

川越ろうきニュース

転倒災害を防止しましょう！

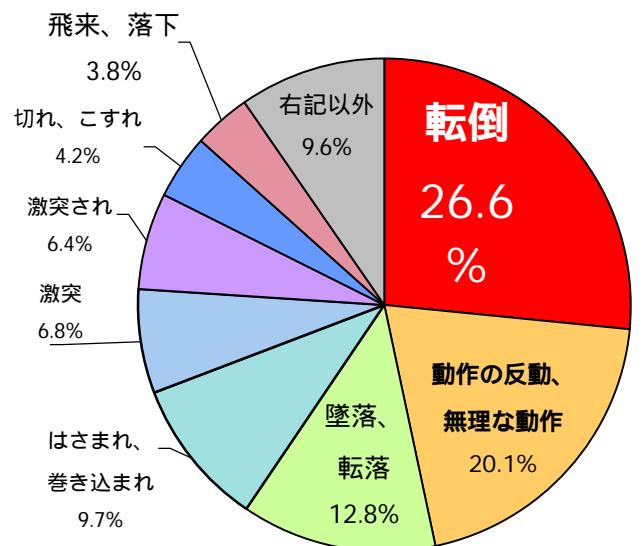
[転倒災害が増加しています]

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）



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]

厚生労働省HP

参考情報掲載



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	1.39	1.47	1.66~
(cm)	~1.38	~1.46	~1.65		



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

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	29	44	48~
(回)	~28	~43	~47		



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	30	36	40~
(cm)	~29	~35	~39		



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	17.1	55.1	90.1~
(秒)	~17		~55	~90	



⑤ 開眼片足立ち（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	30.1	84.1	120.1
(秒)	~30		~84	~120	~



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	合算	評価	評価
1. 人ごみの中、正面から来る人にぶつからず、よけ歩けますか				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		点		
3. 突発的な事態に対する体の反応は素早い方と思ひますか				②敏捷性
4. 歩行中、小さい段差に足を引っかけたとき、すぐに次の足が出ておもひますか		点		
5. 片足で立たまま転下でも座ることができますか				③軽いバランス
6. 一直線に引いたラインの上を、蹴ぎ足歩行で簡単に歩くことができると思いますか		点		④静的バランス (筋力)
7. 眼を開けて片足でどちら立ち自信がありますか				⑤静的バランス (筋力)
8. 車両に乗って、つま先につかまらずどちら立ちいらっしゃると思いますか				
9. 眼を開けて片足でどちら立ち自信がありますか		点		

レーダーチャートに赤字で記入
それぞれの評価結果を
Ⅲのレーダーチャートに記入

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思ひますか	①素早いと思う 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、すぐに次の足が出ておもひますか	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. 片足で立たまま転下でも座ることができますか	①できないと思う ②最近やっているができないと思う ③最近やっているが何回かに1回はできると思う ④最近やっているができない ⑤できると思う
6. 一直線に引いたラインの上を、蹴ぎ足歩行（後ろ足に足を前軸のままで付けるように歩く）で簡単に歩くことができると思いますか	①蹴ぎ足歩行ができない ②蹴ぎ足歩行ができるがラインを外れる ③蹴り歩きができる ④普通にできる ⑤簡単にできる
7. 眼を開けて片足でどちら立ち自信がありますか	①10秒以内 ②20秒程度 ③40秒程度 ④1分程度
8. 車両に乗って、つま先につかまらずどちら立ちいらっしゃると思いますか	①10秒以内 ②30秒程度 ③1分程度 ④2分程度
9. 眼を開けて片足でどちら立ち自信がありますか	①15秒以内 ②30秒程度 ③1分程度 ④1分30秒程度

[埼玉労働局では様々な取組みを行っています]



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。



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以上の労働災害は、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緊要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ただ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
例を收集し、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。



埼玉労働局

Safe Work
SAITAMA

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県支部
陸上貨物運送事業労働災害防止協会埼玉県支部