

陸運と安全衛生

受診しよう 心と身体の小さなサイン ストレスチェックで総点検

陸災防 令和7年度安全衛生標語 健康部門優秀作品

2026

2

No.686



白川郷（白川村）

写真提供：一般社団法人岐阜県トラック協会

・ 令和7年における労働災害の発生状況（速報値）

 陸上貨物運送事業労働災害防止協会

令和7年における労働災害の発生状況について（速報値） (1)

改正労働安全衛生法Q & A (6)

冬季の転倒災害を防止しよう！ (8)

安全

職場での転倒にご注意ください！ 転倒予防のために適切な「作業靴」を選びましょう (10)

【隔月連載】

『安全衛生のしおり』の活用を！（第1回） (18)

【災害事例とその対策】

トラック荷台での立会作業中における転倒（ベニヤ板の倒れ込み）による負傷 (23)

労働災害発生状況（令和7年速報） (24)

健康

【連載】睡眠医学の知識 ～あなたの眠りを守りたい～

第6話 睡眠不足と心血管病～危ない狭心症に注意～ (14)

愛知医科大学名誉教授 塩見利明

陸災防情報

【支部の活動】

長野県支部が「フォークリフトによる労働災害防止のための研修会」で
実演指導しました (11)

【支部の活動】

陸災防埼玉県支部・埼玉労働局が合同パトロールを実施しました (12)

令和8年度「安全衛生標語」を募集中です！ (20)

小企業無災害記録表彰 (22)

陸災防の動き (24)

安全ポスター No.88のご案内 (26)

関係行政機関・団体情報

「安全衛生教育促進運動」を展開中です！ (5)

【厚生労働省】2月は「化学物質管理強調月間」です (22)

【政府広報】2月1日から3月18日は「サイバーセキュリティ月間」です (25)

みんなで予防
インフルエンザ

マメな手洗いと咳エチケットで「かからない」、「うつさない」。

厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

インフルエンザに関する情報 今冬 インフルエンザ

バーコード読み取り機能付き携帯電話もしくはスマートフォンでご利用いただけます。

令和7年における 労働災害の発生状況について（速報値）

－死亡災害、死傷災害ともに減少－

令和7年1～12月期（速報値）における陸運業の労働災害発生状況は、

死亡災害 68人 （対前年同期比 -29人 29.9%減少）
死傷災害 14,202人 （対前年同期比 -827人 5.5%減少）

となりました。

死亡災害、死傷災害ともに前年を下回る状況となっていますが、それでもなお、大変多くの方が被災されている状況に変わりありません。

死亡災害の令和2年以降各年の1～12月期(速報値)をみると、表1のとおりです。

表1 陸運業における死亡災害の発生状況（1～12月期速報値）

年	死亡者数 （速報時点）	各年確定値
令和2年	79人	86人
令和3年	84人	89人
令和4年	78人	90人
令和5年	96人	110人
令和6年	97人	108人
令和7年	68人	—

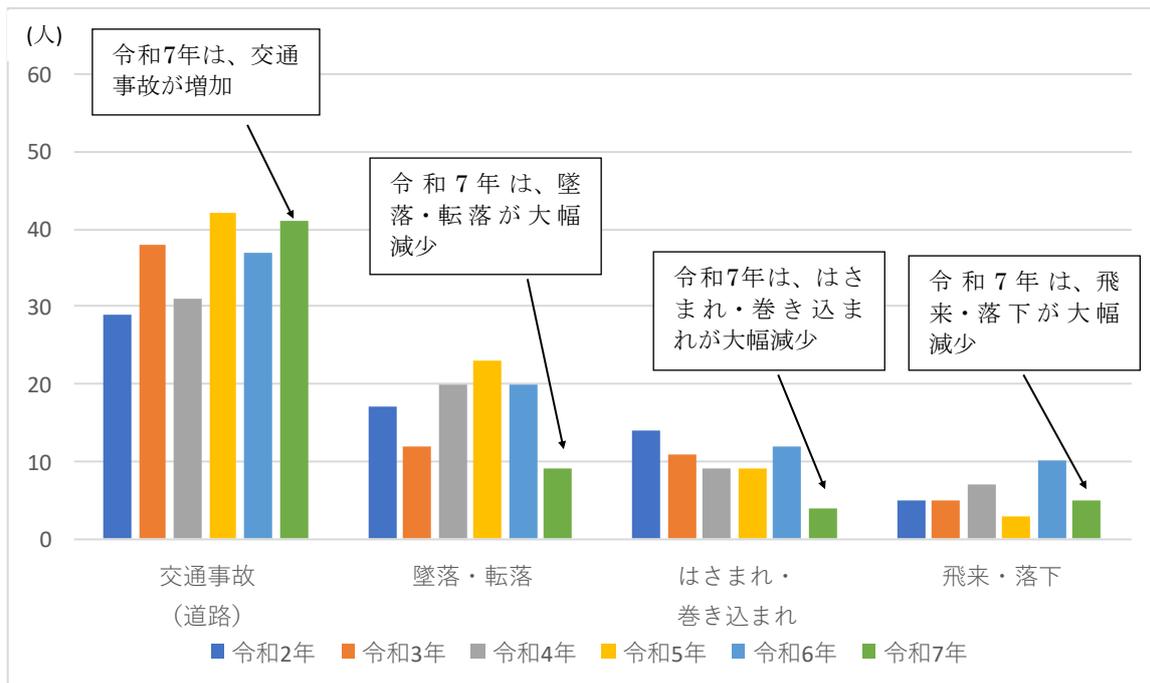
令和5年から大幅増に転じていましたが、令和7年は減少しています。確定までの推移に留意する必要があります。

死亡災害における主な事故の型別の推移は表2、図1のとおりです。

表2 陸運業における主な事故の型別死亡災害の発生状況（1～12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
令和2年	29人	17人	14人	5人
令和3年	38人	12人	11人	5人
令和4年	31人	20人	9人	7人
令和5年	42人	23人	9人	3人
令和6年	37人	20人	12人	10人
令和7年	41人	9人	4人	5人

図1 陸運業における事故の型別死亡災害の推移（1～12月期速報値）



陸運業の死亡災害で多く発生している「交通事故(道路)」は前年と比べ増加となりました。一方、主な原因が荷役災害である、「墜落・転落」、「はさまれ・巻き込まれ」、「飛来・落下」は前年と比較するといずれも減少しています。

<死亡災害の概要>

最も多く発生し、前年と比べても増加している「交通事故(道路)」の概要の一部をみると、

- ・ 高速道路のインターチェンジ付近にて、前方の渋滞により停車していた車列の最後尾に自車が追突した。
- ・ 高速道路を走行中、渋滞により停車していた車両に追突し、大破した運転席に挟まれた。
- ・ 前方のトラック同士の衝突事故により停車した車両に、後方から追突した。
- ・ 国道を走行中、赤信号で停車していた前方のダンプカーに追突した。
- ・ 国道を走行中、センターラインを越えて右側に蛇行し、道路沿いのマンションの壁に正面衝突した。
- ・ 林道の狭い箇所に対向車に道を譲るため後退した際、路肩から斜面に転落した。
- ・ トンネル内を走行中、非常退避所の側壁に衝突して横転し、発生した火花が燃料に引火して車両が燃えた。
- ・ 国道を走行中、対向車線にはみ出して対向車の大型トラックと正面衝突した。

