

事 務 連 絡
令和 8 年 6 月 26 日

シルバー派遣会員 各位

公益財団法人いきいき埼玉
シルバー人材センター連合川越市事務所
事務所長 吉 田 偉 英（印省略）

令和 8 年度 第 3 回安全衛生委員会の開催結果について（お知らせ）

シルバー派遣会員の皆様におかれましては、センター運営にご理解いただきありがとうございます。

さて、下記のとおり令和 8 年度第 3 回安全衛生委員会をセンターで開催いたしましたので、その内容等お知らせいたします。

記

1. 開催日時 令和 8 年 6 月 26 日(金)13 時 10 分より

2. 協議内容

（1）高年齢労働者の労災防止に向けて企業がすべきこと

① ・別添資料「高年齢労働者の労災防止に向けて企業がすべきこと」を基に対策等について確認。

3. その他

【産業医より】

骨粗鬆症について、牛乳など摂る必要があるが、最悪サプリなどで補うことや、運動が大切である。運動といっても激しいスポーツでなくとも散歩などで刺激を与えることで骨を丈夫にできる。とアドバイスを頂いた。

4. 連絡事項

① 健康診断の受診について（引き続き）

本年の健康診断のご予定はありますでしょうか？

労働契約法第 5 条に定められている「安全配慮義務」は発生することから、派遣元事業所として把握する必要があるため、是非健康診断は毎年の受診をお願いしますとともに、診断書のコピーをご提出いただきたくお願い申し上げます。

毎年、5 月頃川越市からの特定健康診査（ときもいきいき検診）について、皆様に通知が届いているかと思っておりますのでご検討ください。

② 健康上の悩みなどについて

安全衛生委員会では、産業医を含めて委員会を開催しております。

業務上のストレスや健康面で気になることなど、相談されたいことがございましたら、事務局担当までお気軽にご連絡いただくか、書面にてお知らせくださいますようお願いいたします。

※産業医の役割としては、健康診断とその結果に基づく措置、治療と仕事の両立支援、ストレスチェック制度や長時間労働者に対する面接指導などがあります。

③ 自転車保険の加入について

埼玉県では、自転車の利用によって他人にケガをさせた場合に損害を補償できる保険等への加入が義務付けられています。自転車事故で高額な賠償事例がありますので、今一度ご自身の加入している保険の確認をお願いします。

④ 自動車保険（任意）の加入及び保険証券の控えの提出について

派遣会員においては、雇用関係が発生する為、自動車通勤する場合に保険証券の控えをセンターにて保管させて頂いております。任意保険未加入の方は加入をお願いします。保険証券未提出の方はセンターへご提出をお願いします。

◆ 熱中症が懸念される時季となりました。

体調不良の場合は、無理をせず休むことも大切です。

体調管理の徹底は勿論のこと、就業途上及び就業中の事故ゼロに向けて改めてご認識下さいます様宜しくお願い致します。

公益財団法人いきいき埼玉

シルバー人材センター連合川越市事務所

事務局担当：土屋・坂本

(Tel：049－222－2075)

