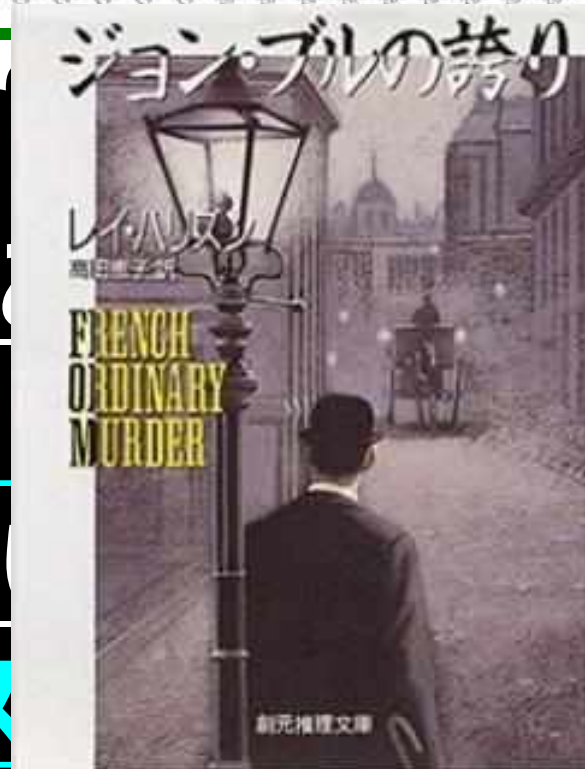
・「労働安全衛生に」

より強力に、より合理的に

より粘り強く (ガンコに)

災害発生防止に取り組んで

社会・国、これがイギリス



世界各国から乗船した豪華客船が、『沈没寸前』です。
乗客全員が乗れる救命ボートが足りません。船長である
あなたは、何と言って各国の男性を海へ飛び込ませる？

- アメリカ人：『飛び込めば、あなたが**ヒーロー**になれるよ』
- ロシア人：『海に美味しい**ウォッカ**のビンが、流れているよ』
- イタリア人：『海に絶世の**美女**が、泳いでいるよ』
- イギリス人：『紳士はこうゆう時にこそ海に飛び込むものです』
- フランス人：『決して、海には**飛び込まない**で下さい』
- ドイツ人：『**規則**ですので、海に飛び込んで下さい』
- 日本人：『**皆さん**はもう、飛び込みましたよ』
- 中国人：『美味しい**食材**（魚）が泳いでいますよ』
- 韓国人：『**日本人はもう**、飛び込みましたよ』
- 北朝鮮人：『今ですよ、**亡命のチャンス**は』
- 開西人：『**阪神が優勝**しました』



イギリス発祥の『ラグビー・スピリッツ』



▲ラグビーの起源は、1823年、**イングランドのラグビー校**でのフットボールの試合中にエリス少年が、突然ボールを抱えて相手のゴールに突進した。これが、

①**レフリー絶対**：ラグビーは一種の格闘技。選手がエキサイトしやすい球技だからこそ、高いフェア・プレー精神を要求される「紳士のスポーツ」である。ジャッジをする一人のレフリーは、絶対で、ゲームをしている30名全員が、1人のレフリーのジャッジに従う。但し、誤審の場合は両Cに誤る。

②**ノーサイドの精神**：数あるスポーツの中で、ラグビーのみ試合終了を「ノーサイド」と言う。試合が終了すると、敵味方の別無く、お互いのフェア・プレーを讃え合う。

2. 第13次労働災害防止計画 (厚生労働省・東京労働局)

2. 第13次労働災害防止計画(厚生労働省)

計画の目標

計画期間:2018年4月1日~2023年3月31日

全体

死亡災害:15%以上減少

死傷災害:5%以上減少

業種別

建設業、製造業、林業 : 死亡災害を15%以上減少

陸上貨物運送事業、小売業、社会福祉施設、飲食店 : 死傷災害を死傷年千人率で5%以上減少

その他目標

- 仕事上の不安・悩み・ストレスについて、職場に事業場外資源を含めた相談先がある労働者の割合を80%以上(56.6%:2016年)
- メンタルヘルス対策に取り組んでいる事業場の割合を80%以上(56.6%:2016年)
- ストレスチェック結果を集団分析し、その結果を活用した事業場の割合を60%以上(37.1%:2016年)
- 化学品の分類及び表示に関する世界調和システム(GHS)による分類の結果、危険有害性表示を60.0%、 SDS交付51.6%:2016年)
- 第三次産業及び陸上貨物運送事業の腰痛による死傷者数を2013年から2017年までの5年間で5%以上減少
- 職場での熱中症による死亡者数を2013年から2017年までの5年間で5%以上減少

就業構造の変化
働き方の多様化

8つの重点事項

- (1) 死亡災害の撲滅を目指した対策の推進
- (2) 過労死等の防止等の労働者の健康確保
- (3) 就業構造の変化及び働き方の多様化に対応した対策の推進
- (4) 疾病を抱える労働者の健康確保対策の推進
- (5) 化学物質等による健康障害防止対策の推進
- (6) 企業・業界単位での安全衛生の取組の強化
- (7) 安全衛生管理組織の強化及び人材育成の推進
- (8) 国民全体の安全・健康意識の高揚等

重点事項ごとの具体的取組

(1) 死亡災害の撲滅を目指した対策の推進

- 建設業における墜落・転落災害等の防止
- 製造業における施設、設備、機械等に起因する災害等の防止
- 林業における伐木等作業の安全対策 等

(2) 過労死等の防止等の労働者の健康確保対策の推進

- 労働者の健康確保対策の強化
- 過重労働による健康障害防止対策の推進
- 職場におけるメンタルヘルス対策等の推進

(3) 就業構造の変化及び働き方の多様化に対応した対策の推進

- 災害の件数が増加傾向にある又は減少がみられない業種等への対応
- 高年齢労働者、非正規雇用労働者、外国人労働者及び障害者である労働者の労働災害の防止 等

(4) 疾病を抱える労働者の健康確保対策の推進

- 企業における健康確保対策の推進、企業と医療機関の連携の促進
- 疾病を抱える労働者を支援する仕組みづくり 等

就業構造変化
働き方の多様化

高年齢労働者 等

後 略

2. 第13次 東京労働局労働災害防止計画

前 略

4. 計画の重点事項

(1) 死亡災害の撲滅をはじめとする労働災害防止対策の推進

ア. 建設業対策 . . .

中 略

ケ.高年齢労働者・非正規労働者・外国人労働者 及び障がい者である労働者の労働災害の防止

・ 高年齢労働者は、『転倒』や『動作の反動・無理な動作』
といった主に労働者一人ひとりの作業行動に起因して発生
する、所謂、行動災害に被災する割合が高いことから、局
署が実施する安全衛生大会等を通じて、身体機能の低下
を自覚できるような機会の設定、加齢による身体機能の低下
を防ぐための運動の普及を図る。 他

3. 東芝グループの現状

（災害発生状況&傾向）

〔国内連結：約150社・約90,000名〕

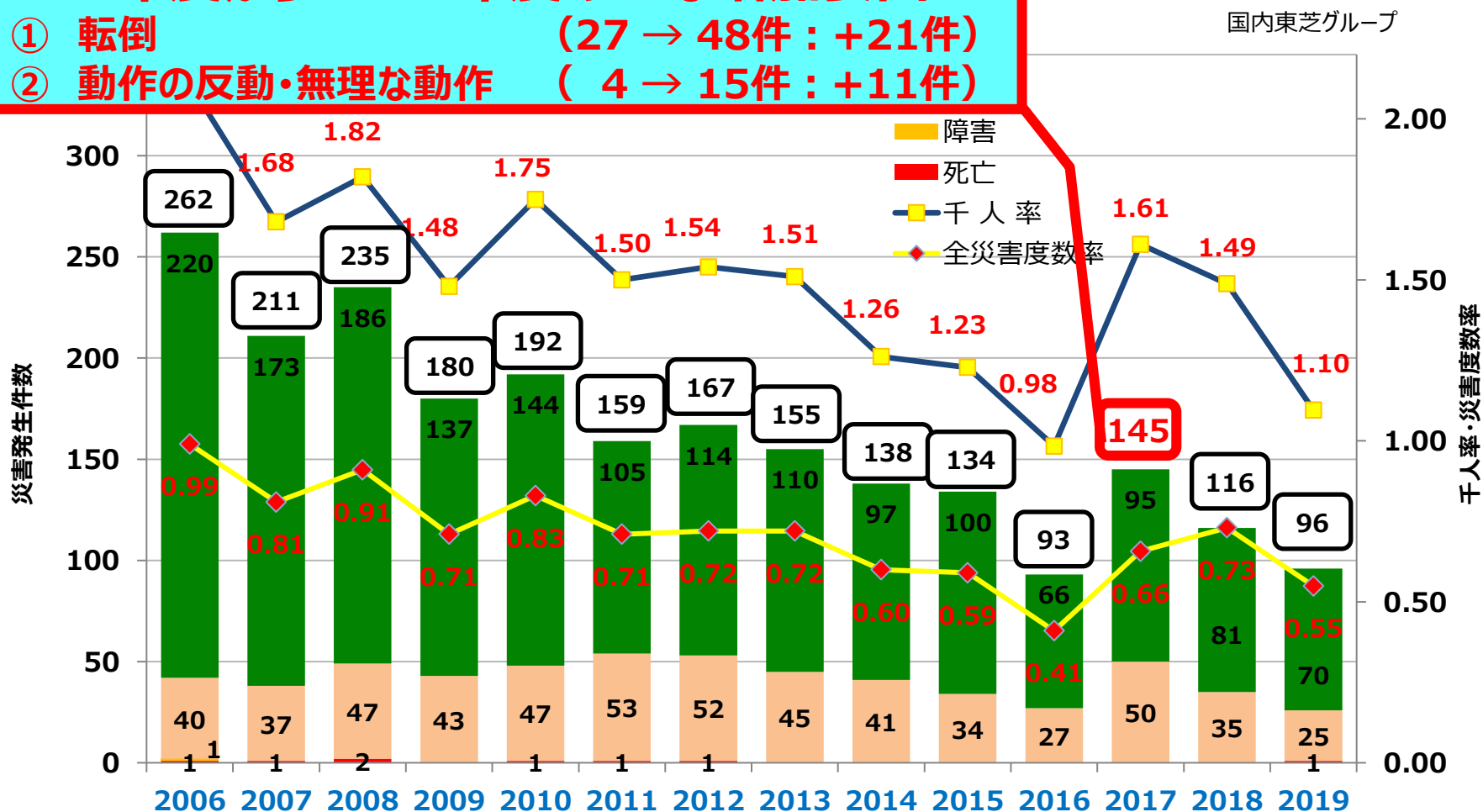
- ①.業務上災害発生件数推移（国内連結）
- ②.2016～2017年度の労災・転倒災害の分析
- ③.2017年度 転倒災害における年齢分布
- ④.業務上災害 型別推移（国内連結）
- ⑤.2020年度東芝全社労働安全衛生推進計画
- ⑥.『転倒災害防止活動』の推進

①2006～2019年度 東芝グループ業務上災害発生状況

2019年度は、96件で前年度(116件)比 17%減少するも、死亡災害が1件発生

2016年度から2017年度の主な増加要因

- ① 転倒 (27 → 48件 : +21件)
- ② 動作の反動・無理な動作 (4 → 15件 : +11件)



