

働くみなさんへ

安全・健康で働くために

ポイント1 職場にはさまざまな危険がある！

【労働災害事例1】 機械のロールに巻き込まれた！

1 労働災害の発生

- ① ミートチョッパー清掃のため、ロール本体を分解。
- ② 肉投入口から手を入れて押し出そうとした。
- ③ フットスイッチを踏み、ロールが回転し手を巻き込まれた。
- ④ 電源スイッチ破損のため、電源は常時「入」であった。



2 不安全な作業

- ① 精肉機械の運転を「切」にせず、機械の清掃を行っていた。
- ② 破損した電源スイッチを修理することなく放置。
- ③ 電源プラグを抜いておかなかった。その旨を労働者に指示していなかった。
- ④ 作業手順を明確にしていなかった。
- ⑤ 安全教育が不十分であった。
- ⑥ リスクアセスメントを行っていなかった。

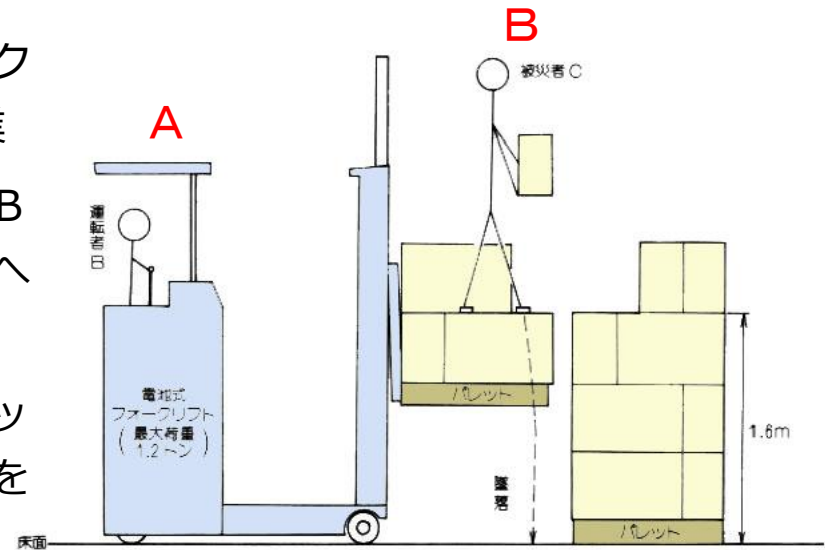
3 安全な作業のために

- ① 職場には、食品機械をはじめ、様々な危険があることを理解する。
- ② 機械の掃除、調整(トラブルを含む)作業では、必ず機械を止める。
- ③ 電源スイッチを切るか、電源プラグを抜いておく。
- ③ 必ず作業手順を守る(安全装置、非常停止スイッチ、作業方法など)。

【労働災害事例2】 フォークリフトに荷を取り込み中に墜落！

1 労働災害の発生

- ① 商品の積み出しを、Aがバッテリー式フォークリフト(最大荷重1.2t)の運転操作、Bが積荷作業
- ② フォーク上のパレットに荷を載せるため、Bはパレット荷の上に乗る、そのまま、パレットへの積み込みを行った。
- ③ 商品をパレットに載せるべく、片足をパレット上のケースに載せた時に、ぐらつき、商品を持ったまま墜落した。



2 不安全な作業

- ① 無資格者がフォークリフトを運転。
- ② フォークリフトを人の昇降に使用し、かつ不安定なパレット上で作業。
- ③ フォークリフト作業での作業指揮者を定めていなかった。