＼ 健康運動実践指導者が解説！ ／ 高年齢労働者の労災防止に 向けて企業がすべきこと

株式会社ドクタートラスト

健康運動実践指導者 宮野友里加



産業医のことなら

ドクタートラスト

高年齢労働者の労働災害防止対策が努力義務化

2026年
4月より

改正労働安全衛生法が施行され高年齢労働者に対する労働災害防止措置が事業者の「努力義務」となります



60歳以上の労働災害が増加

高齢者の就業が増え、労災の構造が変化していることから、企業には“年齢に配慮した安全対策”が求められるようになります



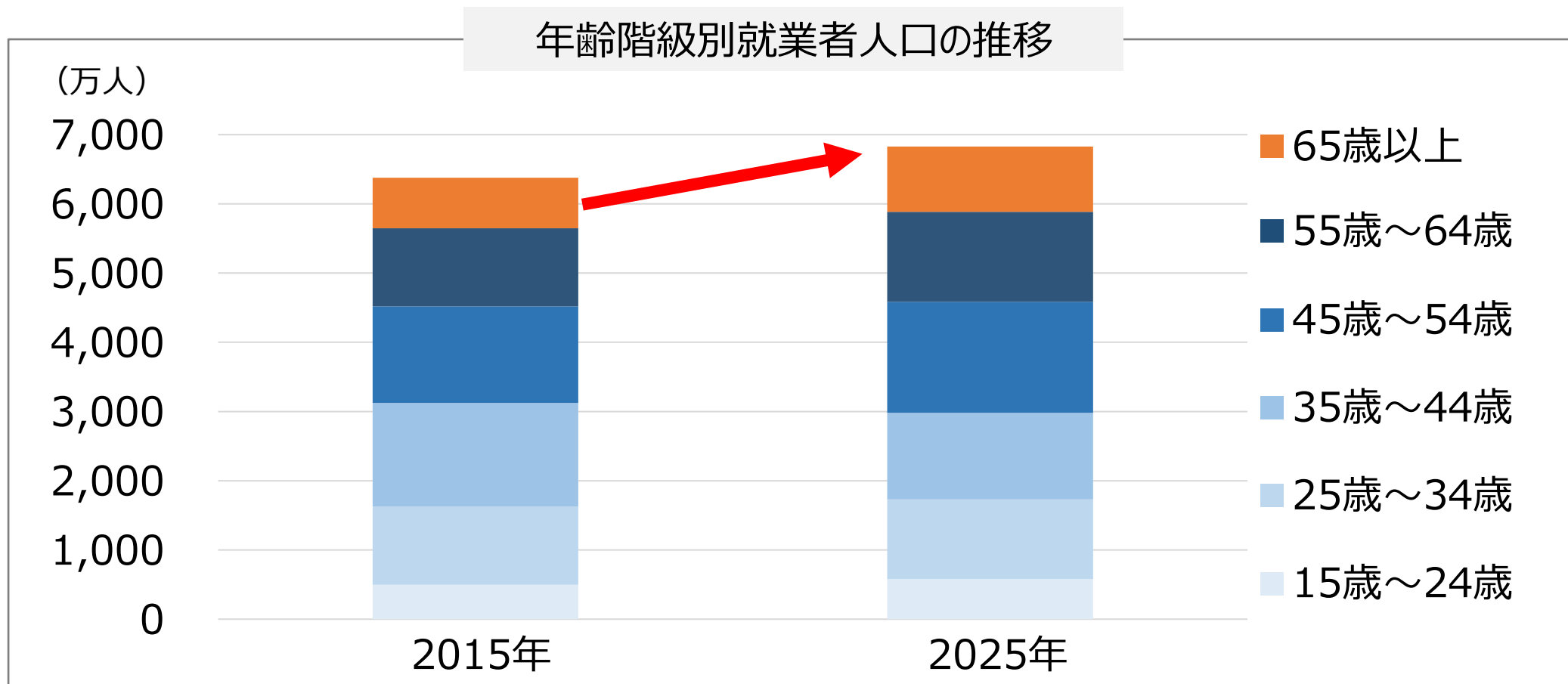
高齢者の安全対策は、経営課題にも直結

高齢者の労働災害は重症化しやすく、長期化しやすい傾向にあります
高齢の働き手がいる企業は、雇用形態に関わらず早期の取り組みが重要です
現在は高齢者がいない企業でも、法律上は努力義務の対象となります



