

# 陸運と安全衛生

2025  
3  
No.673

腰痛予防の基本は正しい姿勢 立ち方、持ち方、座り方

陸災防 令和6年度安全衛生標語 健康部門優秀作品



「草津温泉」湯畑/湯もみ（観光ぐんま写真館提供）

・【令和7年4月施行】労働安全衛生規則の一部改正

 陸上貨物運送事業労働災害防止協会

令和7年4月から事業者が行う退避や立入禁止等の措置について  
—労働安全衛生規則等が一部改正されます— (1)

## 安全

【新連載】

荷役労働災害防止コンサルティング実施診断結果における指導内容について (10)

【災害事例とその対策】

よるめきによる転倒・墜落災害を防ぐために！ (21)

労働災害発生状況(令和6年速報) (22)

労働災害発生状況(令和7年速報) (24)

## 健康

新連載「睡眠医学の知識 ～あなたの眠りを守りたい～」が始まります！ (6)

【連載】トラックドライバー 健康管理のポイント

春の健康管理編 (7)

保健師 椎葉 倫代

【連載】マコマコ博士のメンタルヘルス2025

「ストレス解消シリーズ」インドア系趣味で発散を！！ (11)

精神科医 夏目 誠

## 陸災防情報

第40回全国フォークリフト運転競技大会実施要綱 (3)

【支部の活動(愛媛県支部)】

「フォークリフト荷役災害防止セミナー」を開催しました (5)

令和6年度「ブロック支部長・事務局長会議」を開催 (14)

令和7年度「安全衛生標語」を募集中です！ (16)

小企業無災害記録表彰 (18)

【図書改訂のお知らせ】

はい作業主任者技能講習テキスト「はい作業安全必携」改訂のお知らせ (18)

【陸災防会員事業場向けサービス】

陸災防の個別サポートをご活用ください！ (20)

陸災防の動き (25)

「安全ポスター No.86」のご案内 (26)

## 関係行政機関・団体情報

【厚生労働省】令和7年「STOP!熱中症 クールワークキャンペーン」を実施します (15)

「安全衛生教育促進運動」を展開中です！ (18)

労働者死傷病報告の報告事項が改正され、電子申請が義務化されました (19)

令和7年春の全国交通安全運動 (23)

## 令和7年4月から事業者が行う退避や立入禁止等の措置について － 労働安全衛生規則等が一部改正されます－

令和7年4月1日から、事業者が「労働者」に対して行う退避や立入禁止等の措置の対象者が、「同じ場所で作業を行う全ての作業員」に拡大されます。この改正により、以下の1、2の人（個人事業者、他社の労働者、資材搬入業者など、契約関係の有無は問わない）に対しても保護措置の実施が義務付けられます。

- 1 危険箇所等で作業に従事する労働者以外の人
- 2 危険箇所等で行う作業の一部を請け負わせる個人事業者等

対象となる条文は、次の4省令において、作業場所に起因する危険性への対処（退避、危険箇所への立入禁止等、火気使用禁止、悪天候時の作業禁止）を規定する条文（労働安全衛生法第20条、第21条、第25条及び第25条の2根拠）です。

・労働安全衛生規則 ・ボイラー及び圧力容器安全規則 ・クレーン等安全規則 ・ゴンドラ安全規則

### 法令改正等の主な内容

- 1 危険箇所等において行う以下の措置の対象者を、「労働者」から「作業に従事する者」に拡大
  - (1) 危険箇所等への立入禁止、危険箇所等への搭乗禁止、立入等が可能な箇所の限定、悪天候時の作業禁止の措置
  - (2) 喫煙等の火気使用が禁止されている場所における火気使用の禁止
  - (3) 事故発生時等の退避
- 2 危険箇所等で行う作業の一部を請け負わせる個人事業者等に対する周知の義務化  
危険箇所等で行う作業の一部を請負人（個人事業者、下請業者）に行わせる場合であって、立入禁止とする必要があるような危険箇所等において、例外的に作業を行わせるために労働者に保護具等を使用させる義務がある場合には、請負人（個人事業者、下請業者）に対しても保護具等を使用する必要がある旨を周知する措置が義務づけられます。

### 重要事項

今回の改正における義務付けの対象ではありませんが、以下の(1)、(2)に示すような場面については、事業者が作業の一部を請け負わせた請負人に対して、保護具等の使用が必要である旨や、特定の作業手順、作業方法によらなければならない旨を周知することが推奨されます。

- (1) 作業に応じた適切な保護具等を労働者に使用させることが義務付けられている場面  
(例) 最大積載量2 t以上5 t未満で、テールゲートリフター（TGL）が設置されている貨物自動車でテールゲートリフターで荷の積卸しを行うとき。
- (2) 特定の作業手順や作業方法によって作業を行わせることが義務付けられている場面  
(例) 最大積載量が2 t以上の貨物自動車で荷を積み卸す作業を行うときの、昇降設備の設置。

### 注意事項

#### 重層請負の場合は誰が措置義務者となるか

《危険箇所等において事業者が行う退避や立入禁止等の措置》

危険箇所等における立入禁止等の措置は、個々の事業者が当該場所において措置すべきものです。

しかしながら、危険箇所等における作業を重層請負により複数の事業者が共同で行っている場合等、同一場所についてこれらの義務が複数の事業者に課されているときは、元方事業者がまとめて実施するなど、共同で表示や掲示を行っても差し支えありません。

### 《危険箇所等で行う作業の一部を請け負わせる個人事業者等に対する周知》

事業者の請負人に対する周知は、個々の事業者が請負契約の相手方に対して措置すべきものです。

三次下請まで作業に従事する場合は、一次下請は二次下請に対する義務を負い、三次下請に対する義務はありません。二次下請が三次下請に対する義務を負います。



### 作業の全部を請け負わせる場合にも措置が必要となるか

事業者が作業の全部を請負人に請け負わせるときは、事業者は単なる注文者の立場にあたるため、この作業は事業者としての措置義務の対象となりません。

### 元方事業者が実施すべき事項

労働安全衛生法第29条第1項・第2項で、関係請負人が法やそれに基づく命令（今回改正の4省令を含む）の規定に違反しないよう必要な指導を行わなければならないこと、違反していると認めるときは必要な指示を行わなければならないことが規定されています。今回の改正で義務付けられた措置を関係請負人が行っていない場合は、「必要な指導・指示」を行わなければなりません。

### 周知の方法

周知は以下のいずれかの方法で行ってください。

周知内容が複雑な場合等は、(4)以外の方法で行ってください。

- (1) 常時作業場所の見やすい場所に掲示または備えつける
- (2) 書面を交付する（請負契約時に書面で示すことも含む）
- (3) 磁気テープ、磁気ディスクその他これらに準ずる物に記録した上で、各作業場所にこの記録の内容を常時確認できる機器を設置する
- (4) 口頭で伝える

### 請負人等が講ずべき措置

事業者から必要な措置を周知された請負人等自身が、確実にこの措置を実施することが重要です。また、個人事業者が家族従事者を使用するときは、家族従事者に対してもこの措置を行うことが重要です。

労働者以外の人も立入禁止や喫煙、火気使用の禁止を遵守しなければなりません。

[参考]個人事業者等の安全衛生対策について（厚生労働省ホームページ）

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou\\_roudou/roudoukijun/anzen/anzeneisei03\\_00004.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou_roudou/roudoukijun/anzen/anzeneisei03_00004.html)



# 第40回全国フォークリフト運転競技大会 実施要綱

— 令和7年9月27日(土)・9月28日(日)の2日間 愛知県で開催 —

## 1 目的

本大会は、厚生労働省の支援の下、フォークリフト運転競技を通じ遵法精神と安全意識の高揚及び運転の知識と技能の向上を図り、もって職場における安全作業の確立と労働災害防止の推進に資することとする。

## 2 主催

陸上貨物運送事業労働災害防止協会

## 3 協賛

公益社団法人 全日本トラック協会

一般社団法人 日本産業車両協会

## 4 競技部門

「一般の部」と「女性の部」の2部門とする。

## 5 実施期日

令和7年9月27日(土) 10時30分～17時00分

学科競技及び点検競技

令和7年9月28日(日) 8時15分～15時30分

運転競技、表彰式

## 6 実施場所

中部トラック総合研修センター

(愛知県みよし市福谷町西ノ洞21-127)

