



しっかりと 積荷と心に ラッシング

陸災防「令和元年度 安全衛生標語」荷役部門入選作品



（題字 初代会長 金丸富夫）

令和元年7月 No.601
 発行所 陸上貨物運送事業労働災害防止協会
 〒108-0014 東京都港区芝5丁目35番2号
 安全衛生総合会館内 ☎03-3455-3857 代表
<http://www.rikusai.or.jp>
 （印刷物による年間購読料 3,600円）

- 平成30年度「過労死等の労災補償状況」発表 (1)～(3)
- 「夏期労働災害防止強調運動」実施中！ ……(3)
- 近年のフォークリフトによる災害発生の特徴と問題点 ……(4)～(6)
- 第55回全国陸運労災防止大会のご案内 ……(6)
- 「STOP！熱中症 ケルワークキャンペーン」実施中！ ……(7)
- 連載Ⅰ「マコマコ博士のメンタルヘルス」(8)～(10)
- 新しいポスターのご案内（頒布中です！）…(10)
- 過労死等防止対策セミナーのご案内 ……(11)
- シリーズ「トラックドライバーの健康」……(12)～(13)
- 「荷主等との連携・協力促進協議会」を開催 (14)
- 厚生労働省からのお知らせ ……(14)
- 各都道府県フォークリフト競技大会上位者のご紹介 (15)
- フォークリフト荷役技能検定のご案内 ……(16)
- 連載Ⅱ「陸運労災防止規程」について ……(17)
- 吉野副会長、厚生労働省大臣表彰を受賞 ……(18)
- 令和元年度緑十字賞受賞者のご紹介 ……(18)
- 小企業無災害記録表彰 ……(19)
- 労働災害発生状況 ……(19)
- 腰痛予防対策講習会のご案内 ……(20)

平成30年度「過労死等の労災補償状況」発表 —道路貨物運送業が10年連続ワースト1—

厚生労働省では、6月28日、平成30年度の「過労死等の労災補償状況」を公表しました。陸運業については、脳・心臓疾患による労災認定件数が10年連続してワースト1となり、精神障害の認定件数についても高い水準が続いています。陸運業における過労死等の労災認定状況についてポイントをまとめました。

1 陸運業に係る脳・心臓疾患に関する事案の労災補償状況のポイント

平成30年度における全産業の脳・心臓疾患による労災請求件数は877件で、前年度と比べ37件の大幅増となりました。そのうち支給決定件数は238件で前年度比15件の減となり、うち死亡件数は前年度比5件減の94件でした。

業種別（大分類）では、請求件数は「運輸業、郵便業」の197件が最多、支給決定件数でも94件で最多となっており、他の業種の支給決定件数は「製造業」28件、「卸売業、小売業」24件、「建設業」14件の順となっています。「運輸、郵便業」の中でも道路貨物運送業が請求件数145件、支給決定件数83件とその多くを占めています（図1、表1）。陸運業界における過労死防止に向けた取組は極めて重要になっています。

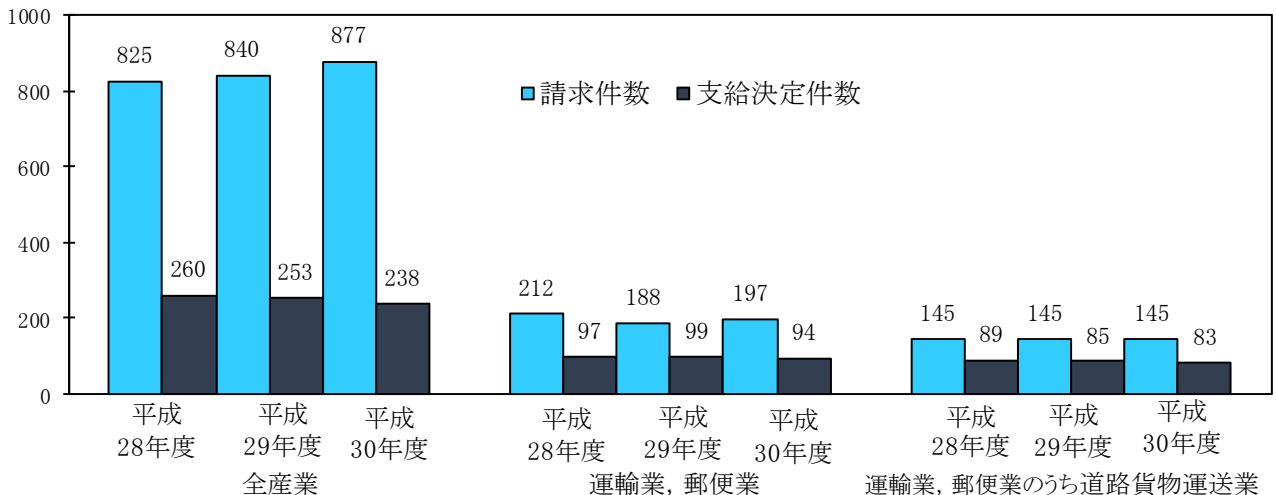


図1 脳・心臓疾患の請求及び支給決定件数の推移（平成28年度～30年度）

表1 脳・心臓疾患の業種別請求及び支給決定件数（平成28年度～30年度）

(件)

	平成28年度		平成29年度		平成30年度	
	請求件数	支給決定件数	請求件数	支給決定件数	請求件数	支給決定件数
全産業	825	260	840	253	877	238
製造業	101	41	110	24	105	28
建設業	98	18	112	17	99	14
卸売業、小売業	106	29	115	35	111	24
運輸業、郵便業	212	97	188	99	197	94
道路貨物運送業	145	89	145	85	145	83

(注) 厚生労働省職業病認定対策室の資料による。

なお、時間外労働時間数別の支給決定件数（全業種）をみると、80時間超の割合が高くなっていることが分かります（図2）。

脳・心臓疾患（死亡）の時間外労働時間数別支給

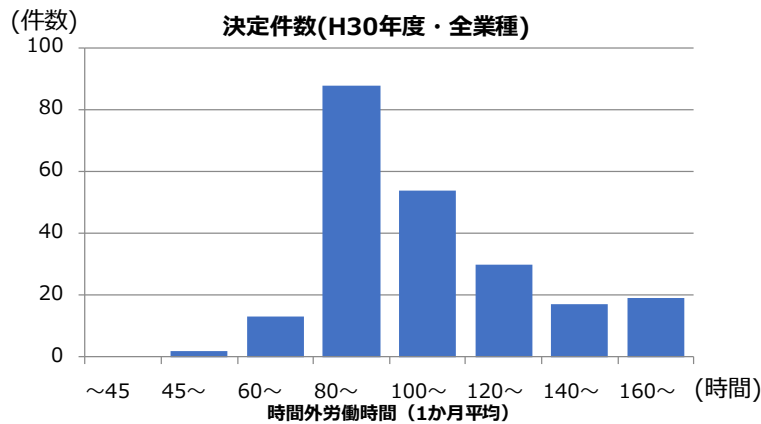


図2 時間外労働時間数別の支給決定件数（全業種）

また、年齢別の支給決定件数では、40歳代以上がその大多数となっています。

2 陸運業に係る精神障害に関する事案の労災補償状況のポイント

請求件数は1,820件で前年度比88件の増、支給決定件数は465件で前年度比41件の減となっております（図3）。業種別（中分類）の支給決定件数においては、「道路貨物運送業」の37件が最多となっております（表2）。

