氷上の沈黙を疑え
足元に潜む見えない脅威



冬季要因による転倒労働災害

- 半数以上が『出勤時』に発生
- 7割が『午前6時頃～午前8時30分』に発生

“ 駐車場 と 従業員出入口 の間 ”は
特に気を付けよう!!



除雪、融雪して
安全通路を確保



朝夕の暗さを補う
街灯の確保・維持

ペンギン歩きのイメージで

体の重心をやや前に



歩幅を小さく

靴の裏全体で
着地する感じ

滑ることを前提に歩こう！

令和8年度 冬季転倒防止対策キャッチフレーズ

（ 陸上貨物運送事業労働災害防止協会岩手県支部北上分会 考案 ）

花巻労働基準監督署・管内労働災害防止連絡会議

“ たかが転倒 ” とあなどるなかれ！

■ 全災害に占める「転倒」の割合は 増加傾向 にあります。

■ 転倒による負傷の 6割以上 は「骨折」です。

■ 転倒による 休業期間 は、平均で、1ヶ月以上 です。

図1

R5～R8の3月～11月の休業4日以上の労働災害	計224件÷34月＝6.6件／月
R5～R8の休業4日以上の12月・1月・2月の転倒災害	計211件÷11月＝19.2件／月

（ 被災者本人も痛手を負うほか、人手不足の中、大事な人材が1ヶ月以上不在となり、生産性低下のリスクにもなります。 ）

■ 特に、

● 冬季は 降雪・積雪・凍結 による 転倒リスクが高まります。

冬季に発生する労働災害の4割以上は、冬季特有要因による転倒災害です。 冬季以外と比べて約3倍の発生率です。〔図1参照〕

● 冬季は、滑って 仰向けに転倒 することが多く、後頭部を打ち 脳震盪、脳挫傷、外傷性クモ膜下出血といった 命にかかわる負傷 となることも珍しくありません。

冬季特有の転倒災害を防止しましょう！

POINT 1

☑ 積雪・凍結し易い場所を記入した「危険マップ」を作成し、標示やカラーコーン等で「見える化」に取組みましょう。



POINT 2

☑ ピンや金具付き、溝の深いものなど「滑りにくい靴」を履きましょう。
古い靴は靴底がすり減ったり、硬くなったりするのでチェックしましょう。





POINT 3

☑ 気象情報（降雪、積雪、凍結）を把握し、出勤時間や作業スケジュールの変更など、状況に応じて柔軟に対応しましょう。

☑ 警報・注意報時の 対応マニュアル を作成し、周知しましょう。

POINT 4

☑ 融雪剤の散布、早めの除雪、玄関や工場出入口のヒートマットなど、通路や作業床の 凍結防止 を講じましょう。



POINT 5

☑ 冬道は、安全な 歩き方 で歩きましょう。
（イメージは『ペンギン歩き』（体の重心はやや前、歩幅は小さく、靴の裏全体で着地））



12月～2月は転倒が増加します！
早め早めの対策で転倒を予防！

12月から2月は
冬季転倒災害防止対策強化期間

滑りにくい冬靴のヒミツは靴底にあり！

軟らかいゴム底　　滑り止め材入りゴム底



オシャレもいいけど、転ばない方がずっと大切だよね！

転倒予防体操も続けよう

フラミンゴ体操　　足踏み体操



花巻監督署からのお知らせ ➡『見える』あんぜん事例集 を参照ください！



（2026.10）