努力義務化の背景①

65歳以上の就業者は10年で約213万人増え、現在**943**万人に！
今後も高年齢労働者が増えるため、企業は早期の安全対策が求められます



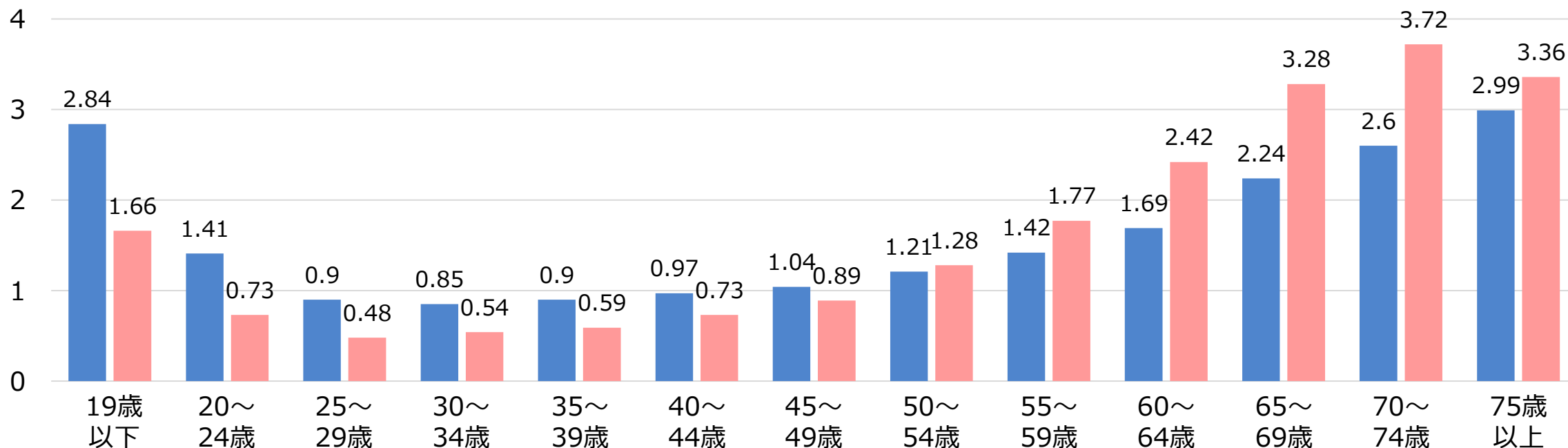
参考文献：政府統計の総合窓口（e-Stat）「労働力調査基本集計」2015年と2025年の就業者数の数字を参照 <https://www.e-stat.go.jp/dbview?sid=0002060047>（2026年3月24日に利用）

努力義務化の背景②

高年齢労働者の増加に伴い、60歳以上の労働災害も増加傾向にあります

年齢層別 労働災害発生率（休業4日以上死傷度数率）（2023年）

労働災害発生率（度数率）は実労働時間100万時間あたりの死傷者数を示す指標で、例えば、60代女性は20代の約6倍と高齢ほど事故が起きやすい傾向があります



※度数率 = 労働災害による死傷者数 / 延べ実労働時間数 × 1,000,000

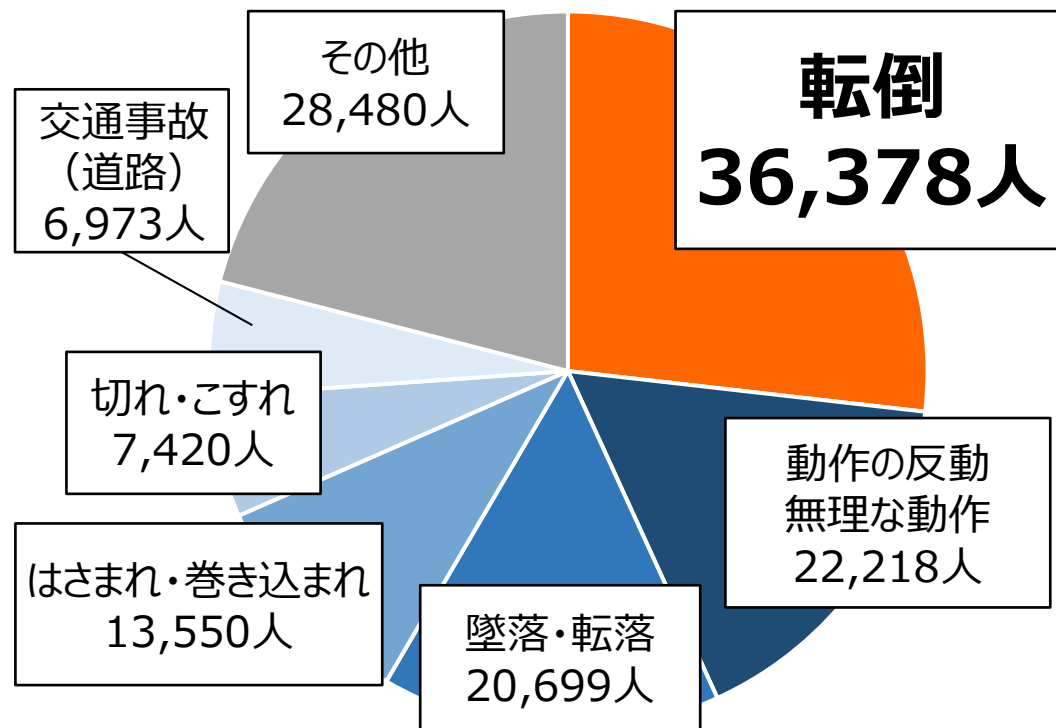
参考文献：厚生労働省「高年齢労働者の安全と健康確保のためのガイドライン」 https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou_roudou/roudoukijun/anzen/newpage_00007.html（2026年2月12日に利用）

