



受ける健診無駄にせず 今から見直す生活習慣

陸災防「令和元年度 安全衛生標語」健康部門入選作品



（題字 初代会長 富夫）

令和元年 10 月 No.604
 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）

- 第34回全国フォークリフト運転競技大会開催 … (1)～(7)
- トラック荷台での積荷の固定固縛研修会のご案内 … (8)
- 全国陸災防大会を滋賀県にて開催します (9)～(11)
- 連載Ⅰ「マコマコ博士のメンタルヘルス」(12)～(13)
- シーズ「トラックドライバーの健康 …… (14)～(16)
- 過労死等防止対策セミナーのご案内 …… (17)
- 安全衛生教育講師養成講座を受講して …… (18)
- 連載Ⅱ「陸運労災防止規程」について …… (19)
- 荷役災害防止担当者教育講習会(荷主向け)のご案内 …… (20)
- 災害事例とその対策(荷役) …… (21)
- [厚労省]「荷主と運送事業者のためのトラック運転者の労働時間短縮に向けたセミナー」を開催します (22)～(24)
- [厚労省]長時間労働が疑われる事業場に対する平成30年度の監督指導結果を公表します … (25)～(31)
- [厚労省]地域別最低賃金額が改定されました … (32)
- 小企業無災害記録表彰 …… (33)
- 労働災害発生状況 …… (33)
- 陸運業 死亡災害の概要 …… (33)

第 34 回全国フォークリフト運転競技大会開催

【一般の部】**優勝** 塩澤 純選手(愛知県支部) **準優勝** 青木隆一選手(神奈川県支部)
 【女性の部】**優勝** 池田由香選手(京都府支部) **準優勝** 奥山佳奈選手(滋賀県支部)



全国フォークリフト運転競技大会 運転競技

第 34 回全国フォークリフト運転競技大会

陸上貨物運送事業労働災害防止協会は、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）にて第34回全国フォークリフト運転競技大会を開催しました。今大会より、過去の全国大会にて第3位～第5位の方も出場可能とし、各都道府県支部での地区予選から選出された一般の部61名、女性の部17名の選手が学科・点検・運転の3競技で知識と技能を競いました。また、500名近くの応援者が集まり、選手が運転競技を終えるたびに歓声が湧き上がりました。なお、地区予選参加選手は昨年度を大幅に上回る

614名（男性587名、女性27名）でした。

この大会は、フォークリフトの運転競技を通して、遵法精神と安全意識の高揚、運転の知識と技能の向上を図り、職場における安全作業の確立と労働災害の防止を目的として厚生労働省の後援、公益社団法人全日本トラック協会及び一般社団法人日本産業車両協会の協賛、また、コマツカスタマーサポート株式会社、住友ナコフォークリフト販売株式会社、トヨタL&F埼玉株式会社、三菱ロジスネクスト株式会社からのご協力をいただき開催されました。

開会式

午前 9 時からの開会式では、浜島和利大会実行委員長（陸運労災防止協会専務理事）から開会の挨拶があり（写真 1）、次いで、開催地支部の鳥居伸雄埼玉県支部長から、選手激励の挨拶がありました（写真 2）。



写真 1 浜島大会実行委員長 写真 2 鳥居支部長

続いて、昨年の優勝者が所属していた福島県支部選出の菊地隆男選手が全選手を代表して、声高らかに選手宣誓を行いました（写真 3）。



写真 3 選手宣誓

学科競技

オリエンテーションが行われた後、競技が開始され、選手は、大会当日の抽選で決まったゼッケン番号を胸に着けて、最初の学科競技に取り組みました（写真 4）。内容は法令、フォークリフトの荷役に関する装置の構造及び取扱いの方法に関する知識等安全の基礎として必要な知識に関する問題です。



写真 4 学科競技

点検競技

続いて、点検競技です（写真 5）。フォークリフトの作業開始前点検は、労働安全衛生規則により義務付けられています。作業開始前にフォークリフトの点検を適切に行い、不具合箇所を見つけるという設定です。制限時間内の的確な点検が行われました。



写真 5 点検競技

運転競技

最後は、運転競技です（写真 6）。2.5t デイゼル・トルコン車を使い、決められたコースを走行し、所定の荷の積み卸し等を限られた時間の中で行います。競技中、選手がリフトの高さを操作しているときの眼の力強さに圧倒され、競技への集中力の高さを感じました。



写真 6 運転競技

表彰式

競技は最高気温が 30 度近くまで上がる天候の中で行われました。

全選手が競技を終え、午後 4 時半から表彰式が行われました。表彰式の会場となった多目的ホールには、選手の所属する事業場等から応援にかけつけた方々が入りきれないほど集まり、ホールの外まで熱気が溢れていました。

当協会渡邊健二会長からの「選手の皆様には本大会を通じて得られた経験を職場の同僚、後輩の方々に広く伝えていただき、職場における労働災害の防止になお一層のご尽力をいただきたい。陸運業における労働災害は、ここ数年増加傾向にあり、特に荷役関連災害がその多くを占めている状況にあります。その中でも、フォークリフトに起因する災害は、荷役 5 大災害の一つとして、その安全作業に向けた取組が求められていることから、フォークリフト作業の安全対策に一層努めてまいります。」旨の挨拶（写真 7）に続き、ご来賓の厚生労働省労働基準局村山誠安全衛生部長（写真 8）、全日本トラック協会会長（代読：入谷誠全日本トラック協会役員待遇審議役）（写真 9）、日本産業車両協会会長（代読：高瀬健一郎専務理事）（写真 10）のご祝辞をいただきました。



写真 7 渡邊会長 写真 8 村山安全衛生部長



写真 9 入谷役員待遇審議役 写真 10 高瀬専務理事

その後、当協会黒谷一郎技術管理部長から、各競技についての講評（5 ページに掲載）と入賞者の発表が行われました。入賞者のお名前を読み上げる度、応援の方々から歓声が上がり、大きな拍手が沸き起こりました。

続く表彰にて、陸上貨物運送事業労働災害防止協会会長賞が入賞された選手に授与されました。また一般の部及び女性の部の優勝者へ前回の大会から設けられた会長杯並びに厚生労働大臣賞が授与され、今回の大会は午後 5 時半に閉会となりました。



入賞選手の皆さん

前列左から、中所主任中央産業安全専門官、横尾事務局長、村山安全衛生部長、塩澤純選手、池田由香選手、渡邊会長、浜島大会実行委員長、鳥居埼玉県支部長、唄埼玉労働局労働基準部長、後列左から、佐藤盛選手、南雲一充選手、圓城規之選手、志水勝選手、青木隆一選手、奥山佳奈選手、菊地直子選手、宮島恵選手、福島京美選手、永戸初美選手（入賞者一覧は4頁に掲載）

第34回全国フォークリフト運転競技大会 一般の部 入賞者及び結果 (敬称略)									
順位	氏名	支部名	総合得点	学科	点検	運転	配点	最高得点	平均点
優勝 (厚生労働大臣賞)	塩澤 純	愛知県	976	276	100	600	学科	300	288(2名)
							点検	100	100(13名)
							運転	600	600(3名)
							総合得点	1,000	976
									892.6
									()内は最高得点者数
準優勝	青木 隆一	神奈川県	961	276	100	585			
第3位	志水 勝	愛知県	958	288	100	570			
第4位	圓城 規之	滋賀県	957	282	90	585			
第5位	南雲 一充	栃木県	957	282	95	580			
健闘賞	佐藤 盛	岩手県							

(注)実施要綱に基づき、総合得点が同点の場合は運転競技得点の上位の選手が上位者となります。

第34回全国フォークリフト運転競技大会 女性の部 入賞者及び結果 (敬称略)									
順位	氏名	支部名	総合得点	学科	点検	運転	配点	最高得点	平均点
優勝 (厚生労働大臣賞)	池田 由香	京都府	935	270	95	570	学科	300	276(1名)
							点検	100	100(1名)
							運転	600	585(1名)
							総合得点	1,000	935
									840.2
									()内は最高得点者数
準優勝	奥山 佳奈	滋賀県	925	270	95	560			
第3位	菊地 直子	東京都	923	258	95	570			
第4位	宮島 恵	茨城県	919	264	95	560			
第5位	福島 京美	群馬県	916	246	95	575			
健闘賞	永戸 初美	三重県							

第34回全国フォークリフト運転競技大会出場選手の皆さん (敬称略)									
一般の部 (61名)									
支部名	氏名	支部名	氏名	支部名	氏名	支部名	氏名	支部名	氏名
北海道	中村 潤也	群馬県	中島 将大	山梨県	澤邊 潤	大阪府	天野 考丞	佐賀県	吉原 和希
青森県	小田倉賢太郎		木暮 栄		高野 昭仁	奈良県	前坂雄一郎		船岡 秀伸
岩手県	熊谷 崇浩	埼玉県	佐野 正太	長野県	北島 和輝	和歌山県	田中 大輔	熊本県	川原 刀麻
	佐藤 盛		今藤 貴志		片岡 秀之	鳥取県	角 拓也		石井 剛
宮城県	庄司 誠幸	千葉県	下村 和弥	岐阜県	神谷 昌希	岡山県	三上 崇	大分県	中澤 雄介
秋田県	野村 明正	東京都	小西 和孝	静岡県	疋田 和也		遠藤 雄仁		大塚 翔太
山形県	兵藤 圭佑	神奈川県	青木 隆一		渡邊真一郎	山口県	吉村 圭太	宮崎県	厨子 正基
福島県	菊地 隆男		藤田 充廣	愛知県	塩澤 純	徳島県	奥村 渉	鹿児島県	米森 康之
	門馬 秀一	新潟県	中林 宏佳		志水 勝	香川県	渡辺 賢大	沖縄県	中村 大地
茨城県	林 祐汰		川崎 博史	三重県	岩田 拓也	愛媛県	越智 隼人		
	柴田 一樹	富山県	中瀬 涼太		井後 政勝	高知県	角先 大和		
栃木県	南雲 一充	石川県	今村 英二	滋賀県	圓城 規之	福岡県	森山 洋平		
	新里 竜矢	福井県	大村 喜男	京都府	鎌田 直樹		下條 裕也		
女性の部 (17名)									
支部名	氏名	支部名	氏名	支部名	氏名	支部名	氏名	支部名	氏名
宮城県	星 留理子	埼玉県	志村美佐子	富山県	畑野 香織	三重県	永戸 初美	熊本県	上川 真世
茨城県	宮島 恵	千葉県	礪本友紀子	福井県	長谷川亜希	奈良県	奥山 佳奈	鹿児島県	緑 美幸
	樋口 美桜	東京都	菊地 直子	静岡県	川畑 恵梨	京都府	池田 由香	沖縄県	比嘉真由美
群馬県	福島 京美	神奈川県	野島 美沙						



第 34 回全国フォークリフト運転競技大会 講評

技術管理部長 黒谷一郎

2 年ぶりの埼玉県トラック総合教育センターでの開催となりました「第 34 回全国フォークリフト運転競技大会」は、今年度より、支部からの出場者推薦対象枠の拡大及び昨年度から常設とした「女性の部」の参加者の増加等から、昨年度の 64 名から、「一般の部」61 名「女性の部」17 名、合計 78 名と出場選手が大幅に増加しました。また、500 名近い、関係者及び応援の方にご来場いただきました。

数日前には雨天の心配もあった天候は、予想以上の晴天に恵まれた大会となりました。

選手の皆様は多くの観客の盛大な応援を受け、緊張の中での競技で、日ごろの実力を発揮できた方、また残念ながら十分に実力を発揮できなかった方、それぞれだったと思いますが、競技に臨む選手の真剣な眼差し、関係者の方々のサポートに心より敬意を表する次第です。

