



第114回 転倒災害について

▼労働災害の実態

令和4年の新型コロナウイルス感染症へのり患によるものを除いた労働災害による休業4日以上の死傷者数(死傷者数)は、132,355人(前年比1,769人・1.4%増、平成29年比11,895人・9.9%増)で増加傾向にあります。また、新型コロナウイルス感染症へのり患による労働災害による死傷者数は155,989人(前年比136,657人・706.9%増)でした。

第13次労働災害防止計画では、死傷者数を平成29年と比較して、令和4年までに5%以上減少させることを目標としていましたが、むしろ増加してしまいました。労働災害が多いために、重点業種となっていた陸上貨物運送事業、小売業、社会福祉施設及び飲食店における死傷災害の件数は、いずれも平成29年比で増加してしまいました。

▼多い転倒災害

事故の型別では、第1位の「転倒」(35,295人で前年比1,623人・4.8%増、平成29年比6,985人・24.7%増)に続き、腰痛等の「動作の反動・無理な動作」(20,879人で同103人・0.5%増、同4,702人・29.1%増)、「墜落・転落」(20,620人で同665人・3.1%減、同246人・1.2%増)が多かったです。「転倒」の多さと増加傾向が顕著ですので、転倒災害の防止が重要になっています。山陰では、冬季の凍結が良く起こりますので、冬場の転倒防止は特に大切となります。

▼転倒災害の状況

転倒災害は、事故の型別で最多で、死傷災害全体のうち占める割合が26.7%と初めて全体の1/4を超えました。この増加の主要因は、労働力の高齢化(特に中高年齢の女性労働者の増加)だと言われています。転倒災害リスクが高くなっている小売業や社会福祉施設において中高年齢の女性労働者数が増加し、年齢層別の死傷年千人率も増加しています。今後ますます高齢労働者が増える傾向にあるので、転倒災害の防止は喫緊の課題です。また、令和4年の「転倒」による平均休業見込日数は47.5日(令和3年:47.3日)でかなり長期の職場離脱につながります。

▼転倒災害の防止法

転倒災害の典型的なパターンは、「滑り」、「つまずき」、「踏み外し」の3つです。滑りは、滑りやすい床、凍結、水や油の床への飛散、滑りやすい異物の放置等が要因となります。つまずきは、床の凹凸や段差、放置された荷物や商品等が要因になります。

踏み外しは、大きな荷物を抱えるなど、足元が見えない状態での作業、荷物を抱えての階段の昇降等が要因となります。これらを取り除くような職場

環境改善が予防には重要です。具体的には、①設備管理面の対策として4S(整理・整頓・清掃・清潔)の徹底が大切で、歩行場所に物を放置しない、床面の汚れ(水、油、粉等)を取り除く、床面の凹凸、段差等の解消等がポイントとなります。②転倒しにくい作業方法[あせらない 急ぐ時ほど 落ち着いて]も大切で、時間に余裕を持って行動すること、滑りやすい場所では小さな歩幅で歩行、足元が見えにくい状態で作業しない等がポイントです。③その他の対策として、作業に適した靴の着用(すべらない靴)、職場の危険マップの作成による危険情報の共有、転倒危険場所にステッカー等で注意喚起、体操による筋力維持・アップ等も大切だと言われています。

▼労働者側の対策

いくら職場の作業環境を改善しても、労働者本人が気を付けていても、何もないところでつまづいて転倒する人も多くなっています。転倒リスクを意識して移動することが最も大事ですが、バランスを崩しかけたときに修正する、転倒しそうになったときに踏ん張れる筋力も重要です。また万が一倒れてしまっても軽症ですむような体のこなしや折れにくい骨を維持することも重要になります。筋肉量が減っていることはフレイル(虚弱)のリスクになり、高齢者になってからの要介護の危険因子となりますので、筋肉量を体組成計等で測り、低い人は運動や筋肉をつけるための栄養に気を付けると良いでしょう。折れやすい骨は、骨密度測定でわかるので、骨密度の低い人は運動や骨を強くするための栄養に気を配るべきだと言えます。また私の産業医の経験から筋肉量の少なさや骨密度の低さは、長年の多量飲酒が関わっている事例も散見されるので、多量飲酒者の飲酒量を減らす支援も大切だと言えます。



鳥取大学医学部
環境予防医学分野
教授

尾崎 米厚
(おさき よねあつ)