3 安全な作業のために

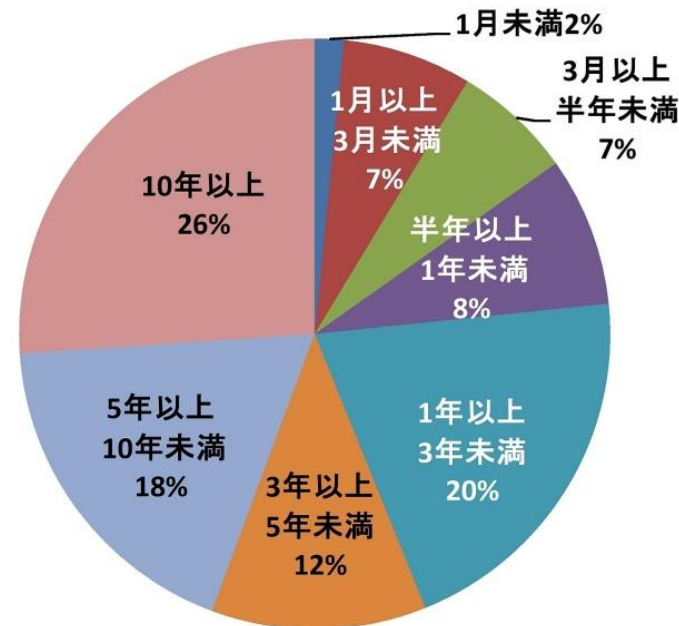
- ① 資格が必要な作業で、無資格者は絶対その作業に従事しない。
- ② フォークリフト作業では、作業指揮者が作成した作業計画により作業する。
- ③ フォークリフトでは、人の昇降など用途外での使用をしない。

【労働災害の傾向】

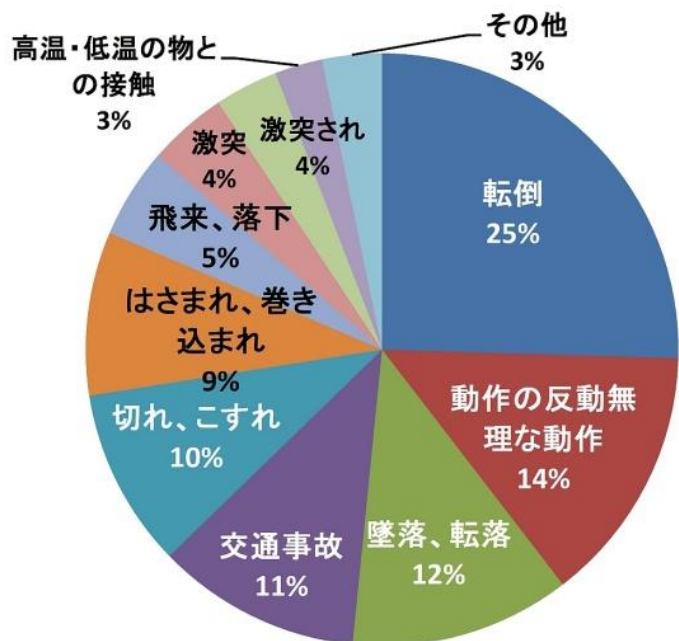
1 未熟練者(3年未満)に労働災害が多発！

- ① 経験年数1年未満が24%と多く注意が必要
- ② 3年未満の者でみると42%と多くを占めている。

H27年経験年数別死傷災害（商業）



H27年未熟練労働者の事故の型別災害（商業）



【未熟練労働者の労働災害の傾向】

2 転倒災害が25%と多くを占める！

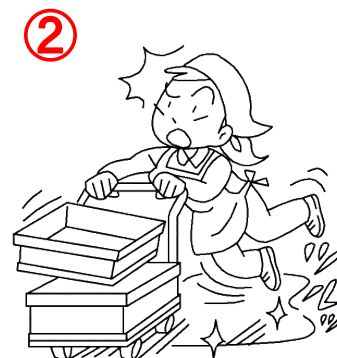
- ① 滑る、つまづくなどによる転倒災害が4分の1と多い。
- ② 重量物を持ち上げるなど、無理な動作による腰痛などが14%。
- ③ 脚立で荷の取り出しで墜落などが12%

ポイント2 「かもしれない」で危険を意識する！

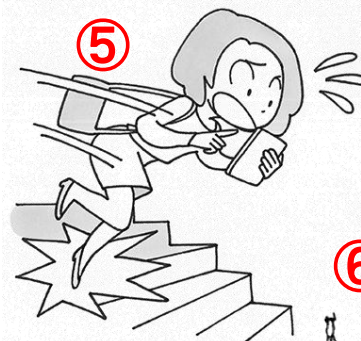
人の「かもしれない！」

人は

- ・ すべる
- ・ つまづく
- ・ 腰を痛める
- ・ 落ちる
- ・ ころげ落ちる
- ・ 切る
- ・ やけどする
- ・ 感電する
- ・ ガス中毒になる
- ・ 酸欠になる
- ・ 有害物にやられる



