



毎日の点検点呼がバロメーター 心を締め、安全走行

陸災防「令和元年度 安全衛生標語」交通部門入選作品



**令和元年 8 月 No.602**  
 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)

○ 令和元年上半期における労働災害の発生状況 (1)~(4)	○ 小企業無災害記録表彰 ..... (15)
○ フォークリフト荷役技能検定のご案内 .. (5)~(7)	○ 「荷主等との連携・協力促進協議会」を開催 .. (15)
○ 「STOP! 熱中症 ケルワークキャンペーン」実施中! ..... (6)	○ 厚生労働省からのお知らせ ..... (15)
○ 取材 栃木県支部がフォークリフト競技大会を開催 ..... (8)	○ トラック運転者を使用する事業場に対する 30年の監督指導、送検の状況について (16)~(17)
○ 各都道府県フォークリフト競技大会上位者のご紹介 .. (9)	○ 連載Ⅱ「陸運労災防止規程」について ..... (18)
○ 連載Ⅰ「マコマコ博士のメンタルヘルス」(10)~(11)	○ 安全管理士の着眼点 ..... (19)
○ 全国労働衛生週間のご紹介 ..... (11)	○ 労働災害発生状況 ..... (20)
○ シーズ トラックドライバーの健康 ..... (12)~(13)	○ 腰痛予防対策講習会のご案内 ..... (21)
○ 建災防から補助金のお知らせ ..... (13)	○ [会員特典]熱中症対策セットのご案内 (22)~(23)
○ 過労死等防止対策セミナーのご案内 ..... (14)	

**令和元年 上半期における労働災害の発生状況について**  
 前年同期比より減少も、下半期に向けた一層の取組が重要

7 月 16 日に令和元年 1~6 月期の労働災害の発生状況が公表されました。

それによると、陸運業の労働災害発生状況は、

死傷災害 6,054 人 (対前年同期比 △314 人 4.9%減少)

死亡災害 37 人 (対前年同期比 △ 3 人、7.5%減少)

となりました。いずれも昨年に比べて減少しており、平成 27 年以降の増加傾向によりやく改善の兆しが見えてきたように思われます。

しかしながら、昨年は陸運業の死傷災害が 20 年ぶりに 15,000 人を超えたことを踏まえれば、昨年同期に比べて減少していることのみをもって楽観視できる状況にはありません。平成 27 年以降の各年の 1~6 月期 (速報値) の状況をみると、表 1 のとおりです。

表 1 陸運業における死傷災害の発生状況 (1~6 月期速報値)

年	死傷者数	対 27 年比
平成 27 年	5,521 人	100.0%
平成 28 年	5,732 人	103.8%
平成 29 年	5,901 人	106.9%
平成 30 年	6,368 人	115.3%
令和元年	6,054 人	109.7%

このように、現時点では、一昨年 (平成 29 年) よりも約 150 人上回っており、平成 27 年に比べ、なお 500 人余も多く、災害が必ずしも減少している状況にはありません。

加えて、昨年初めて陸運業における死傷災害の件数を下回った建設業の状況をみてみますと、

死傷災害 (建設業) 5,875 人 (対前年同期比 △67 人 1.1%減少)

となっており、陸運業よりも死傷災害で 179 人少なくなっています。昨年の確定値で建設業は陸運業の死傷災害件数よりも 444 人少なくなり、初めて順位が逆転しましたが、その傾向が今年になっても継続していることが分かります。

次に事故の型別の状況についてみてみます。陸運業において多くの死傷災害が発生している「墜落・転落」、「転倒」、「動作の反動・無理な動作」及び「はさまれ・巻き込まれ」の上位4つの事故の型別の発生状況は、表2、図1のとおりとなっています。

「墜落・転落」、「転倒」については、前年同期に比べ、それぞれ97人、208人の減少が認められますが、いずれも一昨年よりも増加している状況に変わりはありません。特に転倒災害については、昨年豪雪の影響により前年に比べ大幅に増加したことを考えますと、今年はそうした影響もなく一昨年より増加していることとなります。

表2 陸運業における事故の型別死傷災害の発生状況（1～6 月期速報値）

年	墜落・転落	転倒	動作の反動・無理な動作	はさまれ・巻き込まれ
平成 27 年	1,597 人	864 人	747 人	633 人
平成 28 年	1,670 人	935 人	792 人	651 人
平成 29 年	1,716 人	954 人	839 人	676 人
平成 30 年	1,850 人	1,233 人	910 人	639 人
令和元年	1,753 人	1,025 人	904 人	655 人

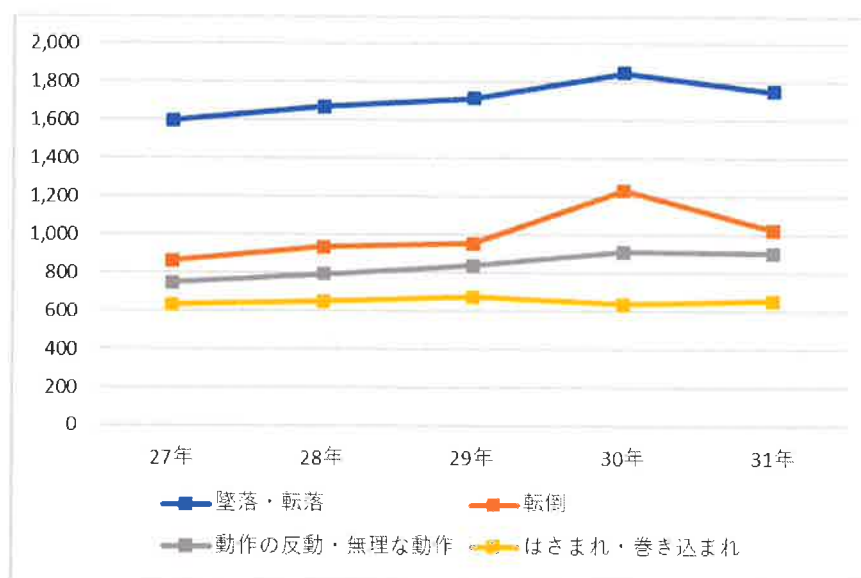


図1 陸運業における事故の型別死傷災害の推移（1～6 月期速報値）

次に、死亡災害の平成 27 年以降各年の 1～6 月期(速報値)をみますと、表3のとおりです。

表3 陸運業における死亡災害の発生状況（1～6 月期速報値）

年	死亡者数	対 27 年比	各年確定値
平成 27 年	43 人	100.0%	125 人
平成 28 年	38 人	88.4%	99 人
平成 29 年	47 人	109.3%	137 人
平成 30 年	40 人	93.0%	102 人
令和元年	37 人	86.0%	—

このように昨年に比べ 3 人、一昨年に比べ 10 人減少しており、過去最少の 99 人となった平成 28 年に比べても 1 人の減少となっており、この減少幅をさらに拡大し、過去最少を記録したいものです。

死亡災害が多く発生している主要な事故の型別の推移は表 4、図 2 のとおりです。

表 4 陸運業における事故の型別死亡災害の発生状況（1～6 月期速報値）

年	交通事故 (道路)	墜落・転落	はさまれ・ 巻き込まれ	飛来・落下	崩壊・倒壊	激突され
平成 27 年	28 人	5 人	3 人	4 人	4 人	0 人
平成 28 年	19 人	1 人	7 人	4 人	3 人	2 人
平成 29 年	24 人	8 人	6 人	2 人	1 人	4 人
平成 30 年	19 人	6 人	5 人	3 人	2 人	2 人
令和元年	18 人	6 人	3 人	3 人	1 人	2 人