全国大会に参加した経験が必ず今後の各職場での安全で迅速なフォークリフト荷役作業に生かしていただけるものと信じています。

成績概要

「一般の部」優勝者の総合得点は、976 点（満点 1,000 点）でした。5 位までの得点差は 19 点でした。

「女性の部」優勝者の総合得点は、935 点で、5 位までの得点差は、19 点でした。

各競技別の詳細は、以下のとおりです。

「一般の部」

◎学科競技：最高点 288 点（2 名）

平均点 253.1 点

◎点検競技：満点(100 点)13 名

平均点 90.1 点

◎運転競技：満点(600 点)3 名

平均点 551.2 点

「女性の部」

◎学科競技：最高点 276 点

平均点 241.4 点

◎点検競技：満点 100 点（1 名）

平均点 88.8 点

◎運転競技：最高得点 585 点

平均点 510 点

今大会は、学科試験で満点がなく、やや難しかったのかもしれませんが。

点検、運転の各競技で一般、女性両部門とも平均点が昨年度を上回りました。

昨年度に目に付いた、形式的な「指差確認」については、適切に改善されていました。

運転技能の向上と安全意識の高揚を目的とする本大会が、選手の奮闘と関係者の熱意で無事終了し、その役割を果たすことができたことに感謝を申し上げ、講評とします。

なお、今年度の大会開催が最後となりました、埼玉県トラック総合教育センターの関係者の皆さんに心よりお礼を申し上げます。



写真 運転競技場（埼玉県トラック総合教育センター研修棟から撮影）

【大会優勝者インタビュー】

みんなで勝ち取った優勝

第 34 回大会 一般の部 優勝 塩澤 純選手

優勝おめでとうございます。ご感想をお聞かせください。

昨年の全国大会で 5 位でしたので今年は優勝しか狙っていませんでした。それでも入賞者発表で 5 位から 4 位と順に発表されて自分の名前が呼ばれないのは不安になりましたが、最後に自分の名前が呼ばれたとき、凄くうれしかったです。自分は県大会（愛知県大会）に 7 回出場し 3 回目の全国大会出場で、やっと優勝することができました。指導員、職場のみんなの思いを背負って臨みました。みんなで勝ち取った優勝です。

大会への出場のきっかけは、入社 2 年目ぐらいに社内の大会で優勝した際に県大会について教えてもらったことです。

どのように全国大会に臨まれましたか？

今大会から過去の全国大会の 3 位～5 位でも出場可能になったので、リベンジするという一心で必死に猛勉強して県大会に臨みました。仕事の待機時間や休憩時間にテキストを読み、自宅では小さい子供がいるのですが妻が勉強する時間を作ってくれました。

全国大会への出場が決まってからも勉強に終わりはないので続けていくしかないと思い、勉強しました。全国大会の 2 週間前からは会社が定期便の業務を降ろしてくれまして、その期間は私と指導員の方々に 3 競技の練習を社内で行いました。運転コースは構内を空けてもらい 2 週間設置しました。

全国大会前日は、3 回目の出場からか、緊張もせず眠ることができました。

各競技で手応えはありましたか？

学科競技は、後半の問題が難しく時間がかかったので見直しができませんでした。学科競技終了後に満点ではないことが分かり、優勝

するためには点検と運転では点を落とせないと思いました。

点検競技は、得意なのですが、いざ臨むと不具合箇所が少ないので不安になりましたが、終了後に指導員から大丈夫と言われ安心しました。

運転競技は、前回大会が 580 点で

したので、今大会では満点を取ることを一番の課題にして臨みました。手応えはありました。優勝することができた秘訣を教えてください。

誰よりも優勝したい気持ちが強かったと思います。毎日練習や勉強が続けられたのはこの気持ちがあったからです。

現在の職務内容をお聞かせください。

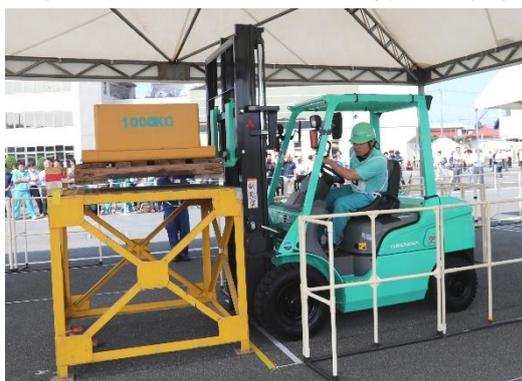
トラックの運転手です。フォークリフトは毎日 4 時間ほど運転します。大会に出場してからは一層事故を起さないように運転しています。

最後に一言お聞かせください。

数年前のわが社では、全国大会に出場することが凄いことでした。それから経験と知識を何人もが受け継いで全国大会優勝に至りました。私一人ではなく、関わってきたみんなで勝ち取った優勝です。これからは先輩同様、私も後輩たちへ安全作業の指導と大会で優勝できるように指導したいです。



優勝された塩澤選手



【大会優勝者インタビュー】

楽しむこと、信じること

第34回大会 女性の部 優勝 池田由香選手

優勝おめでとうございます。ご感想をお聞かせください。

入賞者発表では、まさか自分の名前が優勝で呼ばれるとは思わず、来年の大会に出場する覚悟をしていたので、呼ばれてから反応が遅れてしまいました。

自分が優勝できたこともうれしいのですが、何より支えてくれたみんなと優勝を分かち合えたことがうれしいです。

大会出場のきっかけをお聞かせください

「昨年から全国大会に女性の部が常設されたことから、会社として女性を出場させたい」とのことでカウンターバランスにも乗っていた私が推薦されました。今回が初参加です。

どのように大会に臨まれましたか？

練習は、会社や職場の仲間が全面協力してくれました。運転競技の練習では自分ができていないことを的確に指摘してくれたので、運転技術が日々向上していくのが実感できました。大変でしたけどフォークリフトが好きなので楽しかったです。

滋賀県・京都府合同大会には漠然と自信があったので、参加するのが楽しみでした。各競技で自分のベストを出せたので今まで積み重ねてきたことを集大成することができました。

全国大会に出場が決まってからはテキストを常に持ち歩いて、いつでも読めるようにしていました。全国大会出場経験者が作った難度の高いオリジナル学科問題を何問も解きました。フォークリフトにも毎日触れて運転や点検の練習をしました。

全国大会前日は運転競技の各項目を細かいところまでクリアできないと通用しないと考えすぎて不安でした。そんな時、指導員が「今まで十分に取り組んできたんだから楽

しめ！」と言ってくれたので、普段どおりに臨むことができました。

各競技で手応えはありましたか？

学科競技と点検競技は、一つ一つを丁寧に取り組んで、終わった後は気にしないようにしました。運転競技の最後の最後にミスをしたので優勝はないと思っていました。

優勝することができた秘訣を教えてください。

各競技を担当してくれた優秀な指導員のみなさんとたくさんの仲間のおかげです。その協力と応援に応えられるかがプレッシャーになって潰されそうになった時期もありましたけど、これまで会社が全国大会に何人も出場させてきた蓄積を信じることで結果を出すことができました。

現在の職務内容をお聞かせください。

4年前に資格を取得し、毎日フォークリフトの運転業務に従事しています。安全に運転することを前提に、シンプルで無駄のない運転を心掛けています

最後に一言お聞かせください。

自分はこの大会に出場して知識も運転技術もレベルアップしました。そしてこれからは育てる立場になりたいという将来のビジョンも持つようになりました。たくさんの方にこの大会に参加してもらいたいです。



トラック荷台での積荷の安全・適切な固定固縛研修会のご案内（受講料：無料）

陸運業の荷役作業時に発生する労働災害の中で、トラック荷台等からの墜落・転落が多く発生していますが、これに次いで多いのがトラック荷台等での荷崩れによる災害となっています。

この現状を受け、当協会では積付け・固縛機器の基本的な取扱い方法、荷締め機の不備による災害事例及びその対策等を説明する研修会を全国各地で開催することとしました。

研修会への参加を希望される方は開催地の陸災防支部にお申し出いただくようお願いいたします。

多数の皆さまのご参加をお待ちしております。



「トラック荷台での積荷の安全・適切な固定固縛研修会」のご案内

- 内 容**
- 1 積付け・固縛機器取り扱いの注意
 - 2 荷締め機の不備による労働災害及びその対策
 - 3 荷役作業安全ガイドラインの概要

定 員 約 50 名(先着順)

参加費 無料

会場・申込方法 支部へご連絡ください。

「トラック荷台での積荷の安全・適切な固定固縛研修会」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	2月13日(木)	函館地区トラック協会	愛知	1月15日(水)	愛知県トラック会館
青森①	11月27日(水)	青森県トラック総合会館	三重	2月5日(水)	三重県トラック会館
青森②	11月18日(月)	三八地区研修センター	滋賀	12月10日(火)	滋賀県トラック総合会館
岩手	2月13日(木)	岩手県トラック協会総合研修会館	京都	11月15日(金)	文化パルク城陽
宮城	11月19日(火)	トラック研修センター	和歌山	11月26日(火)	ルミエール華月殿
秋田	10月18日(金)	秋田県トラック協会研修センター	岡山	10月25日(金)	岡山県トラック総合研修会館
山形	11月19日(火)	山形県トラック総合会館	山口	11月28日(木)	山口県トラック協会研修会館
福島	1月17日(金)	福島県トラック協会 県中研修センター	徳島	12月3日(火)	徳島県トラック会館
栃木	1月28日(火)	栃木県トラックサービスセンター	香川	12月13日(金)	香川労働基準会館
千葉	11月15日(金)	千葉県トラック会館	高知	9月18日(水)	高知県トラック会館
新潟	3月2日(月)	新潟県トラック総合会館	福岡	1月24日(金)	北九州緊急物資輸送センター
石川	1月20日(月)	石川県トラック会館	佐賀	11月27日(水)	佐賀県トラック協会研修会館
福井	1月20日(月)	福井県トラック総合研修会館	長崎	10月29日(火)	長崎県トラック研修会館
長野	10月9日(水)	長野県トラック会館	熊本	10月18日(金)	熊本県トラック協会研修センター
岐阜	3月6日(金)	岐阜県自動車会館	大分	1月29日(水)	レンブラントホテル大分
静岡	2月19日(水)	静岡県トラック協会研修センター	沖縄	1月22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。			茨城、埼玉、神奈川、山梨、岐阜、兵庫、奈良、島根、愛媛		
右の都道府県につきましては、開催終了です。			群馬、富山、長野、大阪、鳥取、広島、高知、宮崎、鹿児島		

【陸災防全国大会開催のご案内】

第 55 回全国陸運労災防止大会を滋賀県にて開催します 皆様のご参加をお待ちしております!!

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。

第 55 回大会は、滋賀県大津市の「大津市民会館」にて下記のプログラムにより開催いたします。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
令和元年 11 月 7 日(木) 13:30~17:00
会場 大津市民会館 大ホール (滋賀県大津市)

プログラム

- 第 I 部 大会式典 (13:30~14:40)
- 第 II 部 講演 (14:50~15:10) 厚生労働省労働基準局
- 第 III 部 事例発表 (15:20~15:45)
「わが社の安全活動～風土改革～」
センコー株式会社 京滋主管支店
業務改善担当 課長 芳賀芳朋 様
- 第 IV 部 特別講演 (15:50~17:00)
「枠を破る」
三千院門跡 門主 堀澤祖門 師

●次頁にて、大会当日の式典にて表彰いたします受賞者の皆様をご紹介いたします。

[日本プロテクティブスニーカー協会からの展示ブース出展のお知らせ]

第 55 回全国陸上貨物運送事業労働災害防止大会に**展示ブース**を設けます！
ぜひお立ち寄りください！！

認定プロテクティブスニーカーをご存知ですか

…(公社)日本保安用品協会

働く人の足元の安全確保に、良質で安全な作業靴の着用をおすすめします。

公益社団法人日本保安用品協会が定める型式認定制度合格品のプロテクティブスニーカー(通称:認定プロスニーカー)こそが、安全で品質に優れた作業靴です。足部の労働災害防止を目的としてお求めのときは、是非協会が発行する認定合格品タグ(型式認定合格証明票)付き製品をお選びください。

お願い(認定プロスニーカーご利用の皆様へ)…足部の安全確保に貢献した点は? また、問題点はありませんか? ご意見をお寄せください。

◆警告…公益社団法人 日本保安用品協会の型式認定を取得していない製品に、認定合格品タグ、またはそれらの偽造物を付してはなりません。

★すっきりしたスニーカー調デザイン例



お問合せ先

◆型式認定制度に関すること



公益社団法人 日本保安用品協会

東京都文京区湯島2-31-15 和光湯島ビル5階 TEL.03 (5804) 3125 FAX.03 (5804) 3126

◆商品やその他に関すること

日本プロテクティブスニーカー協会

公益社団法人 日本保安用品協会内 事務局 <http://www.prosneaker.jp>

安全で品質に優れた作業靴の証、「型式認定合格品タグ」が大きくなりました！
“黄色と黒”のタグを**目印**に、プロテクティブスニーカーをお選びください！！

第55回 全国陸上貨物運送事業労働災害防止大会 安全衛生表彰等の受賞者の方々

(敬称略)

1 安全衛生表彰

事業場・団体表彰

優良賞 (14 事業場)

北海道 西尾運送有限会社
茨城県 白鳥輸送株式会社
群馬県 大島運輸株式会社
埼玉県 森田運送株式会社
千葉県 有限会社山口運送
岐阜県 揖斐川工業運輸株式会社本社営業所
愛知県 東郷運輸株式会社
愛知県 名豊運輸株式会社
滋賀県 湖南運輸株式会社
京都府 株式会社 S. T. P. サービス
奈良県 大和陸運株式会社
奈良県 大和商運株式会社
奈良県 有限会社ウエストライン
熊本県 中山砂利有限会社