## 7 参加人員

約80名

## 8 出場者資格

出場者推薦日において、次のいずれにも該当する者とする。

- (1) 都道府県支部の会員事業場の従業員で、勤務成績が優秀であり、かつ、フォークリフト運転技能講習修了後1年以上経過していること。
- (2) フォークリフト又は自動車の運転により、過去1年間事故を起こしたことがないこと。また、過去3年間(フォークリフト運転技能講習修了又は自動車運転免許取得後の期間が3年に満たない者については、当該3年に満たない期間)人身事故を起こしたことがないこと。
- (3) 都道府県支部で開催する競技大会(複数の支部で共同開催するものを含む。以下「支部大会」という。)に参加し、当該支部から推薦された者。

## 9 出場者推薦

出場者の推薦に当たっては、次によるものとする。

- (1) 支部大会に参加した者のうちから、都道府県支部において次のとおり推薦すること。

ア 「一般の部」にあつては、2名。ただし、支部大会への参加者数が15名未満である都道府県支部にあつては1名。

イ 「女性の部」にあつては、1名。

ウ 「一般の部」において2名の者を推薦する場合には、これら2名の者は、同一企業に所属する者でないこと。

エ 「一般の部」又は「女性の部」においては、過去の全国大会のそれぞれの部で、優勝又は準優勝した者は、当該の部には推薦することができないこと。

オ 同一人が「一般の部」及び「女性の部」の双方に参加することはできないこと。女性の参加者がいずれの部に参加するかは、本人の希望に基づくものであること。

- (2) 都道府県支部長は、9月5日(金)までに、会長あて出場者の推薦を行うものとする。

## 10 参加費

参加費は、無料とする。

## 11 競技種目及び配点

競技種目は、学科競技、点検競技及び運転競技の3種目とする。配点は、学科競技300点、点検競技100点、運転競技600点、合計1,000点とする。

## 12 各競技種目の実施要領

各競技種目は、次により実施する。なお、点検競技及び運転競技についての詳細は、「第40回全国フォークリフト運転競技大会点検競技及び運転競技実施細目」による。

### (1) 学科競技

ア 出題数は50問、1問6点とし、正誤方式とする。

イ 出題分野及び分野ごとの問題数の目安は、次表のとおりとする。

出題分野	問題数の目安
関係法令	10
フォークリフトの利用、機能・性能等の概要、災害発生状況等	5
荷役及び走行装置の構造、取扱いの方法	25
運転に必要な力学	10
合計	50



## 【支部の活動（愛媛県支部）】 「フォークリフト荷役災害防止セミナー」を開催しました

陸災防愛媛県支部は、令和7年2月7日(金)、愛媛県トラック協会と共催で、フォークリフト荷役災害防止セミナーを開催しました。愛媛県トラック総合サービスセンターで開催された本セミナーは、第14次労働災害防止計画に基づく業種別における労働災害防止対策を推進するため、荷役5大災害（墜落、転落、荷崩れ等）の防止を目的に、フォークリフトに関する「安全技術」「安全対策」「安全教育」の周知啓発に特化したカリキュラムで実施されました。

愛媛県支部はセミナー開催に当たり、荷主等との協議会を通じ、労働基準協会や各種業種別労働災害防止協会へ、開催周知と参加呼び掛けの協力要請も行き、会員事業者等19社52名の参加を得ました。

当日は、愛媛労働局亀田健康安全課長による挨拶の後、陸災防本部技術管理部技術課の早坂稔男主査が「フォークリフトによる災害発生の特徴と問題点等について」、一般社団法人日本産業車両協会の高瀬健一郎専務理事が「フォークリフトの安全技術の取組について～安全技術・安全対策・安全教育～」と題してフォークリフト安全作業のポイント、フォークリフトメーカーの最新安全機器による事故防止対策等について講演を行いました。参加者は終始熱心に聴講されていました。

また、同時イベントとしてトヨタL&F西四国株式会社様のご協力により「最新安全機器搭載の実車フォークリフト展示会」を開催し、機器に関心を持った参加者は担当者からの説明に聞き入っていました。



フォークリフト荷役災害防止セミナー



愛媛労働局亀田健康安全課長



陸災防本部早坂主査



日本産業車両協会高瀬専務理事



最新安全機器搭載の実車フォークリフト展示会

## 新連載「睡眠医学の知識 ～あなたの眠りを守りたい～」が始まります！

4月号から隔月で、トラックドライバーが日々の健康管理を行う上で重要な睡眠について、睡眠医療の専門家、塩見利明愛知医科大学名誉教授に解説していただく「睡眠医学の知識 ～あなたの眠りを守りたい～」を連載します。

睡眠障害・居眠り運転の研究に長年従事されている塩見先生の新連載にご期待ください。

### 【「睡眠医学の知識 ～あなたの眠りを守りたい～」連載開始に当たって】

愛知医科大学名誉教授/広島大学医学部客員教授(名古屋市昭和区桜クリニック睡眠外来担当)

塩見利明



生活様式の多様化、夜型化により睡眠時間が短縮し、それらの結果として睡眠不足による昼間の眠気から交通事故、毎日の就業または勉学における生産能率の低下等が引き起こされています。ストレス社会の現代では、快適な睡眠をとることが人間性を回復させるために一番重要です。最近になってようやく医療の分野でも、生活習慣（ライフスタイル）改善の三本柱の一つとして、1.栄養療法や2.運動療法と同様に、3.睡眠療法を重視すべき時代が到来してきました。現代社会における睡眠の重要性はもっと広く世間に強調されるべきでしょう。

「陸運と安全衛生」の4月号から、私の連載「睡眠医学の知識～あなたの眠りを守りたい～」が隔月で始まります。その第1話としては少し難しい内容ですが、職業運転手の誰もが経験しているがこれまであまり明らかにされていなかった「運転中のウトウト」、すなわち「マイクロスリープ（瞬眠）」に関する最先端の話題から解説を始めさせていただきます。また、次回からも「睡眠医学の知識 ～あなたの眠りを守りたい～」を主題として、いろいろな睡眠の病気に関する説明や居眠り事故防止対策の話題などを盛り込んだ連載をさせていただきます。是非ともこの機会に、睡眠医学の知識を増やし、そして良い睡眠と生活リズムの重要性を見直していただけたら幸いです。

#### <プロフィール>

塩見利明（しおみ としあき）

【現職】愛知医科大学名誉教授/広島大学医学部客員教授  
桜クリニック睡眠外来担当（名古屋市昭和区）

【資格】医師。医学博士。日本内科学会認定内科医。日本循環器学会循環器専門医。  
日本睡眠学会総合専門医・指導医。日本医師会認定産業医。

【略歴】1989年、米国スタンフォード大学でSAS研究の第一人者クリスチャン・ギルミノー教授（故）に師事。愛知医科大学病院では、2000年本格的な睡眠医療センター、2008年日本初の睡眠科を開設。2004-2019年、愛知医科大学医学部教授（大学院医学研究科臨床医学系睡眠医学）。2011-2023年、桜クリニックで精神科医として高名な笠原嘉名誉院長に師事。日本睡眠学会学術集会第35及び44回・大会会長。我が国の内科領域における睡眠医療のパイオニアの役割を担ってきた。2019年、愛知医科大学名誉教授。2021-2024年、広島大学大学院医系科学研究科睡眠医学寄附講座教授 兼職 広島大学病院睡眠医療センター長として、広島大学を中心とした中国地方における睡眠医療の発展にも貢献した。2024年4月より広島大学医学部客員教授。

【著書】「危険な眠気：二見書房」, 「スリープハート：風媒社」, 「眠れないあなたに：毎日新聞社」, 「現代の不眠：明治書院」。編著は「睡眠無呼吸症-広がるSASの診療-：朝倉書店」。共著は「睡眠学 初版, 第2版：朝倉書店」など多数。

## 第11回

## トラックドライバー 健康管理のポイント

～春の健康管理編～

保健師 椎葉 倫代



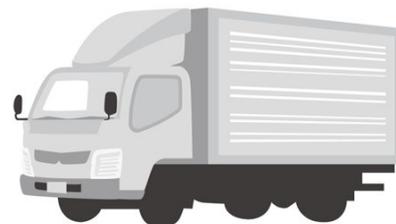
温暖化の影響からか、春の訪れが早く感じられます。特に理由はなくとも、気持ちが柔らかくなる季節です。徐々に行動範囲が広がり、外出や観光など出かける機会が増えてくると思います。仕事や生活を健康で安心して過ごしたいと誰もが思うことでしょう。