高年齢労働者の労働災害リスク

労災の中で最も多い転倒は60代女性で特に多発しています

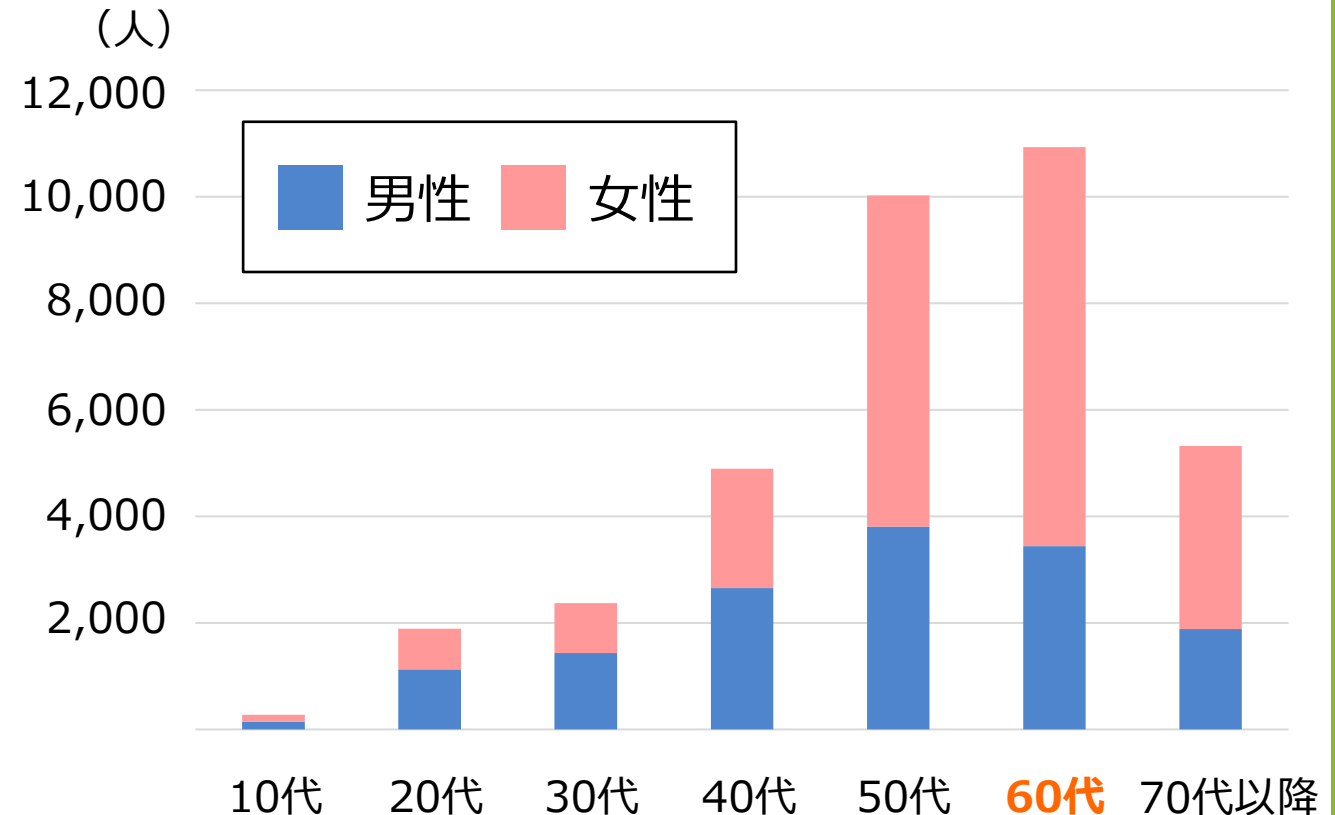
事故の型別死傷災害発生状況

(休業4日以上死傷者数)