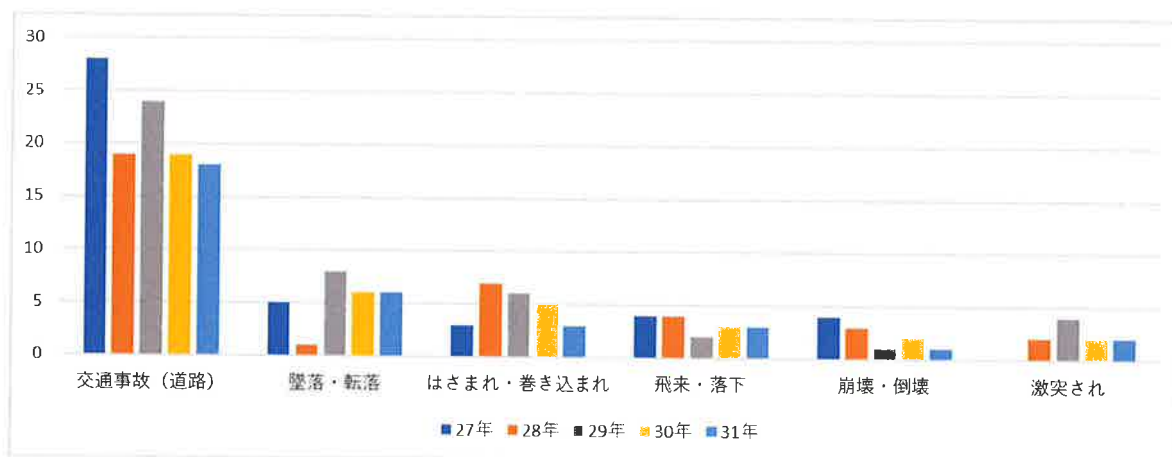


図 2 陸運業における事故の型別死亡災害の推移（1～6 月期速報値）

死亡災害の約半数を交通事故(道路)が占めている状況に変化はありませんが、その発生状況をみますと、トラック走行中の事故だけではなく、タイヤチェーン装着中に他車に激突されたもの、サービスエリア内にてトイレからトラックに戻る途中に乗用車にはねられたもの、駐車場から少し離れた事務所へ一般道を歩いて移動中に乗用車にひかれたものなどが含まれています。また、墜落・転落では荷台上からの転落事故が目立ちます。

今年 1 月から 5 月に発生した死亡災害の概要は、4 頁のとおりですので参考にさせていただきます。

このように今年上半期の労働災害の発生状況をみてみますと、昨年に比べ死亡災害、死傷災害ともに減少しており、災害の増加傾向に一部改善の兆しがみられるものの、中期的にみれば必ずしも大きな減少になっているわけではなく、下半期に向けた一層の取組が重要になっています。

今年には特に 10 月に消費増税が予定されており、駆け込み需要に伴う物流量の増加による災害の増加が懸念されます。前回消費税が増税となった際には、その直前 3 か月間の労働災害が増加したことも踏まえ、今月から 9 月にかけての取組が重要です。

さらに今年の梅雨期は例年になく気温が低めに推移しましたが、梅雨明けとともに猛暑の到来も予測されています。暑熱への順化が十分でないこともあり、熱中症への対応も必要です。

消費増税に伴う繁忙期と熱中症の危険が高まる時期が重なるこれからの時期における労働災害の防止に向け、職場における安全点検の実施、安全意識の高揚等、早め早めの対策を講じていきましょう。

## 令和元年の陸上貨物運送事業における死亡災害一覧（1月～5月）

事故の型	性別	年齢	経験期間	災害の概要
1 交通事故(道路)	男性	37	7年	被災者は、牛を積み込むために家畜車(最大積載量12.6t)を運転して、国道を走行していたところ、交差点で信号待ちをしていたトレーラーに追突したものの。
2 激突	男性	50	10年	卸売市場の売場棟1階で、ターレット式構内運搬自動車(以下「ターレ」という。)を使って同棟4階へ集荷に行こうとした自動車運転者がエレベーターに乗り込む時、上から降りてきた扉に頭部が激突した。接触したことにより安全装置が作動し、扉は停止したが、加速したターレが前進したため扉に頭部がひっかかり、バックガードと扉の間に頭部を挟まれ、死亡したものの。
3 墜落、転落	男性	68	3年	事業場事務所棟において、被災者が内部階段2階踊り場から1階までの清掃作業を行っていた際、足を踏み外したため、1階階段下まで転落、頭部を強打し、脳挫傷により死亡したものの。
4 墜落、転落	男性	60	23年	自動車道のインターチェンジから入った高架の車道の直下の約9メートル下の草地に墜落している被災者が発見されたもの。被災者は、取引先に石膏ボードを納入し、残りを取引先に納入する予定であり、インターチェンジの入口近くの路側帯上(被災者が墜落した直上の道路上)に貨物自動車を止めていたもの。
5 交通事故(道路)	男性	43	21年	会議に出席するため、軽自動車を運転して自動車道を走行中、トンネル出口付近で、対向してきたRV車がセンターラインを超えて進入し、正面衝突したものの。
6 飛来、落下	男性	39	12年	被災者は、携帯電話基地局に使用されていた電柱(長さ15m、重量約2.2トン)を車両積載形トラッククレーン(つり上げ荷重:2.93トン)に積み込む作業中、荷台前方の鳥居部の助手席側に電柱の先端を一旦載せ、鳥居部の運転席側に電柱先端部をずらそうと荷台上でリモコンを操作し、ジブを伸ばして荷台後方に電柱を引いたところ、鳥居部から電柱の先端が落ち、過荷重でジブが折れ、電柱が落下して被災者に当たった。
7 飛来、落下	男性	40	13ヶ月	被災者は、一段目に3本、二段目に2本の依頼積み状態で積んだ鋼管(2.132t/本)5本を鋼管工場から25tトレーラーで運搬する作業を行っていた。荷受け側が行う荷下ろし作業のため、固縛していたワイヤーロープをゆるめ取り外したところ、荷崩れが起こり、二段目の鋼管2本が荷台から落下し、被災者は下敷きとなり、死亡(即死)したものの。
8 墜落、転落	女性	30	1年	高さ2.4mのパレットステージ上で、フォークリフトによりステージに上げた段ボールを別のパレットに移し替える作業を行っていた。荷揚げの際取り外したステージの端部の手すりを元に戻すことなく作業を行っていたところ、ステージの端部から墜落した。医療機関に搬送され、脳挫傷と診断を受け治療を行ったが、後日死亡した。ヘルメット、墜落制止用器具は使用していなかった。
9 交通事故(道路)	男性	67	99年	中型トラックを運転して走行していたところ、同国道を走行中の大型トラックと正面衝突した。
10 火災	男性	53	8年	5階作業場で火災が発生し、当該事業場の労働者3名(2名死亡、1名不休)と建物内で工事を行っていた作業員1名が火災に巻き込まれ被災したものの。
11 火災	男性	53	22年	5階作業場で火災が発生し、当該事業場の労働者3名(2名死亡、1名不休)と建物内で工事を行っていた作業員1名が火災に巻き込まれ被災したものの。
12 交通事故(道路)	男性	44	9年	公道を走行していたトラックが交差点付近の凍結した路面でスリップし、そのままコンビニエンスストアの駐車場に侵入し、駐車場でトラックにタイヤチェーンの装着作業を行っていた被災者に激突した。
13 交通事故(道路)	男性	40	9年	被災者は、配送先から事業場に帰社途中、休憩のため立ち寄った自動車道上り線のサービスエリア内の駐車場において、トイレ等の建物がある方から自社のトラックに向かって歩行中、普通乗用車に撥ねられたもの。
14 墜落、転落	男性	54	26年	被災者は、車輛運搬トレーラーを運転し、自動車の輸送業務を行っていた。被災者は自動車販売店近くの公道にトレーラーを停止し、積んできた車両を全て降ろし、降ろした車両の内1台をトレーラーの荷台の二階部分(高さ約3m)に積み込んだ。同僚がトレーラーの荷台の横で頭部から血を流して倒れている被災者を発見した。
15 はさまれ、巻き込まれ	女性	48	6年	被災者は配送先の工場への卵の納品のため、4トラックを搬入口につけ、トラックの荷台にある卵(10kg×30箱)の入ったロールボックスパレットを下ろそうとしたところ、テールゲートリフター上でロールボックスパレットが倒れ、倒れてきたロールボックスパレットに被災者がはさまれたもの。
16 墜落、転落	男性	64	17年	被災者が、自らが保守管理する冷凍冷蔵車(10t)のオイル交換等のために自動車整備工場に同車両を持ち込み、自動車整備業者によりオイル交換等が行われていた際、同車両後部側にうつぶせの状態で倒れている被災者が発見されたものである。同車両の荷台床面の高さは1.43mであるが、発見時はジャッキアップされて、工場床面からの高さは1.93mであった。現認者はいない。
17 交通事故(道路)	女性	49	10年	ダンプトラックで土砂を運搬中、道路左側の標識に衝突して横転。さらに横転したまま20メートル先の電柱に衝突して停車した。
18 崩壊、倒壊	男性	48	20年	被災者が倉庫内にて粉末状の雲母の入っている500キログラムのフレコンバックの積み替え作業を1人で行っていたところ、4段に積まれた最上部フレコンバックとその隣の3段に積まれた最上部のフレコンバックが荷崩れし、被災者が一方のフレコンバックの下敷きになり、窒息により死亡した。
19 激突され	男性	54	27年	被災者は、配送先である介護施設にて、利用者の食事の空容器等が入った配膳カート(重さ約140kg)をテールゲートリフターで3トラックに載せる作業中、配膳カート1台を積み終え、2台目を積もうとしていたところ、何らかの要因で倒れ、当該カートの下敷きになった。
20 飛来、落下	男性	70	10年	事業場の敷地内で、解体用つかみ機を使用しFRP製タンクの破砕作業中、つかみ具でタンク内部の鋼管(円形、直径5cm、約20kg)3本を筒円形状につぶしていったところ、2本の鋼管をつかんだときに1本の鋼管(長さ約2.8m)が機方向に飛び、付近にいた被災者の腹部に激突したものの。
21 交通事故(道路)	男性	60	4年	県道走行中に、被災者の4トラックが反対車線にはみ出し、対向車の10tダンプに正面衝突したものの。
22 交通事故(道路)	男性	48	11年	国道にて、工事現場に鉄板を搬送中であったトレーラーが横転し、運転手が死亡したものの。
23 交通事故(道路)	男性	52	5年	被災者はドライバーである。当日の業務が完了し会社の駐車場に車を止め日報等記載後、当該駐車場から約300m程の場所に位置する事務所へ向かい歩いていたら第三者が運転する乗用車に撥ねられたもの。
24 交通事故(道路)	男性	69	15年	片側1車線の道路を走行中、誤って対向車線にはみ出し、対向車と正面衝突したものの。対向車の運転手も重傷を負った。
25 交通事故(道路)	男性	69	8年	被災者は2トントラックを運転中、前方で信号待ちをしていたタンクローリー(LPGガスを積載)に追突し、運転席に挟まれた結果、救助されたが意識不明の重体で、翌日死亡が確認された。タンクローリーには他事業場の労働者である運転者1名が乗車していたが、休業災害に留まった。爆発・火災は発生しなかった。