といった追突や運転操作ミスによるものと推測される事故が目立ちました。

なお、以下のような被災事故も発生しています。

- ・ 高速道路を走行していた際に、タイヤの空気圧の低下を感じたため路肩に停車。三角表示版を置こうと車外に出た際に、後方から走行してきた乗用車に轢かれた。

- ・ 被災者は得意先へ製品納入後、近くの道路の路肩に停車し、自車後部を洗浄していた。運転席へ戻る際、右側を大型トラックが通り過ぎる時、当該トラックに被災者が接触した。
- ・ 店舗に食品を納品するため、路上に停車しトラック後方から荷室の扉を開けようとしたところ、後方から進行してきた車輦に追突された。
- ・ 被災者は、路上に車両を停車して荷卸し作業を行い、その後車両前室にて荷物整理をしていたところ、後方から走行してきた別の自動車に追突され被災した。
- ・ 被災者は、トラックで工事現場へ鋼材を運搬していたところ、道路が陥没しトラックごと墜落した。

このように、降車時に他車との接触による事故も発生しています。道路上における安全確認、安全措置を徹底する必要があります。

次に、令和7年は大幅減少になっているものの、死亡災害で2番目に多く発生している「墜落・転落」の概要の一部をみると、

- ・ ウイング車の荷台側面から地面に直接降りようとしたところ、背面から約1.3m墜落し頭部を負傷した。
- ・ 荷台で飛散防止用シートを張る作業中、荷台端でバランスを崩し、荷台上から後ろ向きに約3.65m墜落し頭から地面に激突した。保護帽の着用はしていなかった。
- ・ 銅板の締め付け作業中、荷台のリングに掛けるべきレバブロックのフックを銅板に掛かった状態で荷締めを行っており、フックが外れ、その反動で約1.7m墜落した。
- ・ 倉庫のトラックバースにて、トラック荷の荷崩れ防止のため、台車にラップを巻き引っ張ったところ、ラップが台車から外れてバランスを崩し、バース端部から約1m転落した。保護帽の着用はしていなかった。

といったようにトラック荷台から落下したことによる災害、保護帽を着用していなかった災害が見受けられました。

次に、死傷災害の令和元年以降の各年の1～12月期（速報値）の状況をみると、表3のとおりです。

表3 陸運業における死傷災害の発生状況（1～12月期速報値）

年	死傷者数 (速報時点)	各年確定値
令和2年	14,398人	15,669人
令和3年	15,325人	16,355人
令和4年	15,156人	16,580人
令和5年	14,967人	16,215人
令和6年	15,029人	16,292人
令和7年	14,202人	—

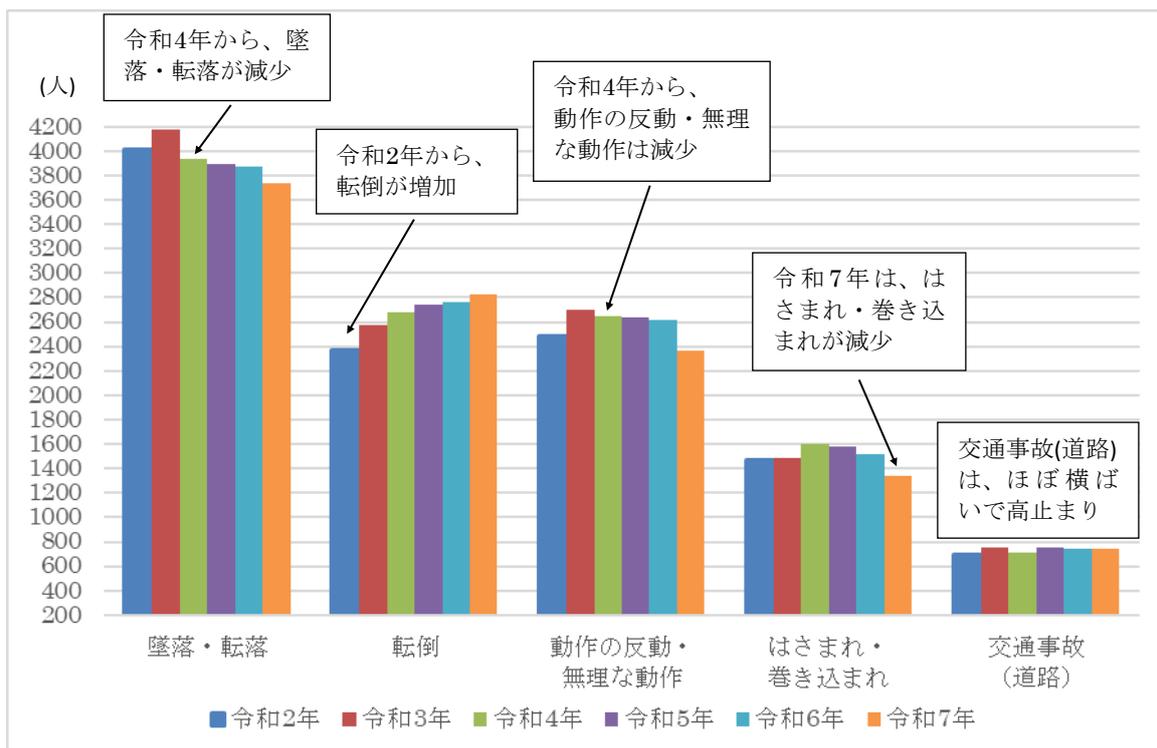
死傷災害は、前年同期に比べ減少しています。

死傷災害における事故の型別の状況について、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」、「はさまれ・巻き込まれ」の上位4つの事故及び死亡災害で最も多く発生した「交通事故（道路）」の事故の型別発生状況は、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傷災害の発生状況（1～12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	交通事故（道路）
令和2年	4,010人	2,367人	2,482人	1,472人	699人
令和3年	4,175人	2,573人	2,696人	1,489人	752人
令和4年	3,940人	2,681人	2,646人	1,596人	712人
令和5年	3,897人	2,747人	2,635人	1,577人	758人
令和6年	3,869人	2,758人	2,613人	1,514人	744人
令和7年	3,733人	2,827人	2,360人	1,341人	742人

図2 陸運業における事故の型別死傷災害の推移（1～12月期速報値）



死傷災害の中で最も多く発生している「墜落・転落」は、令和4年から徐々に減少しています。一方、「転倒」は令和2年から増加傾向に歯止めがかからない状況となっています。また、令和2年から急増した「動作の反動・無理な動作」は徐々に減少しているものの高止まりしていましたが、令和7年は大幅に減少しています。死亡災害で最も多く発生している「交通事故（道路）」は、死傷災害においてはほぼ横ばいとなっています。

令和7年の労働災害発生状況は、速報段階ではありますが前年に比べ死亡災害、死傷災害ともに減少となっています。

死亡災害の減少に寄与している大きな要因は、「墜落・転落」、「はさまれ・巻き込まれ」、「飛来・落下」という荷役災害に関する災害が減少したことにあります。

一方、死亡災害で最も多く発生している「交通事故（道路）」については、昨年と比べて増加に転じていますので、これまで以上に安全運転を徹底し、ドライバーへの教育を強化するなど、交通労働災害防止の取組が求められます。

死傷災害も同様に、「墜落・転落」、「はさまれ・巻き込まれ」、「動作の反動・無理な動作」といった荷役災害に関する災害が減少しています。しかしながら、「転倒」については、令和2年から増加が続いています。冬季は積雪・凍結による災害リスクも高くなることから、今一度、荷主庭先等を含め、作業場所や職場内に転倒の危険箇所がないか点検・改善を行い、対策の徹底をお願いいたします。

労働災害は減少しているとはいえ、今なお多くの方が被災されていることに変わりはありません。

当協会では、全国での安全講習会等の実施、個別指導等を通じ、労働災害防止活動に一層取り組んでまいります。会員事業場の皆さまにおかれましても、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、対策を講じていきましょう。

「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：2026年2月1日～2026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。

安全衛生教育促進運動サイト

<https://www.jisha.or.jp/campaign/kyoiku/.html>

運動リーフレット

https://www.jisha.or.jp/Portals/0/resources/campaign/kyoiku/pdf/r7_kyoiku_leaflet.pdf

令和7年度
安全衛生教育
促進運動

ストップ
STOP
労働災害

2026年
2月1日
~4月30日

義務です！

雇入れ時
教育

職長等
教育

技能講習

特別教育

など

正しい知識で職場を安全・健康に!