これまでは、食事・運動・睡眠を中心に健康管理のポイントをお伝えしてきましたが、今回はそれらに影響する「歯の健康」をテーマに取り上げます。国も労働者の安全と健康を確保するために、企業や労働者が行う健康管理の一環として、歯と口腔の健康づくりを重要視しています。

メタボや生活習慣病は、心脳血管疾患のリスクにつながることはご承知のとおりです。最近では、歯と口の健康もメタボや生活習慣病と関連していることが指摘されています。

## ドライバーと健康管理について

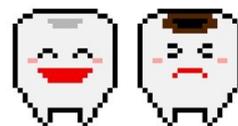
1. 健康のリスク要因
  - 長時間の運転やストレス
  - 不規則な食生活
  - 長時間座りっぱなしの生活
2. セルフケアのポイント
  - バランスのとれた食事
  - 適度な休憩と運動
  - 十分な水分補給
  - 質の良い睡眠
  - 健康診断で定期的に健康状態を確認



## 歯と口の健康の重要性

歯の健康が重要なのは、歯の状態が全身の健康に大きな影響を与えるからです。

- 歯周病や虫歯が原因で、心臓病や糖尿病などのリスクが上がると言われている
- 歯の健康は、食事や栄養摂取に影響するから、全身の健康状態のリスクにつながる
- 口腔内の感染症が血流に乗って全身に広がると免疫力が低下していると重大な健康リスクになる



歯と口の健康が全身の病気のリスクにつながることは意外に知らない方も多いのではないのでしょうか。虫歯が進んで歯がなくなり、食べられるものしか食べないなんて方はいませんか。（芸人の方でいましたが）

せっかくなので、歯と口の健康の基本的な知識をまとめてみました。

## 歯と口の健康の基礎知識

虫歯、歯周病、口腔内の感染症について



### ○虫歯と歯周病

- ・虫歯が進行する→歯の根元に細菌が入り込む→歯周組織が炎症→歯周病
- ・虫歯がある→口腔内のバランスが崩れる→他の歯や歯肉に負担がかかる→歯周病

### ○口腔内の感染症

口の中で細菌やウイルスが増殖し、炎症や痛みを引き起こした状態

- ・虫歯：食べ物のカスが歯に付着→それを細菌が分解する際に歯を溶かす
- ・歯周病：歯垢に含まれた細菌が歯茎に感染し、炎症を引き起こす
- ・口内炎：口の中の傷やストレス、栄養不足、ウイルス感染から炎症等を起こす

歯と口の健康が損なわれるとどのような影響があるのでしょうか。

## 歯と口の健康の影響

### ○栄養不足

- ・噛む力が弱まり、十分に咀嚼できない食べ物が増え、食事から十分な栄養を取れず、栄養不足や消化不良につながります。

### ○痛みと不快感

- ・口の中の痛みや不快感で、食事や会話に支障をきたします。

### ○全身の健康への影響

- ・心臓病や糖尿病などの健康リスクが上がります。

### ○労働意欲の低下

- ・強い痛みや不快感から労働意欲が低下し、仕事へ影響します。

### ○その他

- ・食への楽しみが減ります。



歯や口の健康状態も仕事や日々の生活に影響することが分かります。

これを機会に、歯みがきの仕方なども見直してみてもいいでしょう。  
歯と口の健康管理のポイントを挙げてみました。

## 歯と口の健康管理のポイント

### ○適切な歯磨き習慣

- ・口の中の清潔を保ちましょう。
- ・適切な歯みがき方法は、「日本歯科医師会－歯のみがき方」を参考にしてください。

朝晩2回、特に食後と就寝前に行う 等

### ○バランスよい食事

- ・糖分を多く含む飲食物は控えめにこころがけましょう。
- ・特に、甘いガムや飴の取りすぎには注意してください。

### ○水分補給

- ・水分をこまめに摂ることで、口の中の乾燥を防ぎ、唾液の分泌を促進し、唾液により口の中の清潔が保てます。

### ○ストレスコントロール

- ・運転中のストレスは、歯ぎしりやくいしばりを引き起こすことがあります。これにより、歯が削れたり歯周病の原因になることがあります。



その他、定期的に歯科検診を受けて、早期発見と治療を行うこともお勧めします。歯医者に行くことが苦手な方もいるかもしれませんが、私もずっと苦手でしたが、歯の詰め物がとれて渋々10数年ぶりに歯科医院にかかりました。診療室の雰囲気や治療中の痛みにとっても配慮され、イメージがガラッと変わりました。歯の状態が改善されて、硬いものや好きなものが何でも気持ちよく食べられるようになり、もっと早く治療すればよかったと思いました。

最後に、正月太りのその後ですが、何とか2キロ減は達成したものの、暖かくなり外出の機会が増えるにつれ、美味しいものを求めるためか、消費よりも摂取カロリーが増えている気がします。目下、消費カロリーを増やす方法を計算中です。

## 【新連載】（第1回） 荷役労働災害防止コンサルティング実施診断結果における指導内容について

陸上貨物運送事業労働災害防止協会 安全管理士

陸災防では労働災害を発生させた陸運事業場等に対して、安全管理士による「荷役労働災害防止対策コンサルティング事業」（以下「コンサルティング」という。）を行っています。本連載では、実施したコンサルティングの内容等を紹介し、貴事業場における労働災害防止対策の参考にしてください。

### 1 コンサルティング実施事業場

- (1) 実施事業場：陸運業 従業員20名
- (2) 実施時期：7月
- (3) 被災者：運転者／50歳／経験年数20年
- (4) 車両：ウイング車／積載量5 t以上
- (5) 着用保護具：保護帽、ゴム引き軍手、安全靴

### 2 ヒアリングの内容

#### (1) 災害状況

荷卸し先での積荷の荷解き作業の手伝い。天候は雨。同僚の車の積荷（高さ2m）の上での作業を終え、後ろ向きに降りる際、積荷を覆った雨養生ビニールで足を滑らせて踏み外し、足場代わりに開いて固定したアオリの上まで落ち受傷。さらに地面まで落下して左大腿骨を骨折した（休業3か月）。

#### (2) 災害の原因

- ・積荷を覆ったビニールが雨で濡れていた。
- ・足元の確認がおろそかであった。三点確保ができていなかった。

#### (3) 現場で行われていた安全対策

- ・荷台上での作業に当たっては、荷主のルールを守り、足場確保のためアオリを開いてダンプキャッチから専用ロープで水平に支え、固縛・荷解きの足場としていた。
- ・複数台で納入する場合は、荷卸し場での同僚車両の作業手伝いは常態化しており、現場での差配は運転手に任せていた。

#### (4) 安全管理の状況

- ・安全衛生推進者を選任していない。
- ・荷役災害防止のための担当者を選任していない。
- ・作業応援という共同作業（複数人作業）に当たり、作業指揮者を選任していない。
- ・運転者への教育指導は、国土交通省の定める「法定12項目」を実施している。
- ・他社の事故の都度、荷主から得た情報を乗務前・乗務後点呼、朝礼等を通じて従業員に通知し注意喚起をしている。
- ・作業手順書は作成していない。長年同一の業務を繰り返してきた古参従業員がおり、

中途採用の運転者に対しては古参運転者が配送先別に一週間程度横乗りを行って指導している。

- ・事故災害が発生した場合、荷主へ報告するのみで、自社従業員への防止対策は作成していない。荷主との協議会で事故災害防止対策が指示されるので、その内容を従業員に指示し、また、自社の事故対策として記録している。

### 3 指導・助言事項

- (1) 安全衛生推進者を選任し、自社の安全管理体制を明確にすること。
- (2) 作業手順書を作成し、指導教育に当たっての記録を作成すること。
- (3) 荷役ガイドラインに記載されている「労働者の遵守事項」を「法定12項目」の教育に織り込んで、荷役作業の安全についても定期的かつ継続的な指導・教育を行うこと。
- (4) 荷卸しにおける作業応援は運転者に一任されているが、指揮命令系統を明確にして安全を確保するため、事前に指揮者を選任しておく。または、現地で指揮者を選任してから作業に従事させること。

### 4 コンサルティングを終えて

- (1) 今回は、陸運事業者が荷主の輸送部門のように取り込まれ、何もしなくても荷主が安全の関係では全てを取り計らってくれていますが、その目的は荷主の輸送（納入）の作業品質（安全を含む）の確保にあると思われます。これに取り込まれて自身の問題を提起する力や解決する力が損なわれてしまわないよう、指示された事項をそのまま流すのではなく、災害防止に向けたアレンジを加える取組も必要と思われます。
- (2) コンサルティングでは、指導・助言した事項について、その後の対応状況を「対応済み」「検討する」いずれかの連絡をいただくことになっています。時間を要するかもしれませんが、できるだけ全て「対応済み」となっていたらと願っています。