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」実施のご案内



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 <sup>(注1)</sup>  
(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 <sup>(注2)</sup>  
(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



開催地	1級	2級	2級(クレーン)	会場	会場住所
北海道	学科	学科	-	北海道トラック総合研修センター内	札幌市中央区南9条西1丁目1-10
岩手	学科	学科・実技	-	岩手県トラック協会・水沢研修会館	胆沢郡金ヶ崎町西根北荒巻80-3
秋田	学科	学科・実技	-	秋田県トラック協会研修センター	秋田市寺内蛭根 1-15-20
福島	学科	学科・実技	-	福島県トラック研修センター	福島市飯坂町平野字若狭小屋32
埼玉	学科・実技	学科・実技	学科・実技	埼玉県トラック総合教育センター	深谷市黒田 2091-1
東京	学科	-	-	安全衛生総合会館14階 第1会議室	東京都港区芝5-35-2
静岡	学科	学科・実技	-	静岡県トラック協会研修センター	静岡市葵区北2092-2
愛知	学科・実技	学科・実技	学科・実技	中部トラック総合サービスセンター	みよし市福谷町西ノ洞 21-127
愛媛	学科・実技	学科・実技	-	愛媛県トラック協会	松山市井門町1081-1
福岡	学科	学科・実技	-	福岡県トラック協会筑豊緊急物資輸送センター	福岡県飯塚市平恒 169-1

※ 1 級、2 級の实技はカウンターバランスフォークリフト

## 試験科目

試験科目		試験内容の概要	配点	
			1 級	2 級
学科試験		荷役作業一般、関係法令及びフォークリフトの走行・荷役・力学についての知識(計 50 問) ※1 級と 2 級では、難易度が異なります。	300 点	300 点
実技試験	(点検試験)	作業開始前点検(43 項目)の点検を行う。そのうち、不具合箇所を指摘する。	100 点	200 点
	(運転試験)	作業開始前点検(カウンター43 項目/リーチ 25 項目)の点検を行う。 所定の運転コースで、適切な走行、運搬、積卸し作業を行う。	600 点	

## 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。



## 受検申請の方法

以下の受検申請書をダウンロードし、申請書に必要事項をご記入の上、陸災防本部まで郵送又は FAX にてお送りください。

[【1 級受検申請書 \(PDF\)】](#)    [【1 級受検申請書 \(Excel\)】](#)

[【2 級受検申請書 \(PDF\)】](#)    [【2 級受検申請書 \(Excel\)】](#)

## 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](mailto:ginou-kentei@rikusai.or.jp)

## 【熱中症を予防しましょう！】

## 「STOP！熱中症 クールワークキャンペーン」実施中！

厚生労働省と陸上貨物運送事業労働災害防止協会などの労働災害防止団体等は、職場における熱中症予防対策の一層の推進を図るため、「STOP！熱中症 クールワークキャンペーン」を実施中です。

5 月 1 日～9 月 30 日までを実施期間（4 月：準備期間、7 月：重点取組期間）とし、事業場等に熱中症予防対策の徹底を呼びかけるとともに、セミナー開催等の情報をお知らせいたします。

詳細は次の URL からご覧ください（厚生労働省ホームページ）。

<https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000116133.html>

また、令和元年 8 月 2 日付け基安労発 0802 第 2 号文書により、厚生労働省労働基準局安全衛生部労働衛生課長から当協会会長あて、「8 月以降における熱中症予防対策の徹底について」の通知がありました。熱中症基本対策及びキャンペーンに基づく職場での熱中症予防対策に一層の取組を進めていただきますようお願いいたします。

通知本文は次の URL からご覧ください。

[http://rikusai.or.jp/wp-content/uploads/pdfs/2019\\_kourou\\_necchusho.pdf](http://rikusai.or.jp/wp-content/uploads/pdfs/2019_kourou_necchusho.pdf)

※ 受付番号 No. \_\_\_\_\_

## フォークリフト荷役技能検定2級(学科・実技) 受検申請書

受検する試験の科目を○で囲んでください。

フリガナ					性別	
氏名					男・女	
生年月日		昭和 平成	年 月 日	受検地		実技の 種別 カウンターバランス リーチ
現住所		(〒 - )			TEL( - - )	
勤務先 [申請者が勤 務先である 場合記入]	住所	(〒 - )				
	名称	TEL( - - )		FAX( - - )		
フォークリフトの運転業務に従事した経験		平成 年 月 ~ 平成 年 月まで ( 年 ヶ月)				
主なフォークリフトの運転業務に係る作業内容						
フォークリフト運転技能講習修了証(写)を貼り付けてください。		糊付けにて貼付すること				
学科又は実技試験一部合格者は、フォークリフト技能講習修了証(写)に替えて、 <u>一部合格結果通知書(写)</u> を別途添付してください。						

年 月 日

受検申請者氏名  
( 自 署 )

印

- (注) 1. ※以外の欄は申請者において全部記載してください。当該様式の書式は変更しないでください。  
 2. 受検する試験の科目(学科・実技)を選択し、該当する試験の種類を○で囲んでください。  
 3. 実技の種別(カウンターバランス・リーチ)を選択し、該当する実技試験の種類を○で囲んでください。  
 4. 現住所は、受検申請者本人の現住所(住民票記載)を記入してください。  
 5. 受検申請者氏名は受検申請者本人名を自筆記入押印してください。氏名及び住所等は楷書ではっきり書いてください。  
 6. ご記入いただいた個人情報は、受検申請者への連絡、合格証交付等のために利用いたします。

## 【支部の活動取材】

## 栃木県支部がフォークリフト運転競技大会を開催

— 栃木県支部代表選手は南雲一充さん、新里竜矢さんに決定 —

陸災防栃木都支部が7月28日(日)栃木県トラック総合会館にて開催しました「第27回フォークリフト運転競技 栃木県大会」取材しました。

## 男性20名、女性1名が参加

栃木県大会は、21名（男性20名、女性1名）が参加して、学科競技、点検競技及び運転競技の3種目の合計点を競いました。点検競技及び運転競技には、最大荷重1.5トンのガソリン車カウンターバランスフォークリフトを使用して行われました。