進歩賞 (29 事業場)

福島県 鈴木運輸株式会社
茨城県 有限会社奥久慈運輸
群馬県 群酒輸送株式会社
新潟県 エヌ・ユー総合物流株式会社
新潟県 新潟市場運送株式会社
愛知県 岡大物流株式会社
愛知県 オカケン運輸有限会社
愛知県 アイチ梱包運輸株式会社
滋賀県 日通トランスポート株式会社滋賀支店
奈良県 西川運輸倉庫株式会社
奈良県 株式会社運
鳥取県 日本通運株式会社鳥取支店倉吉物流センター
鳥取県 有限会社竹中建材
島根県 有限会社大畑商店
島根県 有限会社梨田運送
山口県 吉本運輸株式会社
山口県 周防運輸株式会社本社営業所
徳島県 有限会社阿北運送
徳島県 有限会社半田運送
香川県 三溪運送
香川県 五色サービス運輸有限会社
愛媛県 四国西濃運輸株式会社松山支店
愛媛県 伊予商運株式会社松山支店
高知県 かしま工業株式会社
福岡県 日正運輸株式会社北九州営業所

福岡県 丸光運輸株式会社
熊本県 株式会社東南企業
大分県 有限会社麻生自動車整備工場
宮崎県 矢野運輸株式会社

団体賞 (3 団体)

埼玉県 陸災防埼玉県支部いるまの分会
千葉県 陸災防千葉県支部君津分会
東京都 陸災防東京都支部会練馬支部

個人表彰

功労賞 (7 名)

栃木県 馬場登志夫 (株式会社折一)
埼玉県 尾野 嘉昭 (カネオ興運株式会社)
千葉県 中村 浩 (旭運輸株式会社)
千葉県 塙 昭男 (海匠トラック事業協同組合)
神奈川県 八巻 憲男 (小山田運輸株式会社)
山梨県 塩津 和久 (中央運輸有限会社)
静岡県 高橋 満敬 (浜松定温輸送株式会社)

功績賞 (24 名)

北海道 野田 光春
青森県 川村 義明 (株式会社川村土木)
岩手県 高田 勲 (陸災防岩手県支部)
宮城県 伊藤 憲
宮城県 針生 昭雄
宮城県 吉村 正憲
福島県 影山 良明 (陸災防福島県支部県中分会)
福島県 石澤 武男 (陸災防福島県支部)
栃木県 石塚 安民 (株式会社北関東運輸)
埼玉県 川島 満 (株式会社啓和運輸)
埼玉県 児玉 啓 (有限会社ティ・エス・アール運輸倉庫)
千葉県 三上 光彦 (有限会社桜運輸)
千葉県 石塚 誠一 (石塚運送有限会社)
神奈川県 山野 英二 (山神運輸工業株式会社)
神奈川県 岩橋 雅一 (株式会社イワハシエキスプレス)
神奈川県 高橋 英樹 (サガミ急送株式会社)
静岡県 白鳥 正人 (安倍運輸株式会社)
静岡県 小池 孝義 (中部陸運株式会社)
大阪府 市川 寛治 (いちかわ倉庫株式会社)
広島県 山本 郁男 (能美運輸株式会社)

広島県 中 嘉久（郡山運輸株式会社）
 広島県 熊野 弘幸（福山ロジスティクス株式
 会社）
 福岡県 霜原 達雄（有限会社大進商運）
 福岡県 藤吉 栄樹（有限会社九州環境美装セ
 ンター）

2 永年勤続表彰

10 年勤続（3 名）

千葉県 今井 麻貴
 千葉県 川上慎一郎
 千葉県 中野 正貴

3 優良フォークリフト等運転者表彰（161 名）（支部別）

北海道	片柳 友孝	関川 真人	中島 大志	藤井 良紀	広島県	村上 友彦
斎藤 正寿	佐藤 秀行	富山県	小久保道彦	滋賀県	原田 毅	柳原勇一郎
青森県	小貫 宏二	柞山 哉	植田 一之	吉田 優佑	大川 進一	道添 順治
川浪 昭彦	群馬県	高嶋 務	静岡県	京都府	秋光 竜造	井口 大生
飯田 康政	平尾 隆樹	松島 誠一	寺田 浩嗣	山本 琢生	山口県	野口 正吉
榎本 恭太	吉川 久	早川 勉	和久田伸吾	寺本 雅広	河口 泰弘	佐賀県
大関 光雄	坂口 宏	桑山 哲也	梨本 謙二	谷垣 和明	平井 義夫	黒岩 重敏
岩手県	埼玉県	石川県	加仲 正義	大阪府	徳島県	野中 聖也
高橋 章次	内田 昌護	新田 裕之	上野 勝教	竹本 弘	日浦 裕富	永吉 大介
北條 智克	阿部 哲哉	山田 拓実	古川 博揮	喜山 信宏	竹内 史郎	熊本県
千田 正志	國方 美絵	小坂 桂造	渡會 剛弘	大山 靖和	鎌田 君英	石井 剛
千田 亨	千葉県	長戸 幸紀	愛知県	勢田 一郎	香川県	星子 高範
工藤 博之	近藤 隆彦	田中 悟	岡本 正紀	樫村 光孝	宮西 弘明	高木健一郎
宮城県	中野 壯	柚木 博志	細井 孝二	山口 裕司	石川 英司	竹下 立浩
小野 恭兵	田邊 拓也	中西 忠	徳山 健	奈良県	川井 匠治	篠原 幹保
小山 竜	吉成 尚史	福井県	奥野 圭	石井 英人	鶴見 太郎	大分県
紺野 洋樹	津根 久人	内田 正吾	今井 政孝	井上 隆司	愛媛県	二宮 勝則
山形県	大西 学	山梨県	浦 政伸	小倉 光紀	川村 峰勸	佐藤 貴史
中川 祥一	森田 浩行	澤邊 潤	加藤 清治	角井 憲一	菊池 保人	宮崎県
廣谷 宏一	行木 清二	高野 昭仁	原田 茂明	鳥取県	石川 浩司	田中 邦彦
山口 洋平	神奈川県	長野県	白川 良寛	福田 健二	高橋 正訓	安藤 繁司
芦埜 剛士	古川 文夫	守屋 和広	佐藤 直樹	鷺見比呂志	加藤 直哉	中村 修
福島県	一杉 隆俊	堀内 浩幸	石原田裕介	島根県	平岡 純	鹿児島県
本山 智広	吉川 淳一	岐阜県	浅井 一臣	藤原 正宣	野本 貴洋	上村 広幸
佐藤 和也	神山 武	川上 賢志	三重県	山口 幹夫	高知県	富山 智弘
芳賀 浩	橋本 秀男	吉田 浩	小林 智之	岡山県	日之裏 博	中田 光則
木田 和行	平井 啓資	馬淵 敏	大西 繁道	大饗 知広	瀬尾 尚人	若松 孝一
安部 敏満	浅生 一成	渡辺 信二	川出 佳史	河田 敦典	福岡県	
栃木県	新潟県	宮本 義人	水谷 保彦	金高 茂夫	山村 立	

【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7回)

テーマ「性格を正確に知りたい」

精神科医 夏目 誠

1 性格形成要因は？

性格こそ

女子大教授の時代に、学生に向けて「性格を正確に知るのは難しい」のオヤジギャクを飛ばしたが、スルーされる・滑ったことがあります。そう、そう、性格を知るのは難しいのです。

よく「あの人は、明るい性格だからうらやましい」、「引っ込み思案なのでツライ」などのように関心は高いですが。一方、「性格こそ魅力」という言葉があります。ドラマや映画、漫画で登場人物が如何なる性格なのか。すなわち如何なるキャラクターを持たせるか（キャラ立ち）によって、魅力ある作品になります。例えば「あしたのジョー」の“矢吹丈”、「巨人の星」の“星飛雄馬”、「ワンピース」の“ルフィ”など。

素因が大

次の表に「性格についての名言」を書きました。このように性格は、人柄、持ち味と言えます。「個性」と言っても良いでしょう。精神科医経験から言えば、自己の性格に悩んで、相談に来る人が多いです。「劣等感が強い、卑下してしまうのでツライ!」、「人前で緊張しやすい」などです。

まず性格は、どのように作られていくかを図1にまとめました。両親などから受けつぐ「素因、素質」の影響が強いのか、「環境要因」が強いのかは、大きなテーマでした。数千人規模の一卵性双生児（遺伝子が同じである）で、異なる環境で育った人を対象にしたアメリカの大規模な追跡調査研究があります。それによれば、「素因」のほうが強いという結果がでています。それ以外に養育者の育て方も関与しているのです。

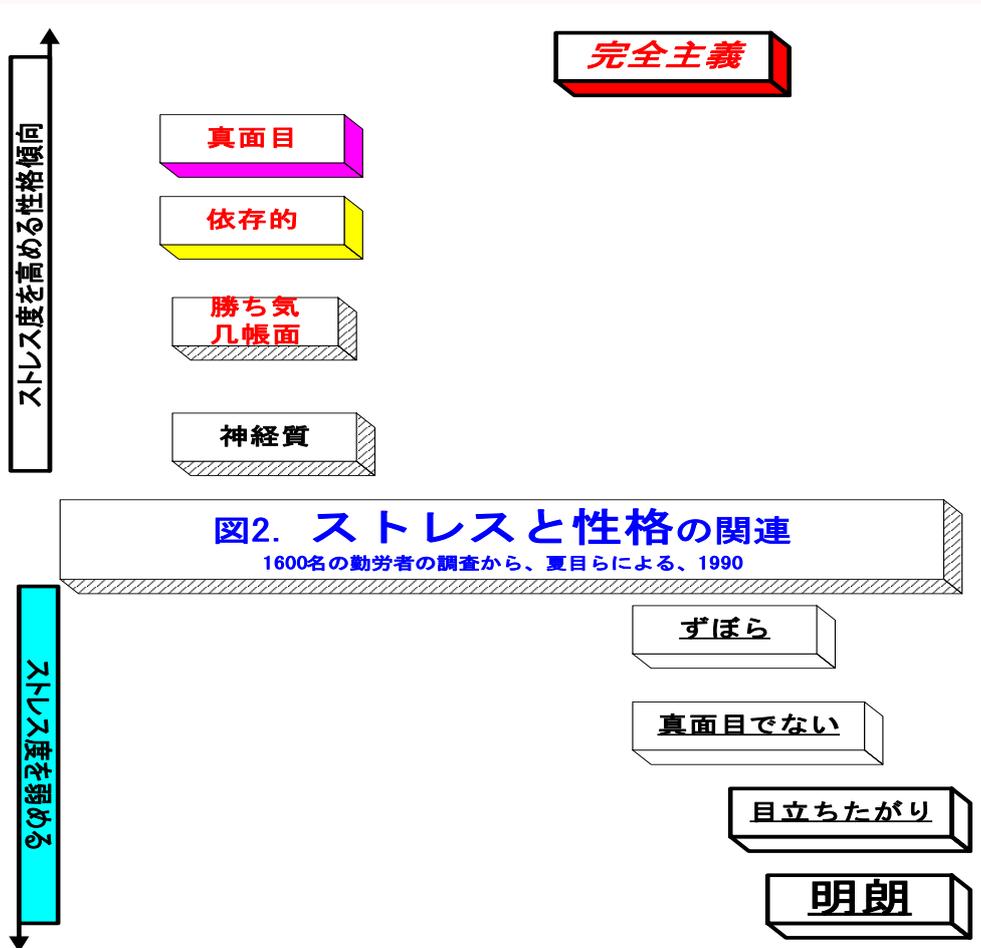
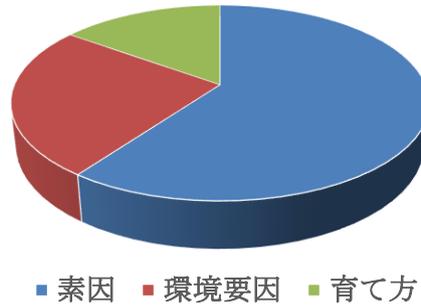
表 性格についての「名言」

「何を笑うかによって、その人の人柄がわかる。」
マルセル・パニョル(フランスの劇作家)

運命は偶然よりも必然である。「運命は性格のなかにある」
という言葉は等閑なおざりに生まれたものではない。
芥川龍之介(作家)

私は自分と同じ性格の人間とは組まないという信念を持っていた。
本田宗一郎(創業者)

図1 性格形成・影響度 イメージ



2 性格とストレスの関係は

図2は統計を用い、ストレス度に与える性格の影響を調べた（1,630名を対象に、10性格から）ものです。皆さんのキャラを浮かべながら、検討してくださいね。

完全と生真面目、依存性がストレスを高める

図から明らかなように、ストレスを高める性格は完全主義が、ついで真面目、依存性でした。一方、ストレス度を下げる性格は明朗あり、ついで自己顕示性です。神経質が意外とストレスを上げないのがわかりますね。