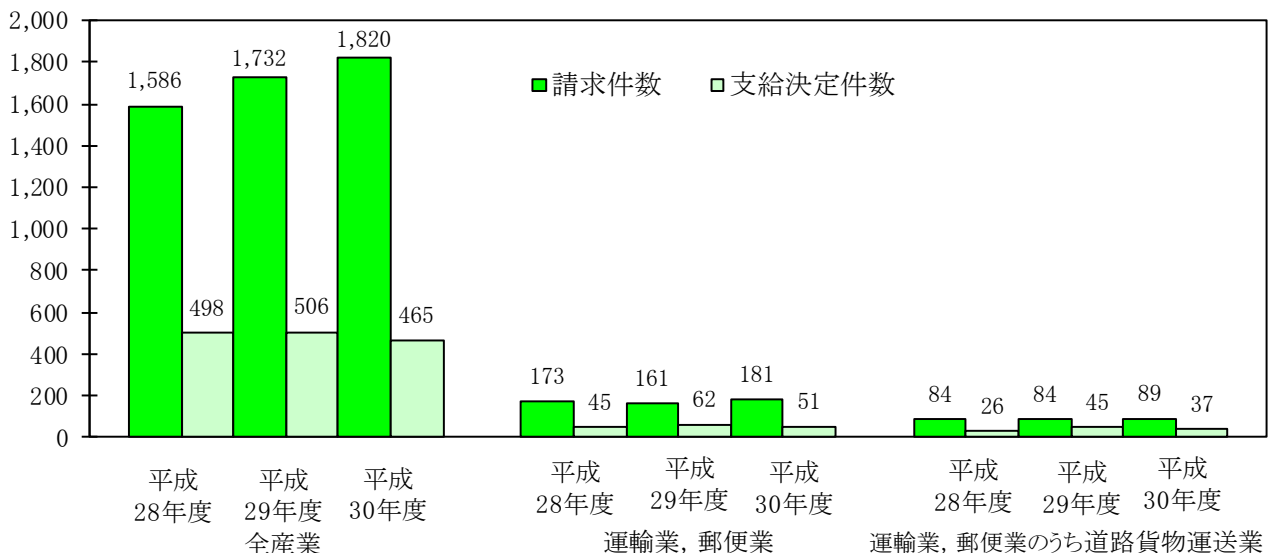


図3 精神障害の請求及び支給決定件数の推移（平成28年度～30年度）

表2 精神障害の請求及び支給決定件数（平成28年度～30年度）

(件)

	平成28年度		平成29年度		平成30年度	
	請求件数	支給決定件数	請求件数	支給決定件数	請求件数	支給決定件数
全産業	1,586	498	1,732	506	1,820	465
製造業	279	91	308	87	302	82
建設業	108	54	114	51	129	45
卸売業、小売業	220	57	232	65	256	68
運輸業、郵便業	173	45	161	62	181	51
道路貨物運送業	84	26	84	45	89	37

(注) 厚生労働省職業病認定対策室の資料による。

なお、精神障害の年齢別支給決定件数をみると、40歳代の働き盛りが多くなっていることが特徴です（図4）。

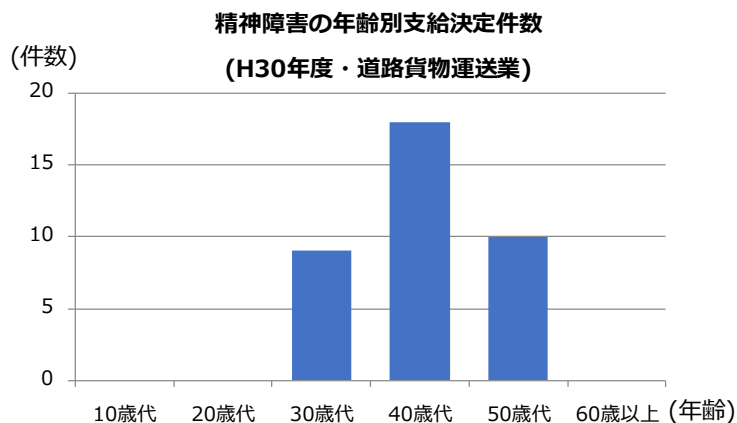


図4 精神障害の年齢別支給決定件数（道路貨物運送業）

「夏期労働災害防止強調運動」実施中です！

～7月1日から7月31日～

陸災防では、7月1日から7月31日まで「夏期労働災害防止強調運動」を実施し、災防指導員の巡回指導をはじめとして様々な取組を実施中です。

各企業・事業場におかれましては、労働安全衛生関係法令及び陸運労災防止規程を遵守することはもとより、「職場の安全衛生自主点検表」を用いて安全衛生管理体制を確認いただくとともに、経営者と従業員が一致協力して自主的な安全衛生活動を継続的・効果的に展開いただきますようお願いいたします。

実施要綱↓

http://rikusai.or.jp/wp-content/uploads/pdfs/kaki_youkou.pdf

職場の安全衛生自主点検表↓

<http://www.rikusai.or.jp/downloads/jisyutenkenhyo.pdf>



夏期労働災害防止強調運動
そのヒヤリ 他の人にも起こるかも
荷主に伝達 情報共有

運動紙のぼり

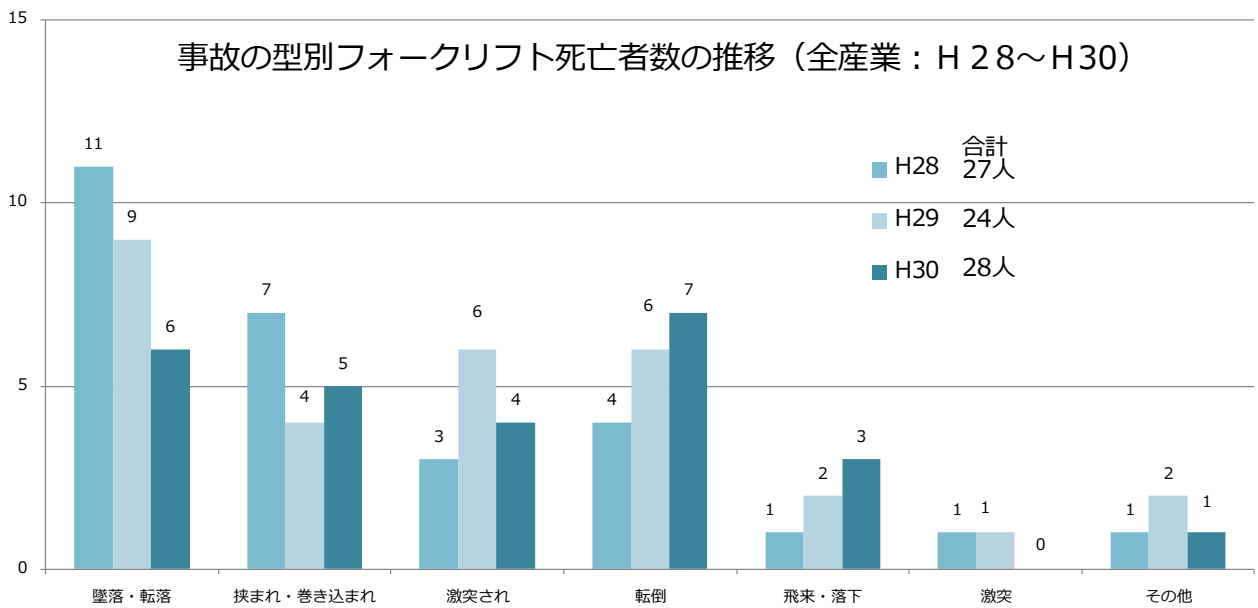
【平成28年～30年】 近年のフォークリフトによる災害発生の特徴と問題点

安全管理士 堀野 弘志

フォークリフトによる過去3年の事故の型別・業種別死亡災害発生状況（平成28年～30年）

業種 事故の型	年齢 区分	製造業			建設業			陸運業			港湾荷役業			商業			その他			計			3年 合計
		平成			平成			平成			平成			平成			平成						
		28	29	30	28	29	30	28	29	30	28	29	30	28	29	30	28	29	30	28	29	30	
墜落・転落	50歳以上	1	1	1	2	1		3	1	2					1		2	1		8	5	3	16
	50歳未満	1		1					2	1				1		1	1	2		3	4	3	10
転倒	50歳以上	1		1	1			1									1			2	2	1	5
	50歳未満			3	1	1	1		1					1	1		1	2		2	4	6	12
激突	50歳以上																			0	0	0	0
	50歳未満		1											1						1	1	0	2
飛来・落下	50歳以上			1	1															0	1	1	2
	50歳未満	1				1					1				1					1	1	2	4
崩壊・倒壊	50歳以上									1										0	0	1	1
	50歳未満								2											0	2	0	2
激突され	50歳以上	2	2	2		1									1	1	1		1	3	3	4	10
	50歳未満								1					1			1			0	3	0	3
はさまれ・巻き込まれ	50歳以上			1	1			2	1	2					1	1	1	2		4	3	4	11
	50歳未満			1				1			1	1		1						3	1	1	5
交通事故	50歳以上																			0	0	0	0
	50歳未満													1						1	0	0	1
合計	50歳以上	4	3	6	3	4	0	6	2	5	0	0	0	0	1	2	4	4	1	17	14	14	45
	50歳未満	2	1	5	1	1	2	1	6	1	1	2	0	5	2	2	1	4	2	11	16	12	39
3年合計		21			11			21			3			12			16			84			