【連載】

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 2025  
(第3回)テーマ「ストレス解消シリーズ」その6  
インドア系趣味で発散を！！

精神科医 夏目 誠

このシリーズも6回目です。今回はストレス解消の王道と言われている趣味を取り上げます。それは室内で楽しむインドア系と、旅行など室外で発散できるアウトドア系に大別できます。

趣味を楽しむ人はストレスコントロールが上手です。エネルギーを分散させ、それぞれの世界で義務を果たしたり楽しんだりすることができるから。今回はインドア系を中心に紹介します。

- 1 読書に没頭
- 2 クッキングを楽しむ
- 3 ライブ配信に没頭
- 4 家庭菜園こそ
- 5 模型を楽しむ
- 6 プロスポーツ観戦

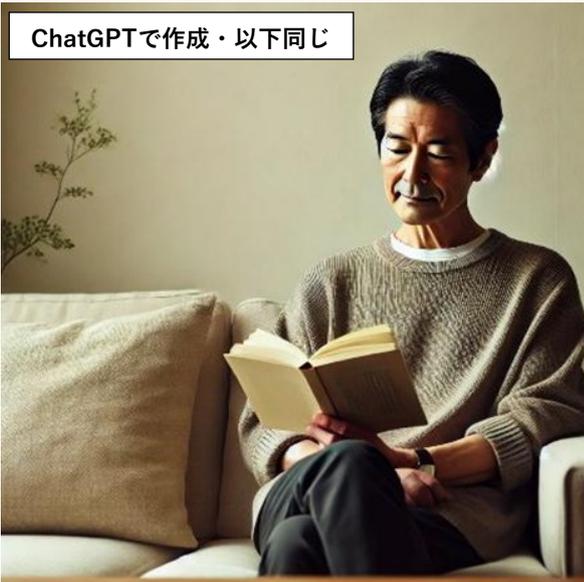
に分類しました。

**取りあえず始めましょう**

まず好きなもの、興味があるものを2～3選び、実行する。やるのが苦でなく、楽しい感じ、継続できるのが趣味になるでしょう。

**楽しみ方のヒント**

ChatGPTで作成・以下同じ



60歳代の男性がソファに座り、ゆったりと本を読んでいます。リラックスしていますね。「本に没頭すると、現実を忘れられるなあ。」



40歳代の女性がケーキを作っています。お菓子作りが大好きです。楽しんでいますね。「このケーキ、美味しくなる予感♪ みんなHappy！」

20歳代の女性がライブ配信にくぎ付けです。目をキラキラさせ夢中です。「別世界に突入！一緒に歌い踊ります！！」

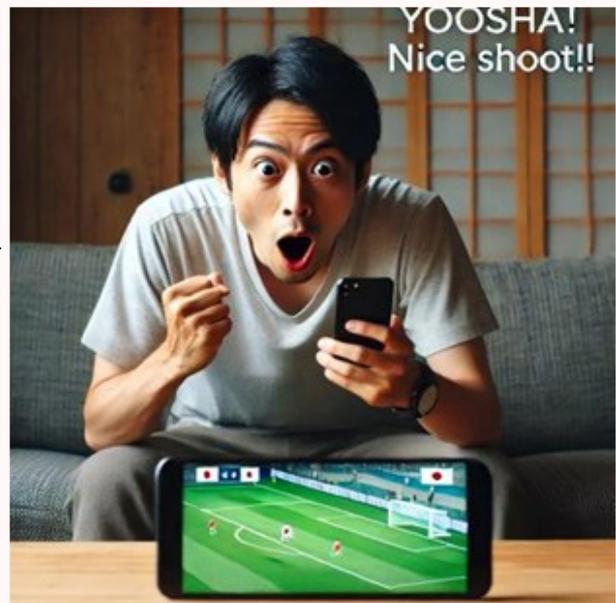


40歳代の女性が家庭で菜園を楽しんでいます。「お日様に当たれます。日々、成長していくのがうれしい！」



50歳代の男性がリビングで鉄道模型を走らせています。満身に満ち溢れています。「蒸気機関車が最高、この走行音もたまらないんだよなあ。」

30歳代の男性です。サッカーの試合を観戦しています。画面にくぎ付けになり、エキサイトしています。「よっしゃ！ ナイスシュート！！」



皆さんも、ヒントを参考に、好きなものに没頭。楽しい時間を過ごしてください。

最後に「マコトの一言」で締めくくります。

## マコトの一言

趣味と言えば構えてしまいます。インドア系で気軽にできれば嬉しいです。



好きなアイドルのライブ配信に没頭、すぐに出来るヨ。プロサッカーや野球応援もね。読書や菜園、クッキング、スポーツジムもあるよ。



## 令和6年度「ブロック支部長・事務局長会議」を開催 本部から「令和7年度事業計画(素案)」等を説明

令和6年度の「ブロック支部長・事務局長会議」が、各支部長、事務局長及び本部役職員が出席して開催されました。

会議では、本部事務局から「令和7年度事業計画(素案)」、労働政策審議会建議「今後の労働安全衛生対策について」、また、労働者死傷病報告の電子申請の義務化等について説明を行いました。各支部から様々な意見や質問が挙がり、活発な意見交換が行われました。

開催地労働局からはご来賓として局長、幹部の皆様にご出席賜りご挨拶をいただくとともに、行政における課題、労働災害発生状況等について、丁寧なご説明をいただきました。

ブロック支部長・事務局長会議でいただきましたご意見等を踏まえ、事業計画(案)等を作成し、3月19日開催の第27回理事会に諮った上で、6月の令和7年度通常総代会に上程することとしております。

### 令和6年度ブロック支部長・事務局長会議一覧

ブロック	開催月日	開催地	来賓
北海道・東北	2月18日	山形	山形労働局 小林 学 局長 松岡 隆夫 労働基準部長 高橋 健一 健康安全課長
関東・甲信越	3月4日	東京	東京労働局 富田 望 局長 岡田 直樹 労働基準部長 伊藤 聖 安全課長
東海・北陸	2月19日	静岡	静岡労働局 神田 将伸 労働基準部長
近畿	2月3日	大阪	大阪労働局 志村 幸久 局長 土井 達也 地方産業安全専門官
中国・四国	2月26日	愛媛	愛媛労働局 常盤 剛史 局長 佐藤 明士 労働基準部長
九州・沖縄	2月12日	佐賀	佐賀労働局 城 寿克 局長 小林 克之 健康安全課長



近畿ブロック支部長・事務局長会議全景



中国・四国ブロック支部長・事務局長会議で説明を行う横尾専務理事



北海道・東北ブロック支部長・事務局長会議  
小林山形労働局長、松岡労働基準部長



関東・甲信越ブロック支部長・事務局長会議  
富田東京労働局長、岡田労働基準部長



東海・北陸ブロック支部長・事務局長会議  
神田静岡労働局長労働基準部長(右)、青木副会長(左)



近畿ブロック支部長・事務局長会議  
志村大阪労働局長、土井地方産業安全専門官



中国・四国ブロック支部長・事務局長会議  
常盤愛媛労働局長、佐藤労働基準部長



九州・沖縄ブロック支部長・事務局長会議  
城佐賀労働局長、小林健康安全課長

【厚生労働省からのお知らせ】

**令和7年「STOP！熱中症 クールワークキャンペーン」を実施します**

～暑さ指数(WBGT)の把握、熱中症を重篤化させないための措置、有訴者への特段の配慮～

厚生労働省は、職場における熱中症予防対策を徹底するため、陸災防を含む労働災害防止団体などと連携し、5月から9月まで、「STOP！熱中症 クールワークキャンペーン」を実施します。

陸運業における令和6年の熱中症による労働災害は、死亡者数6人（昨年同期+5人）、死傷者数180人（昨年同期+35人）と多く発生しました（令和7年1月7日現在）。

キャンペーンの概要、実施要綱等、詳細を次のURLからご覧いただき、熱中症予防対策にお取り組みください。

[https://www.mhlw.go.jp/stf/coolwork\\_20250228.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/coolwork_20250228.html)