中災防では、特設サイトにて実施要領・教育実施状況チェックリストを公開しています。
特設サイトはこちら 安全衛生教育促進運動 で 検索

全ての働く人々に安全・健康を - Safe Work, Safe Life -

JISHA 中災防 中央労働災害防止協会 (中災防)
〒108-0014 東京都港区芝5-35-2
TEL) 03-3452-6449 [E-mail] koho@jisha.or.jp

お問い合わせは
総務部 広報課まで

主 唱 中央労働災害防止協会 後 援 厚生労働省

個人事業者等に対する安全衛生対策の推進に係る 改正労働安全衛生法Q&A

Q 1 同じ場所で作業を行う全ての作業者に対する安全衛生対策とはどういうことですか？

A 1

- ◆ これまで、事業者は、直接雇用する「労働者」に対して「退避」や「立入禁止」等の安全衛生対策に係る措置を行わなければなりませんでしたが、同一の作業場所において作業に従事する者は、雇用契約の有無にかかわらず、同様の危険にさらされるという実態があることから、当該措置の対象者が「同じ場所で作業を行う全ての作業者」に拡大されたものです。したがって、危険を防止する立場にある事業者は、直接雇用する「労働者」のみならず、一人親方や協力会社の労働者など直接雇用契約の無い「同じ場所で作業を行う全ての作業者」に係る労働災害の防止を図ることが求められることになりました。



Q 2 注文者の安全配慮義務の適用は建設業だけではないのですか？

A 2

- ◆ 注文者の安全配慮義務は、特に建設工事の発注において、不適切な工期設定や施工方法の指定が想定されていたことから、建設工事の注文者が主たる対象とされてきました。しかしながら、無理な納期設定、作業方法の指定、経費の算定等により労働災害が起こる可能性は建設工事に限られないため、建設工事以外の注文者にも広く適用される趣旨が明確にされたものです。



Q 3 荷主には注文者としての配慮義務があるのですか？

A 3

- ◆ 仕事を他者に請け負わせる者は、「安全で衛生的な作業の遂行を損なうおそれ」がある条件を付さないように配慮をしなければならないことになりましたので、荷主等が仕事を陸運事業者に請け負わせる場合にも当然労働者等の安全衛生に配慮する義務が生じることになります。したがって、荷主等（業務の注文者）は、注文時に施工方法や作業方法、納期、請負金などに配慮することが求められます。

個人事業者等に対する安全衛生対策の推進に係る 改正労働安全衛生法Q&A

Q 4 荷主が配慮しなければならないことは具体的にどのようなことですか？

A 4

- ◆ 「注文者（荷主）」が業務を注文する際に必要な配慮は、①作業場所②作業方法③作業に使用する機械・設備等④作業に使用する原材料等⑤作業時間帯等を指定する場合に、その指定内容に応じて、安全衛生上留意すべき情報等を明示することです。安全衛生上必要となる教育・研修の受講や機械等の検査等に要した費用についても、その金額を安全衛生経費として計上することも必要な配慮です。
なお、注文内容の変更により、新たに教育・研修が必要となった場合には、それに要する費用を追加する配慮も必要となります。
- ◆ 「施行方法、作業方法、工期、納期等」には、工程や請負金の費目等が含まれます。また、無理な納期の設定・変更や、当初予定がなかった条件の注文後の付加等も「安全で衛生的な作業の遂行を損なうおそれ」に含まれます。
- ◆ 発注ごとに作業場所や作業環境が異なり、受注した陸運業者が作業する時に初めて具体的な状況が分かるような場合には、作業場所の管理者（注文者の場合もある）が①適切な作業環境の確保を求める②管理者と協議し、あらかじめ作業内容や作業条件を契約時に明示するなどの対応を行うことが配慮しなければならないことに含まれます。

Q 5 荷主が配慮しなかった場合はどうなるのですか？

A 5

- ◆ 荷主が、陸運事業者に無理な作業方法を押しついたり、納期について十分な配慮をしない場合は、労働安全衛生法違反になるとともに、荷主は、民事上の安全配慮義務違反を問われるおそれがあります。
- ◆ 陸運事業者の皆さんに対して、荷主が業務の注文に関して、安全で衛生的な作業の遂行の配慮をしない場合には、荷主に対して、安全で衛生的な作業の遂行に配慮をお願いしたいと申し入れることはできます。この度の法改正を契機として、荷主に協力を求める話し合いを続けていくことが必要です。

⚠️ 冬季の転倒災害を 防止しよう！ ❄️

冬は、凍結や積雪により路面の状態が急激に変化しやすく、転倒災害が発生しやすい時期です。

また、陸運業では、屋外と屋内を頻繁に行き来することから、転倒するリスクが高まります。なお、防寒具の着用による動きにくさや視野の低下、年末などの繁忙期における焦りや急ぎの行動も、転倒災害の要因となります。

陸運業における転倒災害は、次のような場所で多く発生しています。



・トラックの荷台



・納品先の敷地や裏口、階段



・トラックの昇降設備



・荷捌き場や倉庫出入口
駐車場、構内通路など

※ 納品先など、自社で管理できない場所ほど注意が必要です。

転倒災害は重傷となるケースも少なくありません。

一見軽傷に見える場合でも、以下のような結果につながる可能性があります。

- 手首・足首・鎖骨などの骨折
- 腰や背中への打撲による長期休業
- 頭部を打った場合の重篤災害の恐れ

たった一度の転倒が、仕事や日常生活に大きな影響を及ぼしかねません。

冬季の転倒を防ぐための具体策

事業者が行うべき対策

① 環境整備の徹底

- ・荷捌き場や通路の除雪
- ・凍結防止剤(塩化カルシウム等)の散布
- ・融雪水が再凍結しない排水対策
- ・危険箇所への注意表示やカラーコーンの設置

② 作業方法の見直し

- ・荷台からの飛び降り禁止
- ・荷物を持ったままの昇降禁止
- ・トラック昇降時は必ず三点支持を徹底

作業者一人ひとりが気をつけるポイント

- ・滑りにくい安全靴を着用する
- ・足元を確認してから行動する
- ・走らない、飛び降りない
- ・違和感や危険を感じたら無理をしない



転倒災害は「一瞬の油断」で発生します。焦らず、足元を最優先に行動しましょう。

！「ヒヤリ・ハット」を活かしましょう

転倒災害を防ぐためには、事故に至らなかった事例の活用が重要です。

- ・滑りそうになった場所や状況を共有する
- ・危険箇所マップに反映する
- ・冬期前・冬期中のKY活動に活用する

「転びそうになった」は、重要な安全情報です。

冬期前・冬期中の重点チェック

- 凍結しやすい場所を把握している
- 作業方法の注意点を周知している
- 除雪・凍結防止の体制が整っている
- 安全靴などの装備は適切か

まとめ

冬の転倒災害は、防げる災害です。

「急がない・飛び降りない・足元を見る」

この基本動作を、職場全体で徹底しましょう。



職場での転倒にご注意ください！



転倒予防のために適切な「作業靴」を選びましょう

陸災防が会員事業場の遵守すべき事項として定めた陸上貨物運送事業労働災害防止規程第30条（安全な履物の使用）では、作業に応じ、安全靴その他安全な履物を使用させること、第47条3（転倒防止措置）では、荷役作業所等に合わせて、耐滑性、屈曲性のある安全靴を使用させることと明記しており、耐滑性能の重要性を示唆しています。