（資料：厚生労働省安全衛生部）



1 はじめに

平成30年の労働災害による死亡者数のうちフォークリフトに起因する死亡者数は26人で、前年の30人から4人の減少となりました。

対前年比で陸運業、港湾荷役業、建設業が減少したものの、製造業と商業が増加となりました。中でも製造業は、7人増加の11人となり最多業種となっています。

また、被災者の年齢区分別では、50歳以上が対前年同数の14人、50歳未満は4人減少の12人となりました。

2 近年の死亡災害の特徴（全産業）

過去3年間におけるフォークリフトに起因する死亡者数は、平成28年28人、平成29年30人、平成30年26人と増減を繰り返しています。

業種別には過去3年間の合計で見ると、製造業と陸運業が最多の21人(25%)、商業12人(14%)、建設業11人(13%)、の順となっています。

事故の型別では、「墜落・転落」によるものが26人(31%)と最も多く、「転倒」が17人(20%)、「はさまれ・巻き込まれ」が16人(19%)、「激突され」が13人(15%)、の順となっています。

3 平成30年死亡災害の事故の型別問題点（全産業26人）

① 転倒（7人）

7件中5件がマストを高く上げた状態で走行していて転倒したもので、内2件はフレコンを吊り下げ走行中に旋回したところバランスを崩して転倒したもの（無資格者）と、バック走行で傾斜部に後輪が乗り上げたためフレコンが大きく振れバランスを崩して横転したもの。また、フレコン以外の荷を吊り下げて横転したものが2件、うち1件は無資格者。空荷でフォークを高く上げ減速せず急旋回し転倒が1件。

運転操作ミスで側溝に脱輪したものと、空荷で前進走行中車体右側が傾斜面に乗り上げたため、バックしたところ急旋回となり横転したもの。

いずれも被災者はフォークリフトから投げ出され、下敷きになったと推測される。

② 墜落・転落（6人）

オーダーピッキングトラック（運転席が上昇するタイプ）の上昇させた運転席からピッキング作業中に墜落した（安全帯を使用していなかった）ものが2件。

パレット上に被災者を乗せ、高所から墜落したもの（用途外使用）が2件。

無資格者運転のフォークリフトが除雪作業中、路肩からフォークリフトごと転落して下敷きとなったものが1件。

フォークリフトのカウンターウェイト上で作業中に墜落したものが1件。

③ はさまれ・巻き込まれ（5人）

前進走行中、被災者に気づかず激突及び挟んだものが各1件。

左折する際にフォークリフト右側後部が膨らみ、後方にいた被災者が挟まれたものが1件。

バッテリーフォークを停止せず運転席を離れ、マスト部の修理作業中にティルトレバーに触れ、後傾したマストとヘッドガードの間に頭部を挟まれたものが1件。

トラック荷台に積まれたフォークリフト3台の内、最後部の1台が逸走し荷台後部のスロープ上で挟まれた（固定チェーン、輪止めを外し、エンジンもかけていた）ものが1件。

④ 激突され（4人）

歩行者がフォークリフトに轢かれたものが3件と無資格運転者が横転したフォークリフトに頭部を激突されたものが1件。

⑤ 飛来・落下（3人）

トラック荷台からのフォークリフトによる荷卸し作業中に荷が落下し下敷きになったものが2件。

トラック荷台に鉄骨を積み込む際に鉄骨とともに荷台から墜落し、鉄骨の下敷きとなったものが1件。

4 近年のフォークリフト起因の死傷災害

過去3年間におけるフォークリフトに起因する死傷者数は、平成28年1,977人、平成29年1,997人、平成30年は前年比116人増加の2,113人と増加が加速しています。

業種別では、過去3年間の合計で見ると、陸運業が40%で最も多く、製造業32%、商業16%となっています（図1、2）。陸運業は前年比94人の大幅増加で874人となりました。

事故の型別では、はさまれ・巻き込まれが 39.0%、激突され 25.8%でフォークリフトと人の接触つまり轢かれが最も多くなっています（図 3）。

業種別フォークリフト死傷災害の推移（H28～H30）

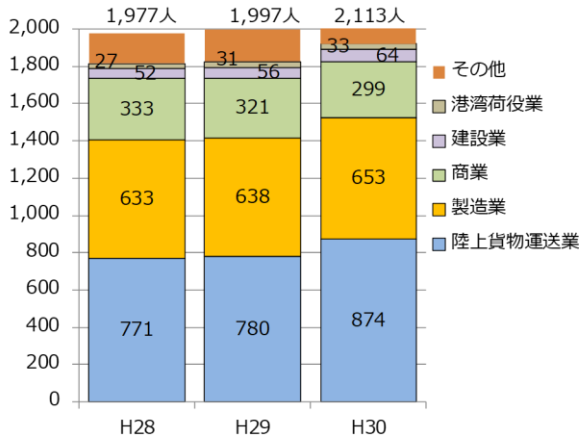


図 1 業種別フォークリフト死傷災害の推移（H28～H30）

業種別フォークリフト死傷災害の割合（H28～H30）

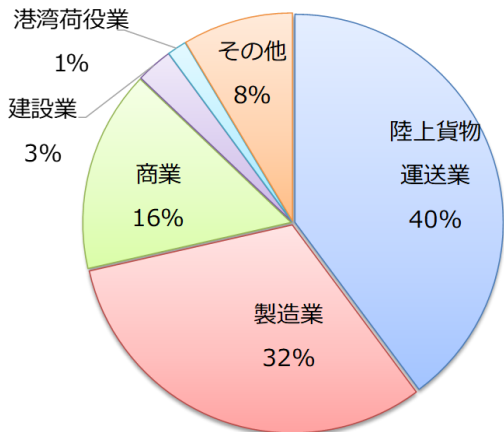


図 2 業種別フォークリフト死傷災害の割合（H28～H30）

事故の型別フォークリフト死傷災害

H28～H30

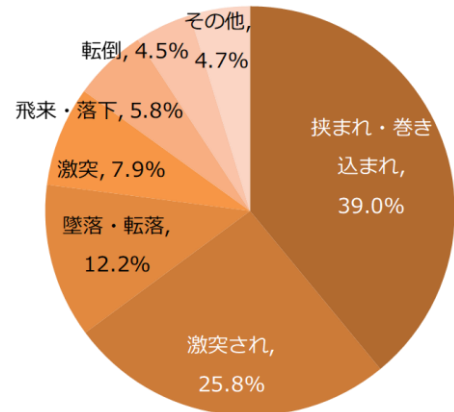


図 3 事故の型別フォークリフト死傷災害の割合（H28～H30）

5 フォークリフト安全作業のポイント

- ① 用途外使用（人の昇降、牽引、吊上げ）
禁止
- ② 無資格運転を絶対にさせない
- ③ 横転注意：荷の高さを低く、走行はゆっくり、旋回は微速で慎重に、傾斜通路ではハンドルを切らない、シートベルトを着用して投げ出されないようにすること
- ④ 進行方向（前後左右）への安全確認
- ⑤ フォークリフトの走行経路への立ち入り制限