今回から数回にわたり性格や行動パターンをテーマに、お話を進めます。「性格は変えられるかどうか」、「性格と血液型の関係」、心臓病やガンになりやすくする要因の「行動パターン」などです。乞うご期待を！！

【シリーズ】トラックドライバーの健康 禁煙対策への社会の新たな動き

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

産業疫学研究グループ 研究員 佐藤ゆき



佐藤ゆき Profile

2006 年東北大学大学院医学系研究科（公衆衛生学教室）卒、博士号（医学）取得。国立成育医療研究センター、国立環境研究所等を経て 2019 年 4 月より労働安全衛生総合研究所・研究員。

喫煙は肺がんだけでなくその他の多くの病気を引き起こすことがわかっています。他人の吸っているたばこの煙を吸ってしまうことを受動喫煙といいます。この受動喫煙によって直接たばこを吸っていないのにたばこを吸っている人と同じくらい病気のリスクがあがってしまうことが明らかになってきました。受動喫煙で世界では年間 100 万人以上が死亡しています（世界保健機関 2019 年 5 月発表）。日本では受動喫煙により肺がん、虚血性心疾患、脳卒中で年間約 1 万 5 千人が死亡、女性では受動喫煙による死亡数が 2.3 倍も多いことが報告されました（平成 27 年度厚生労働科学研究）。欧米諸国では 10 年以上前から室内完全禁煙など受動喫煙対策がすすめられており、日本では昨年 2018 年 7 月に健康増進法の改正によって屋内禁煙が法制化されました（図）。法制化により 2019 年 7 月には学校・病院・児童福祉施設等、行政機関など敷地内も全面禁煙、2020 年 4 月からは飲食店やオフィスなどすべての施設が「原則屋内禁煙」、喫煙は専用の各種喫煙室でのみ可能となります。2020 年 4 月までに施設の管理者は一部の喫煙者のために喫煙室や屋外喫煙場所のスペースを用意することになります。従業員でも 20 歳未満の場合は喫煙エリアに出入りさせることは違反になりますので会社や事業所全体で認識を新たにする必要もでてきます。このルールにより喫煙者は決められた場

所で吸うことを守ることになります。喫煙者にたばこを止めることを強制していませんが、喫煙者はたばこを吸わない人のことを考えた行動をとることが普通のこととして認識される社会に変わりつつあります。

■車内・室内での喫煙が残すもの

当研究所過労死防止等調査センターで 2017 年に実施したトラックドライバーの調査から喫煙率は 53%と、2 人に 1 人は喫煙していることがわかりました。特に長距離ドライバーでの喫煙率は約 60%で、2 泊以上必要な長距離を担うドライバーでは喫煙率がさらに高くなっていました。日本全体でみたときに喫煙率は年々減少傾向で、最も喫煙率の高い男性 30 歳代と 40 歳代でも約 40%です（2017 年厚生労働省国民健康栄養調査）。長距離ドライバーの喫煙率は少なく見積もっても働き世代の 1.5 倍は高いことになります。ドライバーの方で特にしめきった車内でたばこを吸う人にあらためて気づいていただきたいことは、車内での喫煙は直に煙を吸う、吐いた煙を吸うこと、さらに車内のたばこ有害残留物を長い間吸い込むこともしているということです。これを残留受動喫煙あるいは三次喫煙とも呼びます。車内だけでも禁煙にする際にはたばこの臭いがついてしまったものは捨てるなど、残留受動喫煙のことも考えただければと思います。

■加熱式たばこは未知の製品

加熱式たばこは煙が出ない、臭いが少ないたばことしてコンビニストアでもみかけるようになりました。

加熱式たばこなら禁煙の場所でも吸ってもいい、ではありません。紙巻たばこと同じ扱いです。加熱式たばこは紙巻たばこより健康への影響は少ない、煙が出ないから周りの人が受動喫煙させてないかのように思いがちですが有害物質はゼロではありません。ある加熱式たばこの広告には「成人向けの本製品には習慣性があり、リスクがないわけではありません。」とまで書き添えてあります。今回の受動喫煙防止に関する国のルールでは加熱式たばこ専用の喫煙室であれば飲食も可能としており、ここでの加熱式たばこは「当該たばこから発生した煙が他人の健康を損なうおそれがあることが明らかでないたばことして厚生労働大臣が指定するもの」とされています。加熱式たばこが出回ってきたのはつい最近で、人体への影響を科学的に証明するための研究がまだ十分でないため「明らかでない」のあり「健康を損なうおそれはない」とはここでも言っていません。健康への有害性の程度はこれから明らかにされていく未知の製品です。

■禁煙外来の活用

2006年4月より医療施設で受ける禁煙治療には健康保険が適用されるようになりました。禁煙治療・禁煙外来に保険が使える医療施設数は16,941施設（2019年07月）もあります。保険が適用される通院回数、期間や条件などありますが、禁煙治療用の専門外来のほかに通常の診療体制の中で禁煙治療を行っている医療施設もありますのでより身近に治

療できるようになっています。喫煙者が自ら医療施設を探すことはひとつのハードルになってもきますので、職場側から近所の禁煙外来や禁煙治療をおこなっている病院をリストアップし従業員に情報提供するだけでも禁煙の後押しになります。また、現実には業務シフトのため定期的な受診見通しをたてにくい、受診希望日と医療施設側の都合がつかないなど調整が難しいこともできます。提携の医療施設や近くの病院と協力して、従業員が禁煙治療を断念することがないよう長期的で柔軟なサポート体制を整えることも禁煙支援策のひとつになるかもしれません。保険が適用されるとはいえ治療には自己負担が発生しますのでその負担軽減を会社側がすることも策としては考えられますが、治療負担金がないと結局禁煙しないままで終わることもありますので費用援助が必ずしも有効であるとは限りません。禁煙治療中に周りでもたばこを吸っている、気軽に吸える場所があるなど職場環境により再喫煙となってしまう可能性があります。

長時間にわたる運転の緊張やストレス発散、眠気覚まし、リフレッシュのためとたばこ長い付き合いをされてきたドライバーにとって禁煙は容易くはないでしょう。職場全体で禁煙を支援し、また禁煙の環境を整えるなど禁煙のきっかけをつくることは喫煙者への禁煙支援だけでなく受動喫煙防止にもなります。禁煙に成功することで喫煙者本人の病気のリスクも減り、また家庭で吸うこともなくなれば受動喫煙による家族の病気のリスクも減ります。職場から禁煙を促すことは従業員や家族の病気のリスクを減らすこと全体に大きくつながっていきます。

改正健康増進法の体系

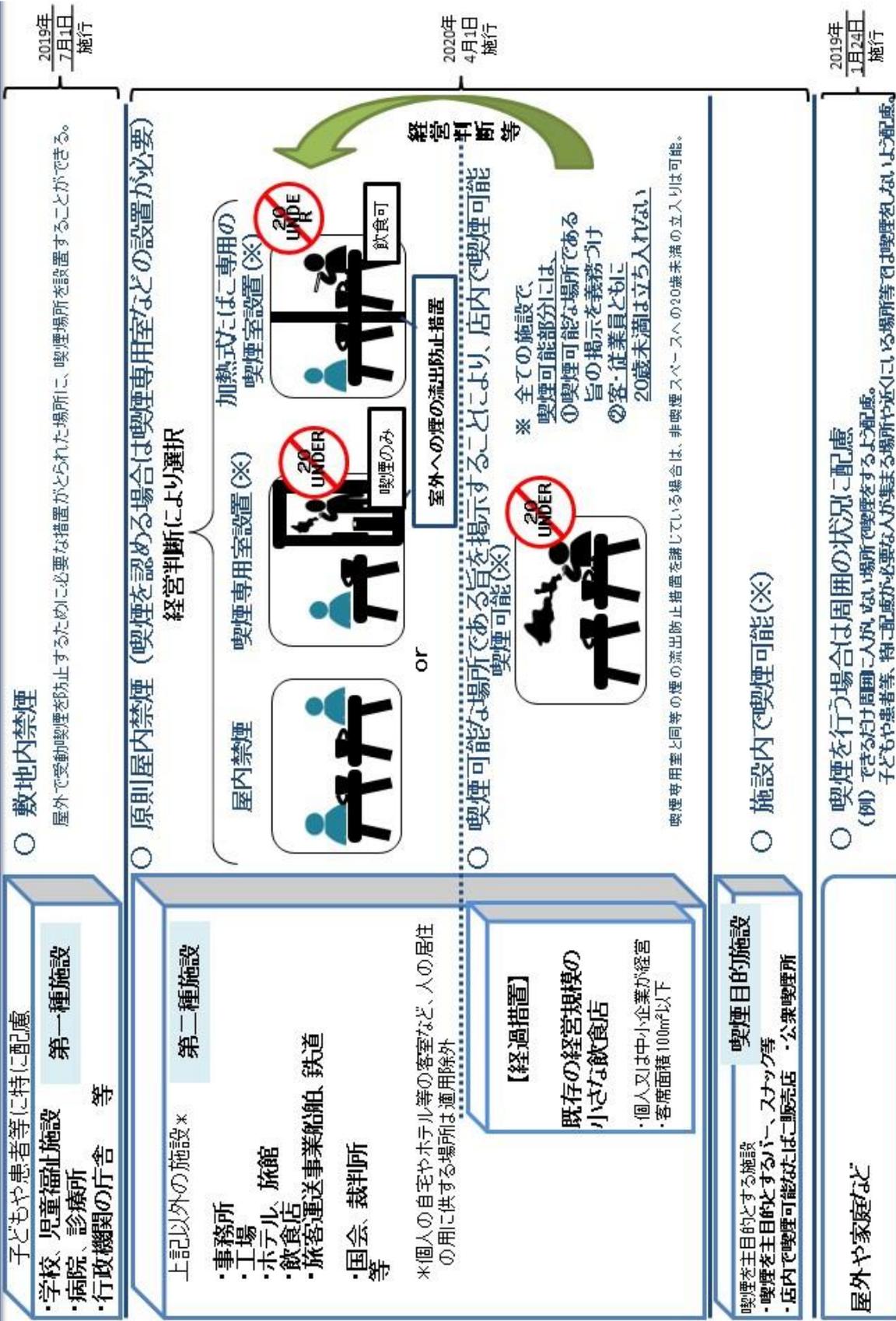


図 厚生労働省受動喫煙対策 改正健康増進法の体系

（参照：<https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000189195.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	島根	9月19日（木）	（公社）島根県トラック協会 西部研修会館
宮城	11月19日（火）	宮城県トラック研修センター	岡山	9月26日（木）	岡山県トラック総合研修会館
秋田	11月28日（木）	秋田県トラック協会 中央研修センター	広島	2月4日（火）	広島県トラック総合会館
福島	10月30日（水）	福島県トラック協会 県中研修センター	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（木）	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	高知	12月6日（金）	サンピアセリーズ
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）		宮崎	10月18日（金）	宮崎県トラック協会総合研修会館
新潟	2月17日（月）	新潟県トラック総合会館	鹿児島①	11月14日（木）	北薩地区研修センター
長野	1月15日（水）	長野県トラック会館	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			
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、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、山形、茨城、埼玉、栃木、神奈川、富山、石川、福井、山梨、岐阜、静岡、愛知、三重、滋賀、大阪、兵庫、鳥取、島根、岡山、香川、愛媛、佐賀、大分、長崎、熊本、沖縄		

「安全衛生教育講師（インストラクター）養成講座」を受講して

熱い想いは必ず伝わる

TG ロジスティクス株式会社 総務・人事部 人材育成 G 元安慶彦

会社概要

弊社は愛知県一宮市に本社を構える、自動車業界の総合物流会社です。経営理念「限りない創造 社会への奉仕」の考えのもと、主力の 5 事業（輸送、構内物流、流通加工、輸送関連器材設計・製造、車両整備）を柱に国内・海外のネットワークを通じ、部材調達～加工～納品までの物流を一貫して引き受け、安全で高品質な物流サービスを提供しております。

受講の背景

弊社では私が所属する人材育成 G がフォークリフトの安全教育を担当しております。所属講師の高齢化及び管理職への昇格により、近い将来、講師が不在となることから、日頃社内講師を担当している私が指名されました。私自身、フォークリフトや安全に関することについては担当ではないものの、物流業界に携わる者として、欠かすことのできない事項であること、また、日頃の講師業務を実施するにあたり、安全に対する考え方や社内風土の醸成に役立つと考えたため、受講をさせていただきました。