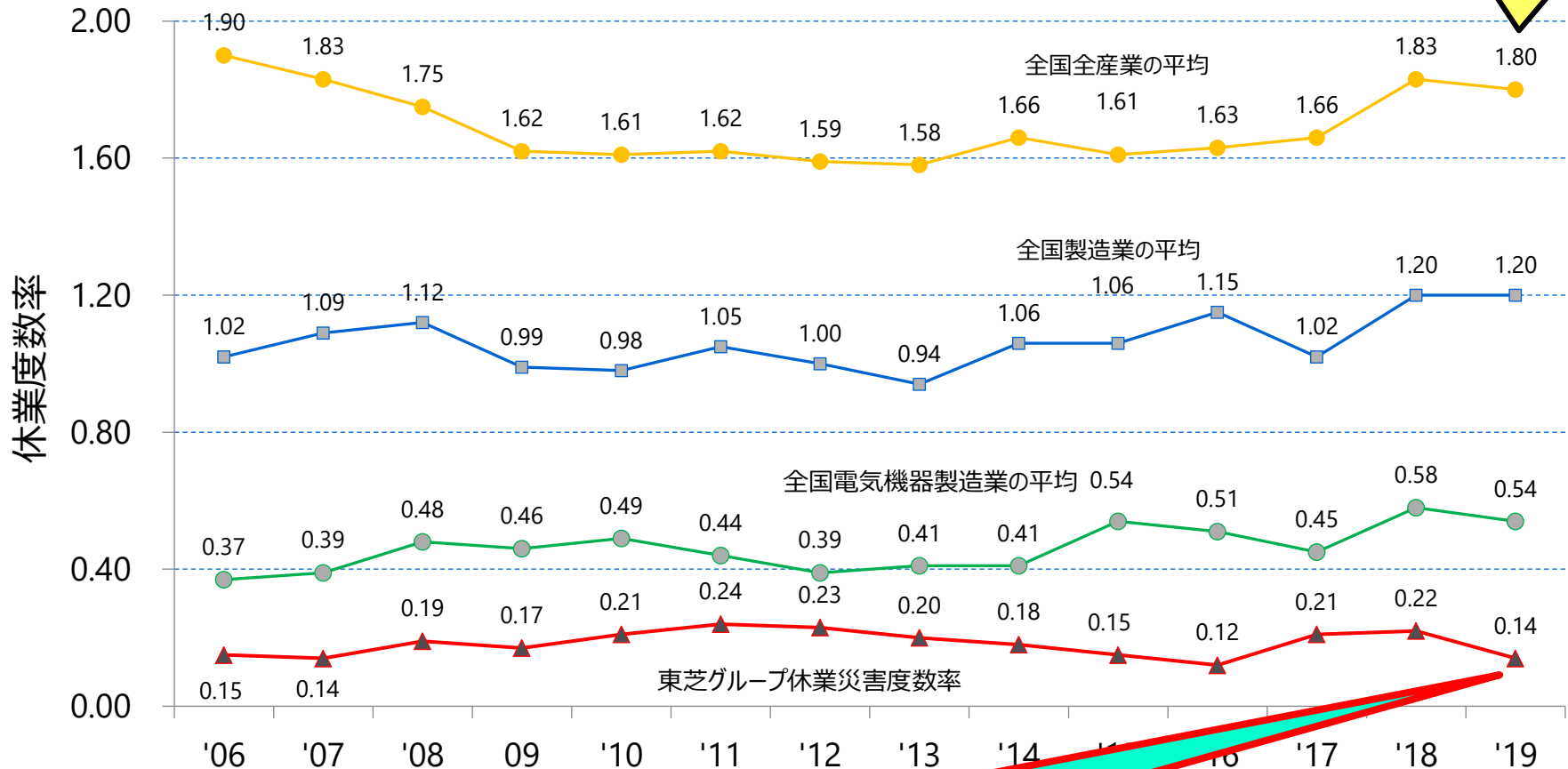
東芝グループでの労災発生状況の全国平均との比較

全国全産業／製造業／電気機械器具製造業／東芝グループの休業度数率は、いずれも前年比で減少

全国全産業の平均

※休業度数率（100万時間当たりの休業1日以上業務上災害死傷者数）

※全国データは厚生労働省発表の災害統計資料より引用

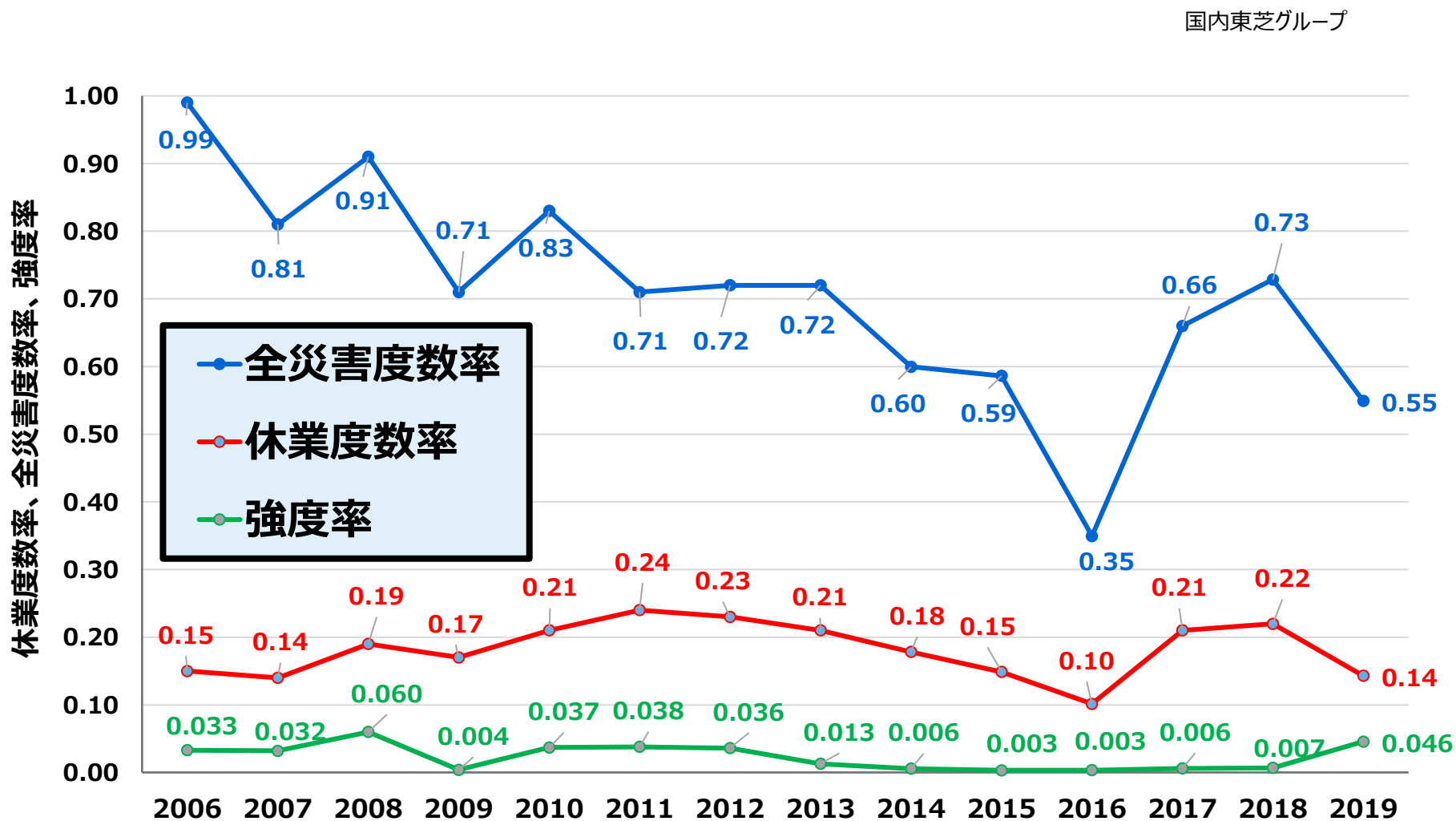


ご参考

東芝及び東芝の国内連結会社

2006年度～2019年度 東芝グループ業務上災害発生指標

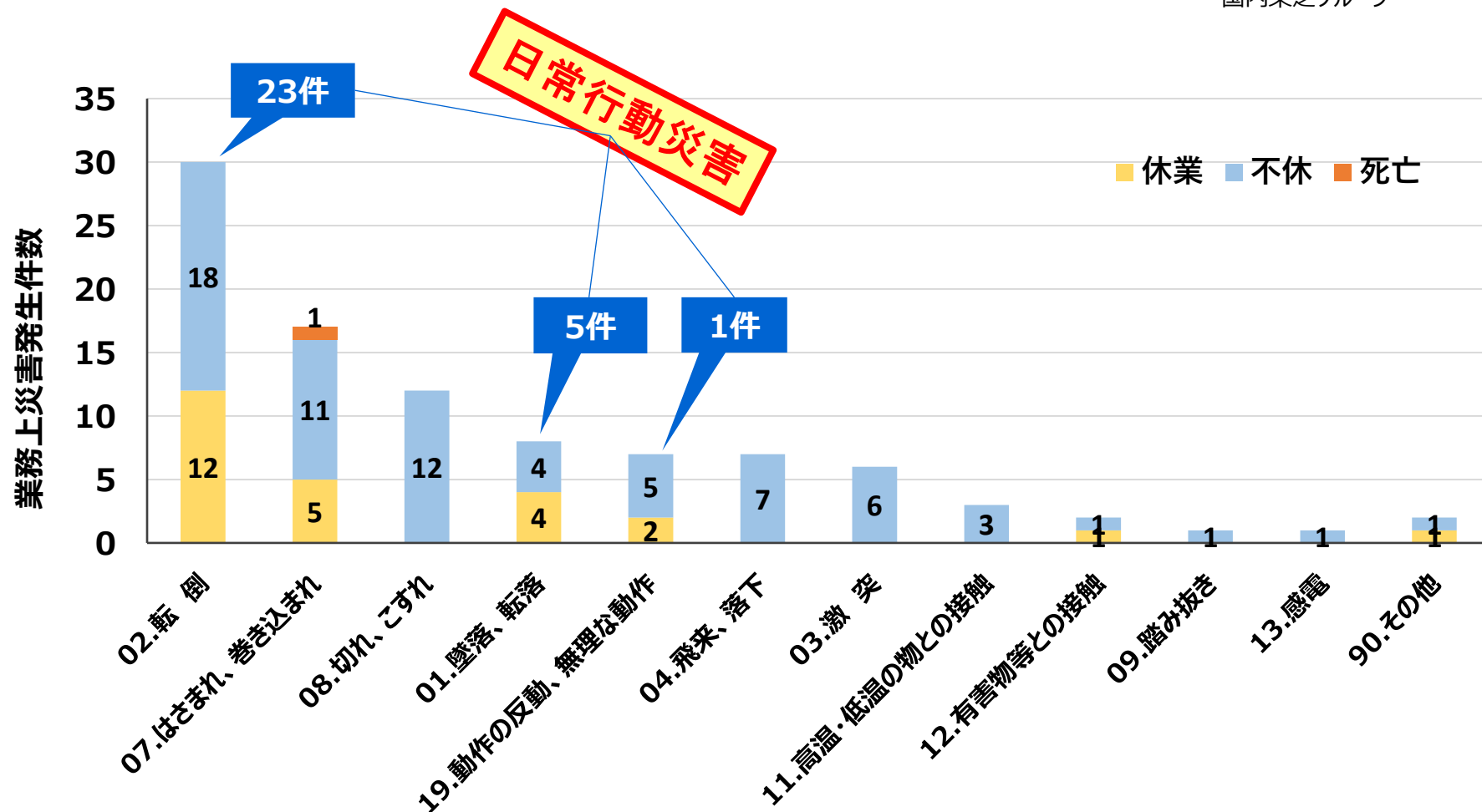
休業度数率、強度率は横ばい状況が続く



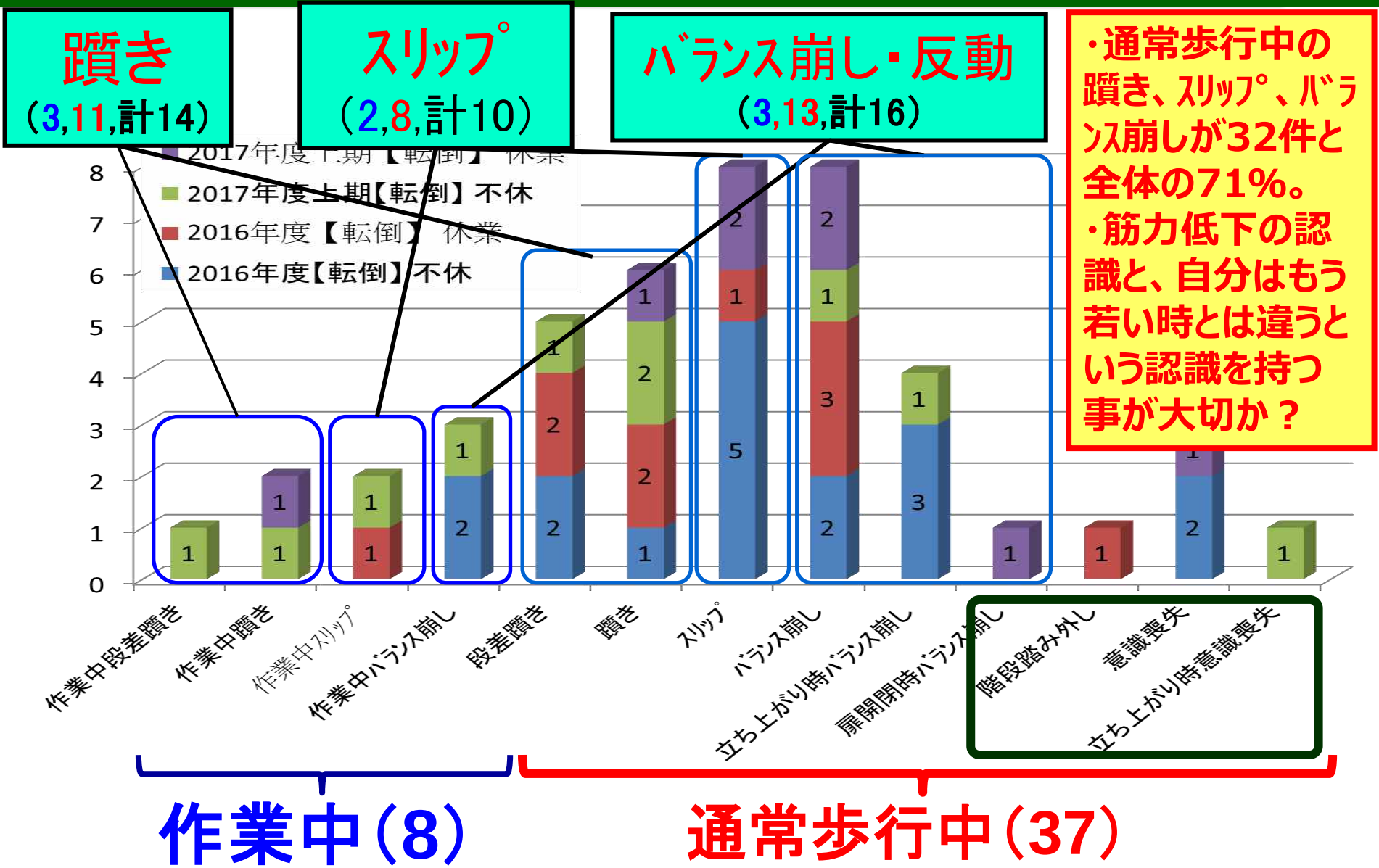
2019年度 業務上災害『型別』発生状況

『転倒』:30件、『はさまれ、巻き込まれ』:17件、『切れ、こすれ』:12件、『墜落、転落』:8件、
また全災害96件中29件（30%）が歩行中転倒や階段からの転落などの日常行動災害

国内東芝グループ



②.2016～2017年度の労災・転倒災害の分析



③.2017年度 転倒災害における年齢分布

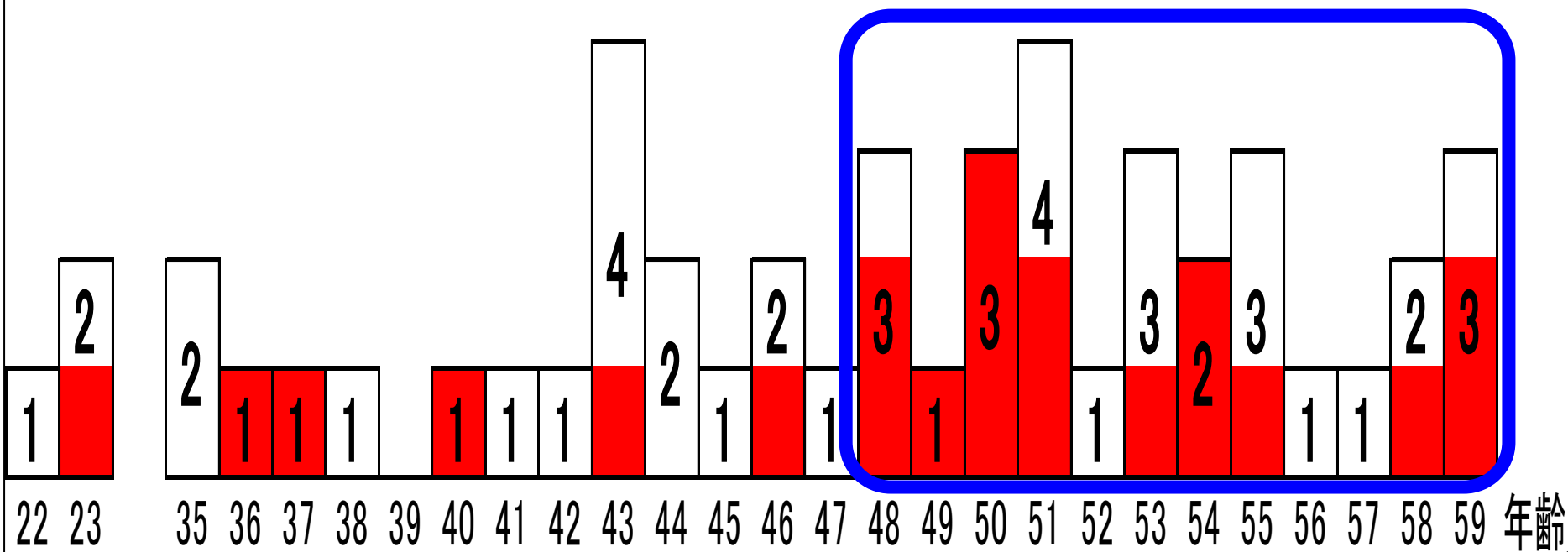
転倒災害48件中、12件は1月の路面凍結等による転倒災害。バランスが取れない高齢者に多発した。

不休
休業

転倒災害の
10%が30代

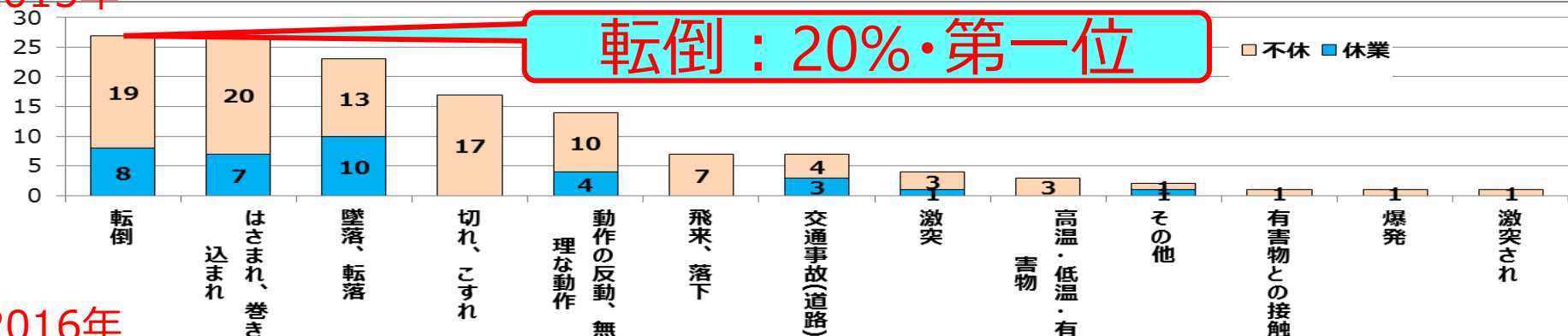
転倒災害の35%が40代

転倒災害の50%が50代
そのうち50%が休業災害



④.業務上災害 型別推移 (国内連結)

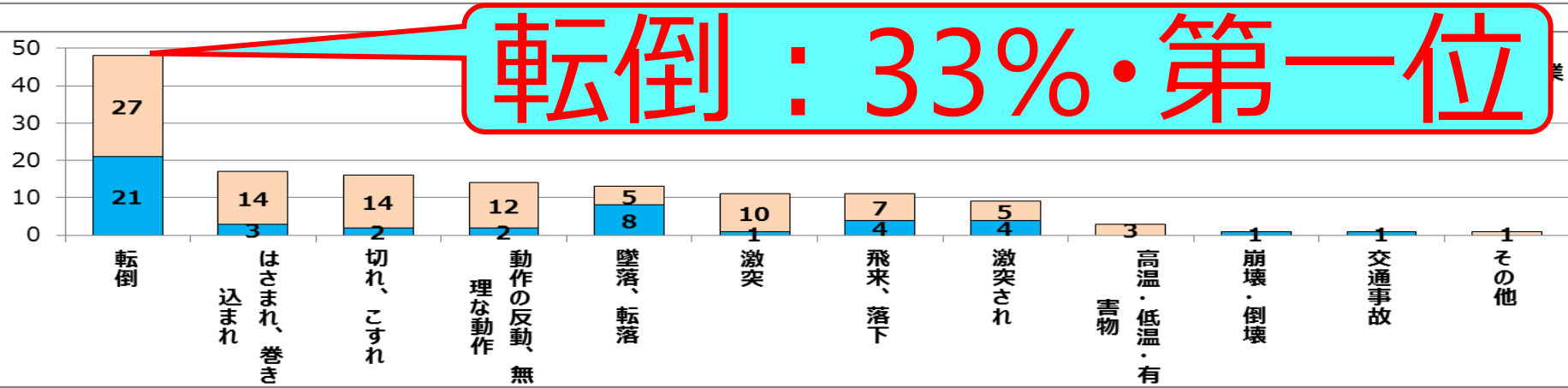
2015年



2016年



2017年



⑤.2020年度東芝全社労働安全衛生推進計画

1. 目標項目

【安全】重大な災害の防止

2. 全社安全健康目標（重点実施事項）

【安全基本行動再徹底による災害防止】

3. 具体的実施事項

①日常行動における、転倒・転落災害等の防止策
の実施、経験の浅い者等への基本徹底。

②加齢などによる身体影響を考慮した、健康面
からの施策展開（安全・健康共通テーマ）

⑥.「転倒災害防止活動」の推進

A. 東芝Grの『転倒災害要因分析』

- ① 不安全状態・行動、各種活動を『特性要因図』により分析
(2010～2014年度(5年分)・労働災害合計:811件
転倒・動作の反動・無理な動作 ⇒ 約120件を分析)

B. 不安全状態・不安全行動の点検

- ① 環境・設備面の「通路・床」の転倒リスクの評価・改善
- ② 環境・設備面の「階段」の転倒リスクの評価・改善
- ③ 作業者の「行動面・履物」等の転倒リスクの評価・改善
- ④ 作業者の「健康管理面」の評価・改善

「転倒災害防止」の基礎知識

事故の型分類および起因物分類表

★事故の型分類

事故の型とは、傷病を受ける元となった起因物が関係した現象をいう。

☆ 転 倒

人がほぼ同一平面上でころぶ場合をいい、つまずきまたはすべりにより倒れた場合をいう。車輻系機械などとともに転倒した場合を含む。但し、交通事故は除く。また、感電して倒れた場合には感電に分類する。

1. 転倒リスク要因の分類

参考資料

一般的な分類では

内的要因

運動機能低下
視覚機能低下
身体・精神的疾患
服薬状況
その他

外的要因

床面摩擦
凹凸・段差
手すり、照明
通路幅など

社会・管理的要因

整理・整頓、
焦り・規則違反
職場風土など

傷害増幅要因

身体強度・耐性
回避能力（敏捷性）
骨強度
内臓耐性など

すべり

転倒災害発生

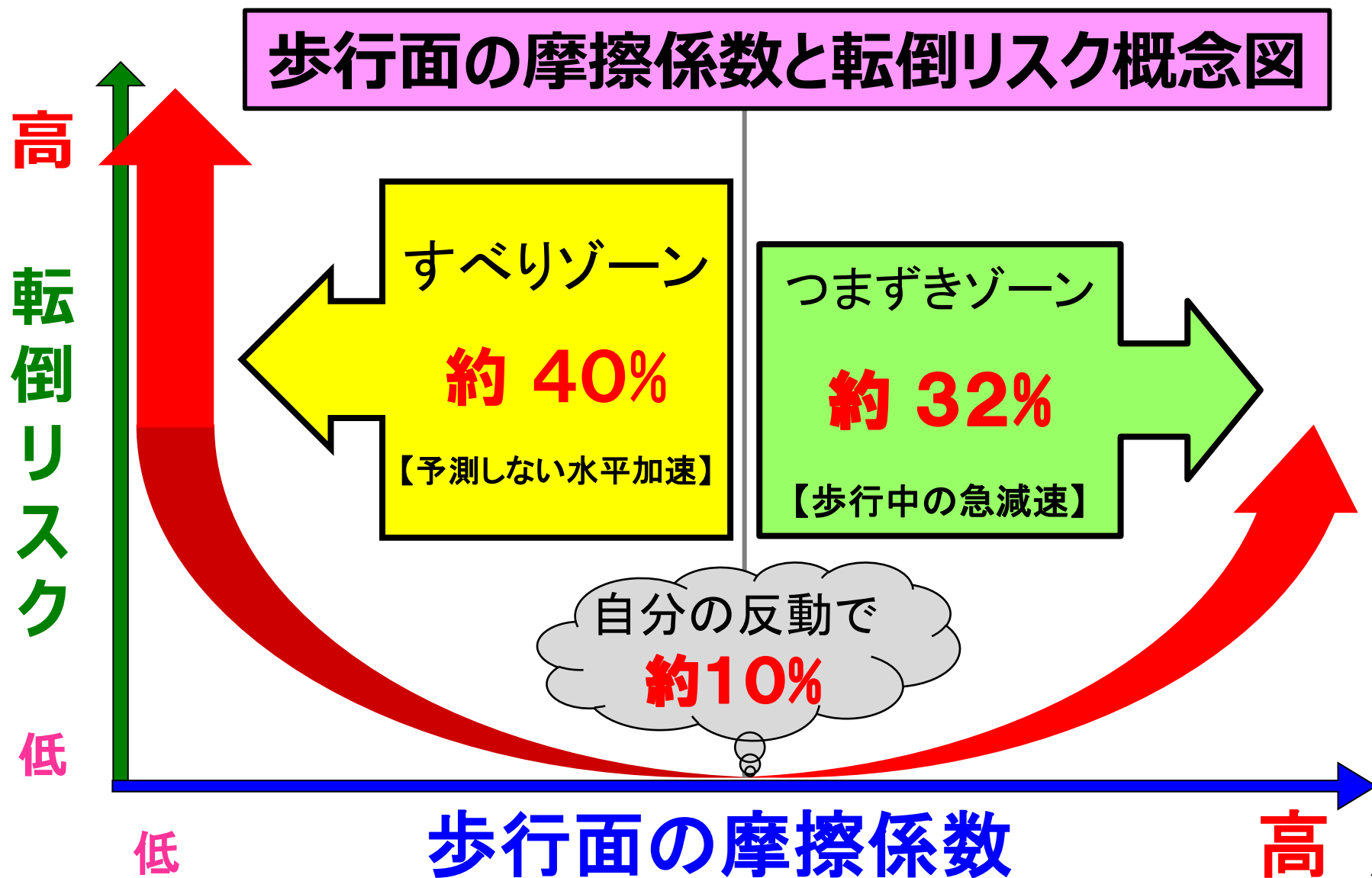
踏み外し

つまずき

2. 転倒パターンの割合

参考資料

(永田 久雄:「歩行面の摩擦係数と転倒リスク概念図」より)



3. 転倒のパターン別分類

参考資料

(永田 久雄 : 「床面・階段での転びパターンの類別」より)

転倒災害は、
通路・床面・作
業床等ですべっ
たり、段差・突
起物・配管・床
置き物等につ
まづいたり、
差で足を踏み
外したりするこ
とで発生している。

[労働災害分類の手引き (中災防)]

様態	前方	後方	側方
棒状型			
尻餅型			
浮き上がり型			
回転型			

あっ!

転倒の衝撃

棒状・後方型の場合、
すべってから転倒まで
時間はおよそ0.83秒
頭部への衝撃速度は、
およそ、**23km/h !!**

4. 頭部外傷の基礎知識

参考資料

交通事故死亡より多い、転倒・転落による死亡事故

MSDマニュアル 家庭版 頭部外傷の基礎知識



Adobe Acrobat
Document

(一般生活の事故含む)

・重症

意識消失（短・長時間）・眠気・錯乱・興奮・吐き気を伴う**痙攣**等。
頭蓋骨の骨折があると**透明な液や血液が鼻や耳から出る**場合有り。
脳の損傷等による**平衡感覚・思考能力・運動機能の障害**が現れる。

・軽傷

頭にコブなどができたり、頭皮が切れると**大量に出血する**場合がある。
頭痛、目が回りふらつき、**軽い錯乱**や吐き気を生じる場合がある。
脳震盪、意識の消失・軽度の錯乱・頭痛・めまい・健忘症等がある。

「STOP！転倒災害プロジェクト」
～あせらない 急ぐ時ほど落ち着いて～

状態面

通路・階段

天候

履物

障害物

照度

花粉

凍結

トウスプリング

躓き

構造

強風

台風

負担軽減

規格

滑り

昇降ルール

多湿

豪雨

クッション製

耐久性

2S・5S

滑り止め

高温

豪雪

耐滑性

環境に整合

3区分

手摺り

猛暑

厳寒

安全靴

足との一体感

日常

A ①.東芝Gr『転倒災害要因分析 2010～2014年度(5年度分)』

災害

行動面

心身機能低下

危険行為

安定姿勢

猫背

股関節

視野・視力

一段飛ばし

体調不良

巻肩

ストレッチ

ポケハン

走行

すり足歩き

体重移動

加齢現象

意識低下

忘却

パニック

目線

歩幅

バランス機能

場面行動

無知

参考資料

体調・姿勢

加齢・柔軟性

行動・経験

⑥.「転倒災害防止活動」の推進

A. 東芝Grの『転倒災害要因分析』

- ① 不安全状態・行動、各種活動を『特性要因図』により分析
(2010～2014年度(5年分)・労働災害合計:811件
転倒・動作の反動・無理な動作 ⇒ 約120件を分析)

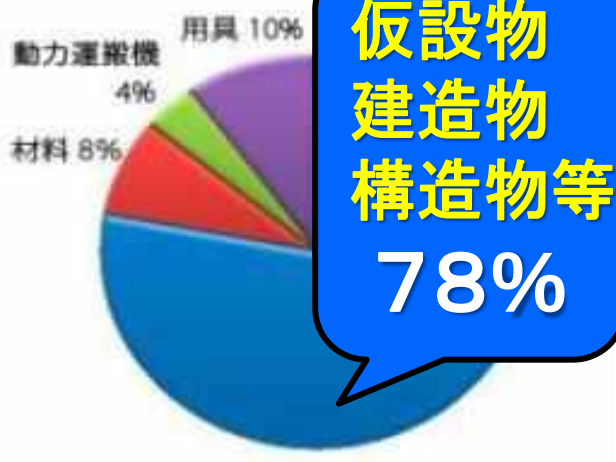
B. 不安全状態・不安全行動の点検

- ① 環境・設備面の「通路・床」の転倒リスクの評価・改善
- ② 環境・設備面の「階段」の転倒リスクの評価・改善
- ③ 作業者の「行動面・履物」等の転倒リスクの評価・改善
- ④ 作業者の「健康管理面」の評価・改善

B.①環境・設備面の「通路・床」の転倒リスクの評価・改善



起因物別



No.	床面転倒リスクの評価	改善方法等	例
1	3 区分管理・2 S 等が推進・徹底されているか？	表示・見える化の徹底と改善	○
2	通路や床に不要な建設物や物が有りませんか？	R A や 2 S パトロールにて改善	×
3	通路や床に水・氷・油・粉類等有りませんか？	2 S パトや清掃・養生で改善	○
4	通路や床に段差や突起・窪み等有りませんか？	養生・使用禁止、補修工事	×
5	通路や床材に滑りやつまずく個所等有りませんか？	R A による計画的な改善等	○
6	通路や床面の照度は安全歩行ができますか？	R A による計画的な改善等	×

通路の確保：通行の用途以外は厳禁

(屋内に設ける通路)

(5) 通路のうち、屋内に設ける通路は、次の要件に適合したものとすること。

イ。通路の幅は、通路の使用方法に対して十分な広さであること。

ロ。通路面は、つまずき、すべり、踏抜き等の危険がないこと。

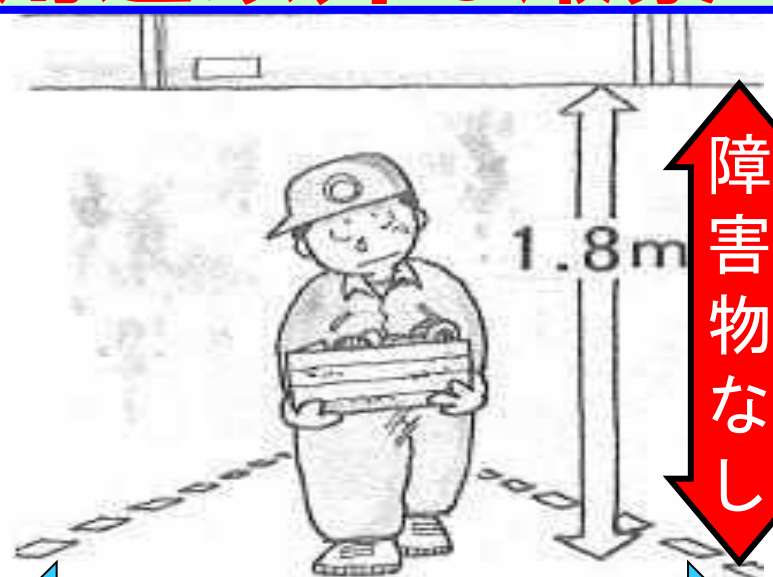
ハ。通路面から、高さ1.8 m以内の範囲には障害物がないこと。

(安衛則 542 条)