# 令和7年度「安全衛生標語」を募集中です！

## 安全衛生意識の向上に繋がる標語応募にお取り組みください！

当協会では、陸運業で働く人々の安全と健康を守り、労働災害の防止に取り組んでいくことを呼びかける「安全衛生標語」を募集いたします。

入選作品は最も優れたものを最優秀賞、それに次ぐものを優秀賞とし、当協会の安全ポスター等に用いる他、会員企業・事業場で広く活用していただくこととしております。

なお、入選作品につきましては、令和7年11月13日(木)に群馬県高崎市にて開催する第61回全国陸上貨物運送事業労働災害防止大会において表彰いたします。

皆様からの多数のご応募をお待ちしております。

### 募集の目的

企業・事業場における安全衛生意識の高揚を図り、自主的な安全衛生活動の推進に寄与すること。

### 主催

陸上貨物運送事業労働災害防止協会

### 標語のテーマ

次の3部門について、陸運業で働く人々の安全と健康を守り、労働災害の防止に取り組んでいくことを、具体的かつ簡明な表現で呼びかけるもの

#### (1) 荷役部門

荷役作業における労働災害の防止を呼びかけるもの

[テーマ例]

- ア 荷役作業時の墜落・転落又は転倒の防止に関するもの
- イ 荷主等との連携に基づく災害防止に関するもの
- ウ 高年齢労働者の荷役労働災害防止に関するもの
- エ 法令の遵守や自主的な安全衛生活動の推進に関するもの
- オ 危険予知活動、リスクアセスメント等の実施に関するもの
- カ フォークリフト、テールゲートリフター、ロールボックスパレット等による災害防止に関するもの

#### (2) 交通部門

交通労働災害の防止を呼びかけるもの

[テーマ例]

- ア 過労運転防止のための運行管理（適切な休憩の付与等）に関するもの

- イ 高年齢運転者の交通労働災害防止に関するもの
- ウ 法令の遵守や自主的な安全衛生活動の推進に関するもの
- エ 交通KY（交通危険予知活動）の実施に関するもの
- オ 安全運転の実施に関するもの

#### (3) 健康部門

健康の確保・増進を呼びかけるもの

[テーマ例]

- ア 健康診断の実施と事後措置の徹底に関するもの
- イ ストレスチェック等のメンタルヘルス対策に関するもの
- ウ 過重労働対策（恒常的に時間外労働を発生させない労働時間管理等）の徹底に関するもの
- エ 腰痛予防に関するもの

### 応募の資格

次のいずれかに該当する方（家族の方を含みます。）

- (1) 当協会の会員事業場の役員・従業員である方
- (2) 当協会の労働災害防止活動にご理解・ご支援をいただいている企業、団体、事業場等の役員・従業員である方
- (3) 当協会支部の役職員の方

### 応募の方法

- (1) 作品は、自作で、未発表のものに限ります。どの部門についても応募いただけますが、1部門の作品数は、お一人につき、3点以内としてください。

- (2) 応募用紙は、当協会のホームページからダウンロードできます。「令和7年度『安全衛生標語』募集のご案内」のページをお開きください。この応募用紙は、「個人用」と「事業場一括応募用」の2種類があります。事業場で何人かの方々の作品を取りまとめて応募される場合には、「事業場一括応募用」の用紙をお使いください。
- (3) ホームページからダウンロードした応募用紙によらない場合は、応募作品のほか、必ず次の事項を記載した内容のものでご応募ください。
- ア 応募者の氏名とふりがな
- イ 応募者の勤務先  
勤務先名（例えば、〇〇会社〇〇支店〇〇…〇〇課）  
勤務先の住所・郵便番号と電話番号
- ウ 応募する部門の別（「荷役」、「交通」、「健康」）  
事業場で何名かの方々の作品を取りまとめて応募される場合には、どの作品がどの方のものであるかも明らかにしていただき、また、応募の取りまとめをされた方の氏名と連絡先も記載してください。
- (4) 記入を終えた上記(2)又は(3)の応募用紙等は、Eメール、ファックス、郵送（葉書、封書）等の方法により、当協会宛てお送りください。
- (5) 上記(2)又は(3)の応募用紙等に記載された個人情報、当協会が責任をもって管理し、入選作品の選考時における確認と入選の通知、賞品の発送及び入選者の公表のためのみに利用し、その他の目的での使用や第三者への提供はいたしません。

### 募集の締切

令和7年3月31日(月)

郵送による場合は、3月31日当日までの消印のあるものを有効とします。

### 入選作品

- (1) 入選作品数は、次のとおりとします。

	入選作品数
最優秀賞	3作品（各部門ごとに、1作品）
優秀賞	3作品（各部門ごとに、1作品）
入選	6作品（各部門ごとに、2作品）

- (2) 令和7年4月に、当協会において入選作品を決定して、入選者ご本人又は応募の取りまとめをされた方に通知いたします。なお、作品の文言について、より具体的かつ簡明な表現となるように、若干の変更をお願いする場合があります。
- (3) 入選作品は、令和7年5月に当協会のホームページにて公表するとともに、広報誌「陸運と安全衛生 5月号」に掲載します（いずれも、作者の氏名、勤務先の会社、団体等の名称、所属する都道府県支部名を含みます。）。
- (4) 令和7年11月13日(木)開催の第61回全国陸上貨物運送事業労働災害防止大会 in 群馬の式典で、入選作品とともに、入選者の方に対する表彰を行います。また、代表1名の方については、式典当日、当協会の会長から直接、壇上にて表彰状及び賞品をお渡しいたします。なお、自宅（又は職場）から大会会場（群馬県高崎市）までの往復の交通費及び宿泊費は、ご負担いただきますようお願いいたします。
- (5) 入選者には、表彰状のほか次の賞品をお贈りします。

	賞品
最優秀賞	2万円分の図書カード
優秀賞	5千円分の図書カード
入選	3千円分の図書カード

- (6) 入選作品の著作権は、当協会に属するものとします。

また、入選作品は、当協会が作成する安全ポスター等の印刷物、ホームページ等で用いる他、会員企業・事業場で広く活用していただきます。

### 応募先・お問合せ先

〒108-0014 東京都港区芝 5-35-2 10階  
陸上貨物運送事業労働災害防止協会  
業務部 広報課

TEL：03-3455-3857 / FAX：03-3453-7561

E-mail：r7hyougo@rikusai.or.jp

### ホームページ

<http://www.rikusai.or.jp/>

**小企業無災害記録表彰〔令和7年2月〕**

	事業場名	労働者数	無災害期間	支部名
第1種	司北陸株式会社富山東営業所	14名	令和3年12月3日～令和6年12月2日	富山県
第3種	株式会社矢野テック本社営業所	17名	平成29年12月14日～令和6年12月13日	群馬県
第4種	星崎運輸株式会社富山営業所	20名	平成26年5月16日～令和6年5月15日	富山県

陸災防では、常時50人未満の労働者を使用する事業場の無災害記録について、表彰を行っています。この無災害記録には、第1種から第5種までの5種類があり、第1種は3年間、第2種は5年間、第3種は7年間、第4種は10年間、第5種は15年間の無災害を称えるものです。

**●申請方法**  
 本表彰は、会員事業場からの申請により実施しています。申請に当たっては、各都道府県支部にお申し出ください。事業場の安全衛生に対する取組を応援するため、この制度をご活用ください。

**【図書改訂のお知らせ】**  
**はい作業主任者技能講習テキスト**  
**「はい作業安全必携」改訂のお知らせ**

令和7年3月13日、はい作業主任者技能講習テキスト「はい作業安全必携」の改訂版（改訂6版）を発刊いたします。

現在のはい作業の実態に対応するため大幅に内容を改めるとともに、文字、写真、図表等を分かりやすくカラーで掲載するなどの改訂を行っています。

これらの改訂及び昨今の原材料の高騰などの事情により、定価について次のとおり改定させていただきます。改定決定に至る事情をご賢察いただき、ご了承くださいますようお願いいたします。

はい作業安全必携 –はい作業主任者技能講習テキスト–（改訂6版）

定価
1,980円（税込）



はい作業安全必携  
（改訂6版）

**「安全衛生教育促進運動」を展開中です！**  
 正しい知識で 職場を安全・健康に！



「安全衛生教育促進運動」は、労働災害防止のために不可欠な安全衛生教育、とりわけ労働安全衛生法に基づく教育等を促進するため、平成25年度から、中央労働災害防止協会（中災防）が主唱し展開している運動です。（実施期間：2024年12月1日～2025年4月30日）