参考文献：厚生労働省「労働災害発生状況（令和6年）」
<https://www.mhlw.go.jp/bunya/roudoukijun/anzenisei11/rousai-hassei/>（2026年3月24日に利用）

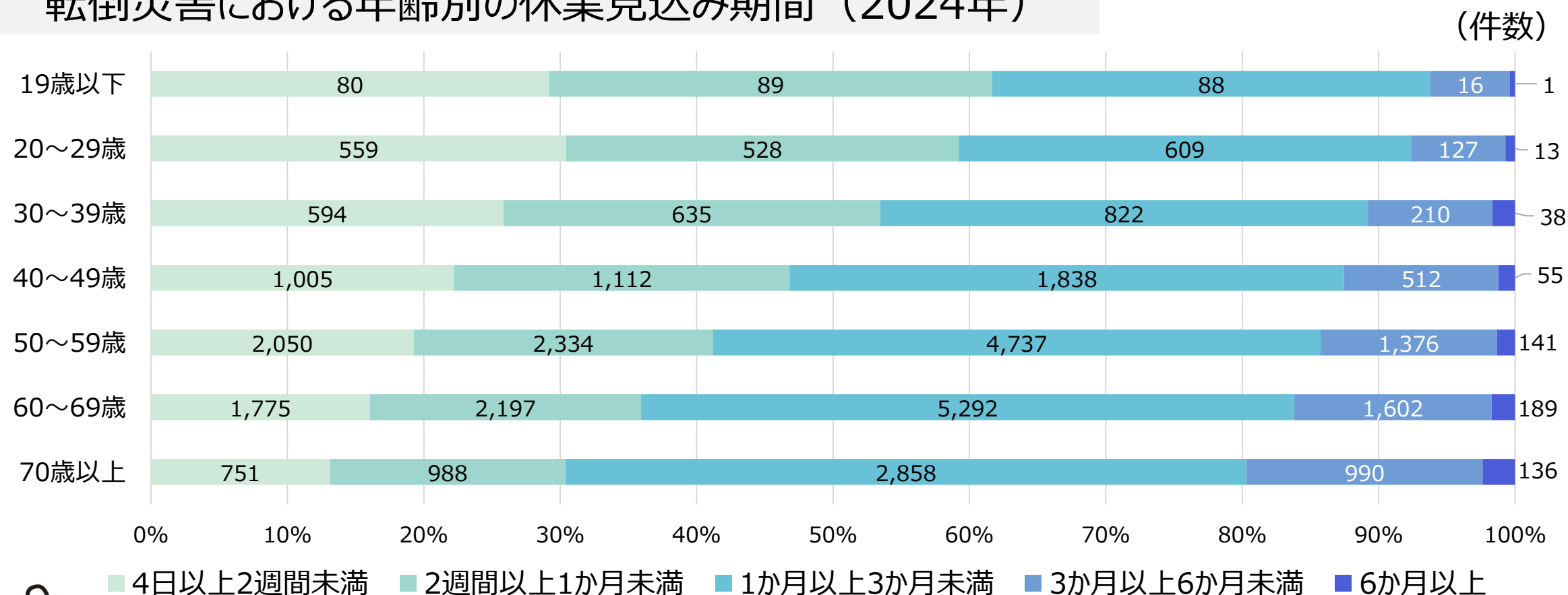
年代別の転倒災害発生状況



参考文献：厚生労働省「労働災害発生状況（令和5年）」(p19) 労働災害発生状況の分析等
<https://www.mhlw.go.jp/content/11302000/001099504.pdf>（2026年3月24日に利用）

年齢上がるほど転倒後の休業が長期化

転倒災害における年齢別の休業見込み期間（2024年）



高齢者に配慮した職場づくりは安全と生産性の両面で欠かせません

参考文献：厚生労働省 労働災害統計（令和6年）「職場の安全サイト 休業4日以上死傷災害に係る労働者死傷病報告オープンデータ（確定値）」
<https://anzeninfo.mhlw.go.jp/user/anzen/tok/anst00.html>（2026年2月17日に利用）