特に荷物を持った状態での転倒は受け身の姿勢を取りづらく、状況によっては転落・墜落につながります。安全靴やプロスニーカー®は、耐滑性能の有無が確認できるようになっていますので、作業環境に合わせた靴の選定に努めましょう。

転倒が発生する状況

転倒が起きうる状況によって、靴を性能で選びましょう

例1 荷物の仕分け作業中
作業スペースにもの多く
つまづきそう



例2 荷台からの荷卸し作業中
荷台が濡れていて滑りそう



例3 運転席から降りるとき
凍結した路面で滑りそう



作業環境・内容をチェック

① 床の材質や形状・状況で、転倒対策が必要になります

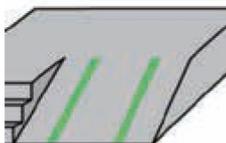
(材質例)

- ・コンクリート
- ・Pタイル
- ・金属



(形状・状況例)

- ・床面が水・油で濡れている
- ・凹凸がある
- ・傾斜がある(スロープ等)



② 作業中に重量物を取扱う

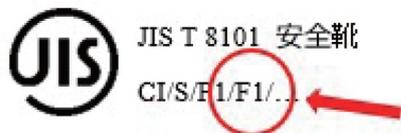
安全靴やプロスニーカー®を着用してください。



耐滑性の有無

■ 安全靴の場合

個装箱や製品のJISマーク表示の近くに「F1」または「F2」の表示があるか確認してください。



■ プロスニーカー®の場合

靴のべら裏面の表示に、耐滑性のピクト表示があるかを確認してください。



〈表示例〉

本記事の内容は、日本プロテクティブスニーカー協会発行の冊子「なるほど！プロスニーカー、プロブーツ」から同協会の許諾を得て抜粋しました。全文は下記URLからご覧いただけます。

https://prosneaker.jp/wp/wp-content/uploads/2024/10/jpsa_pamphlet24.pdf

【支部の活動】

長野県支部が「フォークリフトによる労働災害防止のための研修会」で実演指導しました

陸災防長野県支部は、県内で労働災害が多発し、フォークリフトによる労働災害も発生していることから開催された「フォークリフトによる労働災害防止のための研修会」においてフォークリフト作業を実演指導しました。

この研修会は小諸労働基準監督署及び佐久労働基準協会共催で開催され、管内の全産業のフォークリフトを使用する事業場から運転者、管理者、安全担当者約50名が参加しました。長野県支部は監督署、基準協会からフォークリフトの安全作業についての実演指導を要請され研修会に協力しました。

実演指導では、技能講習の講師がフォークリフトの3段階（日常的な点検・月次点検・年次点検）の点検、乗降は三点支持で行うことを指導し、続いて実際に荷物を載せて走行し、急ブレーキ、急加速、急旋回運転を行い、荷物が崩れる様子を実演しました。トラックからの積卸しの際の注意事項も経験を踏まえて解説しました。また、作業場所の安全確保、照度、障害物の撤去、安全標識、通行区分帯の設定等についても管理者にアドバイスしました。

当日は監督署から座学も行われ、特に作業計画の作成について、強い呼びかけがありました。具体的には様式例を紹介し、運行経路、荷物情報、作業方法の社内ルール等を決めて、作業指示をするよう指導が行われました。

その後、参加者はグループに分かれ、各現場での現状や危険な事例を発表し、改善対策を話し合い、その結果を紙に記載し掲示して参加者全員で情報を共有していました。

フォークリフト実演指導での危険運転再現は、参加者に強いインパクトを与えられたと思います。陸災防をPRする場にもなりますので、今後も関係機関と連携し、こうした機会には積極的に参加・指導を行っていきたいと考えています。



3点支持乗降の重要性を実演で解説



危険運転を実演し荷崩れを再現

【支部の活動】

陸災防埼玉県支部・埼玉労働局が合同パトロールを実施しました

埼玉労働局長が陸災防埼玉県支部とともに物流センターを巡視

陸災防埼玉県支部は、令和8年1月22日(木)、埼玉労働局と合同で、物流センターに対するパトロールを実施しました。パトロールは、オストリッチ運輸株式会社において、埼玉労働局片淵仁文労働局長及び陸災防埼玉県支部山本淳事務局長代理が行い、同局労働基準部健康安全課長ほか関係者が参加しました。

このパトロールは、陸災防年末・年始労働災害防止強調運動（令和7年12月1日から令和8年1月31日）の一環として、安全の取組を広報することで、安全対策の必要性を広く周知するために行ったものです。

当日は、報道機関による取材も行われました。



オストリッチ運輸株式会社 本社・倉庫

取組内容

オストリッチ運輸株式会社永嶋常浩代表取締役から労働災害防止の取組について説明がありました。一部ご紹介します。

1 安全への取組

- (1) 各車にデジタルタコグラフ、3カメラ式ドライブレコーダー、ナビゲーションシステム、バックアイカメラ、コーナソナーを装備しドライバーの意識向上・安全に役立てている。
- (2) 年に一度、全社員が一堂に集まり、外部講師を招いた安全対策研修会を開催。
- (3) 従業員の視力低下は労働災害につながると考え、眼鏡購入者に対し助成金を支給。
- (4) 従業員満足度の向上はサービスの向上、ひいては安全の確保にも結び付くと信じ、保養施設の貸切利用や本社・倉庫内への休憩室設置、男女別トイレの完備など、働く環境の充実にも注力している。

2 フォークリフトによる災害防止対策 (写真1)

- (1) バック走行時には青いライトを点灯させ、はさまれ・巻き込まれ、激突され災害を防止。
- (2) 黄色のラインでフォークリフト走行場所と歩行通路を分離。



写真1 フォークリフト災害防止対策を視察する埼玉労働局片淵労働局長

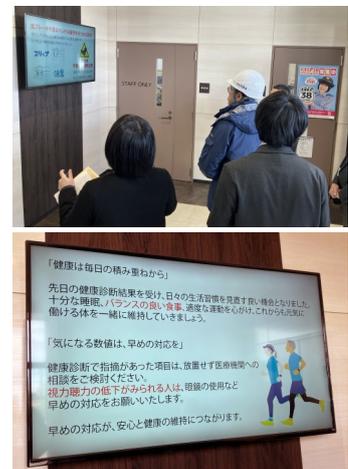


写真2

3 玄関ロビーに設置した液晶ディスプレイに労働災害防止のポイントや健康に関する情報をスライド表示してドライバーへ喚起 (写真2)

4 ロールボックスパレット（カゴ台車）による挟み込み対策として保護手袋「拳護」を作業員に支給（写真3）



写真3 保護手袋の説明を行うオストリッチ運輸株式会社永嶋代表取締役

5 「手すり」をラッシングレールに取り付け、昇降時の墜落・転落を防止（写真4）



写真4 手すりは四角形が滑りにくいので採用したとの説明を受け、手握りやすさ、強度を確認する埼玉労働局長



6 輪止め忘れ防止対策として「洗濯バサミ（竿ピンチ）」を使用（写真5）



写真5 輪止め使用時はドアハンドルに洗濯バサミを挟み、（写真左）、収納時には輪止めに洗濯バサミを挟む（写真右）ことで輪止め忘れを防止

7 熱中症対策としてスプリンクラー（ミストシャワー）をトラック荷の積卸し作業場所に設置



巡視結果講評

パトロール実施後に埼玉労働局及び陸災防埼玉県支部が講評を行いました。



埼玉労働局 片淵労働局長

1 埼玉労働局

本日は、多くの労働災害防止対策を説明いただきました。その中で、いかに実行させるか、理解してもらうかについても工夫されていると感じました。引き続き安全な荷役作業の実施をお願いします。