第 55 回全国陸運労災防止大会のご案内

全国から会員事業場が一堂に会し、①労働災害防止の意識の高揚を図り、その決意を新たにするとともに、②労働災害防止の取組について学ぶために、毎年、「全国陸上貨物運送事業労働災害防止大会」を開催しています。本年の大会は、11月7日（木）滋賀県大津市「大津市民会館」にて開催いたします。

大会への参加お申し込みは各都道府県支部へお願い申し上げます。

第 55 回全国陸上貨物運送事業労働災害防止大会

開催日時 令和元年 11 月 7 日（木）13:30

会場 **大津市民会館（滋賀県大津市）**



大津市 琵琶湖

STOP！熱中症 クールワークキャンペーン

令和元年 5 月 1 日から 9 月 30 日まで（準備期間：4 月、**重点取組期間：7 月**）主唱：厚生労働省、労働災害防止団体等

7 月は重点取組期間です！一層のお取り組みを！

1 職場における熱中症の現状（平成 31 年 1 月 15 日速報値）

平成 30 年は、各地で過去最高気温を記録するなど記録的な猛暑となり、熱中症による死傷者数は 1,128 人、うち死亡者数が 29 人と、平成 29 年を大きく上回りました。このうち、運送業については、死傷者数が 162 人と平成 29 年と比較して倍近くとなり、うち**死亡者数が 4 人と過去 5 年で最悪**となりました（表）。

表 職場における熱中症による死傷者数の推移（平成 26～30 年） (人)

	26 年	27 年	28 年	29 年	30 年
全業種	423 (12)	464 (29)	462 (12)	544 (14)	1,128 (29)
うち運送業	56 (2)	62 (1)	67 (0)	85 (0)	162 (4)

※（ ）内の数値は死亡者数であり、死傷者数の内数

2 運送業における熱中症の分析

運送業における平成 30 年の熱中症による死亡災害^(速報) 4 人に関する事案の特徴は次のとおりです。

- 体調不良が判明していながら、医師の診察を受けさせたり救急隊を呼ぶなどの対応を迅速に行っておらず、その後体調が悪化して死亡する事例。
- WBGT 値（暑さ指数）計を事業場で準備していないために、特に屋内において、作業環境の把握や実際の暑さ指数に基づく作業計画の変更が行われていない事例。
- 7 月、8 月で WBGT 値が高いと思われる時間帯に一人で作業を行っており、体調不良時に直ちに把握されていない事例。



3 職場における熱中症予防対策の取組

「STOP！熱中症 クールワークキャンペーン」に示されている事項にお取り組みください (<https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000116133.html>)。

特に、次の点に留意願います。

- (1)屋内作業も含め、JIS に適合した WBGT 値測定器を準備して、暑さ指数を測りましょう。
- (2)暑い場所で重い荷物を運ぶ作業は、特に気流を感じないとき、身体に大きな負担がかかります。休憩時間の確保や、条件を考慮した WBGT 基準値を用いて作業中止を含めた作業計画を作りましょう。
- (3)体調不良や睡眠不足など、その日の労働者の健康状態に気をつけるとともに、熱中症の初期症状に気づくようにしましょう。
- (4)体調に異変を感じたときは、躊躇せず同僚や管理者に知らせるよう、あらかじめ労働者に知らせてください。熱中症の症状は急激に悪化するので、病院への搬送や救急隊の要請を行いましょう。



【連載 I】

メンタルヘルスのスペシャリストによる連載です

マコマコ
博士の

メンタルヘルス (第4回)

テーマ「**ストレスへの対処は「生活充実イベント表」の活用**」

精神科医 夏目 誠

図1.

職場の雑談から
気分転換はどうする

「**ごろ寝**」も良いですね…
テニスが趣味で、汗をかいて
ああ快汗です！！

男女の課員

課長

僕は仕事人間で趣味
がない。**どうすれば良
いのかなあ**

おしゃべりよ、1時間以
上は話しますよ
家事も、好きな料理作
りは気分転換に



夏目 誠/PIXTA(ピクスタ)

【まず身近な事例から】

運送業の45歳の江坂和夫さんは、仕事一筋で働いてきました。周りから「**疲れている、ムリしないで**」と助言されましたので、有休で休養をとったのです。**気分転換も必要と思いましたが、何をして良いかが、分からなかった。**

そこでヒント

1 皆さんいくつ、**〇が付きますか！**

最近1年で実行したものに〇を付けてください。

表「生活充実イベント表」

番号	充実イベントなど	〇を付ける	平均点数
1	旅行をする		8
2	新しいことにチャレンジする		7
3	1人で過ごす時間が増える		6
4	ファッション選びを変える		6
5	鏡を見る回数の変化		5
6	ゲームに熱中する		7
7	アイドルなどにはまる		7
8	達成感を感じる		7

9	本や映画などに感動する		7
10	自分にご褒美をあげる		7
11	祭りを楽しむ		7
12	ライブやスポーツを見て応援する		8
13	親しい人と話す機会が増えた		7
14	ワクワクする出会いがある		7
15	新しい友達ができる		7
16	イベントを企画する、楽しむ		7
17	家族団らんの回数が増える		7
18	昇進・昇格する		6
19	仕事が評価される		7
20	やりたい仕事に従事している		7
21	ほかの人に褒められる		7
22	起床時間が一定になる		7
23	食習慣が良くなる		7
24	運動を継続的にする、テニスなどのスポーツをする		7
25	ぐっすり眠れる・ごろ寝を楽しむ		7
○の合計数、合計点数は			

2 評価基準は

丸の数が **5個以下、合計点数 39点以下** はイベントの数を増やしてほしいです。 **1年に1つずつ。**

表は4パートで構成

- 1) 個人で充実できるもの
- 2) 人とのかかわりでできるもの
- 3) 仕事に関するもの
- 4) 充実の基礎は健康⇒健康の保持や増進にかかわる項目

3 充実のために⇒やれることからスタート

1) すぐできる健康保持⇒健康習慣から始めよう

起床時間を一定にする、ごろ寝、ぐっすり眠る

運動を継続的にする、朝食をとる、栄養バランスをよくする

- 2) 個人でできるものから⇒自分にご褒美を
- 3) 他者とのかかわりで

【事例の続き】

江坂和夫さんが職場にあった冊子を何気なく見たら「生活充実イベント表」が掲載されていました。「自分にご褒美を上げるのも、充実の1つなのか!」と納得。そこで「善は急げ」とばかりに、早速、ステーキハウスで高級和牛を堪能。美味に酔いしれリッチな気分になった。赤ワインもまるやかで…。その後、ツライ仕事があっても、「松阪牛にワイ

ン」とイメージしたら乗りきれました。

「これだけでは…充実とは言えないだろう…」と考えた彼は定期健診で、産業看護職に運動を勧められたのを思い出しました。「休日の朝に散歩をする」ことにしました。10分から始め、30分まで延長。散歩後に浴びるシャワーが心地よかった。「ああ・・快汗！！」と…。次にフィットネスクラブに加入。週に2～3回行きます。筋トレに水泳です。帰りがけに入るサウナが最高とか…。

下図にすぐできる対処法を

**「ごろ寝」こそ最速の転換法だ！ ベスト3位です
どこでも誰でもいつでも簡単にできるよ**

配偶者への説明



夏目 誠/PIXTA(ピクスタ)

【新しいポスターのご案内（頒布中です！）】

ヒヤリを防ぐためにご活用ください！



安全ポスター No. 75
価格：206円(税込)