## 競技の流れ

## (1) 学科競技

フォークリフトの関係法令、走行に関する装置の構造・取り扱い方法、荷役に関する装置の構造・取り扱い方法に必要な知識から40問が出題され、制限時間40分にて〇×式で解答する。

## (2) 点検競技

所要時間は5分とし、フォークリフトの所定の点検箇所を確実に点検したかを採点する。但し、エンジン始動前のみとする。

## (3) 運転競技

所要時間は5分とし、概ねフォークリフト運転技能講習の実技試験に準じて走行及び積卸しを実施する。減点方式。



栃木県大会 点検競技

## 優勝者インタビュー

「第27回フォークリフト運転競技 栃木県大会」は、南雲一充さん（㈱バンテックイースト 栃木営業所）が優勝されました。



栃木県大会優勝 南雲一充さんの運転競技

## ◇ 優勝された感想をお聞かせください。

自信がなかったので、成績発表で優勝と自分の名前が呼ばれた時は、夢じゃないかと思いました。

## ◇ 競技中、手応えはありましたか。

学科競技は、難しかったです。手応えはありました。

点検競技は、まったく自信がなく臨みましたが、途中で時間切れになりました。

運転競技は、普段どおりの運転をすることができました。

## ◇ 優勝した秘訣を教えてください。

緊張しないように、そして点検競技の出来を引きずらないように、開き直って運転競技に臨めたことです。

## ◇ 栃木県大会に出場したきっかけをお聞かせください。

会社から指名してもらいました。栃木県大会には応援に来たことはありますが、大会出場は初めてです。

## ◇ 大会出場に当たり、取り組まれたことをお聞かせください。

運転競技の練習は、大会4日前に30分間行い、大会出場経験者からアドバイスをいただきました。

## ◇ 全国大会に向け、一言お願いします。

全国大会は応援に行ったことはありますが、出場は初めてです。出場するからには優勝を目指して、これからしっかり勉強や練習をして臨みます。



## 【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」が開催されています。

7月1日から7月31日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)

青森県 大会	
第1位	角 伸行
第2位	小田倉賢太郎
第3位	中里 健

宮城県 大会	
第1位	庄司誠幸
第2位	紺野洋樹
第3位	小野武徳

埼玉県 大会		
	一般の部	女性の部
第1位	佐野正太	志村美佐子
第2位	今藤貴志	
第3位	津谷幸夫	

秋田県 大会	
第1位	野村明正
第2位	鎌田雄大
第3位	渡辺広仲

山形県 大会	
第1位	兵藤圭佑
第2位	金子 司
第3位	酒井正行

佐賀県 大会		
	一般の部	女性の部
第1位	吉原和希	三井所小百合
第2位	井上祥平	
第3位	船岡秀伸	

栃木県 大会	
第1位	南雲一充
第2位	新里竜矢
第3位	松橋 仁

千葉県 大会	
第1位	下村和弥
第2位	碓本友紀子
第3位	高地直道

熊本県 大会		
	一般の部	女性の部
第1位	川原刀麻	上川真世
第2位	石井 剛	
第3位	村田智史	

新潟県 大会	
第1位	中林宏佳
第2位	川崎博史
第3位	渡辺洋平

三重県 大会	
第1位	岩田拓也
第2位	大山真宏
第3位	井後政勝

鹿児島県 大会		
	一般の部	女性の部
第1位	米森康之	緑 美幸
第2位	中島隆暁	
第3位	清家峻太	

滋賀県・京都府 合同大会	
第1位	圓城規之
第2位	鎌田直樹
第3位	池田由香

大阪府 大会	
第1位	天野考丞
第2位	小宮山徳人
第3位	宮下勝行

鳥取県 大会	
第1位	角 拓也
第2位	西尾晃典
第3位	奥井 徹

山口県 大会	
第1位	吉村圭太



全国で唯一、県と府の合同で開催された「滋賀県・京都府合同大会」上位者の皆様

【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 5 回)

テーマ「睡眠 その1  
妥当でない「思い込み」と「事実はこうだ」

精神科医 夏目 誠

図1.

職場の雑談から

基本の「睡眠確保」

はどうする

睡眠確保は時間がパロメータでしょ  
うか？

男女の課員

課長

年齢が行きますと眠  
りが浅く、夜中に目覚  
めますね…家事もあるので平  
均5-6時間。足り  
ない分は休日に1  
時間くらい余計に  
眠っています

夏目 誠/PIXTA(ピクスタ)

## 【「長時間型」と「短時間型」、「中間型」の 3 タイプがある】

1 40歳の太郎さんは(仮称・以下同じ)10人くらいの会社を経営しています。明るいタイプで仕事もバリバリにする人。睡眠時間は昔から4-5時間くらい。それでも昼間に眠気は来ないのです。友人に、「それで体調が崩れないか？」と言われますが、そんなことはなかった。

2 29歳の次郎さんはまじめなタイプ。コツコツと仕事をこなすし、気配りもできるのです。彼の睡眠時間は9時間。ズーッとそうだった。7時間くらいの睡眠では仕事も乗りにくいし、ボーッとすることがあります。

3 38歳の加奈子さんはキャリアウーマンで、課長を務めています。彼女の睡眠時間は7時間半。8時間の時もあれば6時間もあるのです。

事例のように5時間以下の睡眠で行ける人は「短時間睡眠型」。一方9時間以上必要な人を「長時間睡眠型」と呼んでいるのです。5時間と9時間、実に4時間も違います。どうしてこんなに違うのでしょうか？

## 【眠りは時間だけでない⇒「深さ」と「時間」こそ】

解くキーワードは「時間と睡眠の深さ」。睡眠と言えば、関心は時間に行ってしまいが、「深さ」も重要です。

図に示したように、眠りの深さは「第1度から第4度」の四段階に分けられます。「1, 2度」が「浅い睡眠」で、「3, 4度」が「深い眠り」。この深い眠りが重要です。

短時間の眠りで生活ができる人は、もともと眠りが深い(平均的に)。図に3人の睡眠の深さと時間の長さを示しました。実感していただけるでしょう。

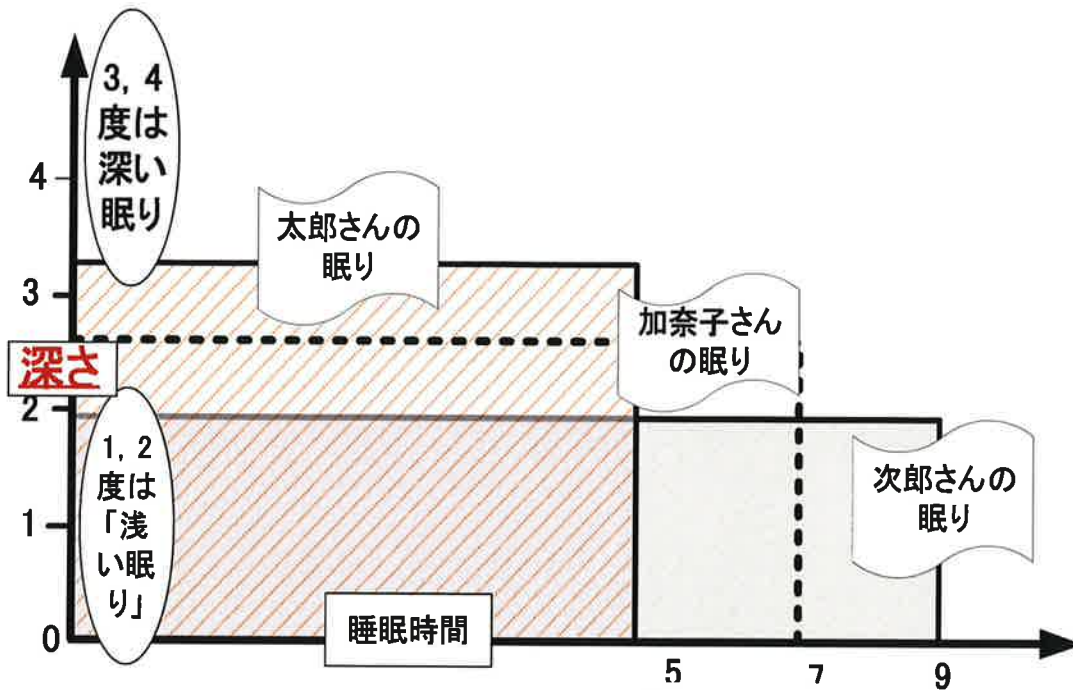


図 3人の睡眠時間と平均的深さ

### 「寝てから4時間」の眠りこそ、大切だ！！

睡眠充足のポイントは、眠ってから4時間の睡眠を大事にすること。なぜなら「3, 4度」の「深い眠り」はこの間に出るからです。そのあとの睡眠は「おまけの眠り」とも言われています。明け方の睡眠で、うつらうつらの状態です。だからちょっとしたことで目覚めやすい。「おまけの睡眠」と考えたら、必死に眠ろうとしなくても良いわけです。