(機械間等の通路)

(6) 機械と機械の間、あるいは、機械と他の設備との間にある通路は、幅を、内法で最低 80 cm 以上とすること。

(安衛則 543 条)



内法80cm以上を確保

古賀鐵也：絵で見て学ぶ法令集「安全基準ガイドブック」より

3 作業場の出入口等

避難時の安全な出・入り口の確保

(1) 危険物等を製造、または取り扱いをする作業場には、非常の場合の安全な出入口を2カ所以上確保すること。

(安衛則 546 条 1 項)

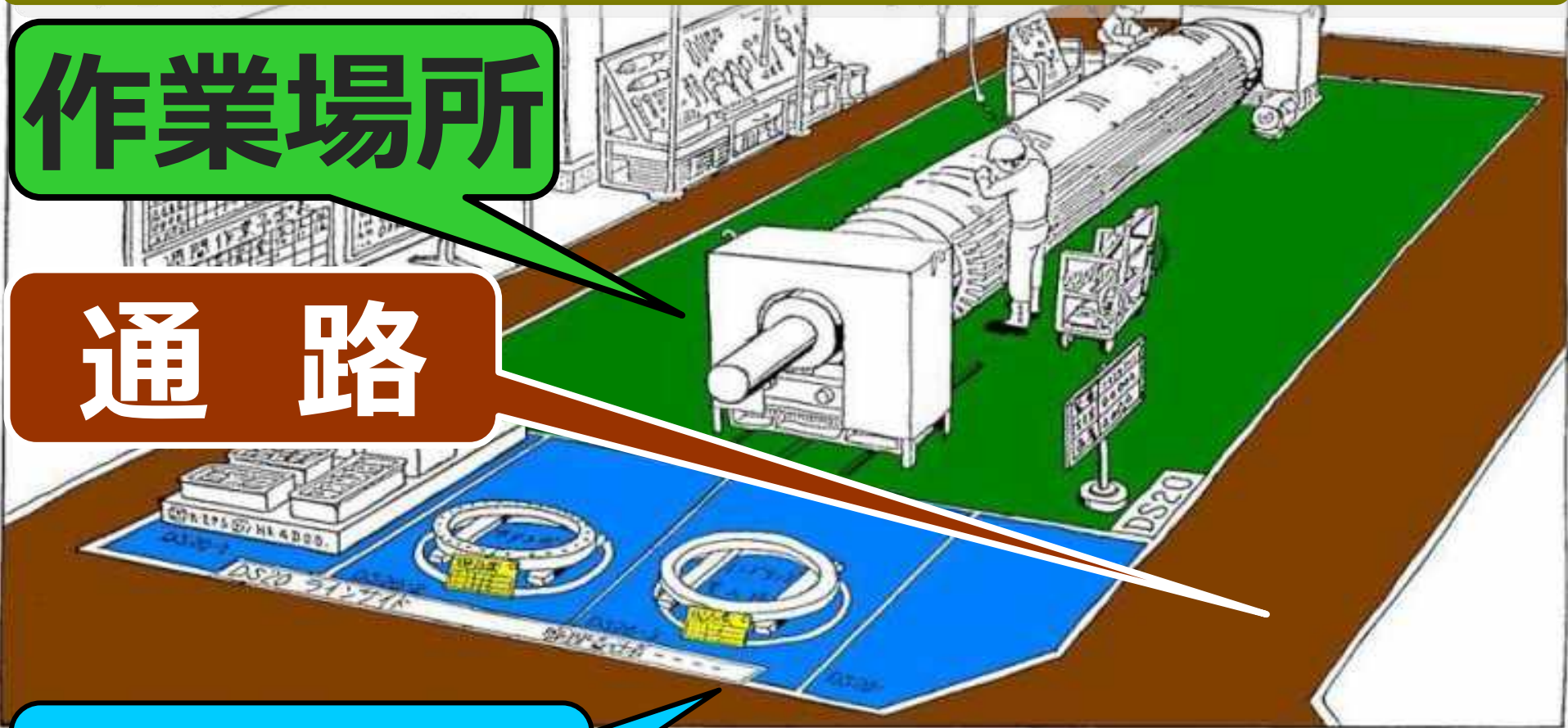
(2) (1)の出入口の戸は、引戸または外開戸とし、常に有効な状態にしておくこと。

(安衛則 546 条 2 項)



3区分管理：用途以外は厳禁

現場の基本は3区分の表示から



参考資料

東芝京浜事業所・組立職場

物品の置方：基本とNGワード

参考資料

原則：（基本）

- ・直角・平行・垂直・水平の原則
- ・大から小、重から軽への原則

厳禁：（ちよい・と・じ・こ・み・た・か）

- ・チョイ置き・停め置き
- ・直(床)置き・高所置き
- ・乱れ置き・立掛け置き・仮置き



異常時の際等の安全通路の確保を徹底する

整理・整頓：2Sができていない

整理：

必要な物品を残し、不要な物品等は、廃棄すること



整理整頓を
心がける

整頓： 必要な物品を何時でも・誰でも・取り出しやすく整えて表示して設置しておくこと



整理・整頓は安全の基本

5Sの徹底：安全活動の基本

一仕事一片付けで、快適な職場を維持する

整理・整頓

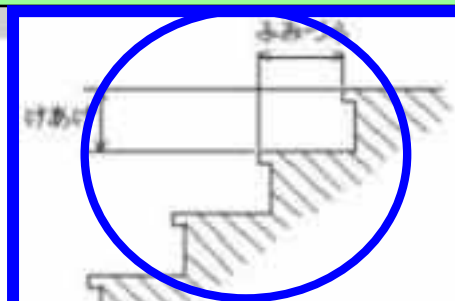
5 S 活動は 仕事の一部

しつけ (ルール表示)

清掃・清潔

参考資料

B.②環境・設備面の「階段」の転倒リスクの評価・改善



No.	階段の転倒リスクの評価	改善方法等	例
1	手摺り の設置（特に下りは必須）は有りますか？	計画的な設置・改善	○
2	ステップ（踏面）の 滑り止め加工 等は有りますか？	効果のある滑り止め加工・設置	○
3	『上り下り』の 通行ルール・表示 等有りますか？	ルールの確認と表示等（教育含）	○
4	踏みしろの 広さ や蹴上げの 高さ は適切か？	建築基準法等による確認	×
5	水濡れ防止や 清掃等 は行き届いていますか？	R Aによる計画的な改善等	×
6	階段の 照度 は安全に上り下りができますか？	R Aによる計画的な改善等	×

こんな階段の放置？： 計画的改善要

手摺りの未設置

暗くて見えにくい

急な勾配

滑り止め・摩擦耗・破損

踏面の寸法が狭い

段差・踏面が不揃いの階段

滑り止めの不良

参考資料

階段を下りる時の視野？：見えてません

(府)特別安全の日・特別講演(2010/8/30)：永田 久雄より

殆ど、階段の
踏みしろが
見えていない

視野と死角

もし、階段の上部で
転倒し転落した際、
階段の下の人に激突
大怪我をさせて
しまったら？

殆どの方が
馴れからくる
『感覚』だけで
階段を滑る様
に降りている。
あなたは？

特に、階段の
下りは、可能な
限り、手摺りを
使用し安全を
確保する。

参考資料

見える範囲

『急な階段』と『緩やかな階段』の差？

【自分の腿等で見えていない、踏み面！】



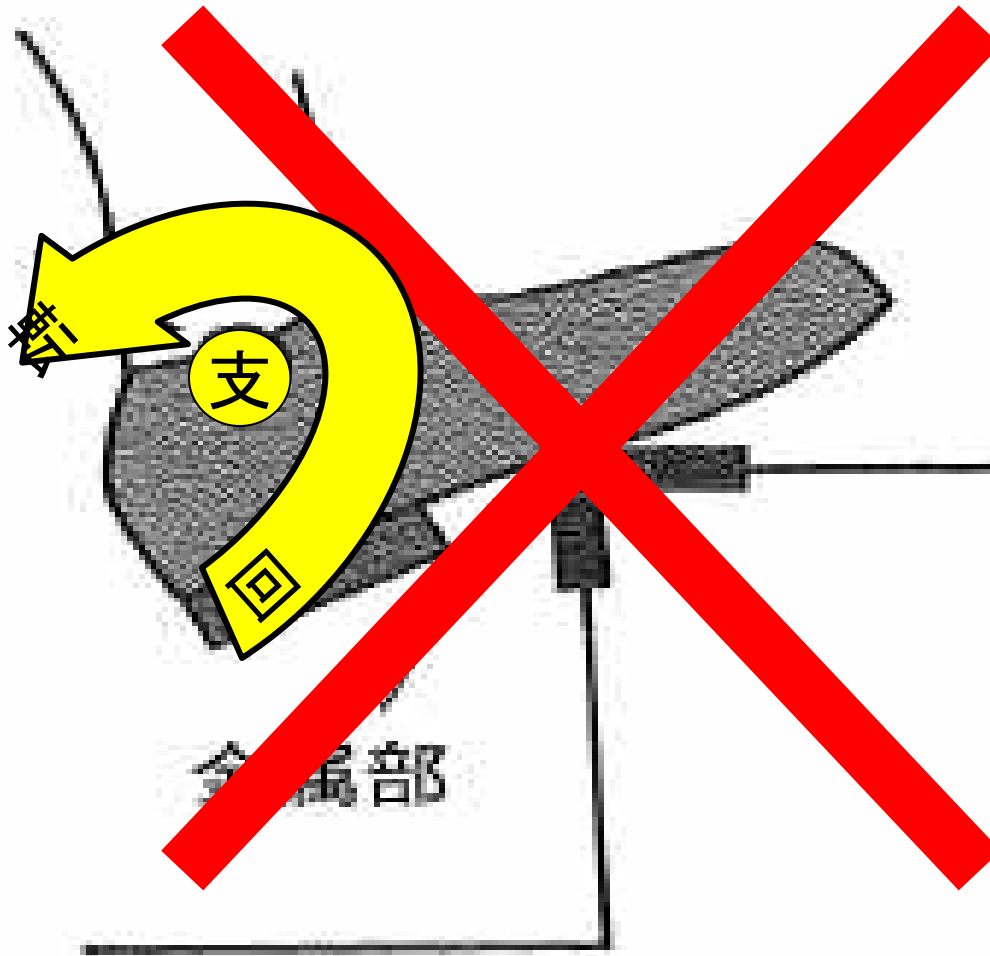
階段の周辺には
視線を奪うポスター
や壁掛け時計等は
避け、階段の昇降
に集中させる。

踏み外しそうなのは？

急な階段

緩やかな階段

意外に滑る『滑止め金具』の安全性？



階段の滑止め金具で、老朽化等により、逆に、滑りやすくなる場合があるので、『滑る』事を認識しながら、注意深く使用する。又はなるべく、使用を避ける。

滑止め金具による階段の踏み外し

階段のRA実施：最低・最悪な階段

手摺りの未設置・
ステップの滑り止め
未設置（安全対策無し）

通行
ルール
無し
・通行
表示
等無し

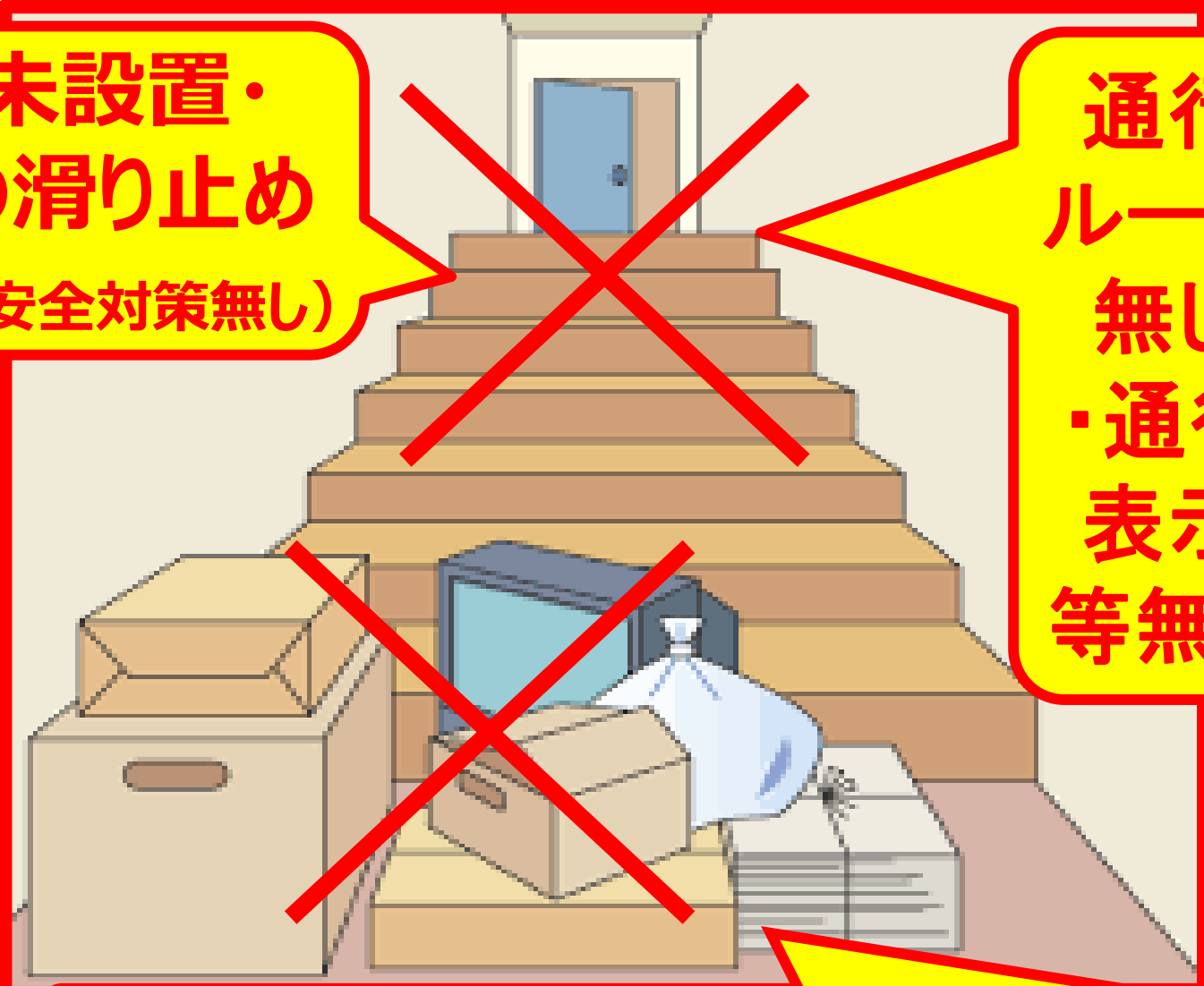
階段のRA

- ①手摺り
- ②滑り止め
- ③通行表示

必要な
3ポイント

参考資料

通路（避難）の確保ができていない



エスカレーターは安全に利用する!



貴方はエスカレーターを歩いていますか？



歩かない

エスカレーターの安全基準はステップ
の黄色枠内に立ち止まって利用する。

歩行禁止の呼びかけが始まっています

慣例となっているエスカレーターの片側あけですが、危険や不便を
ともなう行為だということが、少しずつ浸透してきました。多数の
場所でエスカレーターの歩行禁止の呼びかけを始めています。

一般社団法人 日本エレベーター協会HPより

参考資料



怪我人も利用

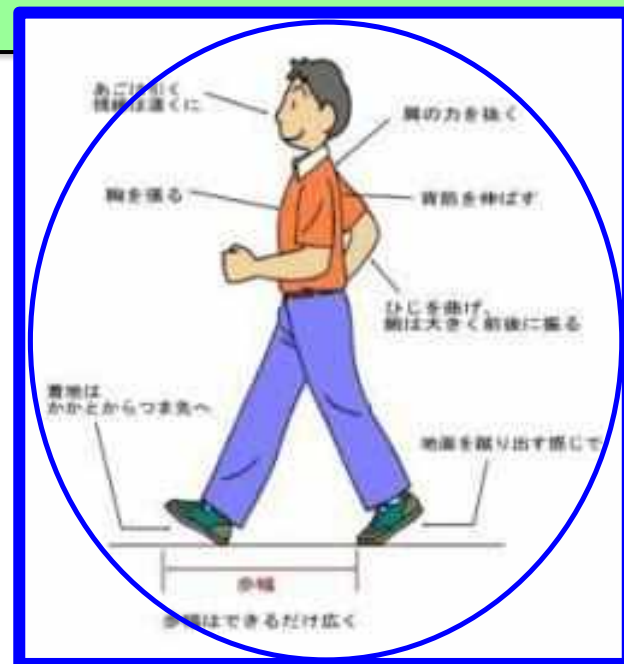


走るとバランスを崩す



すり抜け時に接触

B③作業者の「行動面・履物」等の転倒リスクの評価・改善



No	行動面の転倒リスクの評価	改善方法等	例
1	ついつい『 走って行動 』を、していませんか？	教育・パト・T B M・相互注意	×
2	『 ポケットハンド 』が、癖になっていませんか？	教育・パト・T B M・相互注意	○
3	『 スマホ・ヘッドホン 』をしながら歩いていませんか？	教育・パト・T B M・相互注意	×
4	転倒しやすい『 猫背・巻肩 』姿勢になってませんか？	教育・ストレッチ・体操	×
5	『 履物 』は、作業・環境・足に 合ったもの ですか？	教育・パト・T B M・相互注意	×
6	『 履物 』は、 滑り易く・躓き易く ありません？	教育・パト・T B M・相互注意	×

災害の9割が不安全行動が原因



事務所内・通路は勿論、階段で『走る』・『一段飛ばし』は厳禁！



皆な迷惑・危険な『歩きスマホ』
『ポケット・ハンド』は、厳禁！



『ヘッドホン・イヤホン』等は、
周囲の注意も聞こえない！

もうそろそろ止めようよ『ポケットハンド』



両手が振れず、歩行の際のバランス感覚も乱れて、「もしも」の転倒時にかばう手も出ない！。階段等では手摺りも使えず、転落し大怪我になる場合も過去の労災・事故で多数発生している

あなたは、『クセ』になっていませんか？

『スマホ・ヘッドホン』等の、危険性は!?

「ヘッドホンを装着していると外部の音が聞こえにくい。そのために生じる注意散漫や感覚遮断が主な事故原因として考えられる」さらに「最近では、電子機器の使用で注意が散漫になり、外部刺激に対する脳の反応が弱まることを指す、『非注意性盲目 (inattentive blindness)』という新しい言葉が生まれている」。