陸災防埼玉県支部 山本事務局長代理

2 陸災防埼玉県支部

永嶋代表取締役の先見性と柔軟な考えから労働災害防止に取り組まれていました。また、その根幹が社員のためであることも随所に感じました。フォークリフトやトラックの荷役災害だけではなく熱中症対策にも真剣に取り組まれていました。素晴らしい取組内容でした。他の会員にも参考にしていただくよう我々も周知してまいります。

RBP用保護手袋を割引価格にてご購入いただけます！



陸災防会員は、本記事掲載の保護手袋を割引価格で購入いただけます。詳細は上の写真をクリックしてください。

睡眠医学の知識 ～あなたの眠りを守りたい～

愛知医科大学名誉教授/広島大学医学部客員教授 塩見 利明

第6話 睡眠不足と心血管病～危ない狭心症に注意～

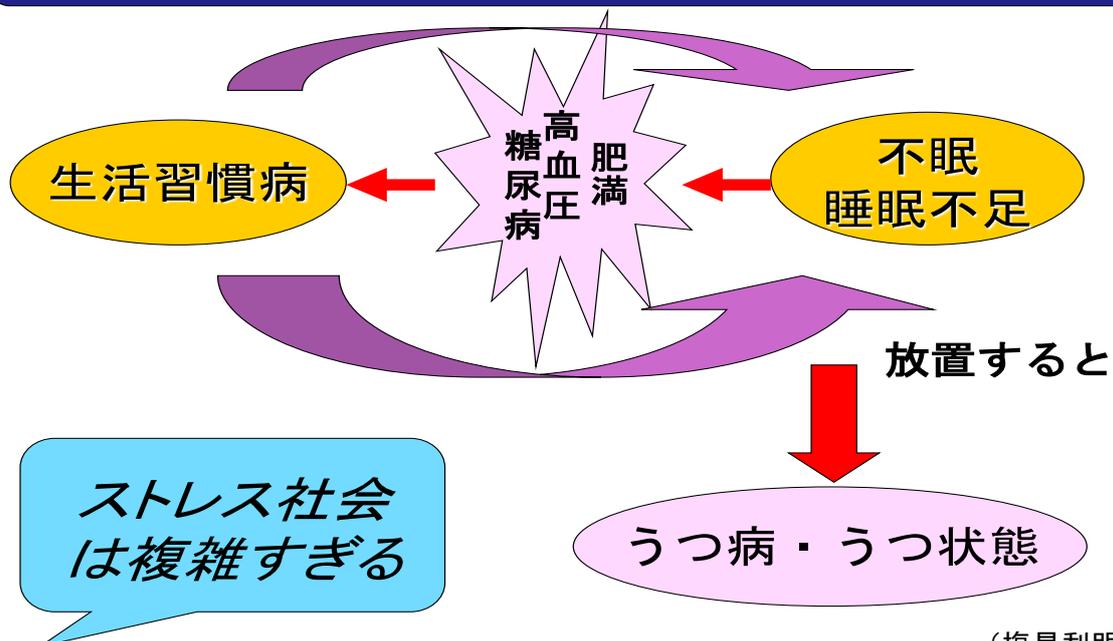
1 はじめに

私は日本睡眠学会の総合専門医・指導医ですが、もともとは日本循環器学会の循環器専門医でもあります。そのため、今回は循環器専門医の立場から、トラック運転手などの運送業従事者に多い“脳・心臓疾患”について、まずは睡眠不足と心血管病の関係について説明し、次に**健康起因事故**の代表的疾患として職業運転手の皆さまが知っておくべき致命的な心筋梗塞を引き起こす前兆の「危ない狭心症」について紹介します。第5話では不眠（現代の不眠と生活環境病）の話題を提供しましたが、不眠の問題と同様に「睡眠不足」は肥満、高血圧、糖尿病などの生活習慣病の増悪と密接な関係のあることが知られています¹⁾。肥満、高血圧、糖尿病は、第3話で紹介した睡眠時無呼吸症候群（SAS）とも密接な関係がありますが、いずれもが独立した心血管病の重大な危険因子です。（図1）

2 睡眠不足と心血管病

トラック運転手の皆さんは、本当に十分な睡眠が取れているのでしょうか。私は、2021年4月から3年間にわたり広島大学大学院睡眠医学寄附講座の教授を務めました。その際にトラック運転手の重労働の実態を知り本当に驚きました。長距離運転の前後に荷積みと荷卸しという業務（手積みなら重労働）があり、さらに長時間労働や夜間勤務などの大変な実態を知れば知るほど、トラック運転手の疲労が回復するほどの睡眠時間は十分に確保されているのかがいつも心配でした。2024年に施行された「働き方改革」の効果はどの程度まで有効であったのでしょうか。2025年流行語大賞に高市早苗首相の「働いて働いて働いて働いて働いてまいります」が年間大賞として選ばれたことには些か困惑させられています。

図1. 生活習慣病と不眠、睡眠不足



（塩見利明）

一方、厚生労働省が2023年度から開始した国民健康づくり運動である「21世紀における第三次国民健康づくり運動（健康日本21（第三次）」の「健康づくりのための睡眠ガイド2023」²⁾には、「6時間以上を目安として必要な睡眠時間を確保する」などの定量的な推奨事項が明記されています。しかし、2019年の国民健康・栄養調査結果では、1日の平均睡眠時間が6時間未満の者の割合は男性37.5%、女性40.6%であり、性・年齢階級別にみると男性の30～50歳代、女性の40～50歳代では4割以上を占めていました。また、2021年のOECD（経済協力開発機構）の調査報告でも、日本人の平均睡眠時間は調査対象33カ国の中で最も短く、国民一人ひとりの十分な睡眠の確保はいまなお重要な健康課題といえます。

また、日本の男性労働者2,282人を対象に14年間追跡した調査研究では、睡眠時間が1日当たり6時間未満の人は、7時間以上8時間未満の人と比べて、心筋梗塞、狭心症などの心血管病の発症リスクが4.95倍となることが報告されています。さらに、睡眠時間

が短いと、死亡リスクが高まるという報告もあり、世界中で収集された92万人分のデータ解析では、睡眠時間が6時間未満になると、死亡リスクまでもが有意に上昇するという結果が報告されています³⁾。

睡眠不足は、生活習慣病を増悪させ、動脈硬化から心血管病を引き起こし、死亡リスクまでも高めるので労働者が最も重視すべき睡眠の問題に違いないでしょう。

3 トラック運転手を襲う健康起因事故、特に心血管病

運送業、郵送業では、“脳・心臓疾患”の業種別の労災支給認定件数がほかの業種に比べて圧倒的に多いことが報告されています（図2）⁴⁾。健康起因事故という呼び名は使いやすいですが、私のような循環器専門医の立場からすれば「疾病起因事故」と呼ぶべき重要課題です。この健康起因事故により死亡した運転者（事業用自動車）の疾患別内訳では、心臓疾患54%、大動脈瘤及び解離13%、両者を合わせた心血管病は67%となっており、心血管病が疾患全体の