「眠りの深さ、長さ」で言えば、**子どもは深く(成長の必要性から)、中高年になると「浅く」**なります。だから「眠りが浅い、1-2回は覚醒」になるのです。「寝る子」は、育つの事実です（深い睡眠中に成長ホルモンが良く出ますから）。

## 全国労働衛生週間

安全週間 10月1日～7日

準備期間 9月1日～30日

健康づくりは 人づくり みんなでつくる 健康職場

全国労働衛生週間は、労働者の健康管理や職場環境の改善など、労働衛生に関する国民の意識を高めるとともに、職場での自主的な活動を促して労働者の健康を確保することなどを目的に昭和25年から毎年実施しているもので、今年で70回目になります。毎年10月1日から7日までを本週間、9月1日から30日までを準備期間とし、各職場で職場巡視やスローガン掲示、労働衛生に関する講習会・見学会の開催など、さまざまな取組を展開します。

詳しくは次のURLをご覧ください（厚生労働省ホームページ）。

[https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage\\_05680.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_05680.html)

## 【シリーズ】トラックドライバーの健康

# ドライバーの健康管理は「血压」と「食事」に注目

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 吉川 徹



### 吉川 徹 Profile

1996 産業医科大学医学部卒業、2000 労働科学研究所・研究員、2015 労働安全衛生総合研究所・研究員。過労死・過労自殺の労災・公災認定事案の分析に取り組んでいる。

40 歳代を迎えたドライバーの皆さん、血压、毎日測っていますか？菓子パンばかり食べていませんか？血压管理と健康的な食事は、ドライバーの脳・心臓疾患を予防する最も重要な対策です。

本稿では過労死等認定された脳・心臓疾患の実態と、その健康管理に注目してみます。

### 脳卒中と心臓血管病の健康管理の重要性

運輸業・郵便業において、過重な業務等が関係して脳卒中や心臓血管病（以下、脳・心臓疾患）を発症し過労死等として労災認定された方は過去 5 年で 465 件に上ります（高橋ら 2016）。これは日本全体の脳・心臓疾患による過労死等の 3 分の 1 を占めます。

表には運転手の過労死の主な特徴を示しました。働き方に注目した過労死等防止の多くのヒントがありそうです。

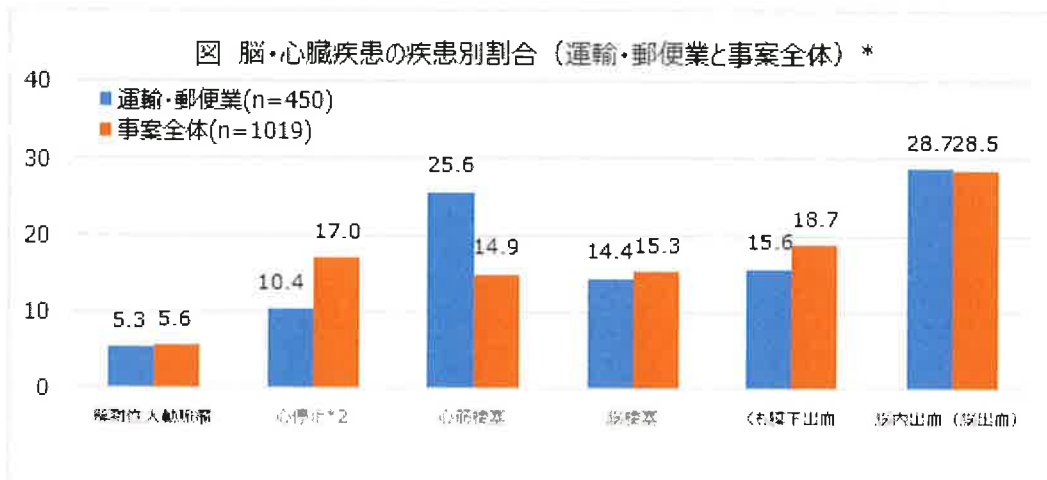
また、ハンドルを握っている運転手が運転中に脳・心臓血管疾患を発症すると重大な交通事故にもつながります。

運転手の健康管理は本人や荷主・乗客にとっても大切なのです。多くの事業場で、点呼時にドライバーの体調管理に細心の注意を払っていることと思います。

表 運輸・郵便業における脳・心臓血管疾患の主な特徴

- ・男性が大多数（97.5%）、40～50 歳代の働き盛りが多い
- ・運転手の職種はトラック 341 件（82.2%）、タクシー 50（12.0%）、バス 15 件（3.6%）
- ・発症月は 1～3 月の厳寒期と 7～9 月の猛暑期に多い
- ・トラック運転手は荷扱い中の発症も多い
- ・拘束性、不規則性、夜勤・交代勤務などの負荷要因が重なる
- ・心筋梗塞の過労死が全事案と比べて多く、死亡割合が高い

図は労災認定された主な脳・心臓疾患の疾患別割合について運輸業・郵便業とそれ以外の業種を比較した図です。運輸業・郵便業では、脳卒中が半数以上ですが、ほかの業種と比べて心筋梗塞が多いことが特徴です。



\* 高橋ら 2016：過労死等の実態解明と防止対策に関する総合的な労働安全衛生研究 \*2 心臓性突然死を含む

## 脳・心臓疾患の健康管理の一番地は「動脈硬化」の防止

心臓血管疾患には、心臓の血管が詰まり心臓の筋肉が壊死する「心筋梗塞」、心臓の血管が細くなって心臓の筋肉に十分な血液が届かなくなる「狭心症」、心臓から出ている大動脈の壁が裂けてしまう「解離性大動脈瘤」等があります。ドライバーに心筋梗塞が多いのは、心臓の血管に異常が多いからかもしれません。喫煙率が高いことも影響していそうです。

脳卒中は、脳の血管が破れたり詰まったりして起こる病気です。脳の血管が詰まる「脳梗塞」、脳の血管が破れて出血を起こす「脳出血」、脳の表面にある血管が破れて脳を取り巻く、くも膜の下に出血を起こす「くも膜下出血」があります。

脳・心臓疾患は循環器疾患とも呼ばれ、全身に張り巡らされている血管の動脈硬化が大

きな原因です。したがって、その予防は動脈硬化の進行を防止することです。動脈硬化は、高血圧症、脂質異常症（高コレステロール血症）、糖尿病などの治療すべき疾患や、喫煙、飲酒、運動不足等に大きな影響をうけます。特に、最近の医学研究からは厳格な血圧管理が最も重視されています。

①定期健康診断で異常を指摘されたら必ず受診して治療や保健指導を受け、血圧を正常に保つこと、

②腹七分目にして、塩分の取りすぎに気をつけ、栄養バランスよく、水分をよくとること以上の2点が、動脈硬化を予防し健康な血管を作る重要なポイントです。

事業場ごとで、運転手の疲労・健康管理を支援できる継続的な仕組みづくりを作ることが期待されます。

### 【建災防から補助金のお知らせ】

## フルハーネス等の買換経費の一部を補助します！！

～既存不適合機械等更新支援補助事業（厚生労働省）～

### 1 対象

中小企業、労災保険特別加入の個人事業者等

### 2 間接補助金交付額

(1) **フルハーネス型墜落制止用器具**（同一メーカーのランヤードとのセット）

- ① 1セットあたりの上限：12,500円（1/2補助）
- ② 同一申請者あたりの合計額の上限：500,000円

(2) **移動式クレーンの過負荷防止装置**

- ① 1機械あたりの上限：100,000円（1/2補助）
- ② 同一申請者あたりの合計額の上限：300,000円

※ あらかじめ申請を行う必要があるほか、すべての方に交付されるものではなく、規模、危険度、対象機械等の安全性等を審査の上、予算の範囲内で交付決定されますので、ご留意ください。

