

## 高年齢者労働災害防止対策フロー

1) 事業主

送り出し時の書類の作成及び登録

【把握】

- 高年齢者就労報告書 又は  高年齢健康有所見者就労報告書
- 転倒等リスク評価セルフチェック票



2) 元請

職員による面接

【把握】

- 作業所長
- 統括安全衛生責任者
- 元方安全衛生管理者 のいずれかによる面接



3) 事業主  
元請

作業制限(マッチング)

【対応】

- 就労報告書に基づく「高年齢者等の避けるべき作業」の確認
- ※ただし、セルフチェック票等に基づき作業所長が認めた場合はこの限りではない。

70歳以上の場合



① 事業主

定期的に体力チェックを再実施及び再登録

【把握】

- 転倒等リスク評価セルフチェック票 実施及び登録
- ※実施提出頻度: 1回/月



② 事業主  
元請

定期的に作業制限(マッチング)の見直し

【対応】

- 就労報告書に基づく「高年齢者等の避けるべき作業」の確認
- ※見直し確認頻度: 1回/月
- ※ただし、セルフチェック票等に基づき作業所長が認めた場合はこの限りではない。

# 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ステップテスト (最大歩幅を計測し、身長で割り算)



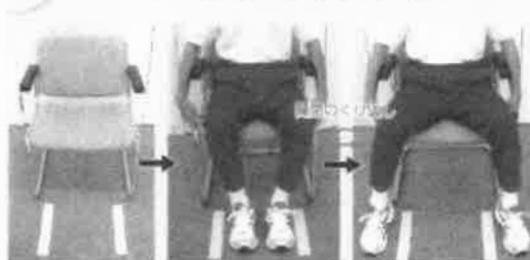
### ② 座位ステップングテスト (敏捷性)

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 ~28	29 ~43	44 ~47	48~

座位ステップングテスト (20秒間で何回脚を動かしますか)



### 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

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~

ファンクショナルリーチ (水平にどのくらい腕を伸ばせるか測ります)



### 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~

閉眼片足立ち (眼を閉じて片足でどのくらい立ちますか)



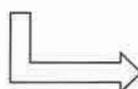
### ⑤ 開眼片足立ち (静的バランス)

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	30.1 ~84	84.1 ~120	120.1 ~

開眼片足立ち (眼を開いて片足でどのくらい立ちますか)



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、よけて歩けますか		点	下記の評価表であなたの評価は	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				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思いますか		点	下記の評価表であなたの評価は	③ 動的バランス
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おもいますか				④ 静的バランス (閉眼)
5. 片足で立ったまま靴下を履くことができますか		点	下記の評価表であなたの評価は	⑤ 静的バランス (開眼)
6. 一直線に引いたラインの上を、継ぎ足歩行で簡単に歩くことができますか				
7. 目を閉じて片足でどのくらい立つ自信がありますか				
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ますか				
9. 目を開けて片足でどのくらい立つ自信がありますか		点		

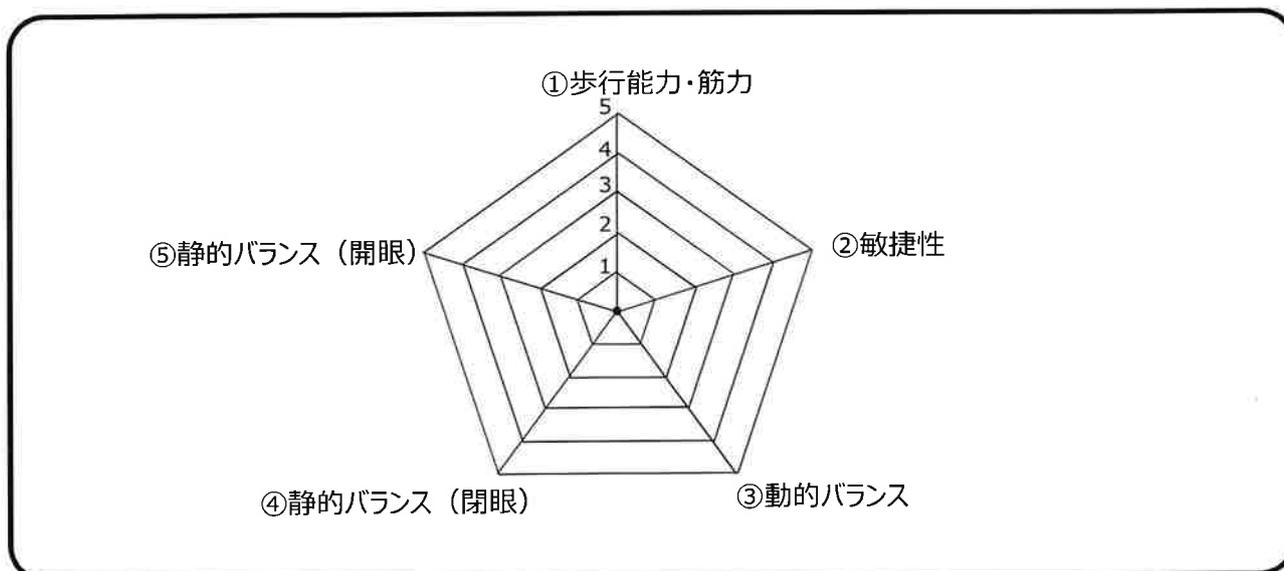
それぞれの評価結果をⅢのリーダーチャートに赤字で記入

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思いますか	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掛けたとき、すぐに次の足が出るとおもいますか	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. 片足で立ったまま靴下を履くことができますか	①できないと思う ②最近やってないができないと思う ③最近やってないが何回かに1回はできると思う ④最近やってないができると思う ⑤できると思う
6. 一直線に引いたラインの上を、継ぎ足歩行（後ろ足のかかとを前脚のつま先に付けるように歩く）で簡単に歩くことができますか	①継ぎ足歩行ができない ②継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. 目を開け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

### Ⅲ レーダーチャート

- 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つものです。