携帯機器を使用しているときには、視覚への刺激よりも聴覚への刺激が優位になる可能性にも言及している。

携帯電話や携帯音楽プレーヤーの使用者数が増加していることから、注意喚起が必要だ。



安全で疲れにくい歩行を意識する

あごは引き、
視線は遠くを

胸を張る

肩の力を抜く

背筋を伸ばす

肘を曲げ腕は
前後に振る

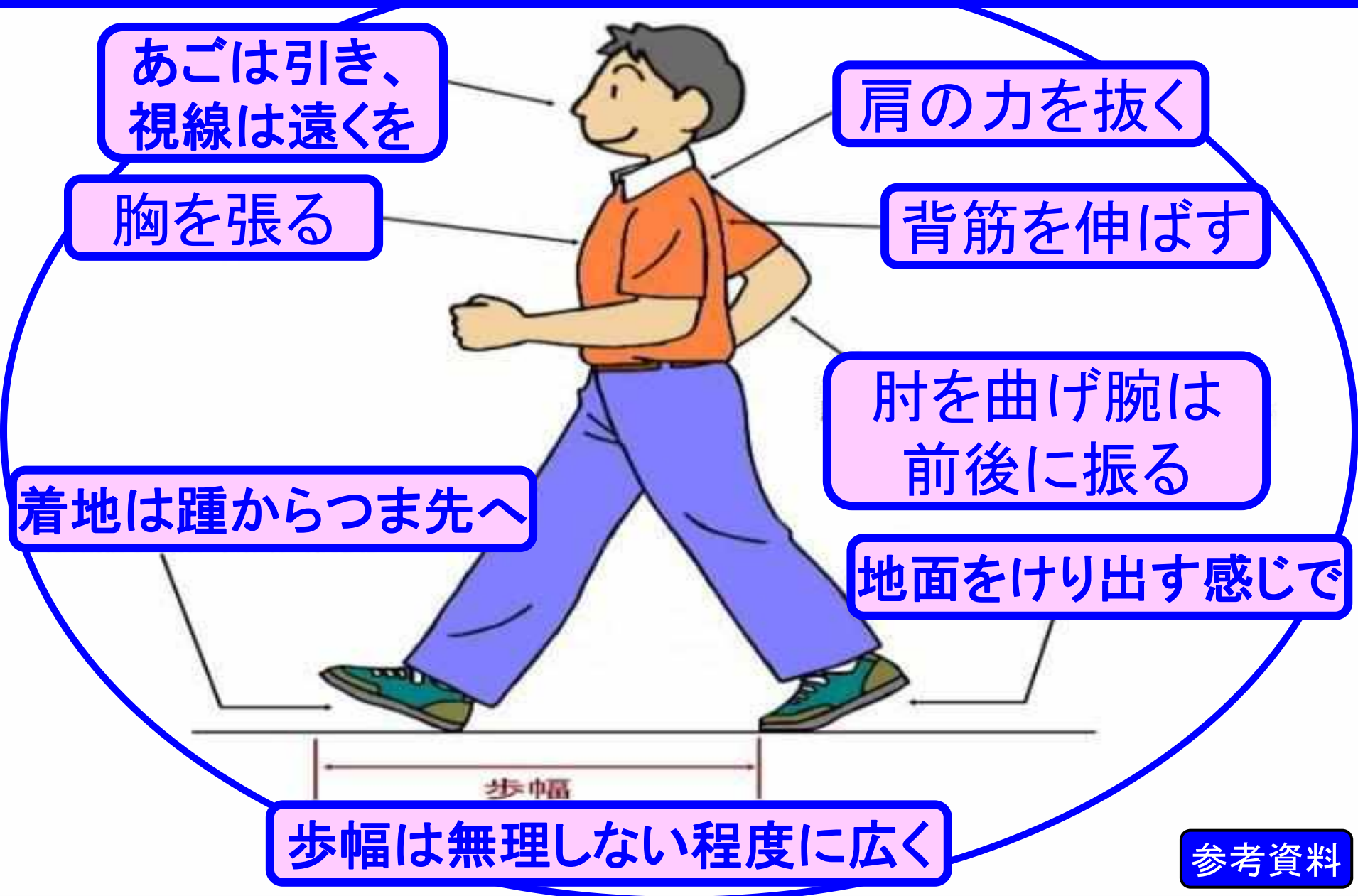
地面をけり出す感じで

着地は踵からつま先へ

歩幅

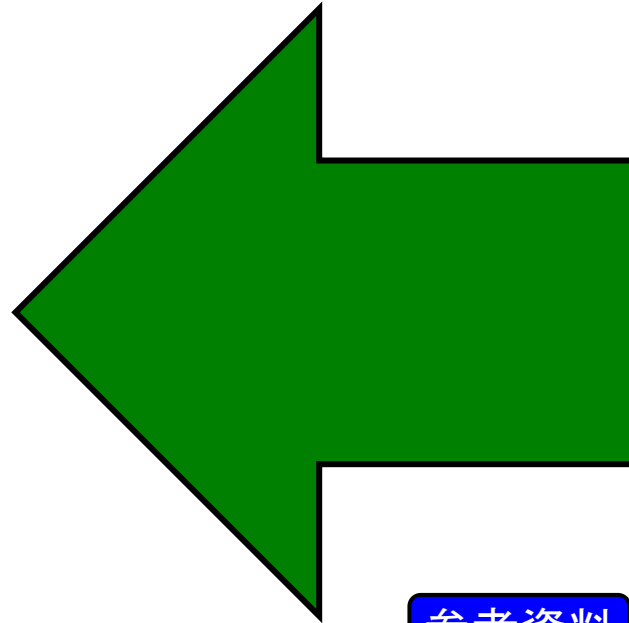
歩幅は無理しない程度に広く

参考資料



特に、高年齢者に多いスリ足

スリ足にならない歩行を意識



参考資料

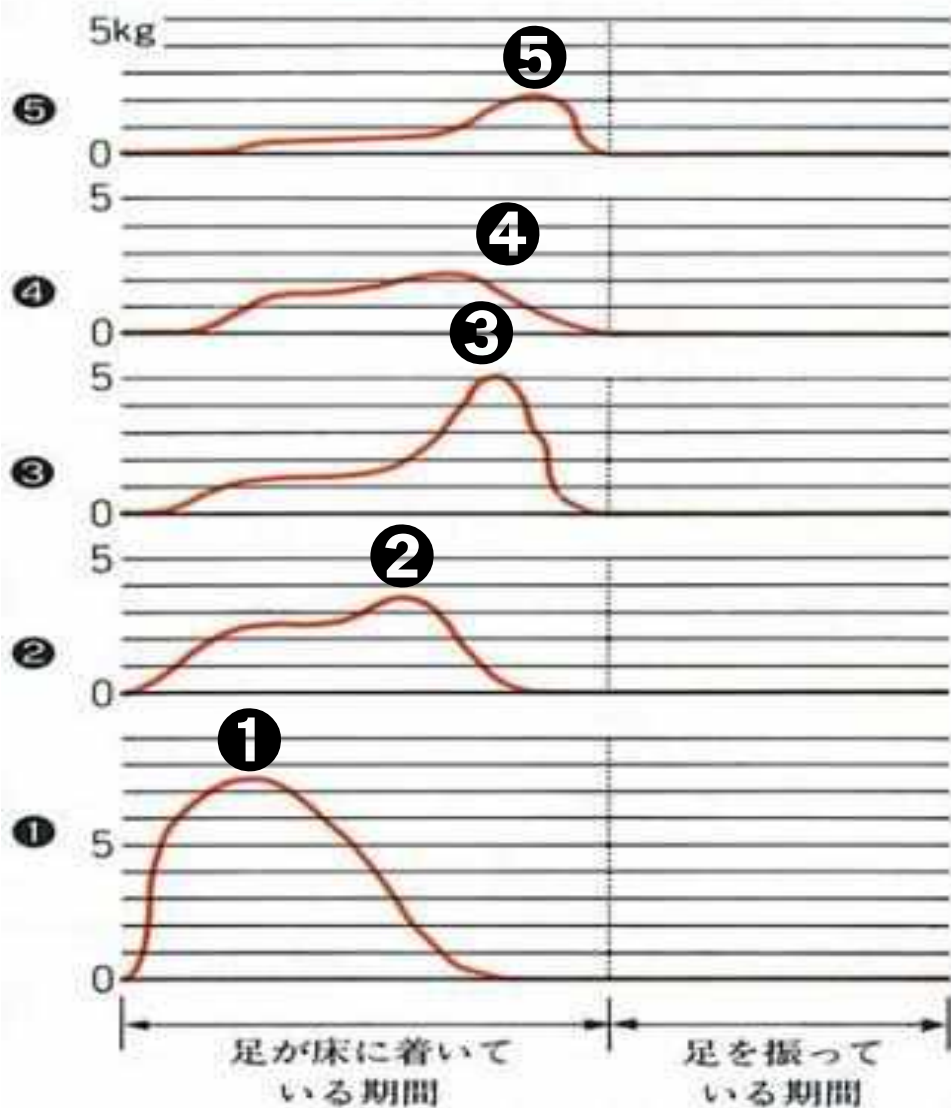


立位の姿勢がきちんとしていることが基本。腰の旋回を意識して、腰の入り方さえ会得することができれば、自然に手も振れて美しい歩行ができるようになる。

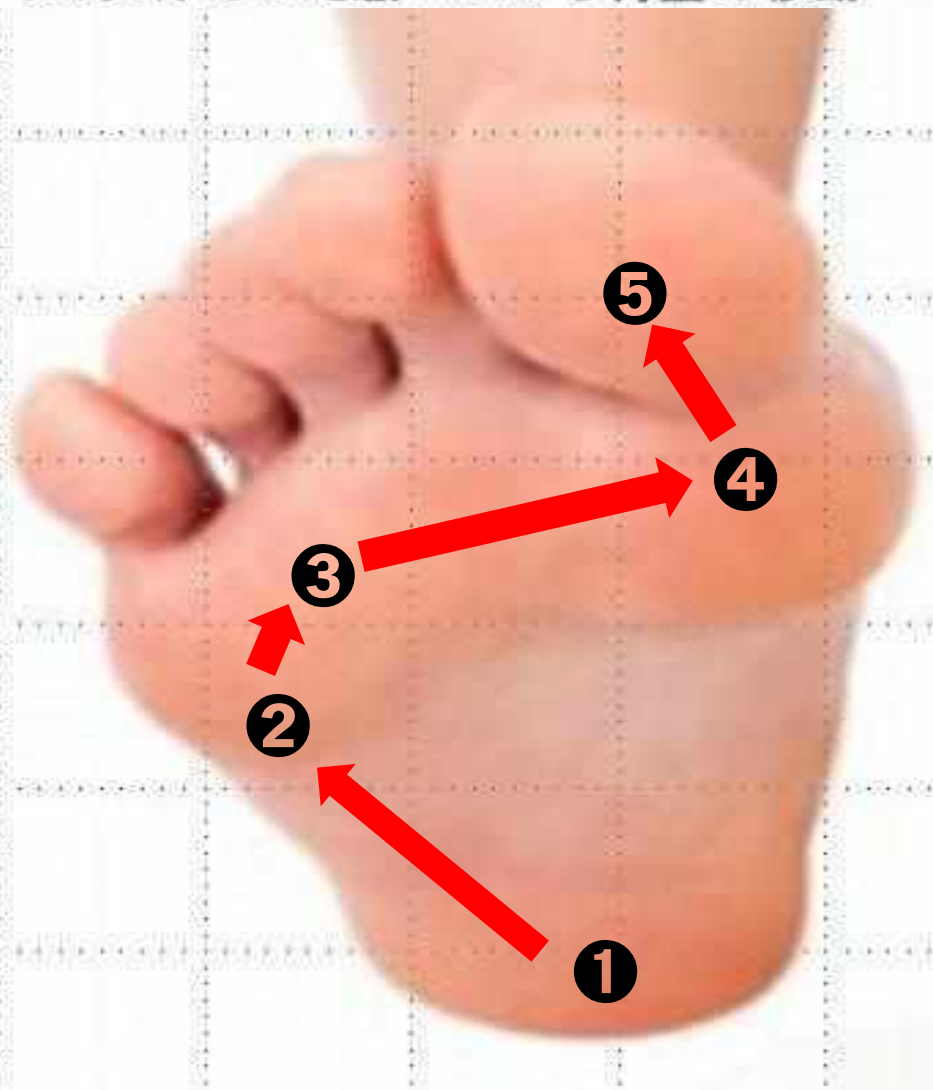
あなたは、昔ながらの日本人の「和式歩行」になっていませんか？スリ足で腕を振らずに腰から下だけの運動で前進していませんか？

安全な歩行は足底の荷重移動を意識する

(1) 歩行時の足底の圧カグラフ



(2) 歩行時の足底にかかる荷重の移動



注：①～⑤は図(2)の足底の部位を示す

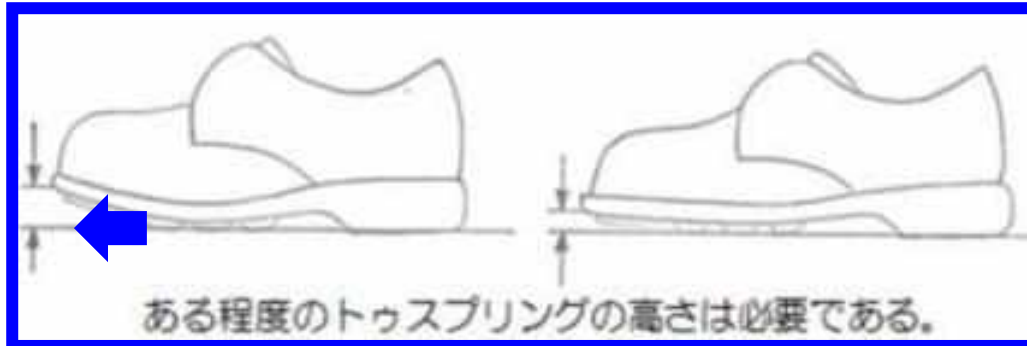
参考資料

一般的な歩行時の体重の移動

転びのリスクを低減する『履物』のポイント

- 靴先がやや上がっている（トゥスプリング）

厚労省・職場の安全サイトより



- 適度な重量で、前後の『重量バランス』が良い
- 『屈曲性』が良く、つま先が曲がる
- 足先に力を入れて『踏ん張れる』
- 適度に滑りにくく、躓きにくい（耐滑性バランス）
- 踵部の衝撃吸収性が高い（あること）
- 足のサイズに合っていて踵部から脱げない

	動摩擦係数
耐滑性が優れる靴	0.2 以上
一般のプロテクティブスニーカー	0.05～0.15 程度
市販の紳士靴	0.01～0.1 程度

安全靴等は、JIS規格を参照する



④ 作業者の「健康管理面」の評価・改善

健康観察5項目

	項目	内容
1	姿勢	シャンと背筋は伸びているか
2	動作	ダラダラしていないか
3	顔つき	表情が生き生きしているか
4	目の色	血走っていないか
5	会話	声の張りがあるか

健康問いかけ10項目

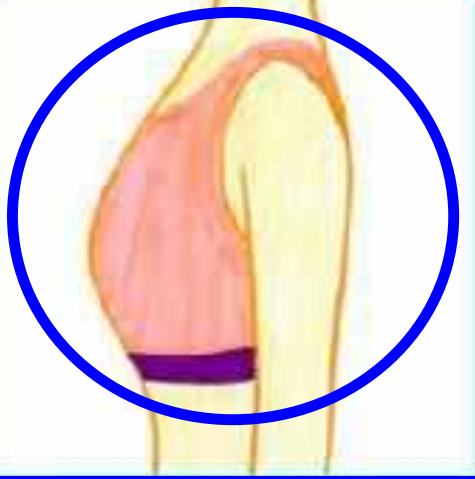
1	よく眠れたか
2	朝食は食べたか
3	熱はないか
4	腹具合はどうか
5	吐き気はないか
6	立ちくらみや目まいはないか
7	いつもの薬は飲んだか
8	(異常を訴えた人に) 医者に行ったか
9	心配事があるか
10	(高血圧の人に) 血圧に異常はないか



ご参考：東芝府中事業所・総務安全保健担当TBM

参考資料

歩行時の「巻肩・猫背」の転倒リスクを改善



猫背型巻肩
スマホ巻肩
隠れ巻き肩
息苦しさも・



始業時や業間の
ラジオ体操・ストレ
ッチ体操等の転倒
予防運動を積極的
に実施しましょう

所謂、**スマホ巻肩（巻き肩）**や**猫背気味で歩く方**は、歩行の際、伏し目がちとなり視線が狭く、**滑りや
躓きのリスクが高くなることが多い。**と言われている。

改善方法

- ①正しい生活習慣や姿勢を心掛ける
- ②横向きに寝ない、腕を組まないようにする
- ③スマホやVDT使用時の姿勢を正しくし、適度に運動
- ④肩の可動域を広げ、血流を改善するストレッチ **【次頁】**

参考資料

参考資料

「背中式呼吸法」無理をせず

安定した椅子に深く座り、頭の後ろで手を組み、肩甲骨を寄せる様に、胸を広げ深呼吸を3回実施。

医療ルネサンス・くらし口家庭・肩こり研究所・丸山代表(2017/3/25 読売新聞・朝刊)

ゆっくりと。「呼吸筋ストレッチ法」

膝を軽く曲げ、背筋を伸ばし、大きなボールを抱えるように手を伸ばし、肩甲骨を広げる様に、ゆっくり呼吸し、手を胸に戻しながら息を吐く。

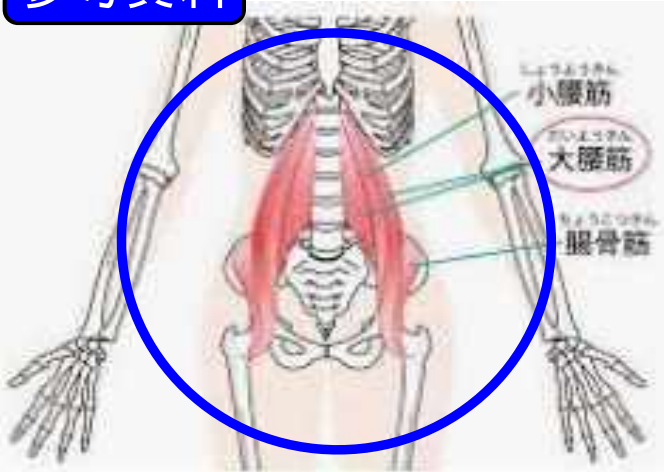
健康カプセル!元気の時間
第243回(2017/2/5) 肩

小胸筋をほぐす「腕プラ体操」

手の平を外向きに力を抜いて腕を垂らし、目線を上げた頬に片手をあて、鼻からゆっくり呼吸し、下げた手をプラプラとする。(左・右各30秒 × 3セット / 日)

転倒しやすい「股関節周りの硬直」

参考資料



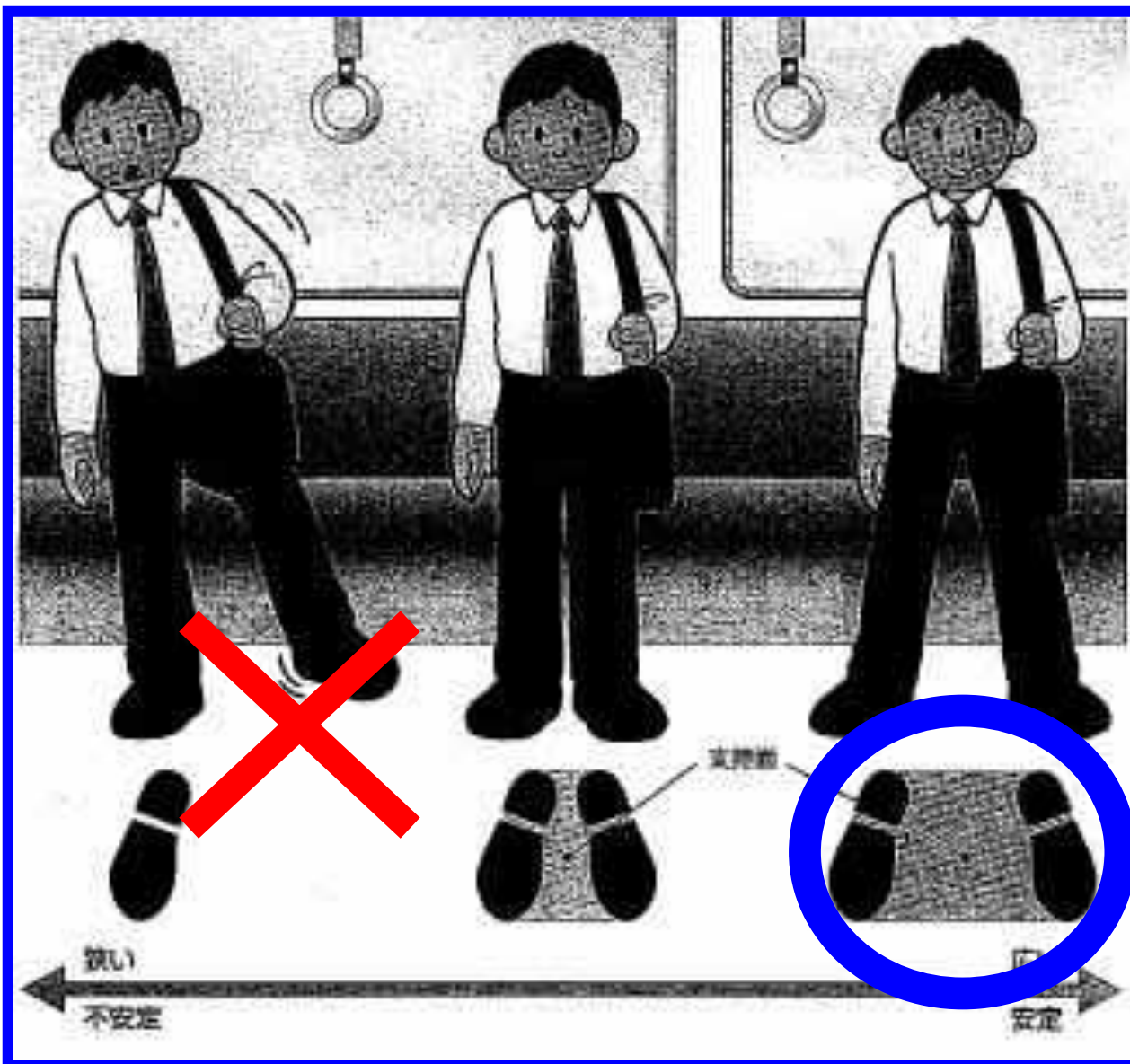
ポイントは、
『股関節』の柔軟性!。
股関節がうまく使えないと足が上がらずに、
躓いたり転びそうにな
った時の最後の一步
が出ないので転ぶ。

立位姿勢を保つ筋肉群 (抗重力筋群)

直立二足歩行をする
人間は、感覚・中枢・運動
機能の複雑な連携により
成り立つ。僅かな身体
機能の衰えが、『転倒』
を引き起こしている。

人間の260もの関節で一番大きい物は
股関節。股関節は、歩く・立つ等の行動
で必ずと言っていいほど関係する為、
普段から酷使している。その股関節の
カギを握るのは**股関節の柔軟性**です。
立ち上がる時の**太腿の表と、お尻の裏の**
筋肉のバランスが悪いと股関節を上手く
使えず、前傾姿勢のまま転倒する。

電車・バスに乗車の際の姿勢は？



電車・バス等の
進行方向等を
考慮して、より、
安定性（広い
身体支持基底
面）の高い、足
の位置・方向を
考慮する。勿論、
つり革・手摺り
の活用は必須。

姿勢を安定させる『足の位置』

足位置によって、作業姿勢の安定性（身体支持基底面）が異なる。十分注意が必要となる

安定

前後の力には
比較的弱い



(a) 横開脚
(開き40cm)

比較的安定



自然体

(b) 前後開脚
(開き20cm)

横の
力に
弱い



(c) 前後開脚
(開き20cm)

「やや強い風」以上は、外出を避ける

風の強さ (予報用語)	平均風速 (m/s)	およそ の時速	速さの目安	人への影響	屋外・樹木の様子	走行中の車	建築物	およその 瞬間風速 (m/s)
やや強い風	10以上 15未満	～50km	一般道路 の自動車	風に向かって歩みにくくなる。 傘がさせない。	樹木全体が揺れ始める。 電線が揺れ始める。	道路の吹流しの角度が水平 になり、高速運転中では横風 に流される感覚を受ける。	櫓(とい)が揺れ始める。	20
強い風	15以上 20未満	～70km		風に向かって歩けなくなり、転倒 する人も出る。 高所での作業はきわめて危険。	電線が鳴り始める。 看板やトタン板が外れ始め る。	高速運転中では、横風に流さ れる感覚が大きくなる。	屋根瓦・屋根葺材がはがれるもの がある。 雨戸やシャッターが揺れる。	
非常に強い風	20以上 25未満	～90km	高速道路 の自動車	何かにつかまっていけないと立っ ていられない。 飛来物によって負傷するおそれ がある。	細い木の幹が折れたり、根 の張っていない木が倒れ始め る。 看板が落下・飛散するもの がある。	通常で運転するよりも横風に 流される感覚が強く、運転が 困難になる。	屋根瓦・屋根葺材が飛散するもの がある。	30
	25以上 30未満	～110km					ビニールハウスのフィルム(被覆材) が広範囲に破れる。	
猛烈な風	30以上 35未満	～130km	特急電車	屋外での行動は極めて危険。	多くの樹木が倒れる。 電柱や街灯で倒れるもの がある。 ブロック壁で倒壊するもの がある。	走行中のトラックが横転す る。	固定の不十分な金属屋根の葺材が めくれる。 養生の不十分な仮設足場が崩落す る。	50
	35以上 40未満	～140km					外装材が広範囲にわたって飛散し、 下地材が露出するものがある。	
	40以上	140km～					住家で倒壊するものがある。 鉄骨構造物で変形するものがある。	

およそ、瞬間風速で20m/s

(注1) 平均風速は10分間の平均。瞬間風速は3秒間の平均です。風の吹き方は絶えず強弱の変動があり、瞬間風速は平均風速の1.5倍程度になることが多いですが、大気の状態が不安定な場合等は3倍以上になることがあります。

(注2) この表を使用される際は、以下の点にご注意下さい。

1. 風速は地形や周りの建物などに影響されますので、その場所での風速は近くにある観測所の値と大きく異なることがあります。
2. 風速が同じであっても、対象となる建物、構造物の状態や風の吹き方によって被害が異なる場合があります。この表では、ある風速が観測された際に、通常発生する現象や被害を記述していますので、これより大きな被害が発生したり、逆に小さな被害にとどまる場合もあります。
3. 人や物への影響は日本風工学会の「瞬間風速と人や街の様子との関係」を参考に作成しています。今後、表現など実状と合わなくなった場合には内容を変更することがあります。

加齢とともに変化する、視野・視力!