**第2回の応募開始は、9月上旬を予定し、あらためて建災防ホームページでお知らせします。**

詳細は、こちらをご覧ください（建災防ホームページ）。

<https://www.kensaibou.or.jp/support/subsidy/index.html>

## 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	兵庫	9月4日(水)	兵庫県トラック総合会館
宮城	11月19日(火)	宮城県トラック研修センター	鳥取	8月23日(金)	鳥取県トラック協会
秋田	11月28日(木)	秋田県トラック協会 中央研修センター	島根	9月19日(木)	(公社)島根県トラック協会 西部研修会館
山形	9月5日(木)	山形県トラック総合会館	岡山	9月26日(木)	岡山県トラック総合研修会館
福島	10月30日(水)	福島県トラック協会 県中研修センター	広島	2月4日(火)	広島県トラック総合会館
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	高知	12月6日(金)	サンピアセリーズ
東京②	11月22日(金)		福岡	10月16日(水)	リファレンス駅東ビル
新潟	2月17日(月)	新潟県トラック総合会館	佐賀	9月20日(金)	佐賀県トラック協会
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
大阪	9月10日(火)	大阪府トラック総合会館			
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		
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、長崎		

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7月〕					
第5種(15年間)	・大塚運輸有限会社	千葉県支部	第2種(5年間)	・株式会社グリーンファントム	福島県支部
	・遠藤運送有限会社	千葉県支部		・星崎運輸株式会社富山営業所	富山県支部
	・陸翔運輸株式会社	長野県支部		・有限会社協力運輸本社営業所	長野県支部
	・眞田陸送株式会社本社営業所	長野県支部		・武川総業株式会社本社営業所	長野県支部
	・谷ロトラック株式会社本社営業所	岡山県支部		・高島運輸株式会社本社営業所	長野県支部
第4種(10年間)	・信州牛乳輸送有限会社本社営業所	長野県支部	第1種(3年間)	・有限会社山大運輸	長野県支部
	・南信郵便運送株式会社松本営業所	長野県支部		・更埴貨物自動車株式会社	長野県支部
	・有限会社河口運送	長野県支部		・株式会社都市貨物輸送長野営業所	長野県支部
	・株式会社スター物流本社営業所	長野県支部		・栄光運輸株式会社本社営業所	長野県支部
第3種(7年間)	・三菱電機ロジスティクス株式会社通信機事業所郡山分室	福島県支部		・諏訪梱包運輸株式会社松本営業所	長野県支部
	・有限会社亀田	福島県支部		・諏訪梱包運輸株式会社佐久営業所	長野県支部
	・有限会社的場	福島県支部		・株式会社丸進本社営業所	長野県支部
	・有限会社伊北青果	福島県支部		・長野運輸株式会社東信営業所	長野県支部
	・有限会社酪農運送	福島県支部		・株式会社ミツミ長野営業所	長野県支部
	・藤本運輸株式会社	福島県支部		・セル・トランス株式会社本社営業所	長野県支部
	・信州牛乳輸送有限会社伊那営業所	長野県支部			

## 【荷役災害防止のために】

## 各支部で「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、関係機関・団体と協議

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動支援事業」の一つとして「荷主等と陸運事業者との連携・協力促進協議会」を全国で開催いたします。

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、関係労働局及び関係団体等の協力により下表の陸災防支部が開催いたしました。その他の支部においても順次開催されます。

「荷主等と陸運事業者との連携・協力促進協議会」開催支部（7月31日現在）						
秋田	山形	群馬	埼玉	静岡	愛知	三重
京都	大阪	兵庫	鳥取	香川	福岡	大分

## 【厚生労働省からのお知らせ】

## 『見える』安全活動コンクールへの応募を受付中です！

厚生労働省は本年8月1日から、労働災害防止に向けた事業場・企業（以下「事業場等」という。）の取組事例を募集・公開し、国民からの投票等により優良事例を選ぶ令和元年度「『見える』安全活動コンクール」を実施しています。

応募期間は、8月1日（木）から9月30日（月）までとしており、応募事例は「あんぜんプロジェクト」のホームページに掲載し、11月1日（金）～12月31日（火）の間に実施する投票の結果等に基づいて、優良事例を決定し、令和2年2月下旬に発表する予定です。

「見える」安全活動とは、危険、有害性について、通常は視覚的に捉えられないものを可視化（見える化）すること、また、それを活用することによる効果的な取組をいいます。さらに、自社の安全活動を企業価値（安全ブランド）の向上に結びつけ、一層、労働災害防止に向けた機運を高めることも狙いとしています。

応募方法他、詳細は次のURLからご覧ください（厚生労働省ホームページ）。

[https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage\\_05778.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_05778.html)

【厚生労働省公表】

## トラック運転者を使用する事業場に対する 平成30年の監督指導、送検の状況について

### はじめに

厚生労働省では、全国の労働局や労働基準監督署が、平成30年にトラック、バス、タクシーなどの自動車運転者を使用する事業場に対して行った監督指導や送検の状況を取りまとめました。

この取りまとめの中から、トラックの自動車運転者を使用する事業場に対して行われた監督指導や送検の状況について紹介します。

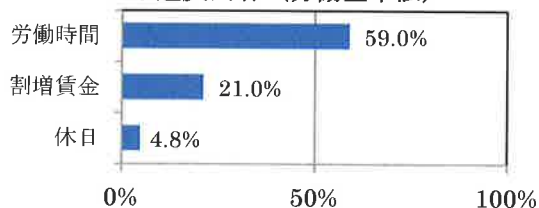
### 1 監督指導状況

#### (1) 労働基準関係法令の主な違反内容

※ 表中の( )内は、監督実施事業場数に対する違反率。以下同じ。

監督実施事業場数	5,109
労働基準関係 法令違反事業場数	4,271 (83.6%)

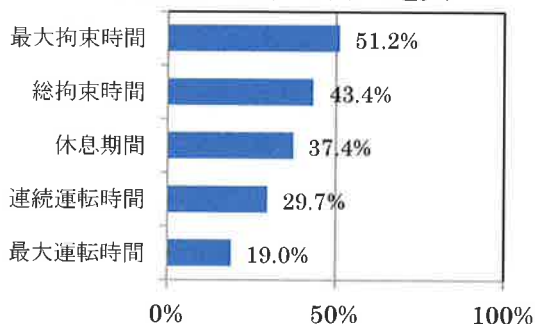
#### 主な違反内容(労働基準法)



#### (2) 改善基準告示の主な違反内容

監督実施事業場数	5,109
改善基準告示違反事業場数	3,419 (66.9%)

#### 主な違反内容(改善基準告示違反)



#### (3) 過去3年間の監督指導状況

	30年	29年	28年
監督実施 事業場数	5,109	4,295	3,105
労働基準関係法令 違反事業場数	4,271 (83.6%)	3,607 (84.0%)	2,585 (83.3%)

	30年	29年	28年
改善基準告示 違反事業場数	3,419 (66.9%)	2,963 (69.0%)	2,088 (67.2%)

#### (4) 労働基準監督官が監督指導した事例

#### 長時間労働を行わせているおそれのある運送会社に対して監督指導を実施

##### 【概要】

- 運転者について、1日の拘束時間が最長16時間を超え、1か月の総拘束時間が最長315時間、また、1か月120時間を超える時間外労働の実態が認められた。
- 健康診断の結果、異常の所見があると診断された労働者について、健康を保持するために必要な措置について、医師の意見を聴いていない。

##### 【指導内容】

- 36協定の限度時間を超えて、違法な時間外労働を行わせていたため、是正を指導した。また、過重労働による健康障害防止対策として長時間労働の削減について併せて指導した。

##### 【指導事項】

- 労働基準法第32条違反(労働時間)、長時間労働の削減
- 運転者の1日の拘束時間が16時間及び1か月の総拘束時間が293時間を超えていることについて是正を指導した。

##### 【指導事項】

- 改善基準告示違反(最大拘束時間及び総拘束時間)
- 健康診断の結果、異常の所見があると診断された労働者について、健康を保持するために必要な措置について、医師の意見を聴くよう是正を指導した。

##### 【指導事項】

- 労働安全衛生法第66条の4違反(健康診断の結果についての医師からの意見聴取)

##### 【指導後の会社の取組】

- 荷主と交渉し、配送ルートを改善した結果、拘束時間が短縮された。また、時間外労働時間の実績を月内に適切に把握し、月80時間を超えそうな場合には運転者を交代させること等により、特定



の運転者の拘束時間が長くなならないよう勤務体制の見直しを行った結果、時間外労働が 36 協定の限度時間以内かつ 80 時間以内、1 か月の総拘束時間が 293 時間、1 日の拘束時間が 16 時間以下となった。