厚生労働省の後援のもと、陸災防を含む業種別労働災害防止協会や都道府県労働基準（労務安全衛生）協会（連合会）等及び全国的な安全衛生関係団体が一体となって展開している運動です。

運動の実施要領等、詳しくは[安全衛生教育促進運動サイト](#)をご覧ください。

事業者の皆さまへ

# 労働者死傷病報告の報告事項が改正され、 電子申請が義務化※されました

令和7年（2025年）1月1日施行

労働者が労働災害等により死亡し、又は休業したときには、事業者は所轄の労働基準監督署に労働者死傷病報告を提出しなければなりません（労働安全衛生規則第97条）。

今般、労働者死傷病報告の報告事項について、災害発生状況をよりの確に把握すること等を目的として、以下のとおり改正します。

※ 経過措置として、当面の間、電子申請が困難な場合は書面による報告が可能です。

## 主な改正内容

これまで自由記載であった①、②、③、⑤について該当するコードから選択できるようになり、④については留意事項別に記入できるように記入欄が5分割されました。

The image shows a screenshot of the '労働者死傷病報告' (Laborer Death, Injury, and Disease Report) form. Red boxes and callouts highlight specific areas of change:

- ① 事業の種類**: The top section for industry classification, with a callout pointing to the '事業の種類' (Type of Business) field.
- ② 被災者の職種**: The section for job classification, with a callout pointing to the '職種（日本標準職業分類）' (Job Type) field.
- ③ 傷病名及び傷病部位**: The section for injury name and location, with a callout pointing to the '傷病名' (Injury Name) and '傷病部位' (Injury Location) fields.
- ④ 災害発生状況及び原因**: The section for disaster occurrence and cause, with a callout pointing to the '災害発生状況及び原因' (Disaster Occurrence Status and Cause) field.
- ⑤ 国籍・地域及び在留資格**: The bottom section for nationality, region, and residence status, with a callout pointing to the '国籍・地域及び在留資格' (Nationality, Region, and Residence Status) field.

**①事業の種類**  
日本標準産業分類から該当する細分類項目を選択してください。  
(例) 製造業>食品製造業>水産食品製造業>水産缶詰・瓶詰製造業

**②被災者の職種**  
日本標準職業分類から該当する小分類項目を選択してください。  
(例) 生産工程従事者>製品製造・加工処理従事者(金属製品を除く)>食品製造従事者

**③傷病名及び傷病部位**  
該当する傷病名及び傷病部位を選択してください。  
(例) 傷病名: 負傷>切断  
傷病部位: 頭部>鼻

**④災害発生状況及び原因**  
5つの記入欄にそれぞれ記入してください。

**⑤国籍・地域及び在留資格**  
該当する国籍・地域及び在留資格を選択してください。

※電子申請義務化に伴う略図の取扱いについて  
従前の手書きでの作成とは異なり、イラスト等の「略図」のデータを添付してください。「略図」を手書き等で作成後、携帯電話等で写真を撮ってそのデータを添付していただいても構いません。

- 詳しいご活用方法はこちらをご参照ください  
帳票入力支援サービスを活用した労働者死傷病報告の電子申請方法について  
<https://www.mhlw.go.jp/content/11200000/001292159.pdf>
- 動画による説明をご覧ください (YouTubeへリンクします)  
帳票入力支援サービスを活用した労働者死傷病報告の電子申請方法について  
<https://www.youtube.com/watch?v=mw5UJ554IEA>

【陸災防会員事業場向けサービス】

こんな **お悩み**  
ありませんか？

費用は  
**無料**です！

物損事故が  
後を絶たない

人身事故が  
発生した！

従業員の安全  
意識を高めたい

安全管理体制  
を整備したい



知識・経験豊富な安全衛生の専門家が事業場  
にお伺いして・・・

- ◎ 作業現場や作業内容の課題を見出します
- ◎ 事故防止に向けたアドバイスを行います
- ◎ フォローアップとして、各社のニーズに応えた社員教育を行うこともできます

是非、陸災防の**個別サポート事業**をご活用ください！  
(詳しくはホームページをご覧ください)

お問合せ

陸上貨物運送事業労働災害防止協会  
技術管理部 調査課

TEL 03-3455-3857

URL <http://www.rikusai.or.jp/>



災害事例  
と  
その対策

## よろめきによる転倒・墜落災害を防ぐために！

### はじめに

体力を構成する握力、瞬発力、持久力、平衡性、敏捷性、柔軟性の中で、高齢化によって、最も機能の低下が著しいのが平衡性です。平衡性は、小脳が身体の直立姿勢や平衡を維持しますが、40歳代から退行変性（いわゆる老化現象）が始まり、加齢とともにそれが加速します。つまり、労働者の高齢化が進展していくと、身体のバランスを失って転倒や墜落する災害も増加してきます。

今回は、トラック荷台上における高齢者の転倒災害について、荷役労働災害防止対策コンサルティングを実施した内容を紹介します。

- 1 事業の種類：一般貨物自動車運送業（事業場規模：50人以上100人未満）
- 2 発生日時：2月 午前11時頃
- 3 発生場所：鉄スクラップ取引先の屋内作業場（照明あり）
- 4 被災者：一般貨物自動車運送業営業担当者 54歳
- 5 傷病の程度：肋骨骨折、休業1月
- 6 災害発生状況（抄）

荷主先の構内において、10 t ダンプトラックに金属製の箱型スクラップの荷を積み込んだ。その後トラック運転手は、構内の出入口の高さ制限（地上から3.8m）を超えていないか、荷主構内にいた同社営業担当者（被災者）に確認を依頼した。被災者は墜落時保護用の保護帽を被りダンプのプロテクタハシゴから荷台の上に登った。そして、被災者は積まれたスクラップの上で高さを確認後、その上を移動する際、足を踏み外して転倒し、荷台のあおりの端で胸部を強打した。

なお、被災者は営業職のため、日頃はトラックの荷台に昇降することはないが、時にはトラック運転手の依頼により昇降することがあった。

### 7 コンサルティング内容

- (1) この事業場では、災害の発生後直ちに、
  - ① 積み込む前に荷の高さを確認して、ト

ラックの荷台には昇降しないこと、②やむを得ずトラックの荷台に昇降して荷の高さを確認する場合は、荷のスクラップの形状が日によって様々であり、その状況を分かっている運転手が確認すること等の対策が実施されました。

今後の課題としては、②の場合、具体的にどのような対策を取るかですので、「やむを得ず、荷（スクラップ）の上を移動する場合には、1人KY活動で『足元ヨシ！』の指差し呼称を行い、踏み面の凹凸を確認しながら歩行する」よう指導をしました。

- (2) 高年齢労働者には、厚生労働省作成の「転倒等リスク評価セルフチェック票」（特に、閉眼片足立ち）を活用し、自らのよろめき・転倒のリスク状況を客観的に把握することにより、足元確認を確実に行う効果が期待できることを教示しました。

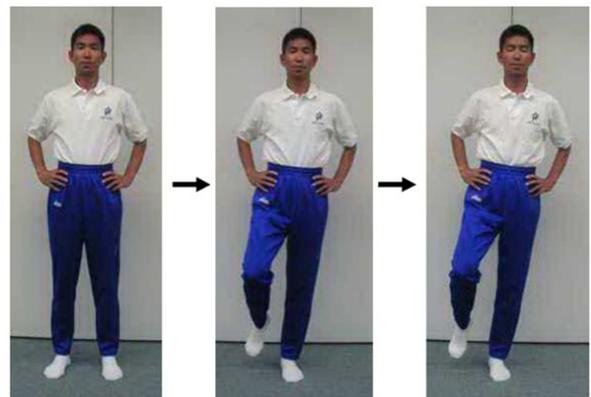
### 厚生労働省「転倒等リスク評価セルフチェック票（抜粋）」

#### 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~



【参考】平衡性を維持している小脳をトレーニングする方法は、新潟大学 耳鼻咽喉科・頭頸部外科のYouTubeなどで紹介されています。

<https://www.youtube.com/watch?v=vONGFuJ2E9E>

## 業種別労働災害発生状況（令和6年速報値）

令和7年2月7日現在

死亡災害						
	令和6年1～12月 [速報値]		令和5年1～12月 [速報値]		対前年比較	
	死亡者数(人)	構成比(%)	死亡者数(人)	構成比(%)	増減数(人)	増減率(%)
全産業	710	100.0	714	100.0	-4	-0.6
製造業	134	18.9	132	18.5	2	1.5
建設業	223	31.4	212	29.7	11	5.2
交通運輸事業	9	1.3	9	1.3	0	0.0
陸上貨物運送事業	104	14.6	104	14.6	0	0.0