エイジフレンドリーな職場を目指しましょう

エイジフレンドリーは「**高齢者の特性を考慮した**」を意味します。その取り組みは、体力に不安のある人や経験の浅い従業員にも効果があり、結果として職場全体の安全性を高めます

求められる取り組み

- **事業者** 高年齢労働者の実情に応じ、国や関係団体の支援も活用しながら、実行可能な労働災害防止対策に積極的に取り組むよう努める
- **労働者** 事業者の労働災害防止対策に協力しつつ、自分の健康を守る努力の重要性を理解し、健康づくりに積極的に取り組むよう努める



事業者と労働者の双方に取り組みが求められます

企業の取り組み【概要】

自社の状況に応じた安全・健康対策（1～5）を進める必要があります

① 安全衛生管理体制の確立

- ・ 経営トップによる方針表明および体制整備
- ・ 危険源の特定等のリスクアセスメントの実施



高齢者の安全・健康確保のための100項目の取り組みチェックリスト
「**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**」の活用も有効です



参考文献：中央労働災害防止協会「エイジフレンドリー職場 エイジアクション100」 <https://www.jisha.or.jp/info/field/age-friendly/ageaction100.html>（2026年2月17日に利用）

② 職場環境の改善

ハード面（設備・環境の工夫）

- ・ 照度、段差の解消、身体機能の低下を補う設備・装置の導入等

ソフト面（働き方・運用の工夫）

- ・ 勤務形態や時間の工夫、作業姿勢やスピードの改善等の見直しを行う



参考文献：厚生労働省「高年齢労働者の安全と健康確保のためのガイドライン」 https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou_roudou/roudoukijun/anzen/newpage_00007.html（2026年2月17日に利用）

企業の取り組み【概要】

③ 高年齢労働者の健康や体力の状況の把握

- 定期の健康診断や体力チェックを実施する



「フレイルチェック」や厚生労働省が発表している
「転倒等リスク評価セルフチェック票」を活用するのも有効です



参考文献：厚生労働省「高年齢労働者の身体的特性の変化による災害リスク低減推進事業に係る調査研究報告書」
<https://www.mhlw.go.jp/new-info/kobetu/roudou/gyousei/anzen/101006-1.html>
(2026年2月17日に利用)

④ 高年齢労働者の健康や体力の状況に応じた対応

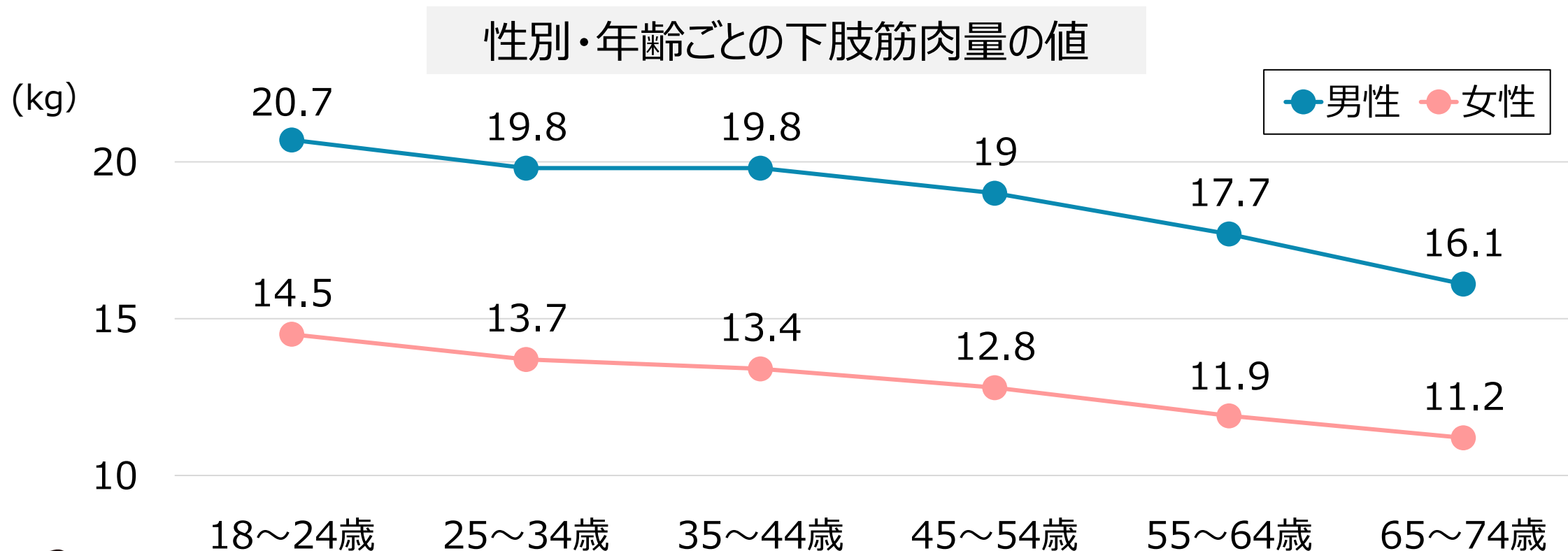
- 個々の健康や体力状況にあわせて労働時間の短縮、作業転換等の措置を行う
- 身体機能の維持向上のための支援を行う（例：運動する時間や場所への配慮）