- 健康診断の結果、異常の所見があると診断された労働者について、健康を保持するために必要な措置に関して医師の意見を聴取した。

#### （参考）トラック運転者に係る改善基準告示

- ・1 か月の総拘束時間：原則 293 時間以内（労使協定締結の場合、320 時間以内）
- ・1 日の最大拘束時間：13 時間以内を基本とし、延長する場合であっても 16 時間以内

## 2 送検の状況

- (1) 平成 28 年から平成 30 年までの 3 年間における業種ごとの重大・悪質な労働基準関係法令違反が認められた事案として、労働基準監督機関が送検した件数

平成 30 年	平成 29 年	平成 28 年
42	50	54

- (2) 送検事例

### <事例 1>

**トラックによる死亡事故を発生させた事業場において、事故車両の運転者等に違法な長時間労働を行わせていたため送検**

#### 【捜査経過】

■ 積荷搬送中に衝突事故を起こし死亡したトラック運転者が所属する事業場に立ち入り、この運転者の事故直前の就労状況等を確認した結果、この運転者を含む複数の労働者について、36 協定の限度時間を超え、1 か月最大 120 時間程度の違法な時間外労働を行わせていたことが判明した。

■ この事業場は、過去の監督指導においても、違法な長時間労働については是正指導を受けており、同様の法違反を繰り返し発生させていたことから、悪質と判断し、送検した。

#### 【被疑事実】

○事業場（法人）及び代表取締役

36 協定の限度時間を超えて、労働者に時間外労働を行わせたこと。

【違反条文】

労働基準法第 32 条（労働時間）

## 3 国土交通省との連携

- (1) 地方運輸機関との相互通報

自動車運送事業に従事する自動車運転者の労働条件の改善を図るため、労働基準監督機関と地方運輸機関が、その監督等の結果（改善基準告示違反等）を相互に通報しています。

#### 【相互通報制度の実施状況（過去 3 年間）】

	30 年	29 年	28 年
労働基準監督機関から通報した件数	1,063	1,133	867
労働基準監督機関が通報を受けた件数	539	519	351

- (2) 地方運輸機関との合同監督・監査

自動車運転者の労働時間等の労働条件の確保・改善を図るため、労働基準監督機関と地方運輸機関が連携して、合同で監督・監査を行うことにより、効果的な指導を行っています。

#### 【合同監督・監査の実施状況（過去 3 年間）】

	30 年	29 年	28 年
トラック	99	110	90

## 4 厚生労働省の取組

厚生労働省では、引き続き、自動車運転者を使用する事業場に対し、労働基準関係法令などの周知・啓発に努めるとともに、法令違反の疑いがある事業場に対しては監督指導を実施するなど、自動車運転者の適正な労働条件の確保に取り組んでいきます。

また、度重なる指導にもかかわらず法令違反を是正しないなど重大・悪質な事案に対しては、送検を行うなど厳正に対応していきます。

**【新連載 II】第 13 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、「貨物自動車の運行に付随する作業」と「交通労働災害の防止」について説明します。

**8 貨物自動車の運行に付随する作業**

貨物自動車の運行に付随する作業とは、公道上の運行あるいは走行における危険、すなわち交通労働災害に関するものを除いた作業をいいます。

このうち、特に重篤な災害として多いものが、貨物自動車の荷台からの墜落・転落や逸走した貨物自動車に挟まれる災害となっており、これらの災害防止対策が重要です。

なお、貨物自動車は、安衛則 151 の 2 で車両系荷役運搬機械に分類され、構外、構内ともに労働安全衛生法が適用されることに留意する必要があります。

例えば、安衛則 151 条の 66 では、「貨物自動車については、最大積載量その他の能力を超えて使用してはならない。」とされ、構内での過積載も禁止されています。

**(1) 誘導**

貨物自動車を用いた作業を行う場合で、運転中の貨物自動車又はその荷に接触する危険があるときは、原則として危険のおそれのある箇所に労働者を立ち入らせてはなりません。但し、立ち入っての作業が必要な場合は誘導者を配置し、貨物自動車の誘導をさせる必要があります。

この場合は、誘導の合図を定め、誘導者及び貨物自動車運転者に災防規程 67 条の(1)～(3)の事項を行わせなければなりません。

なお、貨物自動車が転倒・転落のおそれがあり、誘導者を配置した場合も同様です。

**(2) 逸走防止**

貨物自動車の逸走による災害を防止するための措置は、安衛則で「運転位置から離れる場合の措置」として規定されています。

貨物自動車の逸走による災害、すなわち、貨物自動車の無人暴走による災害は、近年、荷役時に多発している荷役 5 大災害の一つとされています。この災害を防

止するためには、降車時には、必ず、逸走防止措置（①パーキングブレーキをかける、②エンジンを停止する、③ギアをロックする、④輪止めをする）を実施するようにしましょう。

**9 交通労働災害の防止****(1) 自動車運転者の労働時間等の改善のための基準**

ア 平成元年労働省告示第 7 号として示されたもので、一般に「改善基準告示」と呼ばれています。

自動車運転者が長時間労働等により交通労働災害を発生することのないよう、その労働条件の改善及び向上を図るための基準（拘束時間、運転時間、休息时间等）を定めたものです。

イ 貨物自動車運送事業輸送安全規則第 3 条において、過労運転の防止の観点から、「貨物自動車運送事業者は、休憩又は睡眠のための時間及び勤務が修了した後の休息のための時間が十分に確保されるように、国土交通大臣が定める基準に従って、運転者の勤務時間及び乗務時間を定めなければならない。」とされていますが、国土交通大臣が告示で定める基準として、この改善基準告示が引用されています。

**(参考)****時間外労働の上限規制**

労働基準法が改正され、時間外労働を行わせる場合には、原則 1 月 45 時間、1 年 360 時間以内と規定され、臨時的な特別な事情があり労使合意する場合（特別条項）でも、1 年 720 時間以内とされています。

なお、300 人以下の運送業等中小企業は、令和 2 年 4 月 1 日から適用されます。

また、自動車運転者は、令和 6 年 3 月 31 日までの間、上記規定の適用が猶予され、かつ、同年 4 月 1 日から、特別条項の場合でも 1 年 960 時間以内とされています。  
(次号に続く。)

## 安全管理士 の着眼点

### あらためて熱中症を認識ください!

安全管理士 酒井雅彦

#### 熱中症により4人が死亡

毎年5月1日から9月30日までの期間で、「STOP! 熱中症 クールワークキャンペーン」を展開しておりますが、平成30年の熱中症による労働災害の特徴として、全産業では前年より634人増の1,178人、陸運業では前年より73人増の158人と被災者が倍増してしまい、死亡者については、全産業では9人増の28人、陸運業では平成27年の1人以来の4人の死亡者を出すに至りました。

熱中症予防対策として、ひととおりの衛生教育の後、現場では休憩場所などを整備し、順化機関の確保、状況に応じた休止時間・休憩時間の確保や水分・塩分の補給を行っているものと思いますが、管理者も作業従事者も、熱中症というものについて認識が薄れてきてはいないでしょうか。



#### 熱中症とは

熱中症は、暑熱環境で発汗による体温調整によって失われた水分(体液)が適切に補充されないと、血液循環に使用する水分(体液)が優先的に確保されるため、体温調整に使用できる水分(体液)が不足して体温が上昇することにより、臓器に障害が発生するものです。また、発汗による塩分喪失も考慮する必要があり、めまいから始まり意識障害まで移行すると死亡率が高くなります。体温を下げること、水分・塩分を摂取させることが重要になってきます。

#### 死亡災害の概要

昨年の4人の熱中症による死亡例を見ると、労働時間や休憩、飲水にも気を配り、熱中症の症状が見られた後、冷所への移動、飲

水による水分補給を行っているにもかかわらず、3人が死亡しています。そのうちの1人は、会話ができ歩いて帰ることができたにもかかわらず、死亡が確認されています。



冷所での休憩だけでは体温を下げることはならず、飲水では直ちに体内への水分の摂取にはならないことを、本人、周りの人や管理者が十分に理解していたら、病院に搬送するなどのより適切な対応ができ、死に至ることは無かったかもしれません。

残る1人は、単独作業であることによる発見の遅れ、熱中症発症の発見の遅れが問題であると考えられます。いま、陸運業では運転者を単独で業務に就かせていることが多いのですが、これは不測の事態が起きた場合、対応できないことや対応が遅れることが考えられます。現実には、会社から離れた橋の上でトラック運転手が熱中症により動けなくなって病院へ搬送され、トラックが運転者不在となったなどの事例もあります。

#### 熱中症対策にお取り組みください!

まだまだ暑さが予想される中、再度、対象者(管理者、従業員)別に熱中症の教育を行えないでしょうか。医師等専門家によると、お盆明けなどの長い休みの後、暑さに慣れた(順化した)体が元に戻ってしまうのだそうです。

- 暑さの感じ方は人によって異なります!
- 高齢の方は特に注意が必要です!
- まわりが協力して、熱中症予防を呼びかけ合うことが大切です!