40～50歳から始まり60歳を超えると急激に低下する視力を認識

物が黄色がかって見える

視野が狭くなった気がする

物がぼやける

光がまぶしく感じる

暗い場所で
物が見えにくい

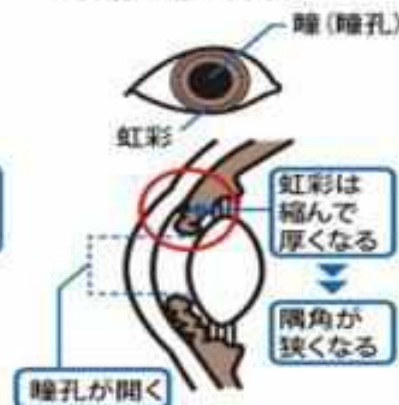
頭を棚にぶつける
ようになった



＜「明るいところ」と「暗いところ」での瞳（瞳孔）の変化＞

●明るいところでは

●暗いところでは



視野が狭くなる(右目)



- ・水晶体が濁るためぼやける。
- ・周辺視野が見えなくなる為、視野が狭くなると感じる。
- ・加齢により瞳孔が開かなくなる、老人性縮瞳が始まる。



全てが黄色に見える

高年齢者（色覚障がい含む）への配慮

配慮に欠けた例



【参考】色覚障がいのある人の見方例



配慮に欠けた例

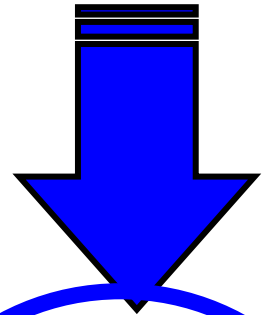
背景（黒）と文字（赤）が色覚障がいのある人が見分けにくい色で表示しています。

配慮された例



配慮された例

背景（青や黒）と文字やピクトグラム（絵記号・白）に明度差があり、視認しやすいものとなっています。（必要に応じて、日本工業規格（JIS）JIS Z 8210 標準案内用図記号を使用）



感覚特性 ; 視覚の例

見やすさの ポイント
は？

1. 誘目性 = 注意を引き付ける。
2. 識別性 = 区別をしやすいにする
3. 可読性 = 見やすくする。



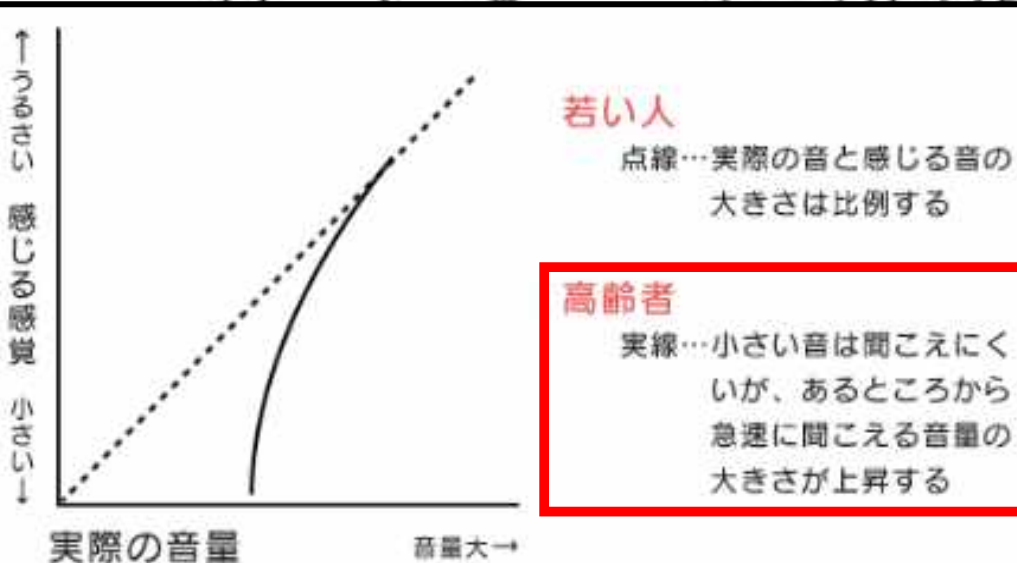
色・形・大きさ・明暗・動き

参考資料

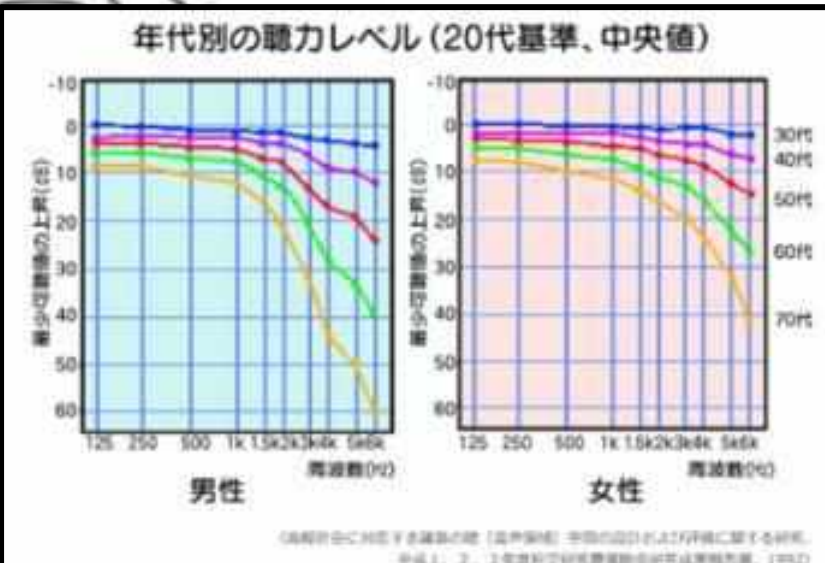
ご参考：1,200名収容のホールで見やすい大きさ・色彩等

加齢性難聴の4つの特徴

②小さい音は聞こえにくく、
大きい音はうるさく感じる



①高い周波数が聞えない
高い音から聞こえなくなる



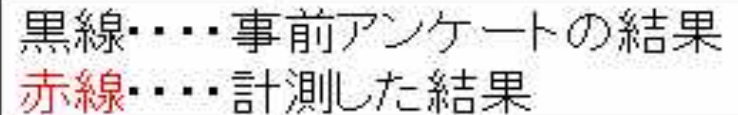
③ぼやけた、割れた、歪んだ音になる (周波数分解能の低下)

④早口の声は、分かりにくくなる (時間分解能の低下)

事前アンケートと計測値を比べます。

事前アンケート

計測値



三、

転倒リスクのセルフチェック

身体機能計測結果

事業所名・氏名 _____

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)
=

右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	1.26 -1.38	1.39 -1.45	1.47 -1.55	1.55 -

2ステップテスト (歩行能力・筋力)



最大2ステップでどのくらい進みますか。

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

右の評価表に当てはめると → 評価

評価表	1	2	3	4	5
(回)	-24回	26 -28回	29 -43回	44 -47回	48回 -

座位ステッピングテスト (敏捷性)



20秒間で何回開閉できますか。

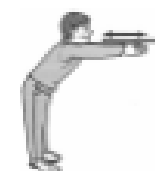
③ ファンクショナルリーチ (動的バランス)

あなたの結果は cm

右の評価表に当てはめると → 評価

評価表	1	2	3	4	5
(cm)	-19cm	20 -29cm	30 -35cm	36 -39cm	40cm -

ファンクショナルリーチ (動的バランス)



水平にどのくらい腕を伸ばせますか。

④ 両眼片足立ち (静的バランス)

あなたの結果は 秒

右の評価表に当てはめると → 評価

評価表	1	2	3	4	5
1秒	-7秒	7.1 -17秒	17.1 -55秒	55.1 -90秒	90.1 秒-

両眼片足立ち (静的バランス)



目を閉じて片足でどのくらい立ちますか。

⑤ 両眼片足立ち (静的バランス)

あなたの結果は 秒

右の評価表に当てはめると → 評価

評価表	1	2	3	4	5
1秒	-15秒	15.1 -30秒	30.1 -84秒	84.1 -120秒	120.1 秒-

両眼片足立ち (静的バランス)



目を開いて片足でどのくらい立ちますか。



①～⑤の評価点をレーダーチャートに赤字で記入してください。



実際 > 認識



実際 < 認識



実際 = 認識
(大、小)



項目により逆転

転倒リスク



実際 < 認識

実際 = 認識 (小)

項目逆転

実際 > 認識

実際 = 認識 (大)

ロコモティブシンドロームー運動器症候群ーとは？

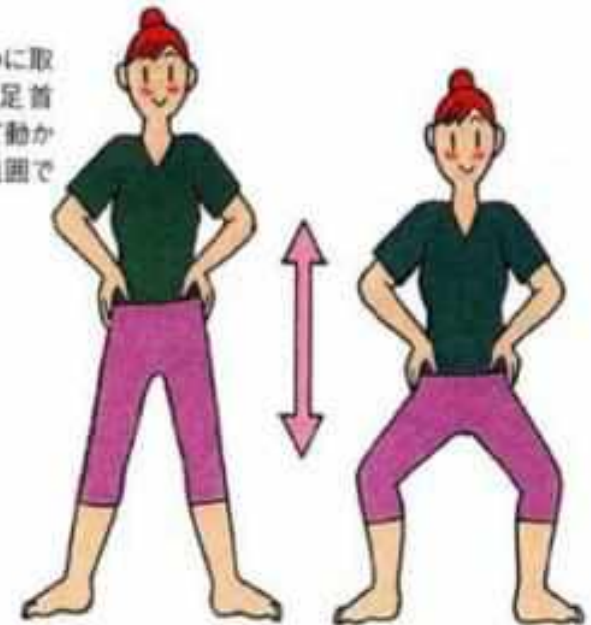
ロコチェックで思いあたることはありますか？



ひとつでも当てはまれば、ロコモである心！

股関節の体操

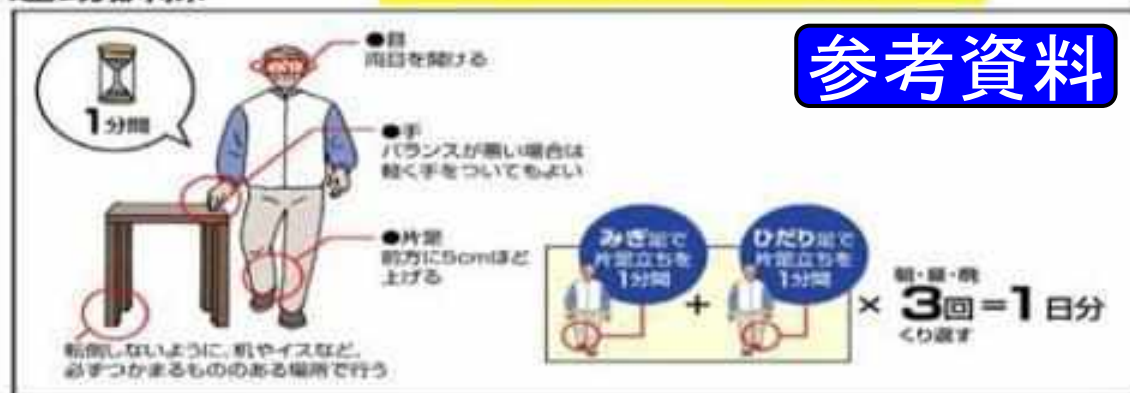
足幅を腰幅より広めに取り、股関節・膝・足首の関節を運動させて動かす。無理をしない範囲で4～8回行う。



ロコモのための運動訓練

開眼“片足立ち”訓練

参考資料



参考：東芝府中事業所：2008～

- ・片足立ちは両足立ちに比して 2.75倍の負荷がかかる
- ・1分間片足立ち訓練＝約53分間歩行に相当

あなたは転倒の危険性が高い『すり足』ではないですか？

2ステップテスト

このテストでは歩幅を測定しますが、同時に下肢の筋力・バランス能力・柔軟性などを含めた歩行能力が総合的に評価できます。

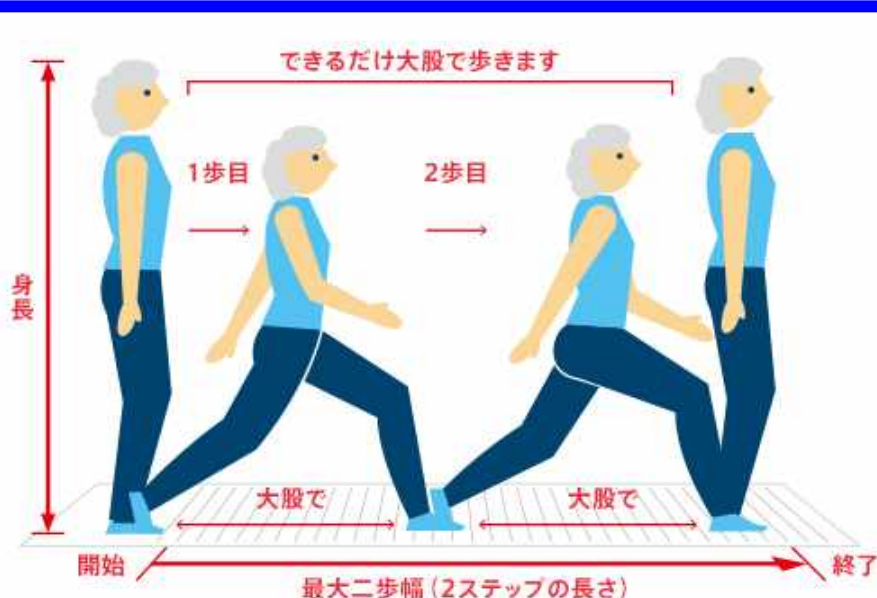
2ステップテストの方法

- 1 スタートラインを決め、両足のつま先を合わせます。
- 2 できる限り大股で2歩歩き、両足を揃えます。(バランスをくずした場合は失敗とします。)
- 3 2歩分の歩幅(最初に立ったラインから、着地点のつま先まで)を測ります。
- 4 2回行って、良かったほうの記録を採用します。
- 5 次の計算式で2ステップ値を算出します。

参考資料

参考: 村永信吾: 日本整形外科学会HPより

1. 3に満たないと、脚の上りが悪く、転倒の危険性が高くなると言われています。



$$\frac{\text{2ステップ値 (m)}}{\text{身長 (m)}} \leq 1.3$$

注意事項

- 介助者のもとで行いましょう。
- バランスを崩さない範囲で行いましょう。
- 滑りにくい床で行いましょう。
- ジャンプしてはいけません。
- 準備運動をしてから行いましょう。

転倒災害の予防に向けての課題と対策

- ・様々な意識の欠如に起因するが個々人が自分事と捕らえていない
- ⇒ 労働科学研究所監修の元、従業員への意識付け教育を検討中

1. 開催時期： 2020年3月
2. 対象： 国内グループ会社従業員全員
3. 開催形式： e-learning(実施)



※ 労働者の労働条件・労働環境改善の研究を行っている元文部科学省所管の研究機関。2019年で創立98年を迎えた。

1 「ヒトは転ぶ」 の意識

- ・ **転倒を「自分ごと」と捉え**、日動行動ゆえに軽視しがちな歩行について意識を持つことを説く。

2 「危険予知」 の意識

- ・ 転倒を予防するために**留意すべき天候・道路・通路等の諸環境への注意点**を説くとともに、通勤KYTの実施を勧奨する。

3 「ヒトは 衰える」 の意識

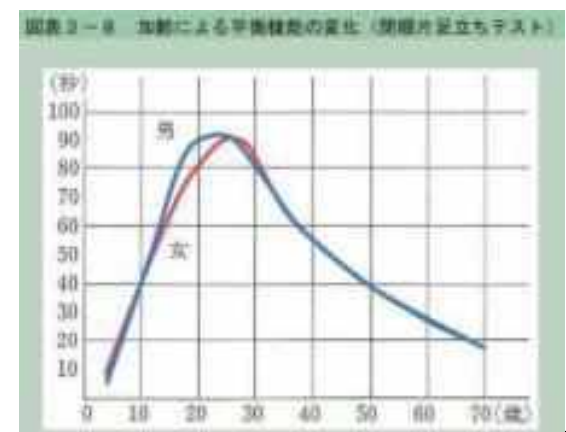
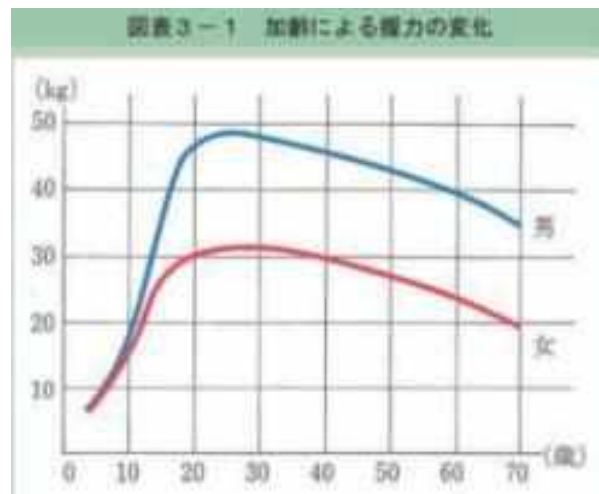
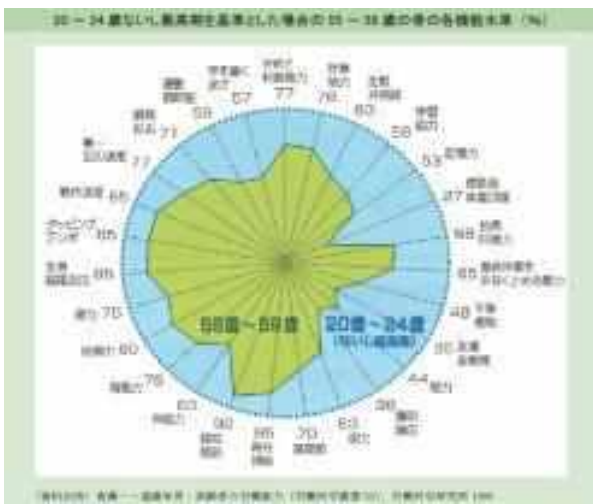
- ・ **加齢による各種機能変化のデータ等**を引き合いに出し**気付かないうちに衰える身体機能を自覚し、個人でも確認できるコンテンツを会社が提供し共有する。**（エイジング・フレンドリー・ガイドライン要求事項）



Ⅱ. 『エイジアクション100』のご紹介

1. 『エイジアクション100』の定義・構成
2. 『エイジアクション100』の特色①②
3. 『エイジアクション100』の活用方法
4. 『エイジアクション100』を活用した
職場改善の流れとチェックリスト

加齢に伴う身体・精神機能の状況（P69） 加齢による筋力（反射動作・平行機能・柔軟性他）の低下



1.『エイジアクション100』の定義・構成

エイジアクション 100

～高齢労働者の安全と健康確保のための職場改善に向けて～

<概要版>



中央労働災害防止協会

厚生労働省・都道府県労働局・労働基準監督署

定 義

▼厚労省では、通常、50歳以上を高年齢労働者としています。

▼但し、このエイジアクション100については、70歳までの雇用の実現を前提として、60歳以上を高年齢労働者と定義しています。

1. 「高年齢労働者の安全と健康確保のための職場改善」
2. 「チェックリストの解説」
3. 「高年齢労働者の労働災害の防止」
4. 「加齢に伴う身体・精神機能の低下」
5. 「高年齢労働者の安全と健康確保」
6. 「高年齢労働者の安全と健康確保」

エイジフレンドリーガイドライン

2020-3-16基安発

『エイジアクション100』の職場改善ツールは、有効なツール！！

2.『エイジアクション 100』の特色①

1 特色

「エイジアクション 100」の特色は、次の3点です。

- (1) 高年齢労働者の安全と健康確保のための取組（エイジアクション）として、100の取組を推奨しており、これを盛り込んだチェックリストを活用して、現在の取組状況のチェックを行うことにより、職場の課題を洗い出すことができます。

高年齢者の安全と健康確保の100ポイント

- (2) チェックリストの解説等の参考資料を付しており、加齢に伴う身体・精神機能の低下による労働災害の発生リスクの低減のための対策、高年齢労働者が働きやすい職場環境の整備や働き方の見直し等のポイントを理解していただけるようにしています。

加齢に伴う災害リスクの低減ポイントの解説

- (3) チェックの結果を基に、労働災害に直結する可能性の高い事項を優先して取り上げて、職場改善の検討を進めることができるようにするとともに、検討を進める際に役立つ国等のパンフレットのリストも併せて盛り込んでおり、PDCAサイクルの下で、取組を継続することにより、着実にスパイラルアップできるようにしています。

ハイ・リスクの抽出と職場改善の為のガイド

2.『エイジアクション 1 0 0』の特色②

1. 必要な項目が網羅されている
2. 直近から中長期的な課題がカバーされる
3. 問題の把握と改善が確保しやすい
 - チェックリストにより課題を把握できる
 - チェックリストの内容の解説もついている

4. P D C Aサイクルを継続しやすい

- 労働災害に直結する可能性の高い事項を優先して取り上げて、職場改善策の検討を進めることができる

5. 多職種連携による取組みが可能

6. 具体的に参照できるパンフレットの一覧

3.『エイジアクション100』の活用方法 (P7~12)

1 概要

「エイジアクション 100」を活用した職場改善は、主として、①事業所単位で、②安全（衛生）管理者（推進者）等が、③安全衛生委員会等で検討を行って、取組を進めていくことを想定しています。

また、「エイジアクション」を活用した職場改善においては、労働災害に直結する可能性の高い事項や法令上の事業者の義務となっている事項等について優先的に改善を行った上で、高年齢労働者の働きやすい職場環境の整備や働き方の見直しの取組へとつなげるなど、企業の実施レベルに応じて、順次、スパイラルアップさせながら、継続的に取り組んでいけるようにしています。

事業場単位

安・衛管理者

安・衛委員会

4.『エイジアアクション100』を活用した職場改善の流れ (P7~12)

(1) 現状把握

事業所における過去の労働災害の発生状況、高年齢労働者の作業負荷の程度や健康状況等の現状把握を行います。



(2) 体制決定とチェックの実施

① 実施体制の決定

- ア 事業所規模 50人以上：安全（衛生）管理者
- イ 事業所規模 10人以上 50人未満：安全（衛生）推進者
- ウ 事業所規模 10人未満：事業主が指名した者等