⑤ 安全衛生教育

- 高年齢労働者が安全に働くために必要な知識や正しい作業方法を労働者・管理監督者ともに理解できる教育を行う

社員の取り組み

転倒防止に重要な下肢筋肉は**20代後半**から減少していきます



年齢に関わらず、日頃から体を鍛えておくことが重要です

参考文献：谷本芳美ら「日本人筋肉量の加齢による特徴」『日本老年医学会雑誌』2010；47：52～57 https://www.jstage.jst.go.jp/article/geriatrics/47/1/47_1_52/_pdf/-char/ja

安全・健康管理のためのセルフチェック

フレイルは、“心身の弱り”が見え始める健康と要介護の間の状態です
その前段階であるプレフレイルのうちに気づくことが大切です
フレイルチェックで、心身の変化を確認してみましょう

項目	評価基準
体重減少	6か月で、2kg以上の（意図しない）体重減少
筋力低下	握力：男性＜28kg、女性＜18kg
疲労感	（ここ2週間）わけもなく疲れたような感じがする
歩行速度	通常歩行速度＜1.0m/秒※横断歩道を青で渡りきるのが不安になる歩行速度
身体活動	1.軽い運動・体操をしていますか？ 2.定期的な運動・スポーツをしていますか？ 上記の2つのいずれも「週に1回もしていない」と回答

 **3項目以上該当：フレイル** **1～2項目該当：プレフレイル**

参考文献：Satake S and Arai H「The revised Japanese version of the Cardiovascular Health Study criteria (revised J-CHS criteria)」(『Geriatrics & Gerontology International』2020; 20 (10) : 992～993)

下肢筋肉の筋トレ

リズムスクワット 目安：10回×3セット

1



肩幅に足を開き
胸を張り、お腹に
力を入れます

2



股関節を
軽く曲げて、
元の姿勢に
戻ります

参考：新潟県福祉保健部健康づくり支援課「健康にいがた21事業所等で活用できる運動メニュー」 <https://www.kenko-niigata.com/undou/undoumenu/index.html>（2026年3月24日に利用）

下肢筋肉の筋トレ

かかと合わせヒールレイズ 目安：10回×3セット

1



つま先を直角に開き、
かかとを合わせて立ちます

2



かかとをしっかり合わせたまま
上げ下げを繰り返します

NG



OK



参考：新潟県福祉保健部健康づくり支援課

「健康にいがた21事業所等で活用できる運動メニュー」

<https://www.kenko-niigata.com/undou/undoumenu/index.html>

(2026年3月24日に利用)

他社事例

業種：小売業 課題・背景：高齢化が進行し、転倒災害が増えていた

- 転倒防止のために、AIでポスター作成し意識を高める取り組みを行う
- 転倒防止で水を不使用のお掃除ロボットを全店に配備。作業負担も軽減
- 仕事前に転倒防止体操を実施 等