死傷災害						
	令和6年1～12月 [速報値]		令和5年1～12月 [速報値]		対前年比較	
	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	130,578	100.0	129,767	100.0	811	0.6
製造業	25,842	19.8	26,255	20.2	-413	-1.6
建設業	13,432	10.3	13,915	10.7	-483	-3.5
交通運輸事業	2,983	2.3	2,905	2.2	78	2.7
陸上貨物運送事業	15,834	12.1	15,747	12.1	87	0.6

## 事故の型別 死亡災害発生状況（陸上貨物運送事業 速報値）

令和7年2月7日現在

	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
令和6年1～12月	104	20	1	13	3	4	15	38	0	10
令和5年1～12月	104	25	2	3	5	6	9	46	0	8
対前年増減	0	-5	-1	10	-2	-2	6	-8	0	2

(注)この表の右端の列の「その他」は、「墜落・転落」～「交通事故(その他)」以外をまとめたもの

## 事故の型別 死傷災害発生状況（陸上貨物運送事業 速報値）

令和7年2月7日現在

	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
令和6年1～12月	15,834	4,079	2,907	1,112	681	397	857	1,594	808	12	2,753	634
令和5年1～12月	15,747	4,106	2,882	1,123	653	378	806	1,638	823	11	2,793	534
対前年増減	87	-27	25	-11	28	19	51	-44	-15	1	-40	100

(注)この表の右端の列の「その他」は、「墜落・転落」～「動作の反動・無理な動作」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

資料出所:厚生労働省

### [死亡災害]

死亡災害は104人となり、前年同月と比べて±0となった。事故の型別で見ると、「交通事故（道路）」が38人と最も多く発生しているものの、前年同月からは8人の減少となった。「飛来・落下」は前年から10人の大幅増加となっている。

### [死傷災害]

死傷災害は15,834人となり、前年同月と比べて87人の増加となった。主な事故の型別の状況を前年同月の状況と比較すると、「激突され」（+51人）が大きく増加し、「飛来・落下」（+28人）、「転倒」（+25人）「崩壊・倒壊」（+19人）も増加している一方で、「はさまれ・巻き込まれ」（-44人）、「動作の反動・無理な動作」（-40人）は大きく減少している。

## 陸運業 死亡災害の概要（令和6年）

令和7年2月7日現在  
陸災防調べ

災害発生日	事故の型	起因物	性別	年齢	職種	経験期間	被災時の作業内容	災害の概要
6年12月18日	飛来、落下	フォークリフト	男性	55	運転者	0年	トラック運転手	荷主敷地内で、トラックの荷卸し作業中のフォークリフトから1tの荷が落下し、近くで作業中の労働者が下敷きになり死亡したものの。作業計画は定めていなかった。
6年12月17日	交通事故(道路)	トラック	男性	53	運転者	7年	トラックの運転業務	被災者は、高速道路のトンネルを走行中、渋滞により停止していたトレーラーに追突したものの。前方不注意又は居眠り等により、発生したものと推定。
6年12月7日	交通事故(道路)	乗用車、バス、バイク	男性	57	貨物自動車運転者	10ヶ月	トラック運転	被災者が交差点を東方向から西方向へ直進で通過しようとしていたところ、南方向から北方向へ直進する乗用車が左側の燃料タンクと後輪の間部分に追突その衝撃でトラックが反転し運転席側に転倒したものの。転倒の際運転席側がガードレール上に転倒し、ギャビンが変形していた状況より、事故の衝撃により心臓破裂が生じたと推定される。ドライブレコーダーによると、乗用車が信号無視して直進し追突したと思われる。
6年12月3日	墜落、転落	建築物、構築物	男性	57	貨物自動車運転者	4年		生コンクリートの原料である砕石のストックヤードにおいて、砕石に埋まっている被災者が発見された。被災者は砕石を運搬してきたダンプトラックの運転手。砕石ストックヤード地下ベルトコンベアにより砕石が下部より搬送され、蟻地獄状態となっていたと推定。
6年11月8日	墜落、転落	トラック	男性	64	貨物自動車運転者	42年	トラック運転席から降車中	トラックドライバーの被災者は、荷主敷地内において、トラックの運転席から降車中に墜落(または転倒)して頭部と臀部を負傷。そのまま業務を継続し事業場へ帰社後、負傷を報告。翌日は通常勤務を行ったが、翌々日以降、公休を挟み被災者と連絡が取れなくなり、自宅で死亡していたのを発見されたものの。(死体検案結果、死因は「硬膜外血腫、外傷性くも膜下出血」)
6年4月14日	その他	起因物なし	男性	61	貨物自動車運転者	40年	荷役作業	事業所から配送先へ到着し、現地で荷卸しの作業中に意識を失った。現場からの通報により緊急搬送され、病院にて死亡が確認された。(過重労働による心筋梗塞)
6年2月19日	その他	起因物なし	男性	61	貨物自動車運転者	14年	トラック荷台への荷役作業	被災者が、事業場へ出勤し、その後3tトラックにて荷受先の物流センターへ向かった。荷受先にてトラック荷台への荷役作業を行っていたところ、死亡したものの。(過重労働による急性虚血性心不全)

(注) 後日、内容については、削除又は記載内容を修正する場合があります。

### 【陸災防協賛の安全運動】

## 令和7年春の全国交通安全運動

4月6日～15日  
の10日間実施

警察庁、厚生労働省、国土交通省、全日本トラック協会等関係団体の主催、当協会等関係156団体の協賛にて「令和6年春の全国交通安全運動」が4月6日から4月15日の10日間実施されます。

この交通安全運動では、次の3点を運動重点として、様々な活動が実施されます。

- (1) こどもを始めとする歩行者が安全に通行できる道路交通環境の確保と正しい横断方法の実践
- (2) 歩行者優先意識の徹底とながら運転等の根絶やシートベルト・チャイルドシート

の適切な使用の促進  
(3) 自転車・特定小型原動機付自転車利用時のヘルメット着用と交通ルールの遵守の徹底

また、4月10日には「交通事故死ゼロを目指す日」が実施されます。

運動の詳細につきましては、次のURLからご覧ください。  
[https://www8.cao.go.jp/koutu/keihatsu/undou/r07\\_haru/youkou.html](https://www8.cao.go.jp/koutu/keihatsu/undou/r07_haru/youkou.html)



## 業種別労働災害発生状況（令和7年速報値）

令和7年2月7日現在

死亡災害						
	令和7年1月 [速報値]		令和6年1月 [速報値]		対前年比較	
	死亡者数(人)	構成比(%)	死亡者数(人)	構成比(%)	増減数(人)	増減率(%)
全産業	44	100.0	37	100.0	7	18.9
製造業	8	18.2	11	29.7	-3	-27.3
建設業	11	25.0	12	32.4	-1	-8.3
交通運輸事業	0	0.0	0	0.0	0	0.0
陸上貨物運送事業	9	20.5	4	10.8	5	125.0

死傷災害						
	令和7年1月 [速報値]		令和6年1月 [速報値]		対前年比較	
	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	4,400	100.0	4,049	100.0	351	8.7
製造業	952	21.6	875	21.6	77	8.8
建設業	487	11.1	425	10.5	62	14.6
交通運輸事業	133	3.0	123	3.0	10	8.1
陸上貨物運送事業	586	13.3	592	14.6	-6	-1.0

### 事故の型別 死亡災害発生状況（陸上貨物運送事業 速報値）

令和7年2月7日現在

	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
令和7年1月	9	0	0	2	1	0	0	5	0	1
令和6年1月	4	1	0	0	1	0	0	2	0	0
対前年増減	5	-1	0	2	0	0	0	3	0	1

(注)この表の右端の列の「その他」は、「墜落・転落」～「交通事故(その他)」以外をまとめたもの

### 事故の型別 死傷災害発生状況（陸上貨物運送事業 速報値）

令和7年2月7日現在

	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
令和7年1月	586	172	141	34	20	11	23	52	35	0	84	14
令和6年1月	592	148	146	48	22	17	25	56	34	0	86	10
対前年増減	-6	24	-5	-14	-2	-6	-2	-4	1	0	-2	4

(注)この表の右端の列の「その他」は、「墜落・転落」～「動作の反動・無理な動作」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