② チェックの実施

チェックリストを活用して、チェックリストの解説やその他の参考資料を参照しつつ、チェックを行います。

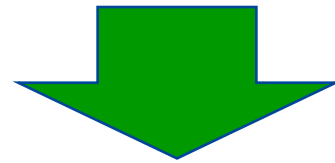
その際、チェックの結果については、次の方法により記入します。

- ア 「○」：取組を既に行っており現行のままでよい。
- イ 「×」：取組を行っていない、又は行っているがさらに改善が必要。
- ウ 「－」：対象業務なし、又は検討の必要なし。

 チェックリストは、特設サイトにエクセルシートが掲載されていますので、ダウンロードしてご活用ください。

③ 優先度のマーク

「×」が付された項目のうち、優先度が高いと考える項目に、チェックの際に、マークを付しておきます。



(3) 職場改善の実施

① 取組事項の選定（2（3）①（P11）参照）

ア 「×」が付された項目のうち優先度が高いものについて、職場改善計画を作成し、安全衛生委員会等において検討を行い、事業所としての方針を決定した上で、取組を進めます。

 職場改善計画は、特設サイトにエクセルシートを掲載していますので、ダウンロードしてご活用ください。

イ チェックリストの「3 高年齢労働者に多発する労働災害の防止のための対策」の「主な業種別の最優先事項」（P11参照）の中で「×」が付された項目については、そのまま放置した場合には、労働災害に直結する可能性が高いことから、できる限り優先して取組を進めます。

② 職場改善策の検討（2（3）②（P11）参照）

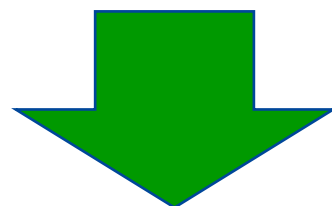
ア 職場改善策を検討するに当たっては、国等において示されている各種の労働災害防止や健康確保に関するパンフレット等のリスト（P78～参照）を参考にしてください。

イ 効果的な職場改善策とするためには、高年齢労働者等の職場関係者等の意見やアイデア等も参考に聴取しつつ、検討を進めることが望ましいです。

③ P D C Aサイクルの仕組みによる着実なレベルアップ（2（4）（P12）参照）

ア P D C Aサイクルの仕組みで実施することにより、中長期的・継続的な取組として、着実にレベルアップしていけるようにします。

イ 職場改善の取組の1サイクルは、主に6か月～1年くらいのサイクルで継続実施することを想定しています。



P D C Aサイクルによる、スパイラルアップ°

主な業種別の最優先取組み次項

多職種連携による取組みが可能

	転倒防止 (3－(1))	墜落・転落 防止 (3－(2))	腰痛予防 (3－(3))	はさまれ・ 巻き込まれ 防止 (3－(4))	交通労働災 害防止 (3－(5))	熱中症予防 (3－(6))
① 製造業	○	○	○	○		
② 建設業	○	○	○			○
③ 交通運輸業	○		○		○	
④ 陸上貨物運送事業	○	○	○		○	
⑤ 小売業	○	○	○			
⑥ 社会福祉施設	○		○			
⑦ 飲食店	○					
⑧ ビルメンテナンス	○	○				
⑨ 警備業	○				○	○

4.『エイジアクション100』のチェックリスト

『エイジアクション100』チェックリスト【大項目】

1. 高年齢労働者の戦力としての活用
2. 高年齢労働者の安全衛生の総括管理
3. 高年齢労働者の多発する労働災害防止のための対策
4. 高年齢労働者の作業管理
5. 高年齢労働者の作業環境管理
6. 高年齢労働者の健康管理
7. 高年齢労働者に対する安全衛生教育
8. 高年齢労働者の勤労条件
9. 若年時からの準備【エイジマネジメント】

エイジフレンドリー
ガイドライン

2020-3-16基安発

『エイジアクション
100』
が有効ツール !!

4.『エイジアクション100』のチェックリスト(P13~18)

○・×・／記入と
×印の優先度

Ⅲ 高齢労働者の安全と健康確保のためのチェックリスト

高齢労働者の安全と健康確保のためのチェックリスト

チェック項目 (100 の「エイジアクション」)

番号

結果

優先度

1 高齢労働者の能力

1 高齢労働者のこれま

2 高齢労働者の安全

(1) 基本方針の表明

2 高齢労働者の対策も

(2) 高齢労働者の安全

3 高齢労働者の対策も

4 加齢に伴う身体・精神
対策の検討を行っている

5 高齢労働者による労
作業内容や作業方法の

3 高齢労働者に多発

(1) 転倒防止

① つまずき、踏み外し、

6 通路は十分な幅を確保
をまとめている。

高齢労働者の安全と健康確保のためのチェックリスト

番号

結果

⑩健康問いかけ

52 作業開始前に、睡眠不足や体

⑪作業中の監視

53 高温多湿作業場所での作業中
る。

4 高齢労働者の作業管理

(1) 作業内容の調整や作業開

54 高齢労働者の身体・精神機能
すぎないように作業内容をき

55 体を十分にほくしてから作業に

(2) 作業負荷の軽減

56 強い筋力を要する作業や長時間

57 呼吸が乱れるような速い動作を
業の過度な負荷がかからない。

(3) 作業ペースや作業量のコン

高齢労働者の安全と健康確保のためのチェックリスト

番号

結果

結果

優先度

チェック項目 (100 の「エイジアクション」)

(4) がんの教育と検診

85 がんについての理解を促す健康教育を行うとともに、がん予防につながる生活習慣の改善(禁煙等)の指導を
行っている。

86 がん検診を実施したり、健康保険組合等や市町村が実施するがん検診の受診勧奨を行っている。

7 高齢労働者に対する安全衛生教育

(1) 安全衛生教育の確実な実施

87 法令で定められた安全衛生教育を確実に実施している。

(2) 加齢に伴う身体・精神機能の低下に対応するための安全衛生教育

88 高齢労働者や管理監督者に対して、加齢に伴う身体・精神機能の低下による労働災害発生リスクを低減させ
るための対策について安全衛生教育を行っている。

(3) 教育・指導の実施に当たっての高齢労働者の特性への配慮

89 「ベテランだから大丈夫」という先入観は持たないで、十分な時間をかけて、教育・指導を行っている。

8 高齢労働者の勤務条件

(1) 勤務形態・労働時間

90 定年退職・再雇用後は、希望すれば、働きやすい柔軟な勤務制度・休暇制度を利用できるようにしている。

(2) 夜勤

91 夜勤は、できる限り避けるとともに、夜勤をさせる場合には、心身の負担を軽減するように夜勤シフトや休日を調
整している。

(3) 安全や健康の確保に配慮した職務配置

Ⅲ. 『エイジアクション 1 0 0』の 具体的な点検・活用事例

1. 現状の把握とチェックの実施

(管理者等へヒヤリング、作成・記入例)

2. 展開の具体例

- ・A事業所 ①溶接部門②関係会社③組立部門

3. 今後の展開事例

- ・B事業所と東芝Grの健康管理施策他

1. 現状の把握（職場の管理者等へヒヤリング）

- （１）対象部門（会社等）高年齢労働者の雇用状況**
（どのような作業で、どれくらいの人数・割合か等）
- （２）過去の労働災害の発生状況**
（高年齢労働者の労働災害の傾向・タイプは？ また、原因は？）
- （３）リスクアセスメント（ＲＡ）やマネジメントシステム（ＭＳ）を実施している場合は、その実施結果**
（ハイリスク作業・業務や、その改善状況はどうか）
- （４）事業所における高年齢労働者の作業負荷の程度**
（大きい・重い・速い等の負荷の大きい作業は？）
- （５）高年齢労働者の健康状況【個人情報に留意】**
（生活習慣病・がん・持病等の罹患状況など）
- （６）高年齢労働者の体力の状況**
- （７）高年齢労働者の安全と健康確保の取組に当てる
予算・人員・時間等 その他**

『エイジアクション100（高年齢労働者の安全と健康確保）』

1. 日 時：2018-5-15（火）9：00～11：00
2. 場 所：□□事業所
3. 人員数（男・女）： 名（ 名・ 名）
4. 平均年齢（最高年齢者）： 才（ 才）
5. 内 容：エイジ・アクション100チェックシート
 - （1）結 果：○ 点：× 点：－ 点／100点
 - （2）優先順位：
 - ①
 - ②
 - ③
6. 特筆事項：

作成例①

『エイジアクション100（高年齢労働者の安全と健康確保）』

1. 日 時：2015－5－15（火）10：00～12：00
2. 場 所：（株）▲▲ 本社工場・全域 点検者：（安）伊藤M
3. 人員数（男・女）：●●●製造部 78名（71名・7名）
4. 平均年齢（最高年齢者）：53才（68才・派遣者・男性・2名）
5. 内 容：エイジ・アクション100チェックシート

（1）結 果：○83点：× 5点：－12点／100点 [88点]

（2）優先順位：

- ①3.(2)①14 高所作業の回避 [高所の作業床の無い作業]
- ②3.(2)⑤18 はしご・脚立の使用の回避 [特に、はしご作業]
- ③3.(1)①9 階段の蹴上高さの違い [構造上の問題・要表示]

6. 特筆事項：

- ①繁忙期・出張等にベテラン派遣者（60才以上）を指導員として活用
- ②遠方サイトへの技術派遣の際は、経験の浅い社員をサポートさせる
- ③高所作業や不自然な作業姿勢は、極力、避けるよう指示・徹底

記入例①

設立年月：1925年(大正14年)8月

名称：東芝エネルギーシステムズ株式会社
(本工場、タービン工場、入舟分

所在地：〒230-0045 横浜市鶴見区末

主要製品：火力発電機器、原子力発電機器
新エネルギー機器、ヘルスケア機

敷地面積：約511,000m²

大型設備等：750台（40mターニング他）
大型クレーン等：750基（750ton～）
危険作業等：高所・重量物・ヒット
有害物取扱等：有機・特化・粉塵・放射線他
従業員数：約3,000名
平均年齢：約46歳



①本工場: Keihin Product Operations Main Works



②タービン工場: Turbine Works



③入舟分工場: Irifune Works



(京浜) 本工場配置図

新芝浦駅

2

1

3

海芝浦駅

海に見える駅100選



1

『エイジアクション100（高年齢労働者の安全と健康確保）』

1. 日時: 2018-5-15(火) 9:45 ~ 10:50
2. 場所: A 事業所
3. 人員数(男・女): 10名 (10名・0名)
4. 平均年齢(最高年齢者): 41才 (58才)
5. 内容: エイジ・アクション100チェックシート

(1) 結果: A事業所の安全健康担当による溶接課点検事例

(2) 優先順位:

①

結果: ○:87点 ×: 1点 -:12点 1点/88点

②

改善項目: 3(1)①:職場内通路に空調架台の足有り

③

良好項目: 3(3)①20:腰掛作業椅子改善(BOX木箱)

3(3)②24:当木のアルミ化改善(超軽量化)

6. 特筆

人員:対象10名 平均年齢:41才 最高年齢者:58才

特筆:車両+女性+機械+介護対象無し

3(1)①: 職場内通路の安全確保: 通路に空調架台の足有



優先順位①

職場環境改善の為の空調設備用の架台の足部

内法80cm

3(3)①20: 作業椅子改善 (BOX木箱・縦・横座り作業用椅子)

座面の
高さ調整
や安定度
の向上



昔使用していたパイプ椅子
※カタログ写真



取手付き座り作業用BOX :

縦(30cm) × 横(30cm)
× 高さ(50cm) × 重量(5kg) / 個

3(3)②24:重量物 尺木のアルミ化改善(超軽量化)

尺木(尺角) : 重量(100kg)/個
縦×横(各30cm)×高さ(100cm)

アルミBOX :

縦×高さ(各30cm)×
横(15cm)×重量(7kg)/個
耐荷重:縦方向(36ton)
横方向(100ton)



サシ



A事業所の安全健康担当による関係(OB)会社の点検事例

2

『エイジアクション100 (高年齢労働者の安全と健康確保)』

1. 日 時: 2018-5-15(火) 10:30 ~ 11:50

2. 場 所: A 事業所

3. 人員数(男・女): 35 名 (35 名・0 名)

4. 平均年齢(最高年齢者): 53 才 (69 才)

結果: ○:89点 ×: 4点 -: 7点 4点/93点

改善項目: 2(1)2: 高齢者を使用する会社(推進計画無)

同一
階段

3(1)①8: 階段が薄暗い(特に、雨天時)

3(1)①9: 階段滑り止め無し(縁塗装剥がれ)

3(1)①10: 階段の上り・下り表示無し(手摺有)

良好項目: 3(1)①22: 打合せテーブルの可動

(使用用途により、立ち・座り可能に対応)

人員: 対象35名 平均年齢: 53才 最高年齢者: 69才

(内: アルバイト5名)

特筆: 車両+女性+介護対象者無し

高年齢労働者の安全と健康確保のためのチェックリスト（発R組）

番 号	チ ェ ッ ク 項 目 （ 100 の「エイジアクション」）	結 果	
			優先度
1 高年齢労働者の戦力としての活用			
1	高年齢労働者のこれまでの知識と経験を活かして、戦力として活用している。	○	
2 高年齢労働者の安全衛生の総括管理		来年度以降に改善予定	
(1) 基本方針の表明			
2	高年齢労働者の対策も盛り込んで、安全衛生対策の基本方針の表明を行っている。	×	
(2) 高年齢労働者の安全衛生対策の推進体制の整備等			
3	高年齢労働者の対策も盛り込んで、安全衛生対策を推進する計画を策定している。	×	
4	加齢に伴う身体・精神機能の低下による労働災害発生リスクに対応する観点から、高年齢労働者の安全衛生対策の検討を行っている。	○	
5	高年齢労働者による労働災害の発生リスクがあると考える場合に、相談しやすい体制を整備し、必要に応じて、作業内容や作業方法の変更、作業時間の短縮等を行っている。	○	
3 高年齢労働者に多発する労働災害の防止のための対策			

来年度以降に改善予定

3(1)①8・9・10: 階段滑防止・ルール無し&薄暗い



3 (1) ① 8 : 階段が薄暗い (特に、雨天時)

3 (1) ① 9 : 階段滑り止め無し (縁塗装剥がれ)

3 (1) ① 10 : 階段のルール表示無し (手摺有)

3(1)①22:打合せテーブルの可動 (用途別使用方法)

☆用途別に変更

- ・使用方法ルール化
- ・テーブル高さ変更
- ・折畳椅子の追加



通常パターン



来客対応・会議パターン

A事業所の安全健康担当による製造組立課の点検事例

3

『エイジアクション100（高年齢労働者の安全と健康確保）』

1. 日時: 2018-5-15(火) 13:15 ~ 14:30

2. 場所: A 事業所

3. 人員数(男・女): 57 名 (57 名・0 名)

4. 平均年齢(最高年齢者): 38.5 才 (63 才)

5. 内容: エイジ・アクション100チェックシート

(1) 結果: ○ $\frac{86}{100}$ 点: × $\frac{2}{100}$ 点: - $\frac{12}{100}$ 点 / 100点

(2) 優先順位

結果: ○:86点 ×: 2点 -:12点 2点/88点

改善項目: 3(1)①6:階段に段差有り(構造上の問題)

3(1)①8:薄暗い(特に、雨天時)

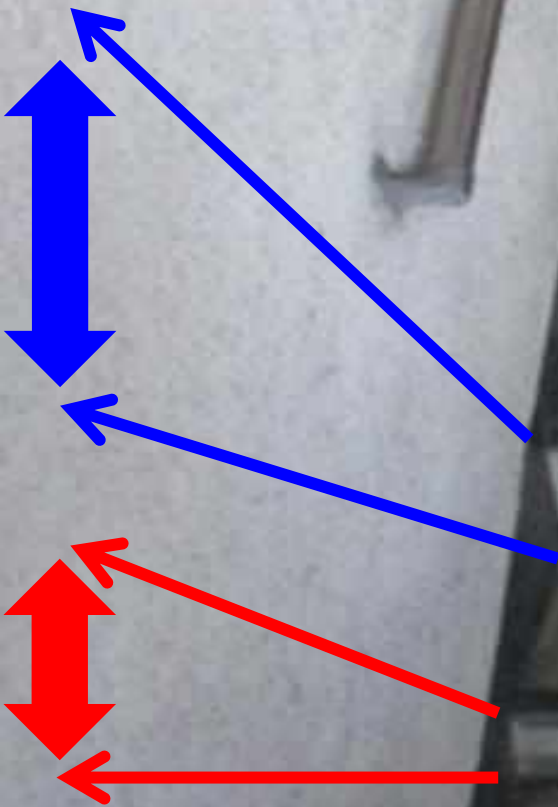
良好項目: 3(6)⑤47:クールジャケットの活用

(工場エアーを活用しクールジャケットに冷風)

人員:対象57名 平均年齢:39才 最高年齢者:63才

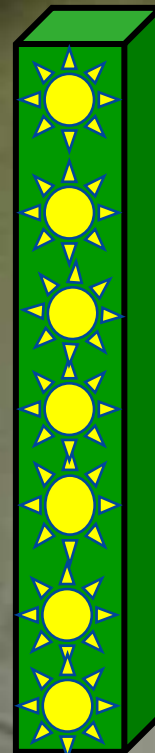
特筆:車両+女性+介護対象者無し

最下段の蹴上の高さが低い



3(1)①8・9・10: 滑り防止テープ・ルール&自動照明

2020年4月現在
建屋SCRAP



3 (1) ① 8 : 薄暗い階段【センサー付き階段照明】

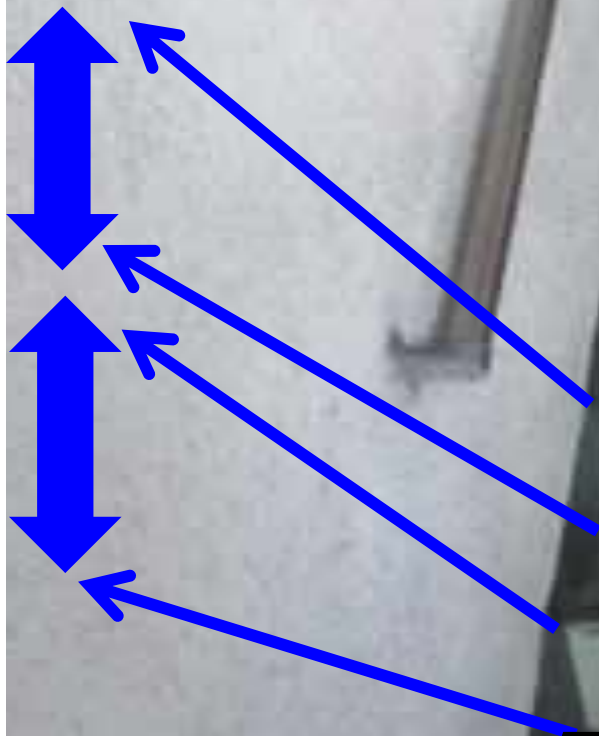
3 (1) ① 9 : 縁の塗装剥がれ【ノンスリップテープ】

3 (1) ① 10 : 階段ルール表示無し【  表示】

2020年4月現在

建屋SCRAP

最下段をフラット化



3. 今後の展開事例・B事業所と東芝Grの健康管理施策 他

職場改善計画表 (P14) の有効活用

高年齢労働者の安全と健康確保のための職場改善計画

No.	チェック項目番号	現行の問題点 (チェック項目が「×」の理由)	改善内容	フォローアップ計画	責任者/担当者	スケジュール											
						月	月	月	月	月	月	月	月	月	月	月	月
1	6,7,10,11,12,13	転倒防止 ①つまずき、踏み外し、滑りの防止措置(通路路等の整理整頓の不備、床面の油等の放置、危険箇所の非表示)②安全な作業靴の着用、③危険マップ等の作成・周知がそれぞれ行われていない。	「STOP! 転倒災害プロジェクト」のパンフレットを参照し問題点の改善内容を実施し進捗管理を行う。	各項目の進捗管理を毎月実施	工場長												
			整理・整頓の徹底、床面の油汚れを放置せず除去、ヒヤリハット情報を活用し、危険マップの作成、危険箇所の表示を行う。	朝礼等で整理・整頓の徹底、危険箇所の周知を行う。	各現場責任者												
			上記の周知徹底を行う。定期的な職場点検、巡視を実施する。転倒予防体操を実施する。	3ヶ月に一回定期的に見直し、周知状況を確認する。	安全環境部長												
2																	

現行の問題点
転倒災害の防止

職場改善計画『転倒防止』活用例①

高年齢労働者の安全と健康確保のための職場改善計画

No.	チェック項目番号	現行の問題点 (チェック項目が「×」の理由)	改善内容	フォローアップ計画	責任者/担当者	スケジュール											
						4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
1	(1)① 8.10 (2)② 15	記入例 (1)転倒防止 ①つまずき、踏み外し、滑りの防止措置 8. 階段・通路の十分な明るさ(照度)を確保している。10. 通路の段差を解消できない箇所が残る場合は、表示等により注意喚起を行っている。 (2)墜落・転落防止 ②作業床・手摺りの等の設置15. バランスを崩しても安全な高さの囲い・手摺り覆い等を設けている。	転倒防止対策(つまずき、踏み外し、滑り・転落・墜落等)の防止措置の問題点の把握と改善策の計画、予算の確保(決済含む)を指示・承認・実行・改善の検証を四半期毎に、進捗管理する。	各改善段階の進捗管理を確認【3ヶ月毎の安全衛生委員会にて】	工場長	目標											
			転倒防止対策(ハード面・ソフト面)の展開の為の調査(RA、ヒヤリハット・シット情報等)を活用し、自部門の改善計画の立案、実施事項・予算の提案等を行う。	毎月の職場安全衛生委員会にて、11ヶ月目を改善終了月とし、各種施策を展開、転倒災害防止対策を実行する。	各部門長(代行:各部門安全衛生幹事)	定期RA他実施											
			転倒防止対策(ハード面・ソフト面)の展開の為の調査(RA、ヒヤリハット・シット情報等)を活用し、自部門の改善計画の立案、実施事項・予算の提案等を行う。	3ヶ月サイクルで個別事案を調査・改善・効果の確認を実施す。	各課長(代行:各課安全衛生幹事)												

問題点として、転倒、墜落・転落の防止

職場改善計画『転倒防止』活用例②

高年齢労働者の安全と健康確保のための職場改善計画

[illegible]