取り組みの結果、**過去2年間は休業4日以上**の労災が発生していない



業種：介護 課題・背景：腰痛による退職が相次ぎ、定着に課題があった

- ICTによる記録・連絡を効率化
- 介護ロボットの導入で職員の身体的負担を軽減 等



取り組みの結果、**腰痛・転倒者ゼロ**になっただけでなく、**定着率も向上**
有給取得日数は15.22日/年、定年退職の年齢は78歳に改定

他社事例

業種：建設業 課題・背景：高齢化した現場で、転倒防止対策を実施した

- 現場の意見を基に転倒防止の改善モデルを作成し、改善を進めた
例) 雨や雪で滑りやすい床に耐滑人工芝を敷設、オリジナル標識で段差による転倒防止



取り組みの結果、**リスクに気付く力と、参画意識が向上した**

業種：製造業 課題・背景：60歳を過ぎても働きたいニーズがある一方、シニア世代の転倒による休業も発生していた

- 58歳以上に体力測定、体力の現状把握してもらう他
体力づくりの必要性の講義、転倒予防の運動セミナーを実施



取り組みの結果、「**体力の衰えを自覚した**」「**体力維持の必要性が分かった**」「**運動を続けて次年度、今年の自分を抜かしたい**」との意見があげられた



支援制度を活かして職場改善を進める



エイジフレンドリー助成金とは

高年齢労働者が安全・健康に働き続けられる職場づくりを支援する助成制度です
中小企業向けに研修や設備導入や改善費用の一部を国が補助してくれます



2026年度助成金の現状と見通し

- 2026年度の内容は未公表ですが、例年どおりだと5月頃に発表される見込みです
- 4月から高年齢者の労働災害防止の努力義務化が始まるため、制度が拡大・強化される可能性があります



助成金活用に向けた準備事項

- ☐ 現場の課題（転倒リスク・負担作業・ヒヤリハット）を整理する
- ☐ 改善したいポイントを決め、見積りを取得しておく
- ☐ 助成金の事前申請に備え、社内の決裁ルートを確認する
- ☐ 公募開始に向けて最新情報をチェックする





<https://doctor-trust.co.jp/sangyoui/>



産業医の紹介

全国どこでも対応可能！**業界NO.1の実績**で
優秀な産業医をご紹介します



<https://www.stresscheck-dt.jp/>



ストレスチェック

総受検者数323万人超え！専門家による
集団分析結果のフィードバックが**無料**！



<https://ailesplus.com/>



健康管理システム エール+

産業保健業界のパイオニア、ドクタートラスト開発！**1人220円**で叶う健康管理システム
※月額最低利用料：11,000円（税込）



<https://www.stresscheck-dt.jp/stella/>



人材育成・組織開発 [STELLA]

323万人超のストレスチェックのビッグデータから導き出した新しいコンサルティングサービス。
いきいきと輝きながら働く社員を増やします！



<https://seminar.doctor-trust.co.jp/>



健康経営セミナー

保健師、精神保健福祉士、公認心理師、管理栄養士などがはたらく人の健康管理について
各種セミナーを実施いたします



<https://doctor-trust.co.jp/hokenshi/anri/>



外部相談窓口 [アンリ]

詳しい報告書が評判！退職者のサポートから従業員の些細なお悩みまで専門職が寄り添います

健康経営に関する各種さまざまなサービスを取り揃えています。
少しでもお困りごとがありましたらいつでもご連絡ください！

株式会社ドクタートラスト

03-3464-4000

contact@doctor-trust.co.jp

営業時間/9：00～17：30 定休日/土曜・日曜・祝祭日

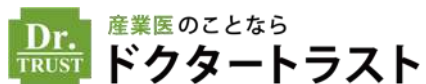
〒150-0043 東京都渋谷区道玄坂1-10-8 渋谷道玄坂東急ビル8F

<https://doctor-trust.co.jp/>
ドクタートラスト公式ホームページ





健康運動実践指導者 宮野



担当 健康運動実践指導者のひとこと

どの企業も、高年齢労働者への取り組みを“自分ごと”として進めることが大切です。今は該当者がいなくても、状況はいつでも変わります
また、体力に不安のある人や経験の浅い従業員にも効果があり、結果として職場全体の安全性を高めます

セミナー・研修、ご好評いただいております！

- ・心と体のセルフケア
- ・レジリエンスとコミュニケーション
- ・睡眠と疲労回復
- ・女性の健康について…など

健康経営・職場環境改善に
最適なセミナーを
専門職が丁寧に実施いたします！



詳しくは
特設サイトへ！



<http://seminar.doctor-trust.co.jp/>

ドクターラスト セミナー

検索