

# 川越ろうきニュース

## 転倒災害を防止しましょう！

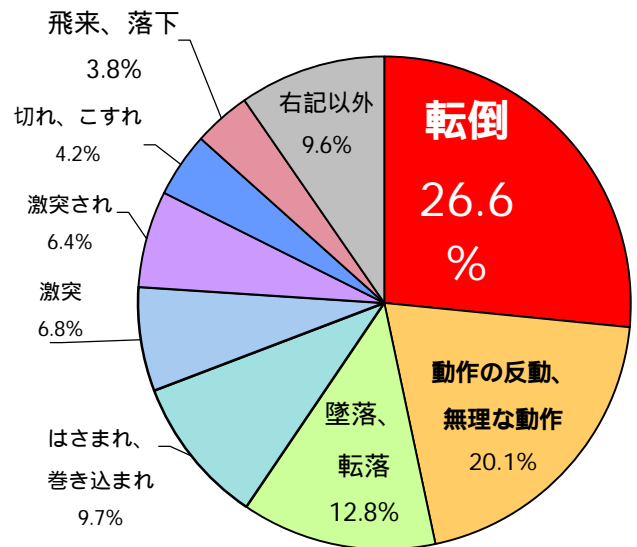
### 【転倒災害が増加しています】

川越労働基準監督署の管内では、「転倒」や「動作の反動、無理な動作」による労働災害が多く発生しています。

特に「転倒災害」は、令和6年に発生した休業4日以上の労働災害の**26.6%**を占めており、全体の4分の1以上となっています。

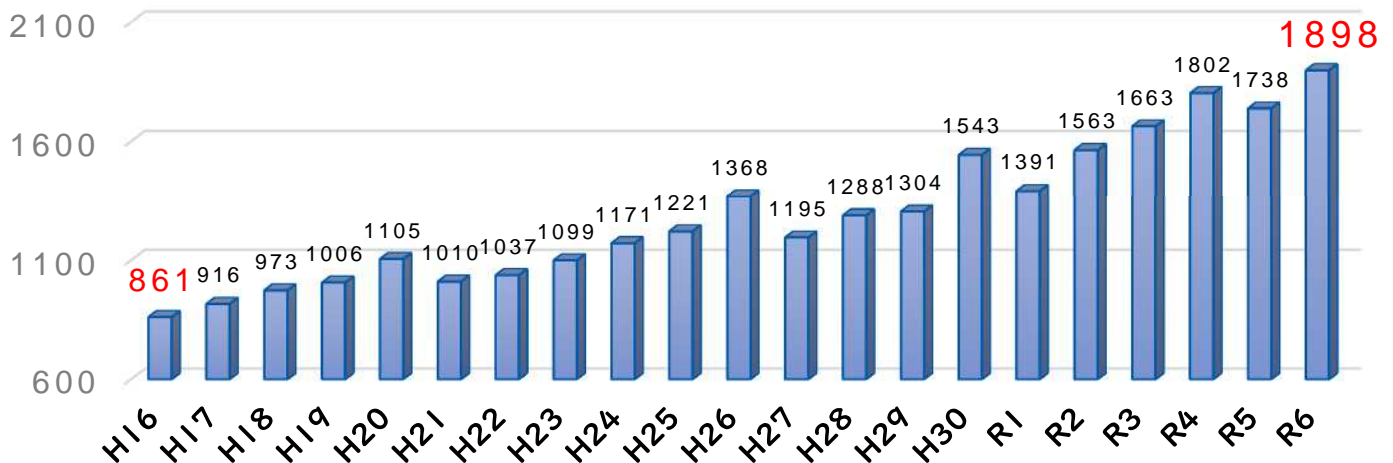
また、「転倒災害」の発生件数は、過去20年間の間に約**2.2倍**と急激に増加しています。