図2. 脳・心臓疾患の業種別の労災認定支給件数
過去12年間（平成22年～令和3年）：計3,100名

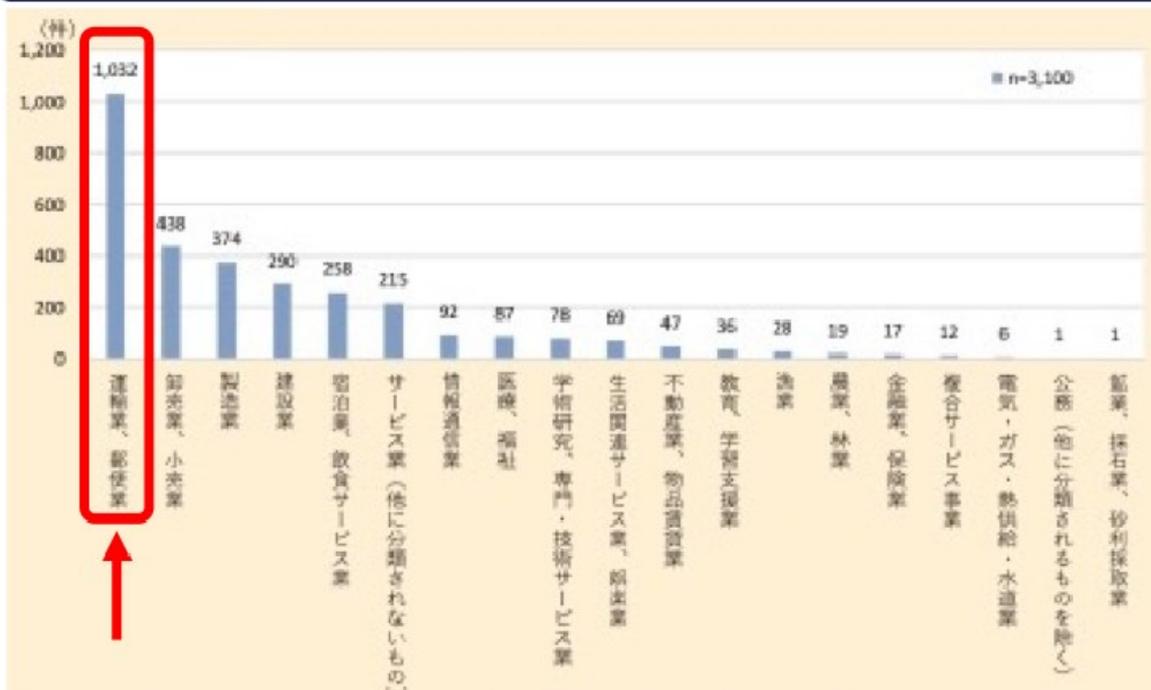
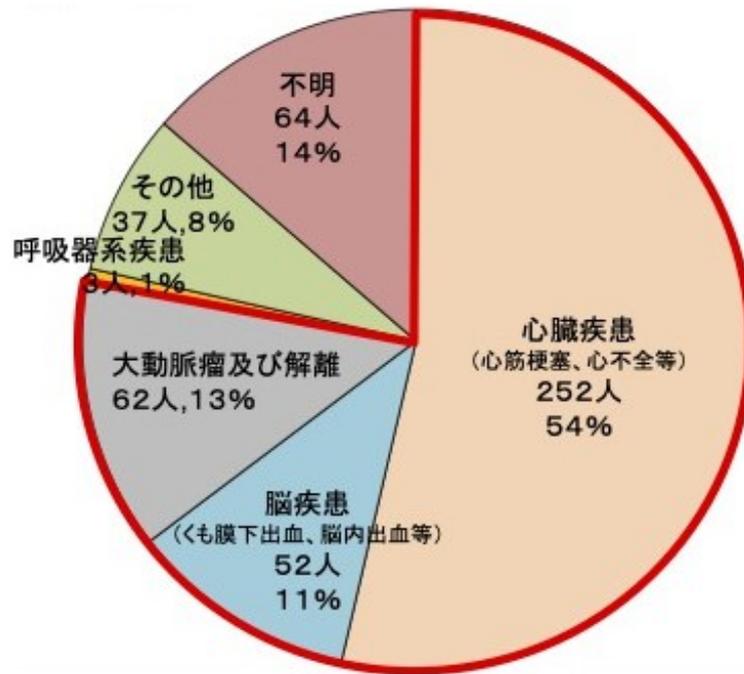


図3. 健康起因事故により死亡した運転者の疾患別内訳 過去10年間（平成25年～令和4年）：計470名



国土交通省 令和5年度 事業用自動車健康起因事故対策協議会

約3分の2を占めています（図3）⁵⁾。特に、長距離のトラック運転手は心血管病を非常に発病しやすい職業といえるため、定期健康診断をしっかり受け、日頃から食事などにも気を使って高血圧や高脂血症を改善させ動脈硬化の予防をつねに心がけてください。（図2，図3）

ぎますが、治ったわけではなく、そんなときに無理してトラックの運転や積荷作業を続けてしまうと致命的な心筋梗塞に陥って健康起因事故により死亡し悲惨な大事故を起こしてしまうこともあるので、一刻も早く周囲の方に相談して直ちに循環器の専門医を受診してください。

4 危ない狭心症（前胸部痛）の発作

狭心症の大半は、図4（左）に示すごとく労作性狭心症であり、労作の時（坂道や階段を上がる、力仕事をするなど）に胸の圧迫感や苦しさなどの前胸部痛を感じ、安静にすると数分で消失します。しかし、最近1ヶ月の間に前胸部痛の発作—「典型的には、数分から10分以内の発作で、胸が締め付けられる感じ（胸部絞扼感）、あるいは胸が押さえつけられる感じ（胸部圧迫感）」—が新しく始まり、毎日のように1日に何回も発作症状を繰り返すとき、それは不安定狭心症という心筋梗塞へと進展する可能性の高い“危ない狭心症”です。発作は安静にしていれば通常数分以内で和ら

図4. 労作性狭心症を誘発する運動負荷心電図検査としてのマスター2階段昇降試験（ダブル：3分間）



労作性狭心症



マスター2階段昇降試験

5 狭心症の原因

狭心症とは、心筋（心臓を構成する筋肉）に血液を行き渡らせる冠動脈が狭くなること（冠動脈狭窄）により、一時的に心筋が酸素不足に陥って胸の痛みや圧迫感を引き起こす病気ですが、放置すると冠動脈が完全に詰まる“心筋梗塞”を引き起こす可能性があります。冠動脈に狭窄が生じる原因としてもっとも多いのは、“動脈硬化”です。動脈硬化は高血圧、糖尿病、あるいは脂質異常症等の生活習慣病によって引き起こされる血管の変化のことであり、血管の内側の壁にコレステロールなどが沈着することで血管が狭くなります。毎年の健康診断で高血圧、糖尿病、あるいは脂質異常症等を指摘された方は是非とも2次検診を受けてください。さらに要治療と診断された方は、通院するのが面倒でも動脈硬化の予防を目的とした高血圧、糖尿病、脂質異常症等の治療を長期間にわたり継続して受けられることをお勧めします。

6 心配ならば運動負荷心電図検査を受けましょう

普通（安静にした状態）の心電図検査は正常でも、運動中や仕事などの労作時（体を動かしている状態）に狭心症の症状がでることがあります。運動で心臓に一定の負荷（負担）をかけつつ心臓の筋肉の変化を観察するのが運動負荷心電図検査です。胸部に不快感（名古屋弁では「ずつない」）があり、狭心症が心配なトラック運転手、特に中高年の方は、是非とも一度は循環器内科または総合病院を受診し、ダブルマスター（3分間）の2階段昇降試験またはトレッドミル検査という運動負荷心電図検査を受けてみてください。ダブルマスター2階段昇降試験は少し検査時間（20-30分）がかかるのが難点ですが安価（保険点数380点）であり、本来は安静時心電図に変わってすべてのトラック運転手が毎年定期的に受けるべき検査ではないかと思っています（図4）。もしも運動負荷心電図試験の結果が陽性の場合には、さらに専門的な冠動脈CT検査あるいは心臓カテーテル検査