養成講座を受講して

本講座は令和元年 7 月 16 日～19 日の 4 日間開催されました。受講生は現場の管理監督者の方、全社の安全を管理・指導されている方、フォークリフトの技能講習の講師をされている方など、全国各地から様々な立場の方が参加されていました。

講座内容は、①安全に関する知識（法令・過去災害など）→②教育指導の方法（ノウハウなど）→③指導案の作成→④役割演技（実際に講師となって指導する）という構成でした。

①安全に関する知識についての学習では、「陸運業の災害が増えている」こと、そして「50 歳以上の方の災害が増えている」ことを学び、両方に該当する弊社としましては、とても身の引き締まる思いがしました。また、荷役災害については「運転者が荷主先で被災している」傾向があることも、会社として考えてい

かなければならないと感じました。

②教育指導の方法の学習では、主に 4 つの基本原則（必要性・背景の把握、目的の明確化、目標の明確化、目標達成のための手段）について学び、人の不安全行動による災害原因から分析し、「知らなかった（知識）」のか「できなかった（技能）」のか「やらなかった（態度）」のかという違いによって、教え方や内容を変えなければならないという部分が特に印象に残りました。

③指導案の作成では、各々が実際に講義をするための準備をし、④役割演技として他の受講生の前で講義の実践をしました。私自身、講師をするということに慣れていましたが、教える内容をきちんと自分で理解することの重要性と、どういった語り口で伝えればよいのかということ、改めて考えることができました。また、他の受講生の講義を聞き、今までの自分の引き出しになかった伝え方・言い回しなどを得られたことは、とても有意義でした。そして何より、安全に対する熱い想があれば、教える技術にかかわらず心に響くものだと実感し、感銘を受けました。

まとめ

今回 16 名の仲間と過ごした 4 日間。それぞれ業種が違うからこそ得ることができた、新しい気づきが多くありました。それらを「有意義だった」という感想だけで終わらせず、本当に自分の業務に生かしてこそ意味があるのだと思います。今後は自分の業務に熱い想いをもち、真摯に取り組み、働きやすい会社・職場にしていくために邁進していこうと思います。最後になりますが、今回ご一緒させていただきました受講生の皆様、各科目の講師の皆様、事務スタッフの皆様、有意義な時間をありがとうございました。



【連載Ⅱ】第 15 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、作業環境管理及び作業管理について説明します。

10 作業環境管理及び作業管理

(1) 有害物の荷役運搬作業

ア 有害物の荷役運搬作業を行うときは、防災規程第 73 条の(1)～(6)で示された、「荷の種類、性状、荷に表示されている注意事項等を確認し、これに適合した作業方法を従業員に指示すること。」など衛生の確保に必要な事項を行わなければなりません。

イ 有害物の運搬に当たっての対策では、次のことが参考になります。

- ・タンクローリーによる運搬作業中における爆発火災災害等の防止について（平 11.11.12 基発 652 の 2）
- ・イエローカード（日本化学工業協会）による荷主からの爆発危険性等の情報の把握等

ウ 法 57 条の 2 による危険・有害物の通知は、一般に「化学物質等安全データシート（MSDS）」により行われます。

(2) 重量物の取扱い作業

人力により重量物を取り扱う作業を行うときは、「①荷役運搬機械等を使用し人力作業の軽減を図ること、②身体をできるだけ荷に近づける等適正な姿勢で作業させること（図）、③表の重量を守ること」など衛生の確保に必要な事項を行うように努めること。

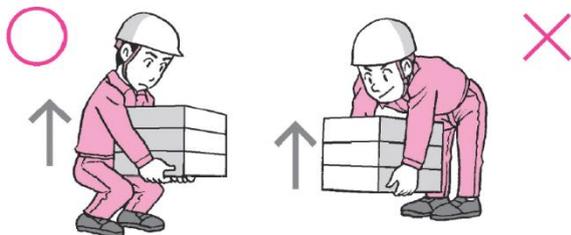


図 両足を前後に開いて重量物の重心に密着させて膝を曲げて足に仕事をさせる気持ちで持ち上げる

なお、女性従業員が人力のみで常時取り扱うことのできる重量は、20 キログラム未満で、かつ、男性が取り扱うことのできる重量の 60 パーセント位までとします。

(3) 倉庫内等の作業

倉庫内作業において有害物対策等が必要となるのは、燻蒸（くんじょう）作業と自然換気の不十分な場所における内燃機関の使用に対するものです。

ア 燻蒸作業

臭化メチル等の特定化学物質を用いて燻蒸作業を行うときは、特定化学物質障害予防規則に従った措置が必要になります。

なお、臭化メチル等とは、臭化メチル、シアン化水素、ホルムアルデヒドをいいます。

イ 換気

倉庫、地下室の内部等の屋内作業場において内燃機関を有するフォークリフト等を使用するときは、内部の換気を十分行わなければなりません。

(4) 冷凍庫内等の作業

多量の低温物体を取り扱う業務や著しく寒冷な場所における業務については、6 月ごとの定期健康診断、半月ごとの気温・湿度測定など健康管理上の措置が必要な場合があります。

安衛則 606 条では、「寒冷等の屋内作業場で有害のおそれのあるものについては、暖房等適当な温湿度調節の措置を講じなければならない。」とされており、作業場の温度調節ができないときは、保護衣等での調整が必要となります。

また、安衛則 593 条では、「寒冷な場所における業務においては、従事する労働者に保護衣等適切な保護具を備えなければならない。」と規定されています。

防災規程 76 条では、冷凍庫等の内部で荷の取扱い作業を行うときは、「保護衣、保護手袋等を着装」など健康の確保に必要な事項を行うこととされています。

（次号最終回に続く。）

【受講料無料】荷役ガイドラインに準じる講習会

荷役災害防止担当者教育講習会(荷主向け)のご案内

陸上貨物運送事業の労働災害の 70%は、トラックの荷台等からの墜落・転落等の荷役作業中に発生しています。さらにその 70%は荷主等（荷主、配送先、元請事業者等）の事業場で発生しています。このため、厚生労働省では陸運業の荷役災害を防止するため、平成 25 年 3 月に「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」（以下「荷役ガイドライン」といいます。）を策定し、陸運事業者と荷主等が連携したそれぞれの取組事項を示しました。

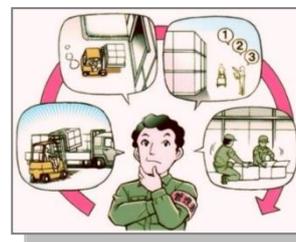
この荷役ガイドラインでは、陸運事業者及び荷主等それぞれに、荷役災害防止の担当者をおくとともに、荷役災害防止に必要な安全衛生教育を実施することを求めています。

本年度、当協会では、厚生労働省の補助事業として、「荷主等の荷役災害防止担当者」に対する安全衛生教育の講習会を全国 47 か所で開催いたします。受講料は無料です。

荷主等の企業の皆さまの積極的なご参加をお願いいたします。

講習会への参加を希望される方は、下記の開催地の陸災防支部にお申し出いただくようお願いいたします。

多くの皆様のご参加をお待ちしています。



「荷役災害防止担当者教育講習会(荷主向け)」開催日程

都道府県	開催日	会場	都道府県	開催日	会場
青森	1月27日(月)	青森県トラック総合会館	滋賀	10月30日(水)	滋賀県トラック総合会館
秋田	11月27日(水)	秋田県トラック協会研修センター	京都	1月20日(月)	京都テルサ
山形	11月18日(月)	山形県トラック総合会館	大阪	11月28日(木)	大阪府トラック総合会館
福島	2月13日(木)	福島県トラック協会 県中研修センター	和歌山	11月25日(月)	ルミエール華月殿
栃木	11月19日(火)	栃木県トラックサービスセンター	鳥取	11月13日(水)	新日本海新聞社 中部本社
群馬	10月18日(金)	群馬県トラック総合会館	島根	12月6日(金)	いきいきプラザ島根
埼玉	11月19日(火)	東部従業員サービスセンター	広島	11月13日(水)	広島県トラック総合会館
千葉	1月17日(金)	千葉県トラック会館	山口	11月20日(水)	山口県トラック協会研修会館
神奈川①	10月15日(火)	サンビアンかわさき	徳島	11月20日(水)	徳島県トラック会館
神奈川②	11月1日(金)	厚木労働基準監督署 会議室	香川	11月21日(木)	香川労働基準会館
神奈川③	11月12日(火)	藤沢市建設会館	愛媛	11月21日(木)	愛媛県トラック総合 サービスセンター
神奈川④	12月9日(月)	神奈川県トラック総合会館	福岡	11月29日(金)	福岡県トラック総合会館
新潟	1月20日(月)	新潟県トラック総合会館	佐賀	11月21日(木)	佐賀県トラック協会研修会館
富山	10月29日(火)	富山県トラック会館	長崎	1月15日(水)	長崎県トラック協会研修会館
静岡	11月13日(水)	静岡県トラック協会研修センター	熊本	11月12日(火)	阿蘇熊本空港ホテル エミナース
愛知	12月6日(金)	愛知県トラック会館	鹿児島	1月17日(金)	鹿児島サンロイヤルホテル
三重	12月9日(月)	プラザ洞津	沖縄	10月23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。				岩手、宮城、茨城、東京、石川、福井、山梨、岐阜、奈良、岡山、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。				北海道、長野、兵庫、大分、宮崎	

災害事例
と
その対策

深呼吸、確認しよう注意箇所！

動く物には、危険が付きもの！

ロールボックスパレットによる荷役作業は、常に危険と隣り合わせということを意識しておく必要があります。

今年に入っても死亡災害が発生しておりますので、過去にも同様の災害が発生していることから幾つかの確認を要する箇所があります。

次の災害事例を通して再確認することにしていきましょう。

1 事業の種類

一般貨物自動車運送業
（事業場労働者数：50 人未満）

2 発生月時：10 月 午前 5 時頃

3 発生場所：配送先荷捌き場

4 被災者：トラックドライバー 49 歳

5 傷病の程度：死亡

6 災害発生状況

被災者は、貨物自動車による輸送業務中、配送先であるセンター内において、荷卸しのために貨物自動車の荷台からロールボックスパレット（約 300kg）を貨物自動車のテールゲートリフターに移動させたところ、ロールボックスパレットがテールゲートリフターの端部で停止しなかったためテールゲートリフター上より地上へ飛び降りたところ被災者の上にロールボックスパレットが落下し、その下敷きとなり、被災しました。

7 想定される被災時の状況、行動及び心理等

(1) トラックドライバーの心理

- ① 仕事を急いでいたことはなかったか？（焦っていたなど）
- ② 少し慣れていたこともあり、油断していたことはなかったか？

(2) 被災場所の状況

- ① 傾斜地では、なかったか？
- ② 荷室内の貨物の積載状況は、どのような状況であったか？

(3) トラックドライバーの行動

- ① 作業手順を確認していたか？
- ② 危険予知を行っていたか？

8 推定原因と再発防止対策

この災害は、センターに設置されている監視カメラから確認されたトラックドライバーがテールゲートリフターのキャスターストッパーを使用していないことが直接の原因であるとみられていますが、想定されることから考えると複合要因によって災害が発生したものと考えられます。次の要因全てに対策を講じることが必要です。

(1) 物の不安全な状態

- ① テールゲートリフターのキャスターストッパー未使用
- ② ロールボックスパレットの車輪ストッパーの未使用

(2) 人の不安全な行動

- ① テールゲートリフターの端部で背を外側にして作業をしていたこと
- ② 慣れからくる油断

(3) 管理面での不安全な要因

- ① 作業手順を繰り返し教育していたか？
- ② 危険予知（一人危険予知）に関する教育をしていたか？

9 まとめ

ロールボックスパレットによる災害を防ぐためのマニュアル「安全に作業するための 8 つのルール」（図）等、既に紹介されている資料に記載されている注意点等は必ず守っていただきたいところです。

しかしながら、このように誰でも簡単に動かせる人力機械工具は、動きの中での確認をしなければならないことが多くありますので一つ一つの作業の切れ目で

「深呼吸」をして立ち止まり、危険について考えてみるということが重要ではないでしょうか？



図 クリックするとダウンロードできます

【厚生労働省からのお知らせ①】

「荷主と運送事業者のためのトラック運転者の労働時間短縮に向けたセミナー」を開催します ～荷主企業・トラック運送事業者に向けて全国 47 都道府県で全 50 回開催～

厚生労働省は、「荷主と運送事業者のためのトラック運転者の労働時間短縮に向けたセミナー」を、今年 10 月から来年 3 月までにかけて、全国 47 都道府県で全 50 回開催します。このセミナーは、貨物を運送するトラック運転者の労働時間短縮の進め方のノウハウを広く荷主企業やトラック運送事業者の皆さまに向けてお知らせするものです。