陸災防では、「夏期労働災害防止強調運動」（7月1日から7月31日まで実施中）のスローガン「そのヒヤリ^{ほか}他の人にも起こるかも荷主に伝達 情報共有」（安全衛生標語入選作品）をテーマとしたポスターを作成し頒布中（価格206円(税込)）です。

ポスターを掲示し、労働災害防止の意識高揚にご活用ください。

安全ポスター No.75 申込書

申込年月日		年	月	日	曜日
申込者名(請求先)					
申込担当者名		☎ FAX			
送付先	名称				
	所在地及び担当者名	〒	☎		
品名		安全ポスター No.75			
数量					
お支払方法		<input type="checkbox"/> 請求書払い <input type="checkbox"/> 代金引換			
通信欄 請求先・送付先等が異なる場合の住所や要望等					

空欄に必要事項をご記入いただき、下記番号へFAXにてお申込みください。

FAX 03-3453-7561

過労死等防止・健康起因事故防止対策セミナー 開催のご案内

陸運業界の過労死等の防止ならびに健康起因事故の低減を図ることを目的に、「過労死等防止・健康起因事故防止セミナー」を昨年度とカリキュラムを変更して全国各地で実施いたします。

本セミナーでは、過労死等の実態、過労死等防止計画の概要説明並びにドライバーの健康管理について、専門的な立場から解説しますので、多くの方々のご参加をお待ちしております。

- 主 催：全日本トラック協会、都道府県トラック協会
 共 催：陸上貨物運送事業労働災害防止協会（陸災防）、陸災防支部、
 労働者健康安全機構、都道府県産業保健総合支援センター
 受講対象者：経営者及び運行管理者等
 受講料：無料
 開催時間：13時30分～16時30分（開催地によって異なる場合があります）
 受講申込先：都道府県トラック協会又は陸災防支部

令和元年度「過労死等防止・健康起因事故防止セミナー」開催日程

都道府県	開催日	会場	都道府県	開催日	会場
北海道	11月1日（金）	北海道トラック総合研修センター	大阪	9月10日（火）	大阪府トラック総合会館
宮城	11月19日（火）	宮城県トラック研修センター	兵庫	9月4日（水）	兵庫県トラック総合会館
秋田	11月28日（木）	秋田県トラック協会 中央研修センター	鳥取	8月23日（金）	鳥取県トラック協会
山形	9月5日（木）	山形県トラック総合会館	島根	9月19日（木）	（公社）島根県トラック協会 西部研修会館
福島	10月30日（水）	福島県トラック協会 県中研修センター	岡山	9月26日（木）	岡山県トラック総合研修会館
茨城	9月26日（木）	茨城県トラック総合会館	山口	2月14日（金）	山口県トラック協会研修会館
群馬	11月15日（金）	群馬県トラック総合会館	徳島	1月23日（水）	徳島県トラック会館
千葉	10月11日（金）	千葉県トラック総合会館	愛媛	8月27日（火）	愛媛県トラック総合サービスセンター
東京①	11月6日（水）	東京都トラック総合会館	福岡	10月16日（水）	リファレンス駅東ビル
東京②	11月22日（金）		佐賀	9月20日（金）	佐賀県トラック協会
新潟	2月17日（月）	新潟県トラック総合会館	長崎	7月18日（木）	長崎県トラック協会研修会館
長野	1月15日（水）	長野県トラック会館	熊本	9月4日（水）	グランメッセ熊本
富山	8月30日（金）	富山県トラック会館	宮崎	10月18日（金）	宮崎県トラック協会総合研修会館
石川	9月13日（金）	石川県トラック会館	大分	10月9日（水）	大分県トラック会館
静岡	9月12日（木）	静岡県トラック会館	鹿児島①	11月14日（木）	北薩地区研修センター
滋賀	9月25日（水）	滋賀県トラック総合会館	鹿児島②	11月15日（金）	鹿児島県トラック研修センター
京都	1月23日（木）	京都自動車会館	沖縄	8月28日（水）	九州沖縄トラック研修会館
右の都道府県につきましては、開催決定次第ご案内いたします。			青森、三重、奈良、和歌山、広島、高知		
右の都道府県につきましては、開催終了または不開催です。			岩手、埼玉、栃木、神奈川、山梨、福井、岐阜、愛知、香川		

【シリーズ】トラックドライバーの健康**自動車にはガソリン、運転者にはスイミン**

独立行政法人労働者健康安全機構 労働安全衛生総合研究所

過労死等防止調査研究センター センター長 高橋正也

**高橋正也 Profile**

平成2年に労働省産業医学総合研究所に入所、平成31年4月より現職。専門は産業睡眠医学。勤務スケジュールに伴う睡眠問題の解明と対策に関する研究、過重労働と心身の健康障害に関する研究に従事。博士（医学）。労働時間日本学会（会長）、労働時間学会（選任理事）。

運転という仕事

車は本当に便利な道具です。1時間で数十キロを移動できます。鉄道、船、そして飛行機を使ってもモノを運べますが、トラックなど陸路は物流のまさに中心です。それによって、どれだけ多くの人々の生活が豊かになり、経済の発展につながっているか、想像もつかないほどです。

充分に気をつけて運転していても、非常に残念なことに、事故は起きてしまいます。運転者自身や歩行者が犠牲になって、大けがをしたり、尊い命が奪われたりします。この場合、金銭をいくら積んでも、健康や生命は戻ってきません。

貨物は人間ではないからといって、そんなに扱ってよいはずはありません。いずれも、たくさんの苦労によって作られたものであり、送り出す方にとっても受け取る方にとっても、なくてはならないものです。しかも、決まった時間に積み込まれ、運ばれ、最終目的地で積み卸されなければなりません。

その途中で、万一、事故やトラブルが起きたら、大変なことになります。金銭的な賠償問題だけでなく、事業場の信用問題になると、それ以降の商売に差し支えます。そうになると、人間であれ、貨物であれ、無事に予定どおりに運ぶというのは、とても難しいとともに、価値の高い仕事と言えます。

それでは、事故なく順調にモノを運び続けるには、どのような準備が必要かを考えてみましょう。

飲酒運転がダメなことは誰もが知っている
運転前と運転中の飲酒が御法度なのは当然

り前です。ご承知のとおり、点呼時のアルコールチェックはとて厳しく行われています。身体の中にアルコールがあれば（残っていれば）、運転してはなりません。「飲んだら乗るな」を知らない運転者はいません。であっても、この規則を破ったら厳罰が待っています。さらに人身事故を起こしたら、誰もかばってくれないはずで

なぜ睡眠か

アルコールに対しては、これほどまでに厳しい規制があります。運転者にとって、アルコールと同じ位に気をつけなければならないのが睡眠です。睡眠が短いほど、居眠り運転や交通事故は起こりやすくなります（図1）。ハンドルを握る前に、睡眠をどれだけとっていたかがカギになると言えるでしょう。

睡眠については、一日の時間帯が重要になります。夜になると、私たちの身体は「睡眠モード」になります。これは身体の中にある時計（体内時計）によります。体内時計から「眠りなさい」という指令が絶えず出されるので、それには抗えませんが、「眠気は“気合い”で抑える」などと語られますが、自然の力に勝てるはずはありません。と言っても、夜間に走行しなければならない運転者は多数います。この場合も、運転を始める前に睡眠を充分にとっておくことが第一です。

もし朝起きてから一睡もせずに、夜から運転を始めたとしましょう。今から約20年前に報告された論文が、その答えを出しています（図2）。7時に起床したとして、23（夜11）時を過ぎる頃から作業能力は下がり始めます。明け方にかけて、さらに下がります。このよう

な作業能力の悪化は実は、酒気帯び運転と判定されるほどにアルコールを飲んだ時と同じであると分かっています。つまり、睡眠をとらないことは飲酒と同じ効果を持つわけです。「飲んだら乗るな」は既に決まっていますが、この研究成果に従えば、「寝てないなら乗るな」とも言えるでしょう。