等の精密検査が必要となりますが、この段階で早期診断がつき、迅速かつ適切な治療を受けられるならば概ね致命的な運転中の急性心筋梗塞の発症を防ぐことができるでしょう。一方、夜間安静時のみに狭心症の発作が出現する冠攣縮性狭心症の診断には24時間ホルター心電図検査が必要なため、その際にもすぐに循環器の専門医を受診してください。

7 おわりに

社会人は誰しも体が資本です。いい仕事を長く続けていくためには生活習慣から気を配り、常にご自身の体調管理を怠らないようにしてください。車の定期点検と同様にご自身の定期健康診断の結果をこの機会にもう一度見直していただけたら幸いです。

参考資料：

- 1) 塩見利明,内田亜希子：睡眠と生活習慣病 - 眠って生きる/眠って治せ-. 日本病院総合診療医学会雑誌, 2013. https://doi.org/10.60227/jhgmwabun.4.2_10
- 2) 厚生労働省：健康づくりのための睡眠ガイド 2023. <https://www.mhlw.go.jp/content/001305530.pdf>
- 3) Itani O, Jike M, Watanabe N, Kaneita Y. Short sleep duration and health outcomes: A systematic review, meta-analysis, and meta-regression. *Sleep Med* 32: 246-256, 2017.
- 4) 厚生労働省：令和5年度 我が国における過労死等の概要及び政府が過労死等の防止のために講じた施策の状況. 第4章 過労死等をめぐる調査・分析結果, 第4-1-1-5図, p87. <https://www.mhlw.go.jp/content/11200000/001522488.pdf>
- 5) 国土交通省：令和5年度 事業用自動車健康起因事故対策協議会. 健康起因事故発生状況と取組みについて. <https://www.mlit.go.jp/jidosha/content/001722673.pdf>

【隔月連載】

『安全衛生のしおり』の活用を！（第1回）

安全管理士 中尾 陽

皆さん、『安全衛生のしおり』をご存じでしょうか？本冊子は陸運業における労働災害の現状と関連する事項をわかりやすく取りまとめたものです。

労働災害の発生状況は、いろいろなところから、様々な場面で紹介されていますが、その数字などから自社の労働災害発生状況に置き換えて、そしゃくして労働災害防止対策に生かすことができますでしょうか。

まず、次の表を見てください。



安全衛生のしおり

	令和4年10月～令和5年9月	令和5年10月～令和6年9月
墜落・転落災害件数（死亡災害）	23件	21件
上記件数のうち保護帽未着用件数	6件	10件

この表は、3年分の『安全衛生のしおり』から、数字をまとめて作成しました。

『安全衛生のしおり』には、当該年に発生した死亡災害の概要が掲載されています。労働災害発生状況が示されていますので、どのような災害であったのかある程度想像することが可能です。

なぜこの件数に着目したかということ、令和5年10月に改正労働安全衛生規則が施行され保護帽着用が義務化されたことから、令和5年10月以前と以後において、墜落・転落災害における死亡災害件数がどのように変化したか、また、そのうち保護帽の未着用件数が減少したかを探ってみました。

墜落・転落災害の死亡災害件数は、顕著な変化は見られませんでした。しかし、残念ながら保護帽未着用件数は規則改正後期間の方が増加していました。

トラック荷台への昇降、トラック荷台上での作業及びテールゲート使用の作業では保護帽を着用されていない方を街中で多く見受けます。「着用するのが当たり前」「着用は文化」とまでは根付いていないようです。

着用されないのはなぜでしょうか？ 自社現場の実状に当てはめて、その問題点を見つけていただきたいと思います。

ということで、今回は労働災害防止に役立つ取組のヒントとして、保護帽の確実着用のために管理者に取り組んでいただきたいポイント及び作業員に取り組んでいただきたいポイントについて考えました。

管理者に取り組んでいただきたいポイント

労働災害が発生すると保護帽の着用を厳守などと取組が再確認されますが、根付いていません。いろいろと理由を付けて作業者は被っていない、被るのを忘れることが多いのではないのでしょうか。そこで管理者は次の3つのことに取り組んでみることをお勧めします。

- 1 保護帽の効果と正しい被り方について労働者とともに考える。
- 2 衛生上の問題などから着用できないのであれば、お客様と別途の安全対策を考える。
- 3 運転席内部や荷室内部の昇降部分等に保護帽の着用を促す注意喚起表示を行う。

作業者に取り組んでいただきたいポイント

「なぜ、作業者は保護帽を被らない、被るのを忘れる。」のでしょうか。多くの場合、これぐらいの高さから落ちて大丈夫だとか、暑いとか、面倒だとか様々な理由を付けて被っていないのが現状だと思われます。自分だけは大丈夫だという思い込みは捨てなければなりません。そこで作業者の皆さんに取り組んでいただきたいことは、次の3点です。

- 1 安全会議などで災害事例について作業者皆さん同士で話し合っ、自分たちの安全対策を考えてください。考えることが重要です。
- 2 保護帽の置き場所を決めて表示をしてください。保護具がいつも同じ場所にあることが安全の第一歩となります。
- 3 保護帽の点検方法を学び、毎日、作業開始前に点検することを心掛けましょう。保護具に愛着心を持って接しましょう。



今回は墜落・転落災害の事例から保護帽の未着用件数に着目してみましたが、『安全衛生のしおり』には労働災害防止に役立つところがたくさんあります。ただ、眺めるだけでなく少し「なぜ?」とと思っていただき、自社の労働災害防止に役立てていきましょう。

令和8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ほか、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8年11月12日(木)に岐阜県岐阜市にて開催する第62回全国陸上貨物運送事業労働災害防止大会in岐阜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とします。

(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
- イ 荷主等との連携に基づく災害防止
- ウ 高年齢労働者の荷役労働災害防止
- エ 法令の遵守や自主的な安全衛生活動の推進
- オ 危険予知活動、リスクアセスメント等の実施
- 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

(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）

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

(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
- イ ストレスチェック等のメンタルヘルス対策
- 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
- エ 腰痛予防
- オ 熱中症予防（令和7年改正労働安全衛生規則による事業者による義務付けられた措置の内容を含む）

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点以内とさせていただきます。

- (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8年度『安全衛生標語』募集のご案内」のページをご覧ください。
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」の用紙をご使用ください。
- (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、次の事項を必ず記載してください。
- 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：〇〇会社〇〇支店〇〇課）
勤務先の住所、郵便番号、電話番号
ウ 応募する部門の別（「荷役」「交通」「健康」）
事業場で複数の方の作品を取りまとめて応募される場合は、各作品の作者が分かるようにしてください。また、応募を取りまとめた方の氏名及び連絡先も記載してください。
- (4) 上記(2)又は(3)の応募用紙等は、Eメール、ファックス、郵送（はがき、封書）等の方法により、当協会宛てにお送りください。
- (5) 応募用紙等に記載された個人情報等は、当協会が責任をもって管理し、入選作品の選考における確認、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ます。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8年3月31日(火)