トラック運転者は、他業種の労働者と比べて長時間労働の実態にあります。その背景には、荷主や配送先の都合により、長時間の荷待ち時間（貨物の積み込みや荷下ろしの順番を待つ時間）や、手荷役（手作業での貨物の積み込みや荷下ろし）が発生するなど、貨物運送における取引慣行などからトラック運送事業者の努力だけでは改善が困難な問題が存在しています。

重要な社会インフラである物流が滞らないようにするために、そしてトラック運転者の長時間労働を改善していくためには、荷主企業とトラック運送事業者の双方が歩み寄り、そして協力しあって、取引環境の適正化に取り組むことが必要不可欠です。

このセミナーでは、厚生労働省と国土交通省が協力して、トラック運転者の労働時間短縮のために荷主企業とトラック運送事業者が具体的に取り組む事項の解説などを行い、荷主企業とトラック運送事業者の双方に役立つノウハウを提供します。セミナーは事前申込制で、参加無料です。申し込みは「トラック運転者の長時間労働改善に向けたポータルサイト」からオンラインで行うことができます。

セミナーの概要は以下のとおりです。

【「荷主と運送事業者のためのトラック運転者の労働時間短縮に向けたセミナー」の概要】

1 開催日・開催会場

全国 47 都道府県で全 50 回開催します（東京都、大阪府、福岡県は各 2 回、それ以外の道府県は各 1 回開催）。各回の開催日や開催会場は次ページの参考資料 1 をご覧ください。

2 セミナープログラム（予定）（参考資料 2：[セミナーの全国版リーフレット](#)）

- (1) 「荷主と運送事業者の協力による取引環境と長時間労働の改善に向けたガイドライン」の説明
- (2) 「ホワイト物流」推進運動についての説明
- (3) 改正労働基準法のポイントについての説明

3 申し込み方法

「トラック運転者の長時間労働改善に向けたポータルサイト※」からオンラインで参加の申し込みができます。参加希望回を選択し、必要事項を入力の上、申し込みをお願いします。※ <https://driver-roudou-jikan.mhlw.go.jp/>

情報の詳細は次の 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_06786.html

セミナースケジュール（都道府県順）

参考資料1

No.	ブロック	都道府県	日程	時間	会場名称	部屋名	住所
1	北海道	北海道	2019/10/15 火	13:00~16:00	北海道トラック総合研修センター	4階大会議室	北海道札幌市中央区南9条西1丁目1-10
2	東北	青森県	2020/01/30 木	13:00~16:00	青森県トラック協会研修センター	2階大研修室	青森県青森市大字荒川字品川111-3
3	東北	岩手県	2019/12/16 月	13:00~16:00	マリオス(盛岡地域交流センター)	18階188会議室	岩手県盛岡市盛岡駅西通二丁目9番1号
4	東北	宮城県	2020/02/19 水	13:00~16:00	トーネットホール(仙台市民会館)	B1階展示室	宮城県仙台市青葉区桜ヶ岡公園4-1
5	東北	秋田県	2020/01/14 火	13:00~16:00	秋田市文化会館	大会議室	秋田県秋田市山王七丁目3番1号
6	東北	山形県	2020/01/23 木	13:00~16:00	山形県トラック協会	第1・2会議室	山形県天童市蔵増1465-16
7	東北	福島県	2020/02/18 火	13:00~16:00	福島県トラック協会 県中研修センター	大研修室	福島県郡山市喜久田町御三丁目5番地
8	関東	茨城県	2019/10/21 月	13:00~16:00	ザ・ヒロサワ・シティ会館(茨城県立県民文化センター)	小ホール	茨城県水戸市千歳町東久保697番地
9	関東	栃木県	2020/01/31 金	13:00~16:00	栃木県トラック協会	本館2階研修室	栃木県宇都宮市八千代1-5-12
10	関東	群馬県	2019/11/19 火	13:00~16:00	群馬県トラック協会	大研修室	群馬県前橋市野中町595
11	関東	埼玉県	2019/12/09 月	13:00~16:00	埼玉会館	3C会議室	埼玉県さいたま市浦和区高砂3-1-4
12	関東	千葉県	2019/11/08 金	13:00~16:00	千葉県トラック総合会館	研修室	千葉県千葉市美浜区新港212-10
13	関東	東京都(1)	2020/01/20 月	13:00~16:00	株式会社富士通総研	5階大会議室	東京都港区海岸1-16-1 ニューピア竹芝サウスタワー5階
14	関東	東京都(2)	2020/02/07 金	13:00~16:00	株式会社富士通総研	5階大会議室	東京都港区海岸1-16-1 ニューピア竹芝サウスタワー5階
15	関東	神奈川県	2019/10/30 水	13:00~16:00	神奈川県トラック協会	7階大研修室	神奈川県横浜市新横浜2-11-1 神奈川県トラック総合会館
16	北陸信越	新潟県	2019/11/21 木	13:00~16:00	新潟県トラック協会	大研修室	新潟県新潟市新光町6-4
17	北陸信越	富山県	2019/12/19 木	13:00~16:00	富山県トラック協会	3階研修室	富山県富山市婦中町島本郷1番地5
18	北陸信越	石川県	2019/12/18 水	13:00~16:00	石川県地産産業振興センター	研修室5	石川県金沢市鞍月2丁目1番地
19	中部	福井県	2019/10/17 木	13:00~16:00	福井県産業協会	本館展示場	福井県下六条町103番地
20	関東	山梨県	2020/01/24 金	13:00~16:00	山梨県地産産業センター	大会議室	山梨県甲府市東光寺3-1-3-2 5
21	北陸信越	長野県	2020/02/04 火	13:00~16:00	長野県トラック協会	研修ホール	長野県長野市南長池710-3
22	中部	岐阜県	2019/11/18 月	13:00~16:00	ワーグプラザ岐阜	大ホール	岐阜県岐阜市鶴舞町2-6-7
23	中部	静岡県	2020/03/09 月	13:00~16:00	静岡県トラック協会	大会議室	静岡県静岡市駿河区池田126-4
24	中部	愛知県	2020/02/20 木	13:00~16:00	ウイングあいち	1202号室	愛知県名古屋市中村区名駅4丁目4-38
25	中部	三重県	2020/02/10 月	13:00~16:00	津センターハウス	ホール	三重県津市大門7番15号
26	近畿	滋賀県	2019/10/23 水	13:00~16:00	滋賀県トラック協会	大ホール	滋賀県守山市木浜町2298番地の4
27	近畿	京都府	2019/11/26 火	13:00~16:00	京都自動車会館	7.8会議室	京都府京都市伏見区竹田向代町51-5
28	近畿	大阪府(1)	2019/12/11 水	13:00~16:00	大阪府トラック協会	会議室	大阪府大阪市城東区曙野西2-11-2
29	近畿	大阪府(2)	2020/01/15 水	13:00~16:00	岸和田市立浪切ホール	小ホール	大阪府岸和田市港緑町1-1
30	近畿	兵庫県	2019/12/10 火	13:00~16:00	神戸市産業振興センター	会議室901	兵庫県神戸市中央区東川崎町1丁目8番4号 (神戸ハーバーランド内)

No.	トピック	都道府県	日程	時間	会場名称	部屋名	住所
31	近畿	奈良県	2019/11/27 水	13:00~16:00	奈良県トピック会館	第2会議室	奈良県大和郡山市額田部北町981-6
32	近畿	和歌山県	2019/11/06 水	13:00~16:00	和歌山ビッグ愛	展示ホール	和歌山県和歌山市手平2丁目1-2
33	中国	鳥取県	2020/02/27 木	13:00~16:00	鳥取県立倉吉未来中心	セミナールーム3	鳥取県倉吉市駄経寺町212-5 (倉吉パークエリア内)
34	中国	島根県	2020/02/26 水	13:00~16:00	島根県立産業交流会館 (くにびきメッセ)	大会議室501	島根県松江市学園南1丁目2-1
35	中国	岡山県	2020/01/17 金	13:00~16:00	岡山商工会議所	大会議室101,102	岡山県岡山市北区厚生町3-1-15
36	中国	広島県	2020/03/16 月	13:00~16:00	広島県トピック総合会館	大研修室	広島県広島市東区光町二丁目1-18
37	中国	山口県	2020/03/17 火	13:00~16:00	山口南総合センター	多目的ホール	山口県山口市名田島1218番地1
38	四国	徳島県	2019/11/25 月	13:00~16:00	アステイトくしま (徳島県立産業観光交流センター)	第2特別会議室	徳島県徳島市山城町東浜傍示1番地1
39	四国	香川県	2019/12/13 金	13:00~16:00	サンメッセ香川	ホールB	香川県高松市林町2217-1
40	四国	愛媛県	2020/02/21 金	13:00~16:00	愛媛県トピック協会	大会議室1	愛媛県松山市井門町1081-1
41	四国	高知県	2019/12/06 金	13:00~16:00	高知県立県民文化ホール	第6多目的室	高知県高知市本町4丁目3-30
42	九州	福岡県(1)	2019/11/14 木	13:00~16:00	福岡県トピック総合会館	402会議室	福岡県福岡市博多区博多駅東1-18-8
43	九州	福岡県(2)	2020/01/28 火	13:00~16:00	ウエルどばた	多目的ホール	福岡県北九州市戸畑区汐井町1番6号
44	九州	佐賀県	2019/10/29 火	13:00~16:00	佐賀県トピック協会 研修会館	大会議室	佐賀県佐賀市高木瀬西三丁目1番20号
45	九州	長崎県	2019/10/28 月	13:00~16:00	長崎県勤労福祉会館	講堂	長崎県長崎市桜町9-6
46	九州	熊本県	2019/12/03 火	13:00~16:00	くまもと県民交流会館	会議室1	熊本県熊本市中央区手取本町8番9号 テリア(まもどビル)
47	九州	大分県	2020/01/21 火	13:00~16:00	大分県トピック協会	大会議室	大分県大分市向原西1丁目1-27
48	九州	宮崎県	2020/02/06 木	13:00~16:00	宮崎市民プラザ	大会議室	宮崎県宮崎市楠通西1丁目1番2号
49	九州	鹿児島県	2019/10/31 木	13:00~16:00	かごしま県民交流センター	大研修室 第4	鹿児島県鹿児島市山下町14-50
50	九州	沖縄県	2019/11/12 火	13:00~16:00	九州沖縄トピック研修会館	第1研修室	沖縄県那覇市港町2丁目5番23号

【厚生労働省からのお知らせ②】

長時間労働が疑われる事業場に対する 平成 30 年度の監督指導結果を公表します

厚生労働省では、このたび、平成 30 年度に、長時間労働が疑われる事業場に対して労働基準監督署が実施した、監督指導の結果（※）を取りまとめましたので公表します。

この監督指導は、各種情報から時間外・休日労働時間数が 1 か月当たり 80 時間を超えていると考えられる事業場や、長時間にわたる過重な労働による過労死等に係る労災請求が行われた事業場を対象としています。

対象となった 29,097 事業場のうち、11,766 事業場（40.4%）で違法な時間外労働を確認したため、是正・改善に向けた指導を行いました。なお、このうち実際に 1 か月当たり 80 時間を超える時間外・休日労働が認められた事業場は、7,857 事業場（違法な時間外労働があったもののうち 66.8%）でした。

厚生労働省では、今後も長時間労働の是正に向けた取組を積極的に行うとともに、11 月の「過重労働解消キャンペーン」期間中に重点的な監督指導を行います。

（※）改正労働基準法等の施行前の法令に基づく監督指導結果です。

【平成 30 年 4 月から平成 31 年 3 月までの監督指導結果のポイント】

- (1) 監督指導の実施事業場： **29,097 事業場**
このうち、20,244 事業場（全体の 69.6%）で労働基準関係法令違反あり。
- (2) 主な違反内容 [(1)のうち、法令違反があり、是正勧告書を交付した事業場]
- ① 違法な時間外労働があったもの： **11,766 事業場（40.4%）**
うち、時間外・休日労働の実績が最も長い労働者の時間数が
月 80 時間を超えるもの： 7,857 事業場（66.8%）
うち、月 100 時間を超えるもの： 5,210 事業場（44.3%）
うち、月 150 時間を超えるもの： 1,158 事業場（9.8%）
うち、月 200 時間を超えるもの： 219 事業場（1.9%）
- ② 賃金不払残業があったもの： **1,874 事業場（6.4%）**
- ③ 過重労働による健康障害防止措置が未実施のもの： **3,510 事業場（12.1%）**
- (3) 主な健康障害防止に関する指導の状況 [(1)のうち、健康障害防止のため指導票を交付した事業場]
- ① 過重労働による健康障害防止措置が
不十分なため改善を指導したもの： **20,526 事業場（70.5%）**
うち、時間外・休日労働を月 80 時間※以内に
削減するよう指導したもの： 11,632 事業場（56.7%）
- ※ 脳・心臓疾患の発症前 1 か月間におおむね 100 時間または発症前 2 か月間ないし 6 か月間にわたって、1 か月当たりおおむね 80 時間を超える時間外・休日労働が認められる場合は、業務と発症との関連性が強いとの医学的知見があるため。
- ② 労働時間の把握が不適正なため指導したもの： **4,752 事業場（16.3%）**