かもしれない



モノの「かもしれない」

モノは

- ・ 動く
- ・ 回る
- ・ 飛ぶ
- ・ 落ちる
- ・ 抜ける
- ・ 燃える
- ・ 倒れる
- ・ くずれる
- ・ 爆発
- ・ 漏れる

①



かもしれない

②



③



⑤



④



⑥



ポイント3 安全な作業は正しい服装から！

- ◆ お客様に接することを意識します。
- ◆ 安全も含めた正しい身だしなみが大切です。
- ◆ 食品を扱う場合は、清潔感は非常に大切です。

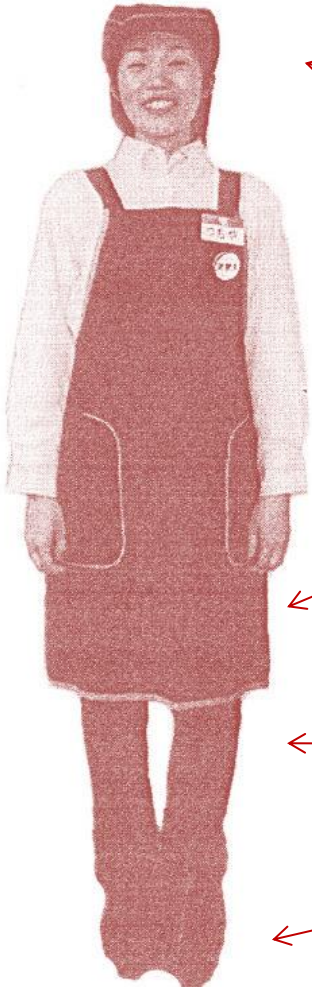
1 頭部 : ① 前髪は眉毛にかからないように ② 長い髪は束ねる
③ 髪の色は自然色 ④ 化粧はひかえめに

2 シャツ : ① ボタンは全て留める ② 裾はパンツの中に入れて
③ 袖は原則として腕まくりはしない

3 エプロン : ① 左胸部にネームプレートをつける
② 肩ひもはねじれないよう
③ ポケットに物を入れすぎない

4 パンツ : 裾は床にこすらない長さにする。

5 靴 : ① かかと : 踏みつけない。
② 色は白・黒・茶等にし、派手なものは避ける。



(機械による加工やフォークリフト運転などの作業がある場合の服装)

- ◆ 作業時は定められた**安全な服装**を着用する。
- ◆ 作業服装は**身体にピッタリ**した軽快なものとする。
- ◆ 長袖の場合は**袖口を締め**、上着の**裾はズボンの中**に入れる。
- ◆ 刃物、ドライバー、ドリル、ボールペンを**ポケットの中**に入れない。
- ◆ タオルや手ぬぐいを首に巻いたり、えり巻き、ネクタイなど**巻き込まれるおそれ**のあるものは着用しない。

【保護帽は正しく着用】

- ・ あごひも、ゆるみ、あみだかぶりのチェック
- ・ 古いもの、傷ついていないことの確認
- ・ 基本は墜落時保護用



ポイント4 決められた作業手順を守る！

- 職場には思いがけない危険がたくさんあります。
- 職場で決められた作業手順は、安全・衛生で効率よく作業するためのルールです。
- 作業手順を守り、自分を守りましょう。

- ◆ 定められた**作業手順**（作業標準）をきちんと守る。
- ◆ 作業手順書に示されている作業手順を**繰り返し練習**し体得する。
- ◆ 安全上**やるべきこと**、**やってはならないこと**をよく理解する。
- ◆ 作業手順が**わからない時**は、そのままとせず責任者から必ず確認する。
- ◆ **慣れによるケガ**に注意し、軽はずみな動作や強引な動作をしない。



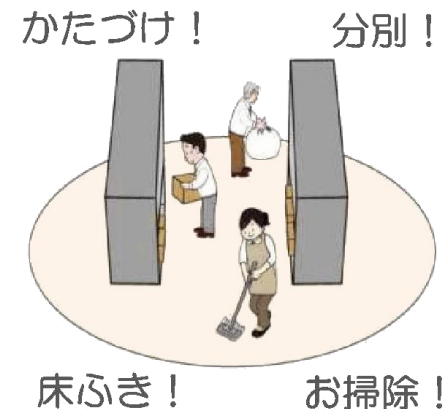
【フライヤーの安全上の注意事項】

- ① 原則油が入っている時はヒーターを持ち上げない。
（ヒーター落下し油が跳ねて大やけどする）
- ② 電源が入った状態でヒーターを持ち上げない。電源を切る。
（火災を防ぐ）
- ③ 油量を守る。（火災を防ぐ）