睡眠を一晩とらないこと（徹夜）が避けるべきことは理解できます。それに対して、5 時間ほどの睡眠をとっておけば大丈夫と考える方もいます。ですが、こうした短い睡眠が幾晩も続くと、作業能力は徐々に悪くなることも分かっています。いわば、短い睡眠に伴って脳に「借金」が貯まるようなものです。この借金が増えると、普通であれば確実に行える行動（例えば、赤信号で止まる）すら、できなくなってしまいます。

なお、睡眠時無呼吸症候群など睡眠の病気があるせいで睡眠の質が悪くなる場合があります。それによって、疲労が十分に回復されない懸念も生じます。自覚症状があったり、ご家族などから指摘があったりした場合は、睡眠の専門病院を受診することをお勧めいたします。ただし、運転者の多くは睡眠の病気を持っていません。睡眠の時間（量）を確保するのが先決になります。

自動車にはガソリン、運転者にはスイミン

貨物を運ぶという仕事を万全に行うには、いくつもの条件を揃えなければなりません。自動車については、まずガソリンでしょう。運転者についても多くの準備が必要ですが、ここで絞るとしたら、睡眠となるでしょう。

良好な睡眠は事故の防止だけでなく、健康の維持にもとても大切です（「陸運と安全衛生」令和元年 6 月号、トラックドライバーの健康：運転労働における高血圧管理）。ぐっすり眠って、安全に健康に充実して運転できる方が一人でも増えることを望みます。

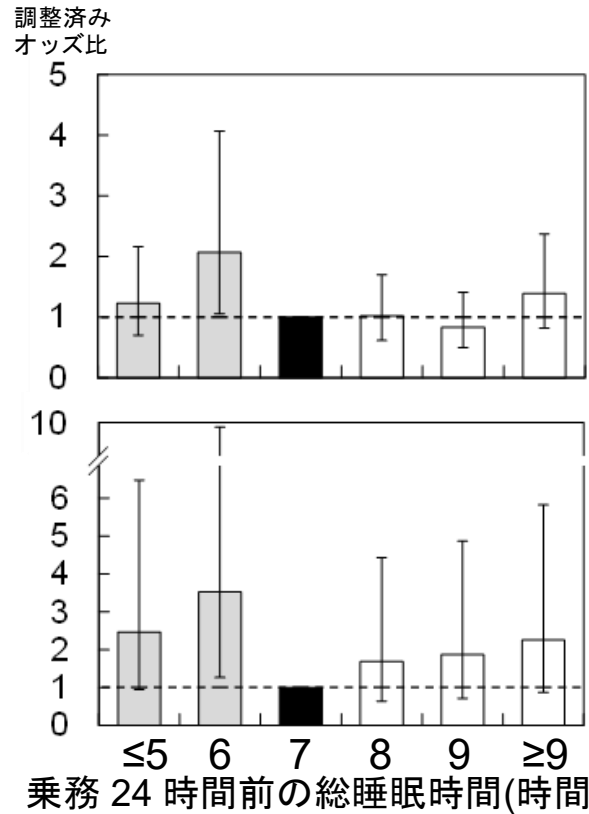


図 1 乗務 24 時間前の総睡眠時間と居眠り運転、交通事故との関連

対象はトラック運転者 813 名。横軸は勤務日の乗務 24 時間前までにとった睡眠の合計時間。縦軸は睡眠 7 時間群を基準 (=1) として、それ以外の群が過去 1 年間における居眠り運転または交通事故を申告した割合を相対的に示す（調整済みオッズ比）。縦棒は 95%信頼区間。

出典：平成 18 年度厚生労働省委託研究「過労運転等による交通労働災害防止に係る調査研究」報告書

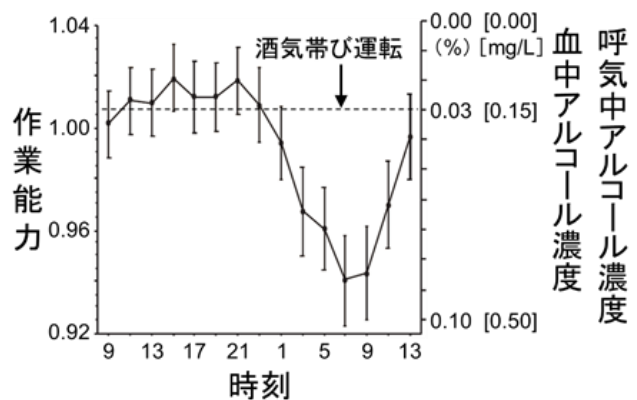


図 2 連続覚醒 28 時間中の作業能力

対象は実験参加者 40 名。横軸は時刻。左側の縦棒は作業能力（検査開始時の結果を 1 として相対化）。右側の縦軸は血中〔呼気中〕アルコール濃度。データは平均と標準誤差。

出典：Dawson and Reid, Nature 1997

【荷役災害防止のために】

第1回「荷主等と陸運事業者との連携・協力促進協議会」を開催!!

厚生労働省、国土交通省及び関係機関・団体と協議

陸災防では、6月19日(水)都内にて、第1回「荷主等と陸運事業者との連携・協力促進協議会」を開催しました。陸運業における労働災害の内、約5割を占める荷主・配送先・元請事業者等（以下「荷主等」という。）の事業場における災害防止は、荷主等の協力が不可欠です。このため、今年度から厚生労働省新規補助事業として実施されることとなった「荷役作業における陸上貨物運送事業の安全衛生活活動支援事業」の一つとして本協議会を開催しました。



この協議会は、「陸上貨物運送事業における荷役作業の安全対策ガイドライン」の周知等を目的としており、陸災防本部が開催した本協議会のみならず、各都道府県支部においても、関係労働局及び関係団体等の協力により協議会を開催することとなっています。

本協議会に出席した機関・団体等は、中央労働災害防止協会、建設業労働災害防止協会、林業・木材製造業労働災害防止協会、全国中小企業団体中央会、全日本運輸産業労働組合連合会、全日本トラック協会、厚生労働省労働基準局安全衛生部安全課、国土交通省自動車局貨物課トラック事業適正化対策室です。

本協議会では、厚生労働省労働基準局安全衛生部安全課及び国土交通省自動車局貨物課トラック事業適正化対策室より、関係行政機関として進めている「荷主等の事業場での労働災害防止対策の概要」等について説明をいただいた後、出席者と意見交換を行いました。

最後に、今後、陸災防都道府県支部で実施する荷主等向けの「荷役災害防止担当者教育」への参加勧奨等の協力をお願いして第1回協議会を終了しました。第2回協議会は、令和2年2月に開催予定です。

【厚生労働省からのお知らせ】

7月1日より、トラックドライバーの働き方改革に向けた新制度がスタートします！

～改正貨物自動車運送事業法の荷主関連部分の施行（国土交通省における制度改革）～

貨物自動車運送事業法の一部を改正する法律により、トラックドライバーの働き方改革を進め、コンプライアンスが確保できるよう、荷主に対する国土交通大臣による働きかけ等の規定が新設されたところですが、これらの荷主関連部分については、7月1日から施行します。

■背景

昨年、議員立法により、①規制の適正化、②事業者が遵守できる事項の明確化、③荷主対策の深度化、④標準的な運賃の公示制度の導入を内容とする貨物自動車運送事業法の改正が行われたところですが、今般、このうち、③の荷主関連部分について施行します。

これにより、荷主の理解・協力のもとで働き方改革・法令遵守を進めることができるようにするための取組を一層推進します。

■参考（荷主対策の深度化の概要）

- (1)荷主の配慮義務の新設、
- (2)荷主への勧告制度の拡充
- (3)違反原因行為をしている疑いがある荷主に対する国土交通大臣による働きかけ等の規定の新設（令和5年度末までの時限措置）

■リーフレットのURL/このお知らせの詳細について（厚生労働省ホームページ）

リーフレット (<https://www.mhlw.go.jp/content/11200000/000520823.pdf>)

このお知らせの詳細 (https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_05371.html)