次ページに平成 30 年から平成 31 年 3 月迄に実施された長時間労働が疑われる事業場に対する監督指導結果を掲載します。

2 主な健康障害防止に関する指導状況（指導票を交付したもの）

(1) 過重労働による健康障害防止のための指導状況

監督指導を実施した事業場のうち、20,526事業場に対して、長時間労働を行った労働者に対する医師による面接指導等の過重労働による健康障害防止措置を講じるよう指導した。

表4 過重労働による健康障害防止のための指導状況

指導事業場数	指導事項（注1）					
	面接指導等の実施（注2）	長時間労働による健康障害防止対策に関する調査審議の実施（注3）	月45時間以内への削減（注4）	月80時間以内への削減	面接指導等が実施出来る仕組みの整備等（注5）	ストレスチェック制度を含むメンタルヘルス対策に関する調査審議の実施
20,526	1,787	3,405	8,735	11,632	683	1,129

（注1） 指導事項は、複数の場合、それぞれに計上している。なお、「月45時間以内への削減」と「月80時間以内への削減」は重複していない。

（注2） 1月100時間を超える時間外・休日労働を行っている労働者又は2ないし6月の平均で80時間を超える時間外・休日労働を行っている労働者について、面接指導等の必要な措置を実施するよう努めることなどを指導した事業場数を計上している。

（注3） 「長時間にわたる労働による労働者の健康障害の防止を図るための対策の樹立に関すること」又は「労働者の精神的健康の保持増進を図るための対策の樹立に関すること」について、①常時50人以上の労働者を使用する事業場の場合には衛生委員会で調査審議を行うこと、②常時50人未満の労働者を使用する事業場の場合には、労働安全衛生規則第23条の2に基づく関係労働者の意見を聴くための機会等を利用して、関係労働者の意見を聴取することを指導した事業場数を計上している。

（注4） 時間外・休日労働時間を1か月当たり45時間以内とするよう削減に努め、そのための具体的方策を検討し、その結果、講ずることとした方策の着実な実施に努めることを指導した事業場数を計上している。

（注5） 医師による面接指導等を実施するに当たり、労働者による申出が適切になされるようにするための仕組み等を予め定めることなどを指導した事業場数を計上している。

(2) 労働時間の適正な把握に関する指導状況

監督指導を実施した事業場のうち、4,752事業場に対して、労働時間の把握が不適正であるため、厚生労働省で定める「労働時間の適正な把握のために使用者が講ずべき措置に関するガイドライン」（労働時間適正把握ガイドライン（別添参考資料参照。））に適合するよう指導した。

表5 労働時間の適正な把握に関する指導状況

指導事業場数	指導事項（注1）					
	始業・終業時刻の確認・記録（ガイドライン4(1)）	自己申告制による場合			管理者の責務（ガイドライン4(6)）	労使協議組織の活用（ガイドライン4(7)）
		自己申告制の説明（ガイドライン4(3)ア・イ）	実態調査の実施（ガイドライン4(3)ウ・エ）	適正な申告の阻害要因の排除（ガイドライン4(3)オ）		
4,752	2,688	296	2,154	244	52	11

（注1） 指導事項は、複数の場合、それぞれに計上している。

（注2） 各項目のかつこ内は、それぞれの指導項目が、労働時間適正把握ガイドラインのどの項目に基づくものであるかを示している。

3 監督指導により把握した実態

(1) 時間外・休日労働時間が最長の者の実績

監督指導を実施した結果、違法な時間外労働があった11,766事業場において、時間外・休日労働が最長の者を確認したところ、7,857事業場で1か月80時間を、うち5,210事業場で1か月100時間を、うち1,158事業場で1か月150時間を、うち219事業場で1か月200時間を超えていた。

表6 違法な時間外労働があった事業場における時間外・休日労働時間が最長の者の実績

違反事業場数	80時間以下	80時間超	100時間超		
			100時間超	150時間超	200時間超
11,766	3,909	7,857	5,210	1,158	219

(2) 労働時間の管理方法

監督指導を実施した事業場において、労働時間の管理方法を確認したところ、2,445事業場で使用者が自ら現認することにより確認し、9,636事業場でタイムカードを基礎に確認し、5,361事業場でICカード、IDカードを基礎に確認し、10,165事業場で自己申告制により確認し、始業・終業時刻等を記録していた。

表7 監督指導実施事業場における労働時間の管理方法

原則的な方法（注1）			自己申告制 （注2,3）
使用者が自ら現認 （注2）	タイムカードを基礎 （注2）	ICカード、IDカードを基礎 （注2）	
2,445	9,636	5,361	10,165

（注1）労働時間適正把握ガイドラインに定める始業・終業時刻の確認及び記録の原則的な方法を指す。

（注2）監督対象事業場において、部署等によって異なる労働時間の管理方法を採用している場合、複数に計上している。

（注3）労働時間適正把握ガイドラインに基づき、自己申告制が導入されている事業場を含む。

【参考】 前年同期における監督指導結果

前年同期の監督指導結果は以下のとおり。

		平成 30 年度	平成 29 年度	
監督指導 実施事業 場	監督実施事業場	29,097	25,676	
	うち、労働基準法などの法令違反あり	20,244 (69.6%)	18,061 (70.3%)	
主な 違反内容	1 違法な長時間労働があったもの	11,766 (40.4%)	11,592 (45.1%)	
	うち、時間 外・休日労 働の実績が 最も長い労 働者の時間 数が	1 か月当たり 80 時間を超えるもの	7,857 (66.8%)	8,592 (74.1%)
		1 か月当たり 100 時間を超えるもの	5,210 (44.3%)	5,960 (51.4%)
		1 か月当たり 150 時間を超えるもの	1,158 (9.8%)	1,355 (11.7%)
		1 か月当たり 200 時間を超えるもの	219 (1.9%)	264 (2.3%)
	2 賃金不払残業があったもの	1,874 (6.4%)	1,868 (7.3%)	
3 過重労働による健康障害防止措置が未実施のもの	3,510 (12.1%)	2,773 (10.8%)		
主な健康 障害防止 に関する 指導の状 況	1 過重労働による健康障害防止措置が不十分のため改善を 指導したもの	20,526 (70.5%)	20,986 (81.7%)	
	うち、時間外・休日労働を月 80 時間以内に削減するよ う指導したもの	11,632 (56.7%)	13,658 (65.1%)	
	2 労働時間の把握方法が不適正なため指導したもの	4,752 (16.3%)	4,499 (17.5%)	

監督指導事例

事例1 (教育・研究業)

- 1 長時間労働を原因とする脳・心臓疾患の労災請求があった事業場に対し、立入調査を実施した。
- 2 脳・心臓疾患を発症した労働者について、36協定で定めた上限時間（特別条項：月80時間）を超える違法な時間外・休日労働（最長：月154時間）を行っていたことから、指導を実施した。
- 3 また、時間外労働及び深夜労働に対する割増賃金について、一部未払いが認められたことから、指導を実施した。

立入調査において把握した事実と労働基準監督署の対応

- 1 脳・心臓疾患を発症した労働者について、36協定で定めた上限時間（特別条項：月80時間）を超えて、1か月100時間を超える違法な時間外・休日労働（最長：月154時間）を行っていたことが判明した。

労働基準監督署の対応

- ① 36協定で定めた上限時間を超えて時間外労働を行わせたこと（労働基準法第32条違反）については是正勧告
- ② 時間外・休日労働を月80時間以内とするための具体的な方策を検討・実施するよう指導

- 2 また、時間外労働及び深夜労働に対する割増賃金について、一部未払いが判明した。

労働基準監督署の対応

時間外労働及び深夜労働に対し、法令で定める率以上の率で計算した割増賃金を支払うこと（労働基準法第37条違反）については是正勧告



過重労働による健康障害防止

長時間労働を行う労働者については、下記のとおり面接指導等を実施することとされています。

次の要件に該当する労働者

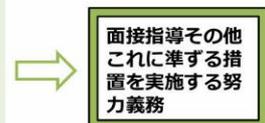
- ① 時間外・休日労働時間が月80時間（※）を超えていること
- ② 疲労の蓄積が認められること
- ③ 本人が申し出ていること

（※）2019年4月1日から1か月当たり100時間から80時間に要件を拡大。



事業場で定めた基準（※）に該当する労働者

- （※）① 時間外・休日労働時間が月80時間超の労働者について、本人の申出がない場合であっても面接指導を実施するように基準の策定に努める。
② 時間外・休日労働時間が月45時間超の労働者について、健康への配慮が必要な者の範囲と措置について検討し、それらの者が措置の対象となるよう基準の策定に努める。



事例2 (その他の 事業)

- 1 各種情報から時間外・休日労働時間数が1か月当たり80時間を超えていると考えられる事業場に対し、立入調査を実施した。
- 2 労働者8名について、36協定で定めた上限時間（特別条項：月100時間）を超える違法な時間外・休日労働（最長：月170時間）を行わせており、また、限度時間を超えることのできる回数（年6回）を上回る時間外労働が認められたことから、指導を実施した。
- 3 健康診断において異常の所見があった者の健康保持のために必要な措置について、医師の意見を聴いていなかったことから、指導を実施した。

立入調査において把握した事実と労働基準監督署の対応

- 1 労働者8名について、36協定で定めた上限時間（特別条項：月100時間）を超える違法な時間外・休日労働（最長：月170時間）を行わせていたことが判明した。また、一部の労働者においてほぼ毎月100時間を超える時間外労働が認められ、36協定の特別条項で定めた限度時間を超えることのできる回数（年6回）を上回る時間外労働を行わせていたことが判明した。

労働基準監督署の対応

- ① 36協定で定めた上限時間を超えて時間外労働を行わせたこと及び限度時間を超えることのできる回数を超えて時間外労働を行わせたこと（労働基準法第32条違反）について是正勧告
 - ② 時間外・休日労働を月80時間以内とするための具体的な方策を検討・実施するよう指導
- 2 健康診断において異常の所見があった者の健康保持のために必要な措置について、医師の意見を聴いていなかったことが判明した。

労働基準監督署の対応

健康診断において異常の所見があった者に係る医師の意見聴取を行っていなかったこと（労働安全衛生法第66条の4違反）について是正勧告



36協定の特別条項における「特別の事情」

特別条項を適用する際の「特別の事情」は臨時的なものに限られ、また、限度時間を超えることのできる回数も全体として1年の半分を超えないよう定めなければなりません。36協定の特別条項で定めた限度時間を超えることのできる回数を超えた場合には、労働基準法違反となります。

<臨時的に必要な場合の例>

- ・ 予算、決算業務 ・ ボーナス商戦に伴う業務の繁忙 ・ 納期のひっ迫
- ・ 大規模なクレームへの対応 ・ 機械のトラブルへの対応

健康診断結果に基づく医師等からの意見聴取と事後措置

健康診断の実施

- ☞ 常時使用する労働者に対し、1年以内に1回、定期的に健康診断を実施しなければなりません。
- ☞ 深夜業を含む業務に常時従事する労働者に対しては、6か月以内に1回の健康診断を実施しなければなりません。

事後措置（健康診断後、使用者が実施）

- ☞ 健康診断で異常の所見があった者については、健康保持のために必要な措置についての医師の意見を聴き、必要な事後措置を講じなければなりません。

事例 3 (電気機械 器具製造業)

- 1 各種情報から時間外・休日労働時間数が 1 か月当たり 80 時間を超えていると考えられる事業場に対し、立入調査を実施した。
- 2 労働者 7 名について、1 か月 100 時間を超える時間外・休日労働（最長：月 115 時間）が認められた。36 協定を確認したところ、労働者代表について、労働者による民主的な手続きではなく、特定の役職の者が代々労働者代表を引き継ぐ形で決められており、無効となっていたことから、指導を実施した。

立入調査において把握した事実 と 労働基準監督署の対応

労働者 7 名について、1 か月 100 時間を超える時間外・休日労働（最長：月 115 時間）を行わせていたことが判明した。36 協定を確認したところ、36 協定を労働者の代表と締結する場合には、労働者の過半数がその人の選任を支持していることが明確になるような民主的な手続きがとられている必要があるにもかかわらず、特定の役職の者が代々労働者代表を引き継ぐ形で決められており、同協定が無効であったことが判明した。