ポイント5 4S、5Sの励行で安全を高める！

- ◆ **整理** いるものといらないものを分け、いらないものは処分する。
→ 作業効率があがり、転倒災害の危険も減ります。
- ◆ **整頓** いるものを使いやすく、わかりやすく収納する。
→ ムダな時間が減り、品質も向上します。
- ◆ **清潔** 汚れを取り除いて身の回りをきれいにする。
→ 商品の品質向上、食中毒予防、異物混入防止が図られる。
- ◆ **清掃** 機械設備、作業場所の汚れやゴミを除去する。
→ 機械設備の機能維持、転倒災害の危険も減ります。
- ◆ **習慣** 決められたことをきちんと守る。
→ 繰り返して、意識しないでも自然に安全、衛生な行動ができるようになる。



ポイント6 安全な作業をみんなで実施し職場を安全に！

「転倒」、「腰痛症」、「墜落、転落」、「切れ、こすれ」、「はさまれ、巻き込まれ」、「熱中症」の災害防止対策を徹底しましょう。ここでの事例は、ヒヤリ・ハット事例ですが、災害事例として紹介しています。

(1) 「転倒」災害防止のポイント

■ 床は常に「整理」「整頓」「清掃」「清潔」で安全に！

- ・床の濡れをきちんと拭き取る（清掃中の箇所は床濡れに注意）
- ・余計なものがあると「つまずき」転倒の原因に

■ 大きい物、重い物は「台車」を使用しましょう！

台車を使えないときは、二人で持つか、何回かに分けて運ぶようにしましょう

■ 移動時は物を持たないようにしましょう！

物を持つての移動は「転倒」の危険が大きくなります。

■ 通路の照度は十分確保しましょう！



【転倒の事例】

■ 事例①-1 倉庫で、陳列棚の上段にある商品箱を降ろそうとしたところ、足元に放置されていた箱につまずき、箱を抱えたまま転倒した。



■ 事例①-2 積み込み作業のため、パンが入った番重を両手で持ち、パン工房から駐車場に向かっていた際、足元に置かれていた空の番重に気づかず、つまずき転倒した。



■ 事例①-3 午前1時頃、番重の運搬作業時、凍結していた路面に足をとられて転倒した。



■ 事例①-4 商品を配達した後、手押し台車を押して歩行中、台車の車輪が側溝に落ちて急に止まったので、その上に乗り上げて転倒した。



(2) 「腰痛症」災害防止のポイント

■ 作業姿勢、動作（重量物の取り扱い）

• できるだけ重量物に身体を近づけ、重心を低く

• [重量物を持ち上げる場合]

- ① 片足を少し前に出し膝を曲げる。
- ② 腰を十分に下ろして重量物を抱える。
- ③ 膝を伸ばすことによって立ち上がる。

※ 呼吸を整え、腹圧を加えて行う。

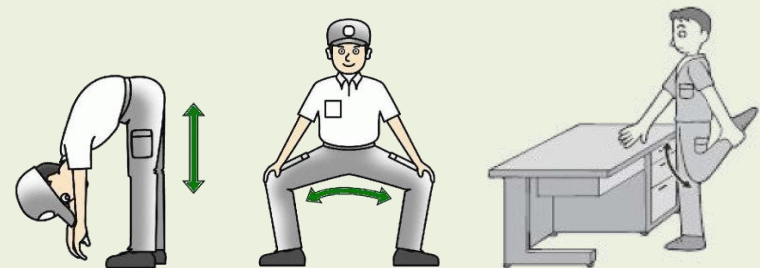
• [重量物を持つての移動]