【支部の活動（フォークリフト運転競技大会）】

全国フォークリフト運転競技大会参加に向け、各都道府県で競技大会が開催されています（上位者のご紹介）

陸災防が9月29日(日)、埼玉県トラック総合教育センター（埼玉県深谷市）にて実施します「第34回全国フォークリフト運転競技大会」への参加選手推薦のため、また、労働災害防止の推進のため、各都道府県支部で「フォークリフト運転競技大会」が開催されております。

6月30日までに開催された各都道府県大会の上位者をご紹介します。（敬称略）

福島県 大会	
第1位	菊地隆男
第2位	門馬秀一
第3位	渡部朗人

茨城県 大会		
	一般の部	女性の部
第1位	林 祐汰	宮島 恵
第2位	柴田一樹	樋口美桜
第3位	兼本賢治	

山梨県 大会	
第1位	澤邊 潤
第2位	高野昭仁
第3位	高根弘如

群馬県 大会		
	一般の部	女性の部
第1位	中島将大	福島京美
第2位	木暮 栄	
第3位	石倉利啓	

愛知県 大会	
第1位	塩澤 純
第2位	渡邊和臣
第3位	小澤友喜

徳島県 大会		
	一般の部	女性の部
第1位	奥村 涉	床櫻春美
第2位	小林勝幸	
第3位	新居広志	

香川県 大会	
第1位	渡辺賢大
第2位	福井大樹

愛媛県 大会	
第1位	越智隼人
第2位	石川達男
第3位	平岡 純



茨城県大会 女性の部 第1位 宮島恵選手の運転競技

令和元年 10 月 16 日実施（8 月 1 日受付開始）

フォークリフト荷役技能検定のご案内



陸上貨物運送事業労働災害防止協会（陸災防）では、令和元年 10 月 16 日(水)、フォークリフト荷役技能検定試験を実施します。

この技能検定は、フォークリフト運転技能講習修了者等を対象に、より安全で正確かつ迅速な作業を評価・認定し、労働災害の防止に寄与することを目的とした制度です。

多数のフォークリフト運転者の皆さまのご参加をお待ちしています。

技能の程度について

- 1級** フォークリフト運転技能講習修了後 5 年程度のフォークリフトによる荷役作業の実務経験を有する上級のフォークリフト運転者
- 2級** フォークリフト運転技能講習修了後 3 年程度のフォークリフトによる荷役作業の実務経験を有する中級のフォークリフト運転者

受検資格

- 1級** フォークリフト荷役技能検定 2 級合格後 2 年以上の実務経験を有する者等^(注1)
(注1) 平成 29 年度以前に実施のフォークリフト荷役技能検定 2 級試験合格者及びフォークリフト認定 1 級制度実技試験合格者が対象となります。
 フォークリフト認定 1 級制度実技試験合格者は、学科試験のみ受検できます。
- 2級** フォークリフト運転技能講習修了後 2 年以上の実務経験を有する者^(注2)
(注2) 平成 29 年度以前に実施のフォークリフト荷役技能検定 2 級試験一部合格者は、不合格となっている科目（学科又は実技）を受検できます。

検定日

検定日 令和元年 10 月 16 日(水)

受検申請期間

令和元年 8 月 1 日(木)～10 月 7 日(月) 締切日消印有効

受検会場

受検地	北海道	岩手	秋田	福島	埼玉	東京	長野	静岡	愛知	愛媛	福岡
1級	学科	学科	学科	学科	学科・実技	学科	学科	学科	学科・実技	学科・実技	学科
2級	学科	学科・実技	学科・実技	学科・実技	学科・実技	—	学科	学科・実技	学科・実技	学科・実技	学科・実技
2級 リーチ	—	—	—	—	学科・実技	—	—	—	学科・実技	—	—

※1 級, 2 級の实技はカウンターバランスフォークリフト

受検費用

- 1級** ・学科試験受験手数料 5,400 円（税込）
 ・実技試験受験手数料 27,000 円（税込） 合計 32,400 円
- 2級** ・学科試験受験手数料 5,400 円（税込）
 ・実技試験受験手数料 21,600 円（税込） 合計 27,000 円

※お申し込み後のキャンセル料等については、当該検定の規定によります。

検定についての問合せ先

陸上貨物運送事業労働災害防止協会 技術管理部（〒108-0014 港区芝 5-35-2 10F）

TEL 03-3455-3857 FAX 03-3453-7561

MAIL ginou-kentei@rikusai.or.jp



【連載II】第12回 安全衛生管理体制の点検にお役立てください！

「陸上貨物運送事業労働災害防止規程」について

今回は、はい作業について説明します。

7 はい作業

(1) はいとは

「はい」は労働安全衛生法施行令第6条12号で次のように定義されています。

はい：倉庫、上屋又は土場に積み重ねられた荷（小麦、大豆、鉱石等のばら物の荷を除く。）の集団をいう。

ここでばら物の荷を除外しているのは、容器に入っていない粉状、粒状及び塊状等の物品の荷については、「山」のような状態になっているため、袋物、俵物、箱物の「はい」に見られる崩壊や落下の危険は極めて少ないからです。

また、倉庫・上屋または土場以外の場所に積み重ねられた荷の集団は「はい」には該当しないとされていますので、貨物自動車、貨車、船舶等に積み重ねられた荷の集団は規制の対象外となっています。

(2) はい作業主任者

ア 倉庫等で荷（はい）を積み上げることを「はい付け」といい、はい付けされた荷を取り崩すことを「はい崩し」といいます。このときに荷が崩れて被災する危険があります。

このため、床面からの高さが2メートル以上のはいのはい付け又ははい崩しの作業を行うときは、はい作業主任者技能講習を修了した者のうちから、はい作業主任者を選任し、「作業の方法及び順序を決定し、作業を直接指揮すること。」など定められた職務を行わせなければなりません。

イ 法令では、「荷役機械の運転者のみによって行われるものを除く」とされており、フォークリフトの運転者のみで荷役作業を行っている場合は、はい作業主任者の選任が必要ないように思われますが、これはフォークリフトのみの作業ではヘッドガード等により保護されることから荷の崩壊等による危険が少ないと考えられるためです。しか

し、実際の作業では、荷の手直しや一部の荷の取り出しなど人力での作業があると思われまので、フォークリフトのみの荷役作業においても、通常は、はい作業主任者の選任が必要と考えられます（図）。

(3) はい付け作業

安全なはい付け作業を行うために必要な事項は、災防規程64条に示しています。

労働者にはい付け作業を行わせるときは、「はい付け場所は、平らな地面又は床面を選び、作業開始前に小石、木片等不要なものを除去し、水、油等による汚染部分を清掃すること。」など安全の確保に必要な事項を行わせなければなりません。

また、危険度の高い作業としてフレキシブルコンテナをはい付けする際の注意点もまとめています。

(4) はいの崩壊等の危険防止

はいに関し特に危険な災害は、はい崩し作業時のはいの崩壊（図）です。

はいの崩壊等の危険があるときに必要な危険防止の措置を講ずることは法令で義務付けられていますが、どのような状態が崩壊危険のあるときかは示されていません。災防規程65条において、その状態を5項目挙げ具体的に示しています。

「はいが著しく傾いている」など、はいの崩壊等の危険があるときは、労働者に当該はいをロープで縛り、網を張り、くい止めを施し、はい替えを行う等危険防止の措置を講じなければなりません。

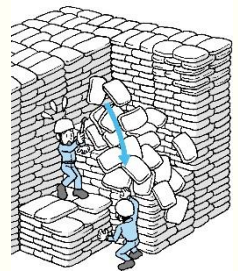


図 はいの崩壊

(5) はい崩し作業

労働者に床面からの高さが2メートル以上のはいのはい崩し作業を行わせるときは、「袋物等の荷の場合、ひな段状に崩す」など安全の確保に必要な事項を行わせなければなりません。