## 業種別労働災害発生状況（令和元年速報）

令和元年 7 月 8 日現在

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	306	100.0	321	100.0	-15	-4.7	47,254	100.0	49,741	100.0	-2,487	-5.0
製造業	55	18.0	58	18.1	-3	-5.2	10,547	22.3	11,160	22.4	-613	-5.5
鉱業	3	1.0	0	0.0	3	-	83	0.2	92	0.2	-9	-9.8
建設業	103	33.7	115	35.8	-12	-10.4	5,875	12.4	5,942	11.9	-67	-1.1
交通運輸事業	5	1.6	6	1.9	-1	-16.7	1,284	2.7	1,491	3.0	-207	-13.9
陸上貨物運送事業	37	12.1	40	12.5	-3	-7.5	6,054	12.8	6,368	12.8	-314	-4.9
港湾運送業	4	1.3	2	0.6	2	100.0	178	0.4	138	0.3	40	29.0
林業	16	5.2	14	4.4	2	14.3	583	1.2	612	1.2	-29	-4.7
農業、畜産、水産業	11	3.6	3	0.9	8	266.7	1,032	2.2	1,034	2.1	-2	-0.2
第三次産業	72	23.5	83	25.9	-11	-13.3	21,618	45.7	22,904	46.0	-1,286	-5.6

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～6 月）

令和元年 7 月 8 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		306	86	10	18	20	41	49	60	0	22
製造業		55	6	2	3	3	8	25	3	0	5
建設業		103	44	3	6	15	10	9	11	0	5
交通運輸事業		5	2	0	0	0	0	0	3	0	0
その他		106	28	4	6	1	21	12	25	0	9
陸上貨物運送事業		37	6	1	3	1	2	3	18	0	3
同上対前年増減		-3	0	1	0	-1	0	-2	-1	0	0

## 業種、事故の型別死傷災害発生状況（令和元年 1 月～6 月）

令和元年 7 月 8 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		6,054	1,753	1,025	464	281	186	341	655	306	5	904	134
同上対前年増減		-314	-97	-208	-3	-40	16	29	16	-31	1	-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



# ヘルメットは 蒸れるもの その常識を タニザワが 変える

「暑い」、「ムシる」....

お客さまから常にいただいていた声にお応えするため、タニザワは産業用ヘルメットから発泡スチロール製の衝撃吸収ライナーを外すことに成功しました。

タニザワ独自の技術で開発した内装「エアライト」は安全性を確保しつつ、ヘルメット内部の空間に広がりをもたらす、通気性を格段に向上させます。

ヘルメットの概念が変わります。



※撮影に通常の構体をしています。 **エアライト**

商品についてのお問い合わせは TEL:03(3552)5581 <http://www.tanizawa.co.jp> 〒104-0041 東京都中央区新富2-8-1 キンシビル

株式会社 **谷沢製作所**

厚生労働省委託事業 2019年版

## 腰痛予防対策講習会

参加費  
無料

## 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減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** 倉庫利用運送業・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！

# 陸 災 防 会 員 様 向 け

## 特 別 案 内 熱 中 症 対 策 セ ッ ト

**ネッククーラーと熱中症ガイドブックの  
熱中症対策セット  
1セット 1,000円(税込)**

水を含ませて首に巻くだけで  
冷感が長時間持続するネッククーラー



**NEW!**

気化熱作用で首回りを冷却  
太い血管が多く集まる頸部を冷やします。



気化(蒸発)  
水分  
吸熱

ネッククーラー MAG.COOL

# マジクール

水だけで  
冷感持続

スーッとひんやり

冷感持続 20時間

800万本突破

日本特許 第404004号

繰り返し使えるのでエコで経済的!



**熱中症・夏場対策には  
この一冊!**



働く人の熱中症予防  
熱中症の症状、水分や塩分の補給のしかた、救急処置などについてイラスト入りでわかりやすく解説。  
A5判/8頁/4色刷(No. 21548)

マジクールE X (No. 45366)  
 (縦)約 5.5cm × (横)約 57cm  
 材質:(生地)綿 100%(抗菌防臭加工)  
 内容物:特殊吸水ポリマー

### ■STOP! 熱中症 クールワークキャンペーン 2019

早めの対策で熱中症死亡災害ゼロを目指しましょう!  
 ~実施期間:5月1日~9月30日 重点取組期間:7月~

熱中症の予防には、発症の評価指標となるWBGT値(暑さ指数)を測定し、その結果に基づき適切な措置を講じることが必要です。また、食事や睡眠、休日の過ごし方、熱中症に影響がある疾患への配慮といった日頃の健康管理が重要です。あなたの職場は大丈夫ですか? 早めの対策で熱中症をシャットアウト!

## 熱中症対策セット申込書

貴社名	
所在地 〒      ー	
部課名	担当者名
TEL	FAX

※セットでの販売になります

マジクール E X (No.45366)	
働く人の熱中症予防 (No.21548)	セット

1セット 1,000 円(税込)

発送料は次のとおりになります。

ご購入の図書・用品の 表示価格の合計額が 10,800 円未満 の場合 621 円	ご購入の図書・用品の 表示価格の合計額が 10,800 円以上 21,600 円未満 の場合 1,242 円	ご購入の図書・用品の 表示価格の合計額が 21,600 円以上 の場合 1,863 円
---	--	---

※発送料には 8%の消費税を含んでいます。

**お申込み先：陸災防 F A X 03-3453-7561**

お申込みお問い合わせ先：TEL 03-3455-3857

商品に関するお問い合わせ先

中災防 出版事業部 企画開発課 TEL 03-3452-6844

# 広報誌をお届けします(無料)!

陸災防広報誌を E メールでお届けします。  
ご登録は、陸災防ホームページからの登録またはファックスするだけです。

FAX  
登録方法

**STEP1** 次の登録申込書に必要事項をご記入ください。

**STEP2** 申込書をそのまま FAX してください (FAX 番号 03-3453-7561)。

陸災防の広報誌 お届け先 **登録申込書** ▷▷▷ FAX 03-3453-7561

事業場名または 個人名			
都道府県	陸災防 会員の別	<input type="checkbox"/> 会員	<input type="checkbox"/> 非会員 (賛助会員含む)
電話番号	FAX 番号		
メールアドレス			

(注) 次の URL から「陸運と安全衛生」配信規約をご覧ください。https://fofa.jp/rikusai/a.p/101/  
登録完了のメールをお送ります。もし、届かない場合は下記の「お問い合わせ先」までご連絡ください。  
お申込みいただいたメールアドレス等の情報は、広報誌や陸災防からの情報をご提供する目的のみに利用させていただきます。なお、会員の確認等のため、陸災防支部に登録情報を提供することがあります。

広報誌のご案内

## お役立ち 安全衛生情報をお届けします

陸上貨物運送事業労働災害防止協会（陸災防）の広報誌

### 「陸運と安全衛生」のご案内

#### お届けする広報誌の内容

- 陸災防の広報誌「陸運と安全衛生」を毎月 10 日にお届けします。  
陸災防会員事業場の安全衛生活動内容の紹介、安全管理士の安全コラムなどを掲載しています。
- 安全と健康に関する様々な情報（厚生労働省情報など）をお届けします。
- 検定、研修会、講座の開催をご案内します。

このサービスは、陸災防の広報誌「陸運と安全衛生」を E メールにて  
お届けするものです。登録料、購読料などは不要です。

ご登録いただいていない皆様、安全衛生情報源としてぜひご活用くだ  
さい。

また、ご登録済みの方は、同僚、取引先の皆様へ広報誌をご紹介くだ  
さい。



#### お問い合わせ先

陸上貨物運送事業労働災害防止協会 本部 総務部 広報課

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