問題点として、転倒、墜落・転落の防止

職場改善計画『転倒防止』活用例③

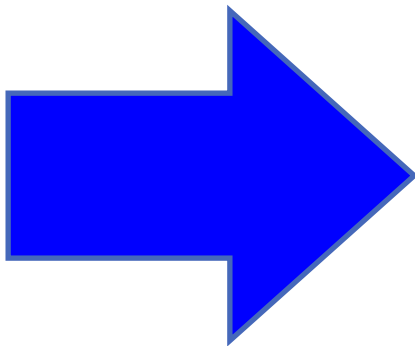
高齢労働者の安全と健康確保のための職場改善計画

No.	チェック項目番号	現行の問題点 (チェック項目が「×」の理由)	改善内容	フォローアップ計画	責任者/担当者	スケジュール											
						4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
1	(1)① 3.10 (2)② 15	記入例 (1)転倒防止 ①つまずき、踏み外し、滑りの防止措置 8. 階段・通路の十分な明るさ(照度)を確保している。10. 通路の段差を解消できない箇所がある場合は、表示等により注意喚起を行っている。 (2)墜落・転落防止 ②作業床・手摺りの等の設置15. バランスを崩しても安全な高さの固い・手摺り・覆い等を設けている。	転倒防止対策(つまずき、踏み外し、滑り・転落・墜落等)の防止措置の問題点の把握と改善策の計画、予算の確保(決済含む)を指示・承認・実行・改善の検証を四半期毎に、進捗管理する。	各改善段階の進捗管理を確保 [2ヶ月毎の安全衛生委員会にて]	工場長	5月	実施策の承認・展開と予算の承認(同時実施)										
			定期RA実施	防止策立案・実施提案		個別予算の提案	転倒災害防止策(ハード面・ソフト面)の展開	不安全行為のパトロール・指導	改善後のRAによる効果確認								
			転倒防止対策(ハード面・ソフト面)の展開の進捗調査(RA、ヒヤリ・ハット・ゾット情報等)を活用し、自部門の改善計画の立案、実施事項・予算の提案等を行う。	毎月の職場安全衛生委員会にて、11ヶ月目を改善終了月とし、各種施策を展開、転倒災害防止対策を実施する。	各部門長 (代行:各部門安全衛生幹事)	8. 照度調査	改善計画の提案・実施	10. 段差調査	改善計画の提案・実施	15. 手摺調査	改善計画の提案・実施	個別予算の提案・実施	改善計画の提案				
			転倒防止対策(ハード面・ソフト面)の展開の進捗調査(RA、ヒヤリ・ハット・ゾット情報等)を活用し、自部門の改善計画の立案、実施事項・予算の提案等を行う。	3ヶ月サイクルで個別事業を調査・改善・効果の検証を実施する。		各課長 (代行:各課安全衛生幹事)											
3	照度不足 (改善前)		10 段差表示		15 手摺追加		歩行指導										



従前の階段の手摺りに
かさ上げし、ふらつき等
による転落防止を図った

手摺りが低く、転落
する恐れがあった



職場改善計画『熱中症』活用例①

高齢労働者の安全と健康確保のための職場改善計画

No.	チェック項目番号	現行の問題点 (チェック項目が「×」の理由)	改善内容	フォローアップ計画	責任者/担当者	スケジュール											
						4月		5月		6月		7月		8月		9月	
1	⑥ ⑦ ⑧ ⑨	記入例 (6)熱中症予防 ⑦熱さ指数(WBGT値)の把握 ⑧作業中の巡視 ⑨安全健康同いかけ等 ⑩涼しい服装	熱中症予防対策の問題点の把握と改善策の計画、予算の確保(決済含む)を指示・承認・実行・改善の検証を進捗管理する。	各改善段階の進捗管理を確認(安全衛生委員会にて)	所長	目標											
									実施策の承認・展開の承認								
										確認	確認	確認					
													反省・展開				
			熱中症予防対策の展開の為の調査(温・湿度、輻射熱の測定対象の実状を確認・検証)し、自部門の改善計画の立案、実施事項・予算の提案等を行う。	毎月の職場安全衛生委員会にて、9月末を改善終了・確認月とし、各種施作を展開、熱中症予防対策の効果を検証する。	各部門長(代行:各部門安全衛生幹事)												

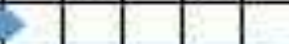
職場改善計画『熱中症』活用例②

高年齢労働者の安全と健康確保のための職場改善計画

No.	チェック項目番号	現行の問題点 (チェック項目が「×」の理由)	改善内容	フォローアップ計画	責任者/担当者	スケジュール					
						4月	5月	6月	7月	8月	9月
1	(6) ②③ ④⑤	記入例 (6)熱中症予防 ②熱中指数(WBGT値)の把握 ③作業中の巡視 ④安全健康問い合わせ等 ⑤涼しい服装	熱中症予防対策の問題点の把握と改善策の計画、予算の確保(決済含む)を指示・承認・実行・改善の検証を進捗管理する。	各改善段階の進捗管理を確認【安全衛生委員会にて】	所長	目標	実施策の承認・展開の承認				
			熱中症予防対策の展開の為の調査(温・湿度、輻射熱の測定対象の実状を確認・検証)し、自部門の改善計画の立案、実施事項・予算の提案等を行う。	毎月の職場安全衛生委員会にて、9月末を改善終了・確認月とし、各種施策を展開、熱中症予防対策の効果を検証する。	各部門長(代行:各部門安全衛生幹事)	温湿度の測定等	防止策立案・実施提案		個別予算の提案		
			熱中症予防対策(ハード面・ソフト面)の展開の為の調査(RA・ヒヤリハット・ソフト情報等)を活用し、自部門の改善計画の立案、実施事項・予算の提案等を行う。	7月実施を目標に個別事案を調査・改善・効果の確認を実施す。	各課長(代行:各課安全衛生幹事)	② WBGT値測定【高温日】 ③ 作業中の巡視【高温日】 ④ 朝礼・昼礼時の確認・展開 ⑤ 暑熱時作業服の見直し・クール用具の検討			改善計画の提案・実施		
										改善後の効果確認	
											改善計画の提案

職場改善計画『熱中症』活用例③

高齢労働者の安全と健康確保のための職場改善計画

項目	実施 時期	実施の課題点 (「チェック項目とR」の欄 を)	改善内容	フォローアップ 計画	責任者 /担当 者	スケジュール											
						4月	5月	6月	7月	8月	9月						
1	① ② ③	(a) 熱中症予防 ②熱さ対策 (WSGT値) の 把握③作業中の休憩 ④安全靴着用いかん等 ⑤厳しい環境	熱中症予防対策の課題点の 把握と改善策の計画、予算 の確保(決裁含む)を推進・ 承認・実行・改善の効果を追 跡管理する。	各改善段階の進 捗管理を確立 【安全衛生委員 会にて】	所長												
			熱中症予防対策の課題点の 把握(暑・湿・放射熱の 測定対象の表を確立・検 証し、各部門の改善計画の 立案、実施事項・予算の概算 等を行う。	毎月の暑湿指数 安全委員会にて、4月を改善 計画・確認月と し、各改善段階を 順調に、熱中症予 防対策の効果を 検証する。		    											
			熱中症予防対策(ハード面・ ソフト面)の課題点の把握 (R4、セーフティ・ヘルス・ 観察等)を活用し、各部門の改 善計画の立案、実施事項・予 算の概算等を行う。	7月実施項目 に個別事業を同 会・改善・効果の 検証を実施す。	各課長 (R4時: 各課安全 衛生幹 事)	     											
			熱中症予防対策(ハード面・ ソフト面)の課題点の把握 (R4、セーフティ・ヘルス・ 観察等)を活用し、各部門の改 善計画の立案、実施事項・予 算の概算等を行う。	7月実施項目 に個別事業を同 会・改善・効果の 検証を実施す。		     											



暑さ指数
(WSGT)



項目	内容
1. 暑さ指数 (WSGT) の把握	暑湿指数の測定・把握
2. 暑さ対策 (WSGT値) の把握	暑湿指数の測定・把握
3. 暑さ対策 (WSGT値) の把握	暑湿指数の測定・把握
4. 暑さ対策 (WSGT値) の把握	暑湿指数の測定・把握
5. 暑さ対策 (WSGT値) の把握	暑湿指数の測定・把握
6. 暑さ対策 (WSGT値) の把握	暑湿指数の測定・把握
7. 暑さ対策 (WSGT値) の把握	暑湿指数の測定・把握
8. 暑さ対策 (WSGT値) の把握	暑湿指数の測定・把握
9. 暑さ対策 (WSGT値) の把握	暑湿指数の測定・把握
10. 暑さ対策 (WSGT値) の把握	暑湿指数の測定・把握

『熱中症』とは？

① 熱中症とは、

・ 高温の熱環境によっておこる、
様々な、身体の不調のことを言う。

② 暑さによって、

・ 体温調節機能が乱れたり、体内の水分量・
塩分量のバランスが崩れたりすることが原因。

③ 条件（キー・ワード）は、

・ 環境・からだ・行動です。

『熱中症』とは？

環境 からだ 行動

これら3つの
要因により

- ・気温が高い
- ・湿度が高い
- ・風が弱い

- ・日差しが強い
- ・閉め切った屋内
- ・エアコンの無い部屋

- ・急に暑くなった日
- ・熱波の襲来



- ・激しい筋肉運動や、慣れない運動
- ・長時間の屋外作業
- ・水分補給できない状況

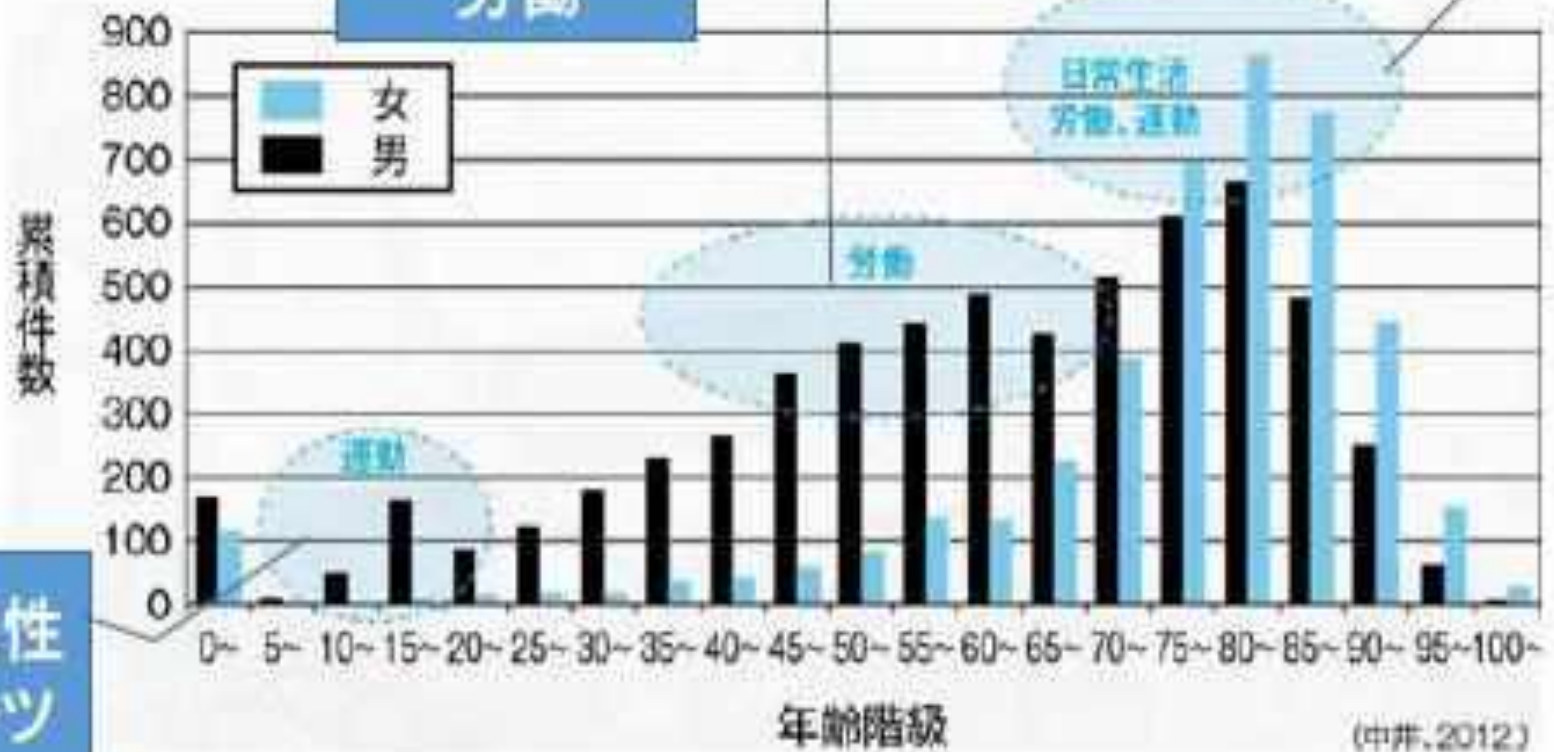


高年齢労働者の健康管理を徹底

熱中症にかかりやすい人

高齢者
非労作性熱中症
・屋内

中年男性
労働



熱中症の発症に影響を与える

恐れのある状態や疾患

日頃から、高年齢労働者の
健康管理はできていますか？

状 態

- 睡眠不足
- 体調不良
- 前日の飲酒
- 朝食の未摂取
- 発熱、下痢等

疾 患

- 糖尿病
- 高血圧症
- 心疾患
- 腎不全
- 精神・神経関連疾患

・高齢者に加え
・基礎疾患
・多剤服用者
・肥満者 等

熱中症の発症に影響を与える 恐れのある状態や疾患

高齢者が熱中症にかかりやすい理由

「暑い」と感じにくくなる。

行動性体温調節が鈍る。

発汗量・皮膚血流量の増加が遅れる。

発汗量・皮膚血流量が減少する。

体内の水分量が減少する。

のどの渇きを感じにくくなる。

東芝Grの健康管理施策の展開 (エイジマネジメントのススメ)

〔人業C〕2018-XXXX

2018-1-9

各コーポレートスタッフ部門勤労業務責任者殿、安全健康担当業務責任者殿
安全健康担当業務責任者殿

30・40・50歳年代別健康教育の展開

〔ファイナンシャルプランセミナー合同開催〕

掲題の件、下記のとおり開催するので通知します。

記

ご参考

1. 趣 旨

東芝グループは「創造的成長の実現」を経営方針として掲げ、「価値創造」と「生産性向上」、「多様な人財の積極的育成・活用」、「CSR経営の推進」を基盤にすることにより、「ひとりひとりが輝き躍動する東芝グループ」を実現し、「真のグローバル企業」へと成長していくことを目指している。

この「ひとりひとりが輝き躍動する東芝」を実現するためには、従業員の健康を基盤とした「意識改革」に加え、「安心して働く環境・仕組み」を提供していくことが必要であり、その中でも、セーフティネット
(中略)

こうした背景を受け、今般、従業員個々人のライフステージに応じた将来設計の実現を支援することを目的として、年代別ファイナンシャルプランセミナー、健康教育を開催する。

2. セミナー内容

(1) 30 歳到達者 (2.5H)

結婚、出産、子の教育、住宅購入等、ライフステージの変化にあわせた福利厚生制度の有効な活用方法を紹介。また、30代は体力があり無理をしがちな年代。生活習慣が病気のリスクになることを知り、40代以降の基盤となる生活習慣を学ぶ。

(2) 40 歳到達者 (2.5H)

退職後の生活（セカンドライフ）を意識し、既に加入している福利厚生制度の見直しについて説明する。また、健康面では、年齢による体調の変化を感じ始める年代。この年代の特徴的な病気を知り、多忙な中でも気を付けたい生活習慣のポイントについて学ぶ。

(3) 50 歳到達者 (3.0H)

自身が貯蓄財産や退職手当金・企業年金等の老後資金の有効な活用方法を紹介。雇用延長制度の概要についてもあわせて説明する。また、健康面では、年齢による体調の変化を実感する年代。キーワードである「健康寿命」を知り、変化を振り返りながら、特に気を付けたい生活習慣のポイントを学ぶ。

実施している年代別健康教育

新入社員健康教育

年代別健康教育（30歳）

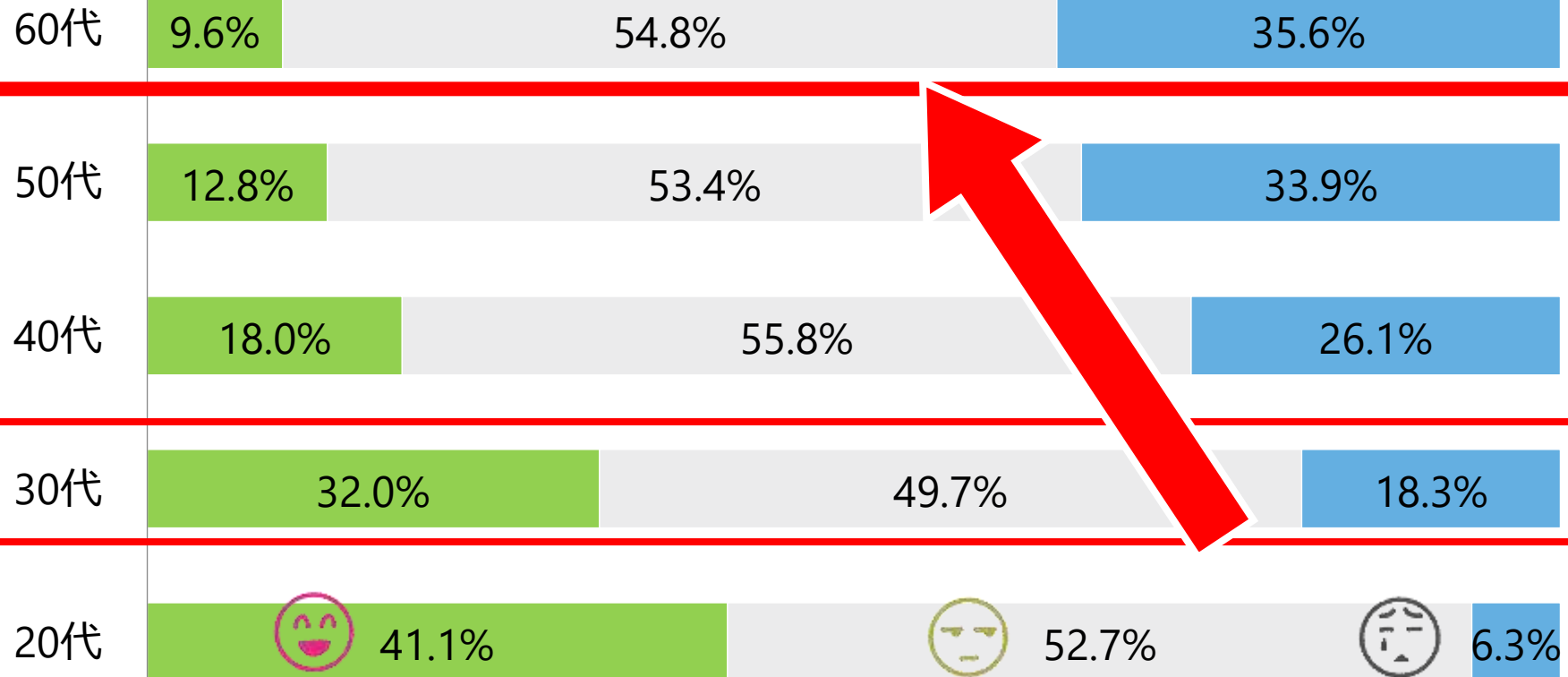
年代別健康教育（40歳）

年代別健康教育（50歳）

年代別定期健康診断の総合判定推移

※2017年度 東芝グループ定期健康診断結果より

😊 異常なし 😐 経過観察 😓 要治療



年代が上がると共に治療や肥満者や血圧、糖尿病等の有所見者が増加

これから気をつけたい主な病気は？

身体の変化

環境や役割の変化

生活習慣の乱れ、ストレス対処の不足



がん細胞の発生

体重増加

ストレス反応

がん
(悪性新生物)

メタボ

心疾患
脳・血管疾患

メンタル疾患

生活習慣とストレス対処が予防の鍵

若年時からエイジ・マネジメントの準備

生活習慣

メタボリックシンドロームとは、過食と運動不足による 内臓脂肪の蓄積 が、血糖、血圧を上昇させ、脂質代謝異常を引き起こし、心臓病や脳卒中などの危険因子 を併せ持つ状態のこと。

メタボリックドミノ

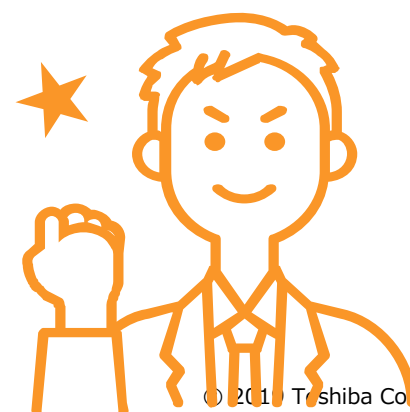
今、あなたは
どこにいますか？

引用：慶応大学医学部 伊藤裕医師
<http://www.keio-emn.jp/professor/>



エイジマネジメントのまとめ

- ・ 30代は環境や身体の変化の始まりである。
- ・ これから気を付けたい主な病気は3つ。
がん、心疾患・脳血管疾患、メンタル疾患。
- ・ これから先、生活習慣とストレス対処がカギ。
- ・ 合言葉は、「一無 二適（少） 三多」
（無煙・禁煙、少食・少酒、多動・多休・多接）
- ・ ストレスと上手に付き合おう。おすすめは、
「問題解決技法」！