労働基準監督署の対応

- ① 36 協定の締結当事者の要件を満たさず、36 協定が無効であるにもかかわらず、法定外の時間外労働及び休日労働を行わせたこと（労働基準法第 32 条・第 35 条違反）については是正勧告
- ② 時間外・休日労働を月 80 時間以内とするための具体的な方策を検討・実施するよう指導



時間外労働の上限規制

2019 年 4 月 1 日に改正労働基準法が施行され、**法律上、時間外労働の上限は原則として月 45 時間、年 360 時間となり**、臨時的な特別の事情がなければこれを超えることができなくなりました。

臨時的な特別の事情があつて労使が合意する場合でも

- ・ 時間外労働・・・年 720 時間以内
 - ・ 時間外労働 + 休日労働・・・月 100 時間未満、2～6 か月平均 80 時間以内
- とする必要があります。

（注 1）中小企業については 1 年間猶予され、令和 2 年 4 月 1 日から適用となります。

（注 2）建設事業、自動車運転の業務など、特定の事業・業務については、上限規制の適用が猶予・除外されています。

36 協定の締結当事者の要件

～過半数組合がなく、過半数代表者と協定する場合～

- ① **すべての労働者（パート、アルバイトを含む）**の過半数を代表していること
- ② すべての労働者が参加した **民主的な手続き**により選出された労働者であること
使用者の意向に基づき選出された労働者でないこと
○：投票、挙手、労働者による話し合い、持ち回り決議等
×：会社側の指名、親睦会の幹事などを自動的に選任等
- ③ **管理監督者に該当しない**こと

◎ 36 協定の締結当事者の要件を満たさない場合には、36 協定を締結し、労働基準監督署に届け出ても無効になり、労働者に法定外の時間外・休日労働を行わせることはできません。

【厚生労働省からのお知らせ】

地域別最低賃金額が改定されました

- 都道府県ごとに決定される地域別最低賃金額が下表のとおり改定され、10月1日から順次発効します。
- 最低賃金は、最低賃金法に基づき、国が賃金の最低額を定めたものです。
- 最低賃金は、パート、学生のアルバイト、嘱託などといった雇用形態やその呼称にかかわらず、すべての労働者に適用されます。
- 仮に、労使の合意により最低賃金額より低い賃金を定めたとしても、それは、最低賃金法によって無効とされ、最低賃金額と同様の定めをしたものとされます。
- 地域別最低賃金額以上の賃金額を支払わない場合には、罰金（上限 50 万円）が科せられる場合があります。
- 派遣労働者は、派遣先の事業場に適用される地域別最低賃金額が適用されます。
- 中小企業・小規模事業者に向けて、生産性向上を支援する業務改善助成金や働き方改革推進支援センターにおける相談等の支援策を設けています。詳細は厚生労働省 HP の検索画面又は検索エンジンから「業務改善助成金」で検索して下さい。

令和元年度地域別最低賃金改定状況

都道府県名	時間額【円】	発効年月日	都道府県名	時間額【円】	発効年月日	都道府県名	時間額【円】	発効年月日
北海道	861	R1.10.3	石川	832	R1.10.2	岡山	833	R1.10.2
青森	790	R1.10.4	福井	829	R1.10.4	広島	871	R1.10.1
岩手	790	R1.10.4	山梨	837	R1.10.1	山口	829	R1.10.5
宮城	824	R1.10.1	長野	848	R1.10.4	徳島	793	R1.10.1
秋田	790	R1.10.3	岐阜	851	R1.10.1	香川	818	R1.10.1
山形	790	R1.10.1	静岡	885	R1.10.4	愛媛	790	R1.10.1
福島	798	R1.10.1	愛知	926	R1.10.1	高知	790	R1.10.5
茨城	849	R1.10.1	三重	873	R1.10.1	福岡	841	R1.10.1
栃木	853	R1.10.1	滋賀	866	R1.10.3	佐賀	790	R1.10.4
群馬	835	R1.10.6	京都	909	R1.10.1	長崎	790	R1.10.3
埼玉	926	R1.10.1	大阪	964	R1.10.1	熊本	790	R1.10.1
千葉	923	R1.10.1	兵庫	899	R1.10.1	大分	790	R1.10.1
東京	1,013	R1.10.1	奈良	837	R1.10.5	宮崎	790	R1.10.4
神奈川	1,011	R1.10.1	和歌山	830	R1.10.1	鹿児島	790	R1.10.3
新潟	830	R1.10.6	鳥取	790	R1.10.5	沖縄	790	R1.10.3
富山	848	R1.10.1	島根	790	R1.10.1			

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9月〕					
第4種（10年間）	・有限会社タカシン運輸サービス	福島県支部	第2種（5年間）	・株式会社本多建設	福島県支部
	・中京運輸株式会社	愛知県支部		・株式会社安達運輸	愛知県支部
	・トヨタ倉庫運輸株式会社	愛知県支部		・株式会社サンワNETS	愛知県支部
第3種（7年間）	・有限会社アイシン物流	福島県支部	第1種（3年間）	・三栄運輸株式会社本社	愛知県支部
	・丸半運輸株式会社	愛知県支部		・株式会社三州陸運	愛知県支部

業種別労働災害発生状況（令和元年速報）

令和元年 9 月 9 日現在

項目 業種	死亡						死傷					
	令和元年1月～8月 [速報値]		平成30年1月～8月 [速報値]		前年比較		令和元年1月～8月 [速報値]		平成30年1月～8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	486	100.0	505	100.0	-19	-3.8	69,029	100.0	71,253	100.0	-2,224	-3.1
製造業	79	16.3	102	20.2	-23	-22.5	15,184	22.0	15,944	22.4	-760	-4.8
鉱業	3	0.6	0	0.0	3	-	116	0.2	119	0.2	-3	-2.5
建設業	155	31.9	173	34.3	-18	-10.4	8,464	12.3	8,669	12.2	-205	-2.4
交通運輸事業	7	1.4	8	1.6	-1	-12.5	1,787	2.6	1,990	2.8	-203	-10.2
陸上貨物運送事業	52	10.7	53	10.5	-1	-1.9	8,801	12.7	9,023	12.7	-222	-2.5
港湾運送業	5	1.0	5	1.0	0	0.0	245	0.4	192	0.3	53	27.6
林業	25	5.1	19	3.8	6	31.6	773	1.1	814	1.1	-41	-5.0
農業、畜産・水産業	16	3.3	7	1.4	9	128.6	1,518	2.2	1,552	2.2	-34	-2.2
第三次産業	144	29.6	138	27.3	6	4.3	32,141	46.6	32,950	46.2	-809	-2.5

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～8 月）

令和元年 9 月 9 日現在

項目 業種	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	486	124	14	27	29	51	67	86	0	88
製造業	79	9	3	5	3	10	32	3	0	14
建設業	155	62	5	9	20	14	15	15	0	15
交通運輸事業	7	2	0	0	0	0	0	5	0	0
その他	193	41	5	9	4	23	16	40	0	55
陸上貨物運送事業	52	10	1	4	2	4	4	23	0	4
同上対前年増減	-1	3	1	1	0	1	-2	-2	0	-3

業種、事故の型別死傷災害発生状況（令和元年 1 月～8 月）

令和元年 9 月 9 日現在

項目 業種	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	8,801	2,479	1,409	676	391	270	491	973	466	8	1,351	287
同上対前年増減	-222	-31	-195	-2	-46	5	26	24	-27	2	44	-22

(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

陸運業 死亡災害の概要（令和元年 8 月）

令和元年 9 月 9 日現在 速報
陸運労災防止協会調べ

災害発生年月日	事故の型	起因物	業種	性別	年齢	職種	経験期間	取得免許・資格等	免許・資格等有無	被災時の作業内容
令和元年 8 月 6 日	飛来、落下	人力運搬機	一般貨物自動車運送業	男性	64	貨物自動車運転者	30年	その他の資格	有	荷卸し
構内のトラックドックにおいて貨物自動車(最大積載量3,100kg)の運転手が荷下ろし作業の準備のため、荷台左側のウイング及びあおりを開いた際、ロールボックスパレット(荷の重量425kg)1台が荷台から飛び出し、被災者に当たって被災者が転倒し、後頭部をコンクリートの床に打ち付け受傷した。なお、被災者は1人作業であり、保護帽は着用しておらず、前頭部も負傷していた。										
令和元年 8 月 1 日	交通事故(道路)	トラック	一般貨物自動車運送業	男性	45	貨物自動車運転者	20年		無	トラック運転
被災者は8月1日0時頃、会社で点呼後、10tトラックを運転し、荷(空ドラム缶)配達先に向けて出発したが、災害発生場所のバイパス出口において、分岐部のクッションドラムや標識柱に接触、横転し、胸部等を強打して死亡した。										

(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

令和元年 1 月～8 月の陸運業死亡災害の概要については、陸災防ホームページ「会員専用サイト」に掲載

【ロールボックスパレットテキスト、DVDビデオのご案内】

「ロールボックスパレット作業教育担当者テキスト」（改訂版）、
DVD「ロールボックスパレットを安全に使用するためのルール」
を発売中です！



ロールボックスパレット作業教育担当者テキスト
A4判／40頁／頒価770円(税込)



ロールボックスパレット
を安全に使用するためのルール
11分／頒価770円(税込)

ロールボックスパレット及びテールゲートリフターは、物流の効率化や作業者の負担軽減などに貢献する人力荷役機器・装置の一つで、陸運業においても多く利用されていますが、近年これらに起因する労働災害が多く発生しています。

今般、(独)労働者健康安全機構 労働安全衛生総合研究所の大西明宏先生の監修により作成したテキストをロールボックスパレットと同時に使用されることが多いテールゲートリフターの取扱方法等の詳しい解説を追加し、改訂本として発刊し、販売(770円(税込))することといたしましたので、ご案内いたします。

なお、本教育用の補助教材としてDVD「ロールボックスパレットを安全に使用するためのルール」(11分770円(税込))をご用意いたしましたので、併せてお申し込みください。



セットで買うと割引に！

テキストとDVDをセットでお買い求めいただきますと、770円+770円=1,540円のところ、セット価格1,320円(税込)にて販売いたします。

申込書

申込者名 (請求先)			
所在地 及び 担当者名	〒	☎	FAX
		品名	数量
		<input type="checkbox"/> ロールボックスパレット作業教育担当者テキスト	
		<input type="checkbox"/> [DVD]ロールボックスパレットを安全に使用するためのルール	
お支払い方法		<input type="checkbox"/> 後払い <input type="checkbox"/> 代金引換	
【通信欄】 商品発送先等が異なる 場合の住所・電話番号等			

お支払い方法は、後払い又は代金引換とさせていただきます。
下記番号へFAXにてお申し込みください。当協会から送料込みの総合計額等をご連絡いたします。

FAX 03-3453-7561

お問い合わせ電話番号:03-3455-3857

【安全DVDビデオのご案内】

陸災防 DVD ビデオのご案内

～ 複数枚購入で割引 ～



【フォークリフト安全教育 DVD①】
「フォークリフトによる安全な荷役運搬作業」 

フォークリフトによる荷役運搬作業について、安全な運転方法を映像とナレーションで示すことにより、より安全な操作を確認できます。

また、厚生労働省が示す「フォークリフト運転業務従事者安全衛生教育」を実施するときの補助教材としての活用いただけます。

約 23 分 11,000 円（税込）

【フォークリフト安全教育 DVD②】
「フォークリフトの作業開始前点検の進め方」 

「労働安全衛生規則第 151 条の 25（点検）」により定められているフォークリフトの作業開始前点検を実際の点検の様子を映した映像とナレーションにより分かりやすく紹介しています。

約 26 分 11,000 円（税込）

【はい作業安全教育 DVD】



「はい作業の安全」

- 災害発生の仕組み
- はい作業の基本
- 荷役運搬機械によるはい付け
はい崩しの安全作業
- 異常発見時の措置

約 21 分 11,000 円（税込）

**複数枚購入
割引
のご案内**

3 枚以上のご注文で
20%OFF!!

2 枚のご注文で
10%OFF!
(19,800 円)

DVD の
組み合わせ
は自由です!

陸災防 DVDビデオ申込書

申込年月日		年	月	日
申込者名 (請求先)				
所在地 及び 担当者名	〒	☎ FAX		
品名			数量	
<input type="checkbox"/> はい作業の安全				
<input type="checkbox"/> フォークリフトの作業開始前点検の進め方				
<input type="checkbox"/> フォークリフトによる安全な荷役運搬作業				
お支払い方法	<input type="checkbox"/> 後払い <input type="checkbox"/> 代金引換			
【通信欄】 商品発送先等が異なる 場合の住所・電話番号等				

お支払い方法は、後払い又は代金引換とさせていただきます。
 下記番号へFAXにてお申込みください。当協会から送料込みの総合計額等をご連絡いたします。

FAX 03-3453-7561

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します。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、災害事例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