移動距離を短くし、人力での階段昇降は避ける。



■ 腰痛予防体操

ストレッチを中心とした腰痛予防体操をしましょう。



【腰痛症の事例】

■事例②-1 配送先の玄関に向かう急な階段で、灯油（18リットル入り）の入ったポリタンクを左右の手に1缶ずつ、一気に持ち上げようとした際、腰を捻った。



■事例②-2 スーパーの店舗前で青果商品を販売中、りんごの入った箱を持ち上げようとした時、腰をひねった。



■事例②-3 午厨房内の炊飯器にセットするため、炊飯釜（研いだお米が約8kg入っていた）を両手で持ち上げた際、腰に強い痛みを感じた。



(3) 「墜落・転落」災害防止のポイント

■ 脚立は正しく使いましょう！

- ・ 脚立などを使い、棚の商品を取り出そうとし、不安定な脚立と一緒に転落。
- ・ 脚立は開き止めをし、商品を両手で持つ場合は2人作業。



■ 階段の昇降時は、必ず手すりを持ちながらゆっくりと！

- ・ 物を持っての移動、スマホ見ながらは転落の危険大。
- ・ 安全な昇降を習慣づけましょう。



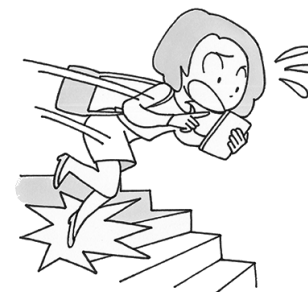
■ プラットホームでの作業や通行は端から離れて！

- ・ カゴ車の移動時なども、端からの墜落も発生。
- ・ できるだけ、端に近づかないように。
- ・ カゴ車が、プラットホームやトラックからの荷卸し中に落下
⇒ 支えようとして下敷きに！ ⇒ **支えず逃げましょう。**



【墜落・転落の事例】

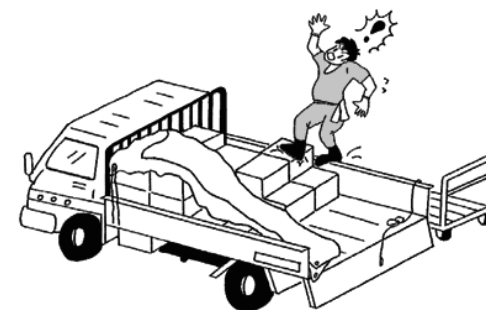
■事例③-1 出勤時、店内の社員通用階段にて地下1階の更衣室へ下りていたところ、スマートフォンを操作していたため階段を踏み外し、転落した。



■事例③-2 午後1時頃、店内階段をマネキンを抱えて降りていたとき、雨天で階段が濡れていたため、滑って階段をふみはずし、階下へ転落した。



■事例③-3 ダンボール入り床材(1個15kg) 25個をトラックに積み込んだあとシート掛け作業に入った。左側にシートを止め全面にシートを張り右側に荷とあおりの間を移動中足元がふらつき転倒した。



(4) 「切れ・こすれ」災害防止のポイント

■ 加工機械の刃部の清掃は必ず止めてから！

刃部の清掃を機械を動かしたまま行い、巻き込まれて重傷となる災害が発生。

■ 機械を止めた作業では不意の起動防止を！

- 他の作業者が気づかずにスイッチを入れることがある。
- 作業中の表示を！

■ 包丁を使う場合は置き方、置き場所を安全に！

- 4 S（整理、整頓、清掃、清潔）を徹底
- 使い終わった包丁はきちんと片づける。



【切れ・こすれの事例】

■事例④-1 食パン工場の作業台で食パンをスライスしている際、手で食パンを押しながらスライスしていたため、指がスライサーの刃に接触した。



■事例④-2 午前10時頃、寿司ネタの製造中、まな板が作業台に貼り付いて動かないので、力を入れて引っ張ったところ、まな板上に置いてあった包丁が跳ねて手が切れそうになった。