労働衛生管理の徹底が重要

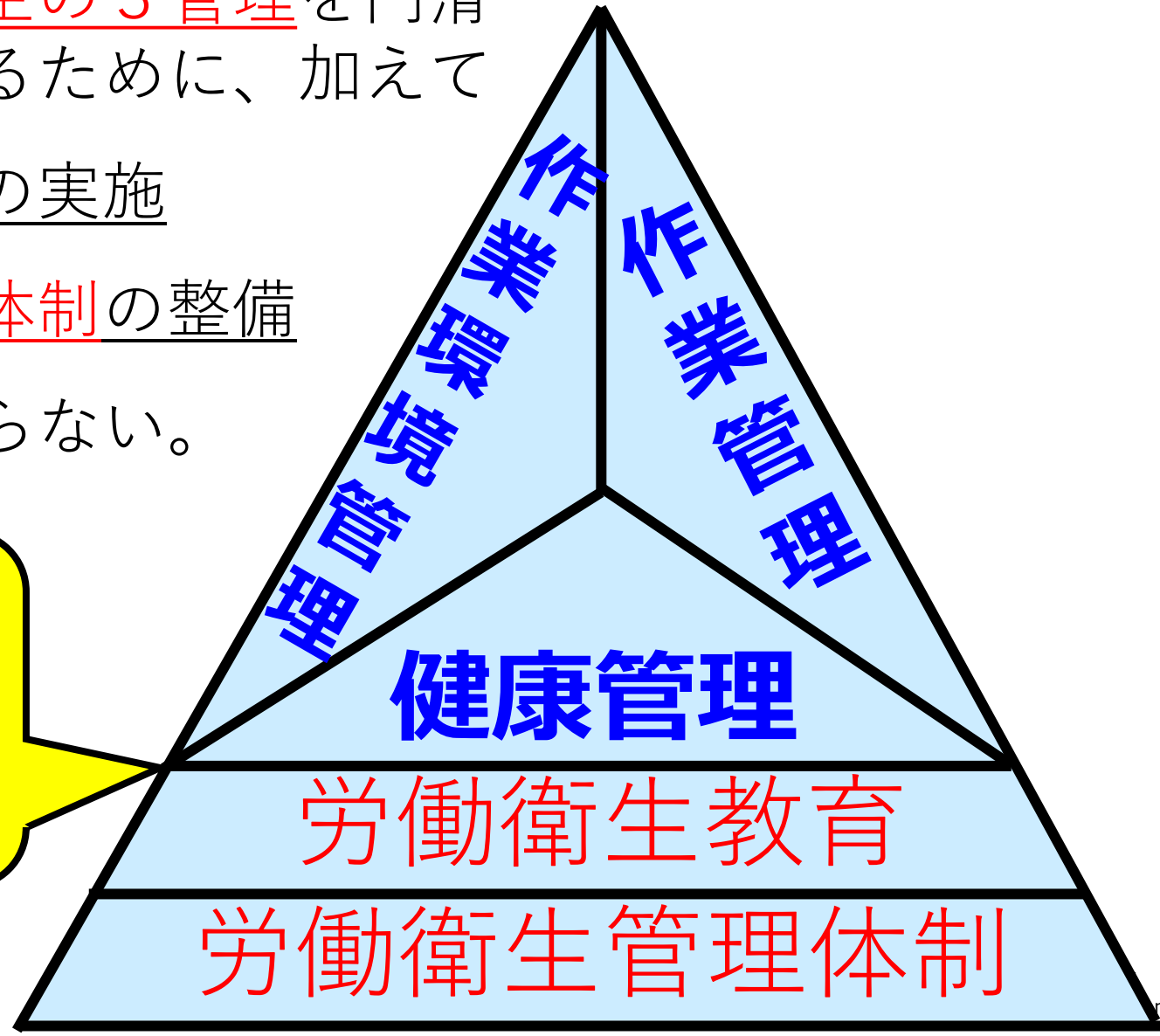
これらの労働衛生の3管理を円滑に効果的に進めるために、加えて

* 労働衛生教育の実施

* 労働衛生管理体制の整備

をしなくてはならない。

労働衛生
の5管理



『労働衛生の3管理』の推進

作業環境管理

有害要因を**工学的な対策**によって**作業環境から除去**し良好な作業環境を維持するための対策

作業管理

作業のやり方を適切に管理し作業環境の悪化と作業者への影響を少なくするための対策

健康管理

健康診断及びその結果に基づく措置、更には日常生活指導まで含めた生活全般にわたる対策



9. 高齢期に健康で安全に働くことができるようにするための若年期からの準備（エイジ・マネジメント）

高年齢労働者が健康で安全に、能力を最大限に発揮して働くことができるようにしていくためには、**高年齢労働者を対象とした取り組みに加えて、若年時からの準備の取り組みについての企業の支援も重要です。**

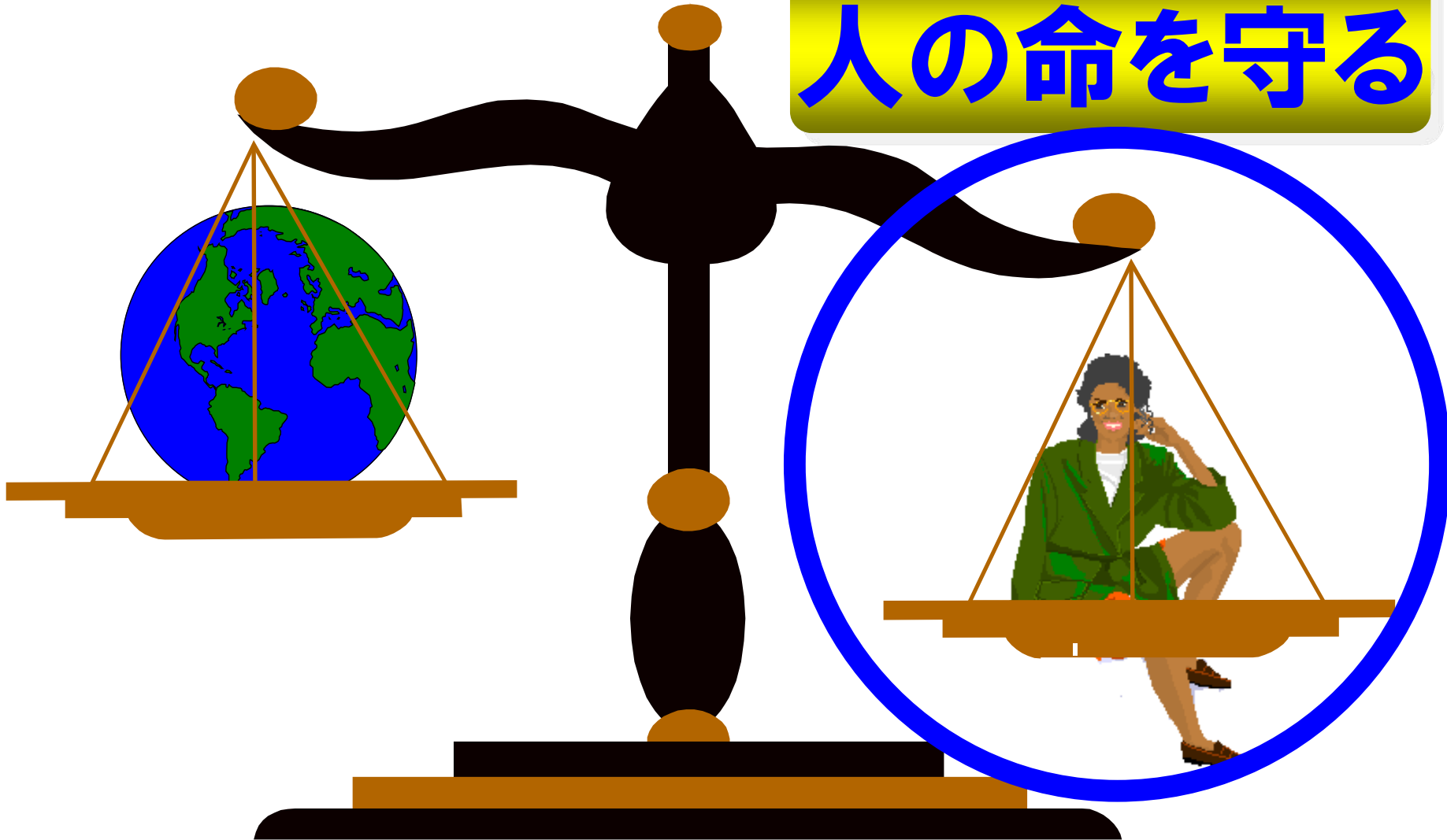
- ①健康づくりの支援
- ②女性特有の健康上の課題についての支援
- ③長時間労働の是正やワーク・ライフ・バランスの確保
- ④キャリア形成の支援について

IV. あとがき

(まとめに代えて)

人命尊重: 軽んじてはいけない

人の命を守る



企業の安全健康配慮義務

そこから予見される労働災害発生の危険があるならば、それを**予見**し、その災害を**回避**しなければならない。



危険予見義務と結果回避義務

マネジメントシステムの構成

継続的な改善
スパイラルアップ

Action

マネジメントレビュー

Check

点検及び是正措置

労働安全健康基本方針

計画

Plan

Do

実施及び運用

安全健康基本方針 & 安全健康経営宣言

TOSHIBA

東芝グループ安全健康基本方針

東芝グループは、人間尊重を旨とする『東芝グループ経営理念』に基づき、CSR経営推進企業として世界各国の文化や慣習を尊重しながら、持続可能な社会の実現に貢献する事業活動を展開していきます。

—そのために、全ての事業活動において生命・安全・法令遵守を最優先し、グループをあげて「安全で快適な職場環境づくりと心身の健康保持増進」を推進します。

1. 安全健康を経営の最重要課題の一つに位置づけ、「安全健康管理活動の継続的な改善」により「業務に起因する負傷および疾病の予防」に努めます。
2. 労働安全衛生法規等およびグループ各社が履行することを決めた指針および自主基準等を遵守します。
3. 次の事項について目的・目標を定め、実行します。
 - (1) 労働災害や職業性疾病の削減ならびにこれらを誘発する危険源の除去およびリスクの低減
 - (2) 全従業員が個々の能力を十分発揮するための心身の健康保持増進
4. グループの事業にかかわる多様な立場の働く人々およびその代表と安全健康への取り組みを適切に協議し、参加を支援します。
5. 各種の安全健康コミュニケーションを通じ、社会の安全健康管理水準の向上に貢献します。

2020年4月1日

株式会社 東芝 代表執行役社長兼CEO

車谷暢昭

東芝グループ安全健康経営宣言

東芝グループは、数々の労働災害防止、対策のさらなる充実・向上に意欲を燃やし、その最大限の財力であらゆる従業員の安全と健康を世界の最善な水準に近づけ、「安全健康経営」を推進します。

この宣言のため、「東芝グループ安全健康基本方針」に基づき、各部署は以下の目標を厳格に果たすことのできる体制を構築し、安全健康に関する定期的な協議を定め、対象安全衛生マネジメントシステムの構築・維持の中で継続的な改善を目指します。

1. 経営層（各部門のリーダー）は、「安全健康経営」を率先推進します

- 安全健康の各種指標を経営の重要指標のひとつと捉え、その改善の重要度を認識します
- 各社の安全健康上の課題・リスクに視点を絞った経営資源（ヒト・モノ・カネ）を投入します

2. 管理職は、部下の安全と健康を確実に配慮します

- 自身の業務範囲の中で部下の安全健康に気を配り、確認があれば即時適切に対応します
- 社内規程に従い、部下の安全健康を担保する機会・時間を適切に確保します
- コミュニケーションの取組、活動される職場づくりに努めます

3. 安全健康スタッフは、職場での安全健康文化の醸成に努めます

- 日々業務での安全健康上の課題を抽出し、予防安全、業務の一次予防に注力します
- 自らの専門性を活かし、チーム部門に対し適切な支援・指導・指導を行います
- 継続的な安全健康管理を担保するため、協力者をあつち安全健康人材の育成に努めます

4. 従業員は、自発的かつ相互協力の安全と健康の確保に努めます

- 従業員の間で互いに次の事項をお願ひします
 - ▼ 業務改善活動が定着する各種の機会・機会を活用し、自身の安全健康、健康保持増進に努める
 - ▼ 自身と周囲の安全と健康は東芝グループにとってのかけがえのない財産と心得、日常から安全第一の行動、健康第一の生活習慣を心がける
 - ▼ 自身の解決困難なことは、「上司や同僚」「安全健康スタッフ」「各種外部相談窓口」等に相談する
 - ▼ 周囲の人への様子と環境についても気を配り、相互に助け合いながら、安全と健康を確保できる職場づくりに努める

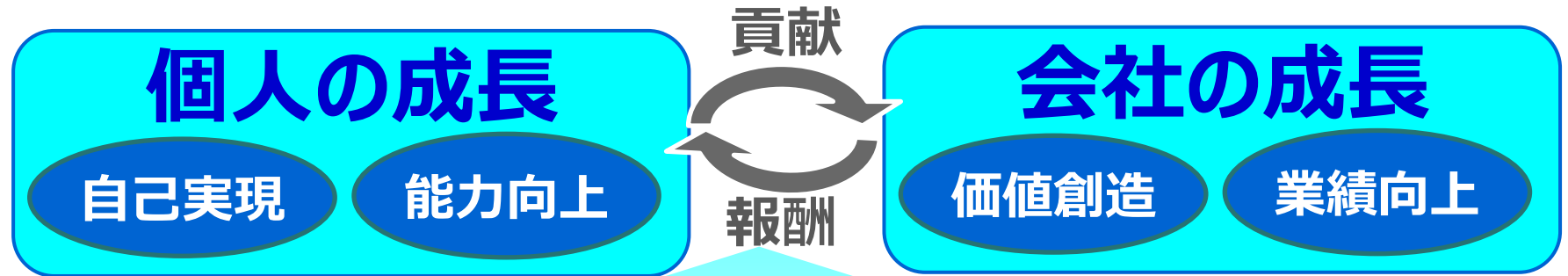
2020年4月1日

株式会社 東芝 代表執行役副社長

最高安全健康責任者兼CHRO

菅野 正典

2019年度～：健康経営×働き方改革のイメージ



働き方改革

仕事の与え方・進め方を変える

働きがい向上 ↔ 生産性向上

風土変革

意識改革

制 度

ファシリティ

安全健康



安全健康経営

全体の下支として位置づけ



「企業価値の向上」／「いきいき人生」

行動規準「The Four Keys (4つの鍵)」

東京ディズニーリゾートのテーマパークでは、

- ① Safety (安全)
- ② Courtesy (礼儀正しさ)
- ③ Show (ショー)
- ④ Efficiency (効率)



このように、全てのキャストはゲストの安全 (Safety) を確保することを常に最優先しつつ、日々の業務に取り組んでいる。

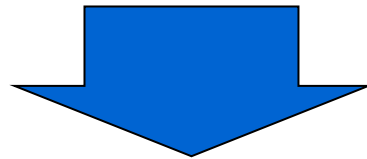
①安全 ≥ ②礼儀

こぼしたジュースの清掃を行うキャストは、**すぐに行動すること**はもちろん、**しゃがんだ姿勢で路上を拭くことはせず、立ったまま足を使って拭き取ります**。しゃがんだ状態では、周りに気を取られているゲストが気づかずに、キャストにぶつかり・転んでしまう可能性があるためです。



高年齢化時代のみんなの理想

- 1.健康なくして安全なし
- 2.安全なくして人生なし
- 3.安全なくして企業の存続なし



『安全・健康』の提供が
企業の使命

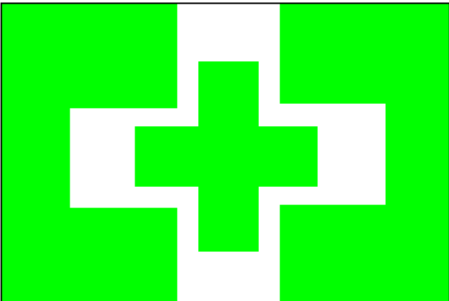


人と、地球の、明日のために。

**Committed to People,
Committed to the Future.**

TOSHIBA

ご成長 ありがとうございます



TOSHIBA

Appendix



「高年齢労働者の安全と健康確保のための ガイドラインの策定について」

基安発0316第1号 令和2年3月16日
厚生労働省労働基準局安全衛生部長

1. 背景と趣旨

このガイドラインは、各企業やそこで働く高年齢労働者が安心・安全に働ける職場環境づくりや労働災害防止のための積極的な取組みを期待している。

通称で使用している『エイジフレンドリーガイドライン』はWHOや欧米の労働安全衛生機関で多く使用されている『高年齢者の特性を考慮した』という意味である。尚、厚生労働省は令和2年度から、このエイジフレンドリー補助金（競争的間接補助金：6/12～10/31）により、中小企業に対して各種の普及のための周知セミナーや個別コンサルティング等の支援を補助事業として展開する。

現状の労働災害や疾病の特徴

- ・60歳以上の高年齢者の雇用増大。特に、第三次産業。
- ・労働災害(4日以上死傷病)60歳以上の高年齢者割合が26%。女性に顕著。
- ・高年齢ほど、労災の休業見込み日数が増大(重症化)。
- ・腰痛・熱中症の多発。長時間労働等による脳・心臓疾患のより一層の対応強化。
- ・高年齢者の視力・聴力・筋力・平行感覚等の労働災害(特に転倒)への影響。
- ・定期健康診断の有所見率、メタボリックシンドローム該当者の増加。
- ・青壮年期からの継続的な健康づくりと生活習慣病予防の重要性(エイジマネジメント)。

企業の高齢者の労働災害防止対策の取組の現状

- ・健康診断後の就業上の処置や作業前の体調確認等
【事業場全体の55.7%】
- ・『健康経営』や健保の保険者との『コラボヘルス(連携)』他

対応と方向性

- ・安全衛生対策の強化。
- ・現業部門に留まらず管理・事務部門の対策強化も重要。
- ・経験の少ない業種・業務へ転換された高年齢者の配慮・留意。
- ・高齢者特有のフレイユ(加齢による心身の衰え)やロコモティブシンドローム等の考慮。
- ・病気の治療と仕事の両立支援の視点の重要性の認識。
- ・高年齢労働者が体力や健康の維持改善に努め、事業者が取組むことにより安心して安全に働くことが可能。
- ・体力の劣る・職業経験の浅い労働者を含む全ての労働者のための職場環境改善。

■ 事業者求められる具体的な取り組み事項

● 経営トップによる方針表明及び体制整備・確立

経営トップによる高齢者対策の取組みの姿勢の表明、体制の整備と明確化、及び身体機能の低下による労働災害の危険源の特定とリスクアセスメントの実施。

● 職場環境の改善

身体機能の低下を補う設備・装置の導入

（主にハード面の対策〔優先順位考慮〕）

【例】 照度の確保・段差の解消・床通路の滑り防止他・働く高齢者の特性を考慮した作業管理（主にソフト面の対策〔優先順位考慮〕）

【例】 勤務形態・勤務時間等の工夫、高齢者の身体特性を踏まえた作業マニュアルの策定（無理の無いタクトタイム・作業姿勢・作業時間等）

● 高年齢労働者の健康や体力の状況に応じた対応

健康診断や体力チェック等により把握した個々の健康や体力の状況に応じて、職場の適正配置（業務のマッチング）をするとともに、集団と個々の身体機能の維持向上に取り組む。

● 高年齢労働者の健康や体力の状況の把握

法定の健康診断（一般・特殊等）の確実な実施と体力チェック等による健康や体力の状況を事業者・高年齢労働者双方が客観的に把握する。

● 安全衛生教育

十分な時間と分かりやすい資料（写真・図・映像等）を活用し教育を実施するとともに、再雇用・再就職者等の経験のない高齢者従業員には、特に丁寧な教育訓練を実施する。

■ 労働者に求められる取り組み事項

- 事業者が実施する労働災害防止対策の取組みに協力するとともに、自己の健康を守るための努力の重要性を理解し、自らの健康づくりに積極的に取り組むよう努める。
- 健康診断の確実な実施と体力チェック等による健康や体力の状況の客観的な把握と維持管理。
- 日常的な運動、食習慣の改善等による体力の維持と生活習慣の改善。

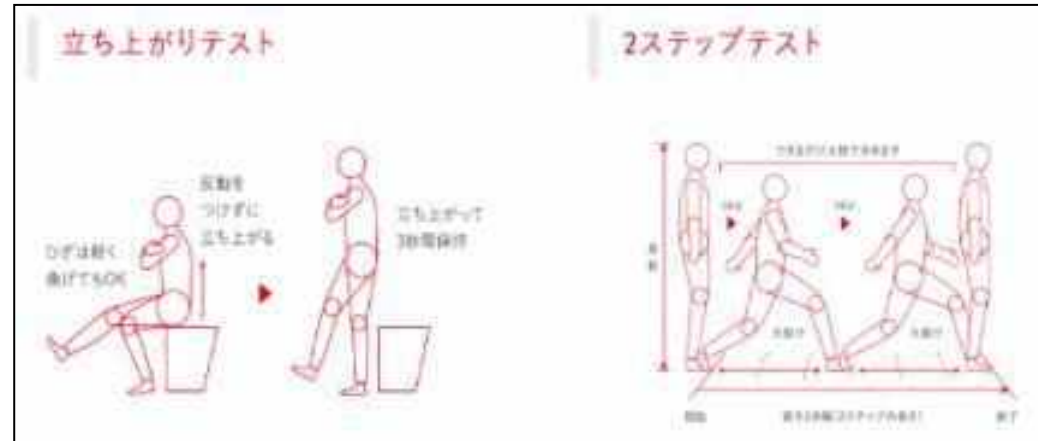
転倒予防に役立つ運動支援ツール提供（目的別に拡充）

・転倒災害予防教育コンテンツの配布、予防運動動画紹介

知る



自ら把握する 測定指標 例)



日本整形外科学会公式 ロコモティブシンドローム予防啓発公式サイトより



<https://anzeninfo.mhlw.go.jp/information/videokyozai.html>

日々改善実践

実践運動 例)

厚生労働科学研究補助金 労働安全衛生総合研究事業
「エビデンスに基づいた転倒予防体操」動画

エイジフレンドリーガイドラインのポイント

- ・高年齢労働者の業務の実情に応じて、国や関係団体による支援等も活用し実情に応じた実施可能な取組みを積極的に取組むよう努める。

事業場における安全衛生管理の基本的体制及び具体的取組

別紙



具体的取組				
		予防	把握・気づき	措置
場のリスク	安全衛生教育	身体機能を補う 設備・装置の導入 (本質的に安全なもの)	危険箇所、危険作業 の洗い出し	身体機能を補う 設備・装置の導入 (災害の頻度や重篤度を低減させるもの)
		メンタルヘルス対策 (セルフケア・ラインケア等)	ストレスチェック ①個人、②集団分析	職場環境の改善等のメンタルヘルス対策
		健康維持と体調管理	作業前の体調チェック	高年齢労働者の特性を考慮した作業管理
		運動習慣、食習慣等の 生活習慣の見直し	健康診断	健診後の就業上の措置（労働時間短縮、 配置転換、療養のための休業等）
		体力づくりの 自発的な取組の促進	安全で健康に働く ための体力チェック	健診後の面接指導、保健指導
				体力や健康状況に適合する業務の提供
人のリスク			低体力者への体力維持・向上に向けた指導	

エイジフレンドリーガイドライン 【結 論】

▲エイジフレンドリーガイドラインは、高年齢労働者・体力の劣る労働者、職業経験の浅い労働者を含む、全ての労働者が安心して安全・健康に働ける職場環境づくりや、労働災害防止のための事業者の積極的な健康づくり施策を全ての従業員の正しい理解と協力があって初めて労働災害や職業性疾病の発生を減少させることができ、その目的を達成できる。

▲超高齢化時代の常態化に対応できる企業・社会の体制整備については、法令順守を基本に、今から職場環境の整備と人材の教育・指導（エイジマネジメント）を考慮した、安全衛生管理方針・計画が喫緊の課題。そして、エイジアクション100の活用は有効。

TOSHIBA

END