（次号に続く。）

陸災防 吉野副会長、厚生労働大臣表彰を受賞 令和元年度安全衛生に係る優良事業場、団体又は功労者に対する 厚生労働大臣表彰「功績賞」を受賞

陸災防吉野雅山副会長（愛知県支部長）は、令和元年度安全衛生に係る優良事業場、団体又は功労者に対する厚生労働大臣表彰「功績賞」を受賞されることとなり、7月5日(金)、都内で行われました令和元年度安全衛生厚生労働大臣表彰功績賞伝達授与式において、椎葉茂樹安全衛生部長から同賞が授与されました。

厚生労働大臣表彰「功績賞」は、安全衛生活動の指導的立場にあり、地域、団体、関係事業場の安全衛生水準の向上・発展に多大な貢献をした個人に対し、表彰が行われるものです。吉野副会長のご貢献に敬意を表するとともに、心からお祝いを申し上げます。



椎葉安全衛生部長から表彰状を授与される吉野副会長



椎葉安全衛生部長(左)と吉野副会長(右)

令和元年度 緑十字賞を受賞

中央労働災害防止協会は、長年にわたり我が国の産業安全又は労働衛生の推進向上に尽くし、顕著な功績が認められた方々に贈る「緑十字賞」の令和元年度受賞者を決定しました。

受賞の表彰式は、来る10月23日(水)に京都府京都市で開催される全国産業安全衛生大会総合集会において行われます。

当協会関係者では、次の方々が受賞されます。心からお祝いを申し上げます。(敬称略)



産業安全
清水則明

陸上貨物運送事業労働災害防止協会 福井県支部長



産業安全
楠木寿嗣

陸上貨物運送事業労働災害防止協会 香川県支部長

陸運労災防止協会の表彰制度による小企業無災害記録事業場〔令和元年6月〕					
第5種(15年間)	・有限会社イトウ建材	宮城県支部	第2種(5年間)	・有限会社鎌田興業	宮城県支部
第4種(10年間)	・SBSフレイトサービス株式会社仙台支店	宮城県支部	第1種(3年間)	・有限会社亀山急送	宮城県支部
	・有限会社丸伝運輸	宮城県支部		・有限会社中田運輸	宮城県支部
	・フタバ運輸有限会社本社営業所	群馬県支部		・有限会社岩井運送	宮城県支部
	・株式会社此川運輸滑川営業所	富山県支部		・株式会社三條商事	宮城県支部
第3種(7年間)	・株式会社ジェイアール貨物・東北ロジスティクス仙台営業所	宮城県支部	・株式会社ブライト本社営業所	宮城県支部	
	・日本郵便輸送株式会社福島営業所	福島県支部	・株式会社ベストワーク	宮城県支部	
			・アペニンコーポレーション株式会社岡山営業所	岡山県支部	

業種別労働災害発生状況（令和元年速報）

令和元年6月7日現在

業種	項目	死亡						死傷					
		令和元年1月～5月 [速報値]		平成30年1月～5月 [速報値]		前年比較		令和元年1月～5月 [速報値]		平成30年1月～5月 [速報値]		前年比較	
		死亡者数 (人)	構成比 (%)	死亡者数 (人)	構成比 (%)	増減数 (人)	増減率 (%)	死傷者数 (人)	構成比 (%)	死傷者数 (人)	構成比 (%)	増減数 (人)	増減率 (%)
全産業		260	100.0	266	100.0	-6	-2.3	37,656	100.0	39,900	100.0	-2,244	-5.6
製造業		45	17.3	45	16.9	0	0.0	8,449	22.4	8,996	22.5	-547	-6.1
鉱業		3	1.2	0	0.0	3	-	72	0.2	74	0.2	-2	-2.7
建設業		93	35.8	94	35.3	-1	-1.1	4,749	12.6	4,776	12.0	-27	-0.6
交通運輸事業		5	1.9	6	2.3	-1	-16.7	1,045	2.8	1,258	3.2	-213	-16.9
陸上貨物運送事業		29	11.2	33	12.4	-4	-12.1	4,883	13.0	5,172	13.0	-289	-5.6
港湾運送業		3	1.2	1	0.4	2	200.0	156	0.4	114	0.3	42	36.8
林業		16	6.2	12	4.5	4	33.3	474	1.3	496	1.2	-22	-4.4
農業、畜産・水産業		8	3.1	3	1.1	5	166.7	815	2.2	787	2.0	28	3.6
第三次産業		58	22.3	72	27.1	-14	-19.4	17,013	45.2	18,227	45.7	-1,214	-6.7

資料出所：厚生労働省

業種、事故の型別死亡災害発生状況（令和元年1月～5月）

令和元年6月7日現在

業種	項目	合計	墜落・転落	転倒	飛来・落下	崩壊・倒壊	激突され	はさまれ・巻き込まれ	交通事故(道路)	交通事故(その他)	その他
全産業		260	81	9	15	15	37	40	47	0	16
製造業		45	6	2	2	3	7	21	2	0	2
建設業		93	44	3	6	10	9	9	8	0	4
交通運輸事業		5	2	0	0	0	0	0	3	0	0
その他		88	24	4	4	1	20	7	21	0	7
陸上貨物運送事業		29	5	0	3	1	1	3	13	0	3
同上対前年増減		-4	-2	0	1	-1	-1	-2	0	0	1

業種、事故の型別死傷災害発生状況（令和元年1月～5月）

令和元年6月7日現在

業種	項目	合計	墜落・転落	転倒	激突	飛来・落下	崩壊・倒壊	激突され	はさまれ・巻き込まれ	交通事故(道路)	交通事故(その他)	動作の反動・無理な動作	その他
陸上貨物運送事業		4,883	1,451	859	378	230	157	264	510	225	4	707	98
同上対前年増減		-289	-52	-197	1	-28	12	12	11	-51	0	-6	9

(注) 上記2表の右端の列の「その他」は、「墜落・転落」～「交通事故(その他)」以外をまとめたもの
詳細は、陸災防ホームページ <http://www.rikusai.or.jp> に掲載

厚生労働省委託事業 2019年版

参加費
無料

腰痛予防対策講習会

予防は治療に勝ります

陸上貨物
運送事業

第三次産業における労働災害が増えています！
特に腰痛は第三次産業における職業性疾病の7割を占めます。今後も社会的役割の拡大が見込まれる陸上貨物運送・社会福祉・医療保健の現場において、高齢化の進展に伴うその予防対策が重要な課題となっています。



内 容

全47会場にて対象者を分けて同日に講習を行います。腰痛予防対策指針をイラスト等によりわかりやすく解説。前年度講習会では9割以上の方が「有意義」とご回答頂きました。(アンケート調べ)

講義

- 腰痛の発生状況、腰痛の影響要因、対策のための体制づくり
- 労働災害発生のメカニズムと災害防止の取り組み
- 作業空間、床面等の作業環境の改善
- 腰痛予防対策チェックリスト、リスクアセスメントの活用
- 腰痛予防に資する助成金と制度の紹介など

実技

- 機器を用いて腰部の負担を軽くする作業ポイント解説
- 腰痛予防体操
- 作業姿勢と腰部の負担が特に大きくなる作業別のポイント
- 腰痛を起こしにくい作業姿勢確認など

対 象

陸上貨物運送事業における事業場衛生管理担当者向け

対象者 集配利用運送業・貨物運送取扱業・運送代理店の衛生管理担当者など

9:30～ 受付開始 → 10:00 開 講 → 12:00 終 了

お申込方法

Webからお申込みいただけます

- 1 「ノーリフト協会」で検索。HP内「腰痛予防対策講習会」リンクへ。
(<https://seminar.tairapromote.co.jp/yotsu-yobo>)
- 2 腰痛予防対策講習会「残席確認・オンライン申込み」より各対象講習へお申込みください。
- 3 申込後、メール(受講票)が自動返信されますのでご確認ください。



こちらのQRコードでも



アクセスできます！