この傾向は全国と同様であり、このような「**労働者の作業行動に起因する労働災害**」を防止するための取組みを行うことが重要となっています。



令和6年 事故の型別の割合（川越署）

20年前から2.2倍に増加



転倒災害発生件数の推移（埼玉県）



# [セルフチェック票を利用しましょう]

## 転倒等リスク評価セルフチェック票

### 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

評価表	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

評価表	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

評価表	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

評価表	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

評価表	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	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"/>			② 敏捷性
3. 突発的な事態に対する体の反応は素早い方と自覚しますか	<input type="text"/>			③ 動的バランス
4. 歩行中、小さい段差に足を引っ掛けたとき、すぐに次の足が出ると思いますか	<input type="text"/>			④ 静的バランス（開眼）
5. 片足で立ったまま膝下を隠すことができますか	<input type="text"/>			⑤ 静的バランス（閉眼）
6. 一直線に引いたラインの上を、膝を足歩行で簡単に歩くことができますか	<input type="text"/>	点	点	⑥ 歩行能力 筋力
7. 眼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"/>			⑦ 敏捷性
8. 電車で乗って、つり革につかまらずにどのくらい立つ自信がありますか	<input type="text"/>			⑧ 動的バランス（開眼）
9. 眼を開けて片足でどのくらい立つ自信がありますか	<input type="text"/>			⑨ 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. 突発的な事態に対する体の反応は素早い方と自覚しますか	① 素早い方と思う ② あまり素早い方と思う 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掛けたとき、すぐに次の足が出ると思いますか	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. 片足で立ったまま膝下を隠すことができますか	① できないと思う ② 最近やってみて自信がないと思う ③ 最近やってみて自信があると思う ④ 自信がある ⑤ 自信がある
6. 一直線に引いたラインの上を、膝を足歩行で簡単に歩くことができますか	① 簡単に足歩行ができない ② 簡単に足歩行が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. 眼を閉じて片足でどのくらい立つ自信がありますか	① 10秒以内 ② 20秒程度 ③ 40秒程度 ④ 1分程度 ⑤ それ以上
8. 電車で乗って、つり革につかまらずにどのくらい立つ自信がありますか	① 10秒以内 ② 30秒程度 ③ 1分程度 ④ 2分程度 ⑤ それ以上
9. 眼を開けて片足でどのくらい立つ自信がありますか	① 15秒以内 ② 30秒程度 ③ 1分程度 ④ 1分30秒程度 ⑤ 2分以上

# [ 埼玉労働局では様々な取組みを行っています ]

**転倒労働災害防止キャラクター  
デザインコンテスト  
作品募集**

あなたの考えたキャラクターが労働災害防止に役立つかも！

募集期間  
令和7年7月18日（金）～9月16日（火）

埼玉労働局長賞

まるの様（入間郡越生町）



作品名 転倒防じい

特徴

趣味は散歩とラジオ体操。  
誕生日は10月10日（転倒防止の日）  
前髪は勾玉を意識している。  
過去に工事現場で働いていた際に、転倒し、  
大変な思いをした経験がある。自分のような  
思いをする人を一人でも少なくするために  
転倒労働災害防止運動を行っている。

主催：埼玉労働局  
協賛：一般社団法人埼玉労働基準協会連合会  
建設業労働災害防止協会埼玉支部  
陸上貨物運送事業労働災害防止協会埼玉支部

Safe Work  
SAITAMA  
埼玉労働局

## 転びま宣言！ 埼玉

～事業場ごとに取組宣言をして転倒労働災害を減少させよう～

宣言開始期間 令和7年8月1日（金）～

### ■ 趣旨

埼玉県内の休業4日以上労働災害は、近年増加傾向にあり、中でも転倒労働災害がその約4分の1を占めています。転倒労働災害は業種を問わず多く発生しており、減少に転じさせることが喫緊の課題となっています。  
このため転倒労働災害防止に向けた取組について、県内各事業場に積極的に一丸となって行っていくことを目的として「転びま宣言！ 埼玉」を実施します。

### ■ 実施内容

#### 1 参加表明し宣言をする

WEBサイトで参加表明する。

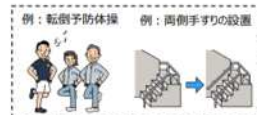
労働局ホームページで参加事業場の名称及び所在地（市町村名まで）を掲載します。

宣言書をダウンロードし、社内や自社ホームページで宣言内容を掲載する。



#### 2 取組を行う

宣言事業場は、転倒労働災害の減少を目指して取組を行う。



#### 3 結果報告

宣言事業場は、取組結果を、宣言から6か月経過後に取組状況のWEBアンケートに回答する。

#### 4 好事例の発信

取組状況のWEBアンケートから好事例を収集し、事例集等を労働局ホームページに掲載する。

## 転びま宣言！ 埼玉

実施要領や参加表明は右記二次元コードからご確認ください。