資料出所:厚生労働省

#### [死亡災害]

死亡災害が前年比5人増加の9人となった。

#### [死傷災害]

死傷災害が前年比6人減少の586人となった。

## 陸運業 死亡災害の概要（令和7年）

令和7年2月7日現在  
陸災防調べ

災害発生 月日	事故の型	起因物	性別	年齢	職種	経験 期間	被災時の 作業内容	災害の概要
7年 1月 20日	交通事 故（道 路）	トラック	男 性	53	貨物自 動車運 転者	2年		被災者が3tトラックに住宅用プレカット材を積載してA市内の車庫から工場（B市）まで向かうためB市にある交差点付近の片側1車線の県道を北東へ向かって走行していたところ、ほぼ直線の道路上で対向車の4tトラックと正面衝突し、被災者が死亡、対向車の運転手が重傷を負ったもの。一方のトラックがセンターラインをはみ出したことによるものと考えられるが、どちらのトラックがセンターラインを超えたかについては調査中。
7年 1月 16日	飛来、落 下	その他の用具	男 性	61	フォーク リフト運 転者	24 年	パレット の運搬	被災者は、リーチフォークリフトを運転してプラスチック製のパレット（高さ14.5cm、109cm×109cm）を15段積み（高さ217.5cm）で運搬作業を行っていた。被災者が平坦な地面に30段（高さ435cm）積まれたパレットのうち最上端から15段までを運搬しようとしたとき、当該15段積みパレットの上部が荷崩れした。死因及び死亡時刻は現在不明である。荷崩れしたパレット2つがマストを超える高さから運転席内の被災者に激突したと推定。
7年 1月 13日	交通事 故（道 路）	トラック	男 性	73	貨物自 動車運 転者	40 年	ダンプ トラックの 運転	被災者は鉄鋼スラグを運ぶため、10tダンプトラックを運転して国道を走行していたところ、左側歩道に接触後、反対車線を越えて道路右側の飲食店の看板支柱に衝突した。
7年 1月 9日	崩壊、倒 壊	建築物、構築物	男 性	56	貨物自 動車運 転者	20 年	解体ガラ 収集運搬 ダンプの 運転	地上11階地下2階建てSRC造の建物解体工事現場にて、コンクリートガラをダンプトラックで搬出する作業に従事していた。被災者は、ダンプトラック運転席でガラの積み込み作業が終わるのを待っていたところ、積み込み場所の上部（中2階の床）が崩落し、運転席が押しつぶされ下敷きとなった。なお、ガラの積み込みをしていた他事業場労働者（現場作業員）2名も下敷きとなり、死亡1名、休業1名の災害となった。中2階の床が解体ガラ等の重量に耐え切れず崩落したこと、また、ダンプトラック周囲の柱を先行解体したことで強度が低下したことも推定原因と考えられる。
7年 1月 9日	交通事 故（道 路）	トラック	男 性	69	貨物自 動車運 転者	1年	トラックの 運転業務	荷物運送業務のため、国道をトラックで走行していたところ、民家の塀に衝突したことにより死亡したものの。
7年 1月 8日	交通事 故（道 路）	トラック	男 性	51	貨物自 動車運 転者	31 年	トラックに よる荷物 の運搬作 業	被災者は、一人でトラックを運転して荷物を運搬していたところ、積雪により道路上でトラックが立ち往生となった。その後、事業場担当者がGPSにより車両が長時間動いていないことに気づき、確認の依頼を受けたロードサービス会社の担当者が現地に向かったところ、車両左側の前後輪が道路脇の側溝に落ちた状態で停止していたトラックのキャビン左側と道路脇の法面との間に身体を挟まれた状態の被災者が発見された。タイヤにチェーンを巻こうとしていたところ、何等かの理由でトラックが動きだしたものと推定。
7年 1月 8日	有害物 等との 接触	その他の危険 物、有害物等	男 性	54	貨物自 動車運 転者	18 年	住所地以 外の場所 における 分割休息	休憩時間が終わっても現れない被災者を同僚が捜索したところ、被災者自身が運転してきたトラックのキャビン後部の寝台に意識のない状態の被災者を発見したが、その後死亡が確認されたもの。キャビン内には空になったカセットガスボンベの接続されたアウトドア用のシングルガスバーナーが残置されており、これにより発生した一酸化炭素による中毒死とみられる。
7年 1月 7日	交通事 故（道 路）	乗用車、バス、 バイク	男 性	56	運転者	36 年	新聞配送 のための 車両の運 転	被災者は、社有のワンボックスカーに乗りA市の新聞工場からB市内の販売店への新聞の配送業務中、B市で荷物を卸した後、会社事務所へ戻るため国道を走行していたところ、赤信号の交差点に停止していたダンプカーの後方に追突した。災害発生当初、被災者は意識が確認されていたものの、搬送先の病院で死亡が確認された。災害発生現場の路面は濡れており、ブレーキ痕は見当たらなかった。

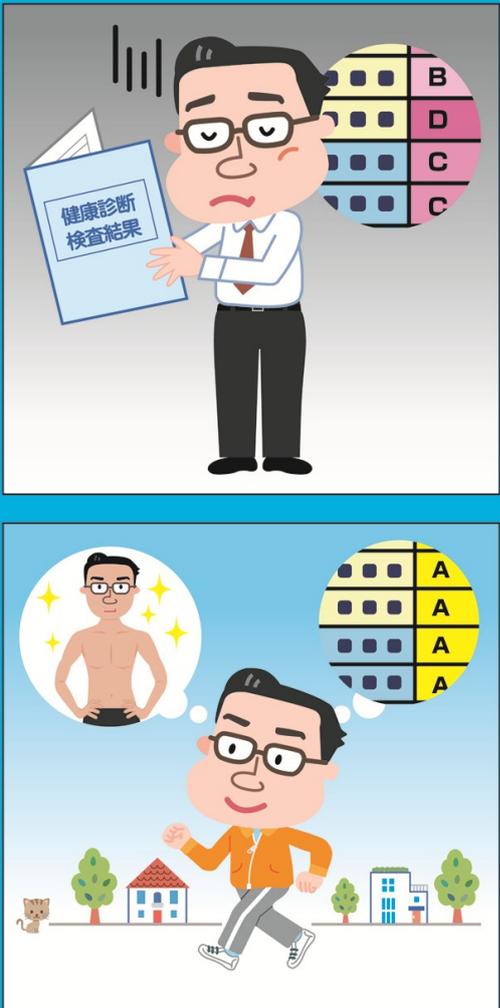
(注) 後日、内容については、削除又は記載内容を修正する場合があります。

## 陸災防の動き

2月 ・令和6年度「ブロック支部長・事務局長会議」

## 安全ポスターのご案内

## 健康の保持増進にご活用ください！



健康診断 受診はスタート  
向き合いましょよう 健診結果

令和6年度 安全衛生標語 健康部門優秀作品

陸上貨物運送事業労働災害防止協会

安全ポスター No.86

令和6年度安全衛生標語健康部門優秀作品「健康診断 受診はスタート 向き合いましょよう 健診結果」をテーマとした「安全ポスターNo.86」を頒布中（価格210円(税込)）です。

本ポスターを従業員の健康の保持増進にご活用ください！

品名：安全ポスター No.86

価格：210円（税込）

ご注文は次のURLからお願いいたします。

[https://rikusai.or.jp/health\\_and\\_safety/how\\_to\\_buy/](https://rikusai.or.jp/health_and_safety/how_to_buy/)

## 編集後記

令和7年4月から、労働安全衛生規則等が一部改正され、事業者が「労働者」に対して行う退避や立入禁止等の措置の対象者が、「同じ場所で作業を行う全ての作業員」に拡大されます。詳細は本誌1～2ページに掲載しておりますのでご確認ください。

あっという間に年度末になり、何かと慌ただしい時期になりました。また、季節の変わり目で寒暖差が激しくなっています。体調を崩さぬよう、睡眠をしっかり取るなどしてご自愛ください。

今月の表紙 「草津温泉」湯畑・湯もみ（群馬県吾妻郡）

草津温泉は江戸時代の温泉番付で当時の最高位の称号を与えられ、徳川家の将軍達が湯を江戸城に運ばせて入浴したといわれています。草津の源泉はほとんどが50～90℃近くあり、様々な工夫を凝らしながら入浴しやすい温度に調整され、湯もみの文化も形成されています。

陸運と安全衛生 2025年3月号 No.673

2025年3月10日発行

毎月1回10日発行

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5-35-2  
安全衛生総合会館内  
電話:03-3455-3857

(印刷物による年間購読料6,600円(税込・送料込み))