■事例④-3 挽肉機で肉の加工作業終了後、機械を洗浄するため、電源を切って挽肉出口のカッター部分に手を近づけたところ、惰性回転中のカッターに指が接触した。



■事例④-4 商品陳列に使用する段ボール下敷きをカッターナイフで切断作成中、勢い余って右大腿部を切りそうになった。



(5) 「はさまれ・巻き込まれ」災害防止のポイント

■ 機械の清掃、修理は止めてから！

機械を動かしたまま、清掃等を行い、ロール部分や回転する刃に巻き込まれる重篤な災害が発生。

■ 機械を止めた作業は不意の起動防止を！

清掃中、修理中などの表示、起動スイッチの作業者保管で、不意の起動を防ぐ。

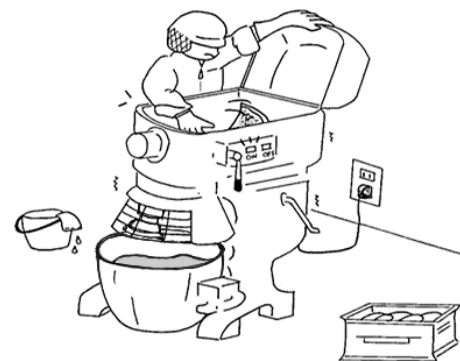
■ 困り、安全装置等はその機能を殺さない！

点検、整備で機能の有効保持をしましょう。

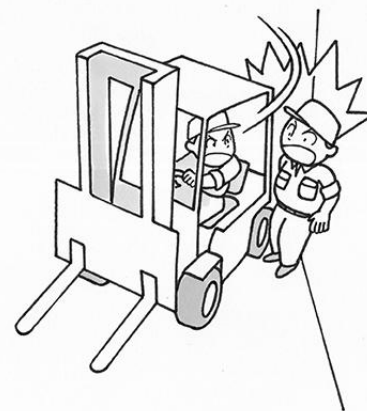


【挟まれ・巻き込まれの事例】

■事例④-1 食肉加工で、肉種変更のためミキサーに付着した肉片を落とす作業を行おうとしてスイッチを切ったが、ミキサーがまだ動いているうちに手を出して巻き込まれた。



■事例④-2 倉庫内で、フォークリフトの左側に立ち、検品のためフォークリフトの運転手と会話した後、フォークリフトが右に旋回して発進した際、フォークリフトの左後部と倉庫の壁の間に挟まれた。



■事例④-3 扱配送センターで発送する商品の仕分け作業中、商品を積載したパレット台車の方向を転換しようとしたところ、旋回した車輪に足を挟まれた。



(参考) 「熱中症」災害防止のポイント

(参考) 「熱中症」災害防止のポイント

高温多湿な職場では「熱中症」の危険があります。

■ 熱中症を予防しよう！

- 睡眠不足など体調の変化に気をつける。周囲にも気を配る
- 通気性のよい、吸湿性・速乾性のある衣服を着用する
- こまめに休憩と水分補給を

■ 次の症状があると「熱中症」のおそれ！

- めまい、立ちくらみ、手足のしびれ、筋肉のこむら返り、気分が悪い
- 頭痛、吐き気、嘔吐、倦怠感、虚脱感、いつもと様子が違う
- 返事がおかしい、意識消失、けいれん、からだが熱い (重症)

■ 責任者への連絡と次の措置を！

- 涼しい場所へ避難させる
- 衣服をゆるめ、からだを冷やす (特に、首周り、脇の下、足の付け根)
- 水分・塩分、経口補水液(水に食塩とブドウ糖を溶かしたもの)を補給する

自力で水が飲めない、意識がない場合は、すぐに救急車を！



ポイント7 もし異常事態や労働災害が発生したら！

(1) もし「異常事態」が発生したら

- ① 異常事態を発見したら、まず何が起きているかを確認します。
- ② 周りにいる責任者や同僚に大きな声で知らせます。
- ③ 必要により非常停止ボタンで機械を止めます。
- ④ 責任者の指示のもと、同僚と協力して適切な処置を取ります。
- ⑤ 一人で勝手な行動はしません。

【知らせよう！】

機械の状態がいつもと違っていたら、リーダーなど、まわりの人にすぐに知らせましょう！

レバーが
ぐらぐらします

赤いランプが
ついています

ランプが
点滅しています

変な **におい**が
します

変な **音**が
します

青いランプが
消えています

さわると **熱い**です

〇〇が **ありません**



(2) もし「労働災害」が発生したら

- ◆ 労働災害発生の可能性をゼロにはできない！
- ◆ 日ごろから非常時、災害時の訓練を！
- ◆ 万一、労働災害が発生したら、次の対応を！



労働災害発生時の対応(例)

労働災害
発生



現場対応

まずは落ち着いて！

- ・ 慌てて駆け寄って、二次災害を発生させない
- ・ 大きな声で知らせよう

被災者の救護！

上司（責任者）への連絡！

- ・ 責任者の指示があれば補助なども
（被災者の病院への搬送など）



ご安全に