郵送の場合は、3月31日当日消印有効とします。

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8年4月に当協会において入選作品を決定し、入選者本人又は応募の取りまとめた方に通知します。なお、作品の文言について、より具体的かつ簡明な表現とするため、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8年5月に当協会のホームページで公表するとともに、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・団体等の名称及び所在地（都道府県名）を掲載します。）。
- (4) 令和8年11月12日(木)開催の第62回全国陸上貨物運送事業労働災害防止大会 in 岐阜の式典において、入選作品及び入選者の表彰を行います。
なお、代表者1名については、当日、当協会会長から壇上にて表彰状及び賞品を授与します。
自宅又は職場から大会会場（岐阜県岐阜市）までの往復交通費及び宿泊費は、各自のご負担となります。
- (5) 入選者には、表彰状のほか、次の賞品を贈呈します。

	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、当協会に帰属します。
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ほか、会員企業・事業場において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：r8hyougo@rikusai.or.jp

ホームページ

https://rikusai.or.jp/event_schedule/hyougo/

小企業無災害記録表彰〔令和8年1月〕

	事業場名	労働者数	無災害期間	支部名
第1種	株式会社三恵物流センター	43名	令和3年12月30日～令和6年12月29日	岐阜県
第1種	株式会社アマカン 群馬営業所	25名	令和4年11月20日～令和7年11月19日	群馬県
第2種	安城高速運輸株式会社	26名	令和2年10月30日～令和7年10月29日	愛知県
第3種	齋藤商事株式会社	13名	平成30年10月1日～令和7年9月30日	愛知県
第3種	安房運輸株式会社 東海営業所	26名	平成28年10月27日～令和5年10月26日	岐阜県
第3種	フットワークエクスプレス関東株式会社 東北支店	18名	平成30年10月1日～令和7年9月30日	福島県
第3種	臼杵運送株式会社 鹿児島営業所	40名	平成30年11月18日～令和7年11月17日	鹿児島県
第4種	株式会社中村建運 会津営業所	13名	平成26年6月6日～令和6年6月5日	福島県
第5種	鈴与自動車運送株式会社 名阪支店 名古屋営業所	17名	平成20年7月1日～令和5年6月30日	愛知県
第5種	株式会社丸鈴運輸 岐阜営業所	12名	平成22年11月1日～令和7年10月30日	岐阜県

陸防災では、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。

【厚生労働省からのお知らせ】

2月は「化学物質管理強調月間」です

～慣れた頃こそ再確認 化学物質の扱い方～

厚生労働省は、経済産業省、環境省等の関係行政機関、災害防止団体等安全衛生関係団体、労働団体や事業者団体等の幅広い協力を得て、令和8年2月1日から2月28日までの1か月間、「化学物質管理強調月間」を実施します。

化学物質管理者による化学物質管理の徹底等、化学物質管理体制の構築を最重点事項とし、事業者及び労働者が連携・協力して、日常の化学物質管理の総点検を行いましょ。

詳細は次のURLからご覧ください。

<https://chemiguide.mhlw.go.jp/kyochogekkan/index.html>

化学物質管理強調月間リーフレット

<https://jsite.mhlw.go.jp/aomori-roudoukyoku/content/contents/002525569.pdf>

あなたの職場にいますか？
化学物質管理者

換気をせずに
トイレ清掃中に
洗浄剤を使って
フッ化水素中毒に

施設の壁清掃に
原液のままカビ取り用洗剤を
使って呼吸困難に

殺虫剤が散布作業中に
不十分な保護具で体に付着し
有機リン中毒に

美容院で毛染め剤を素手で
使って皮膚にかぶれ

慣れた頃こそ再確認 化学物質の扱い方
2月は「化学物質管理強調月間」

関連情報は
特設サイトへ
労働安全衛生関係法令の改正により、
令和6年4月から業種・事業規模を問わず、
化学物質管理者の選任やリスクアセスメント等に
基づく適切な管理等が義務づけられています。

厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

災害事例
と
その対策

トラック荷台での立会作業中における 転倒（ベニヤ板の倒れ込み）による負傷

- 1 事業の種類：運送業 従業員40名
- 2 発生時・場所：14時30分頃 自社構内
- 3 被災者：倉庫入出庫管理者 60代
経験2年
- 4 傷病の程度：右手首脱臼・右肘打撲
(休業1週間)

5 災害発生状況

被災者は自社出荷場にて下請会社のトラック積込作業への立会指示を受け、昇降設備を使用して荷台へ上がった。作業は、協力会社作業員がフォークリフトで荷を積み、トラック運転者が荷台上で荷受けを行う手順であった。積込みの進捗に伴い、被災者が荷台後方の左側で立会いを続けていたところ、フォークリフトが荷台に荷を着地させた際の振動により、鳥居（ロードレスト）に立てかけてあった未固定のベニヤ板が倒壊。背中に直撃を受けた被災者はバランスを崩して転倒し、右手首の脱臼及び右肘を打撲した。

6 被災時の状況、行動及び心理等

被災者は異業種から転職して倉庫の入出庫管理業務に従事していた。当日午後には出荷量が多く、初めて立会業務を行った。立会業務は当日午前中に指示された。

通常時の立会業務担当者は別件の積込作業を行っていた。

7 原因

- (1) 物の不安定な状態
 - ・荷台ロードレストにベニヤ板が縦向きに立てかけてあったが、固定・固縛等の措置が講じられていなかった。
- (2) 人の不安定な行動及び心理状況
 - ・立会業務に関する具体的な安全指導を受けておらず、本来の担当業務（入出庫管理）に意識が向いていたため、周囲の作業環境や危険に対する注意が不足していた。

(3) 管理面での不安全な要因

- ・立会業務における潜在的危険（荷の倒壊等）についての事前教育が行われていなかった。
- ・突発的な業務に対し、本人の経験や安全意識の程度を考慮せず、安全管理体制が不十分なまま業務に従事させた。

8 安全対策

(1) 物の不安全な状態

- ・倒れるおそれがある資材は、作業前に荷台床へ水平に置くことを徹底する。やむを得ず立てかける場合は、ロードレスト等へ確実に固縛する。

(2) 人の不安全な行動

- ・作業開始前、周囲に危険物がないか点検し、発見した場合は速やかに除去・是正する手順を徹底させる。

(3) 管理の不安全な要因

- ・未経験者や経験の浅い者を作業に就かせる際は、必ず事前に作業手順及び過去の災害事例を用いた安全教育（KY等）を実施する。
- ・繁忙期等の出荷量増大を想定し、応援者の選定基準や安全マニュアルを事前に作成し、周知徹底を図る。

今回の事故は、知識・経験のない者に教育や指導を受けさせることもなく、荷役作業現場での立会業務に就かせたことが原因と考えられます。直接現場で作業に従事するわけではないので、安易に現場に行かせたそうです。

担当外の作業を行わせる場合、経験の確認を行い、未経験や慣れていないのであれば、作業内容・手順の事前説明、過去の事故事例やヒヤリ・ハット等に基づく安全指導・教育が必要です。

業種別労働災害発生状況（令和7年速報値）

令和8年1月7日現在

死亡災害						
	令和7年1月～12月 [速報値]		令和6年1月～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	634	100.0	674	100.0	-40	-5.9
製造業	101	15.9	129	19.1	-28	-21.7
建設業	206	32.5	218	32.3	-12	-5.5
交通運輸事業	13	2.1	6	0.9	7	116.7
陸上貨物運送事業	68	10.7	97	14.4	-29	-29.9

死傷災害						
	令和7年1月～12月 [速報値]		令和6年1月～12月 [速報値]		対前年比較	
	死亡者数(人)	構成比(%)	死傷者数(人)	構成比(%)	増減数(人)	増減率(%)
全産業	121,463	100.0	122,812	100.0	-1,349	-1.1
製造業	24,030	19.8	24,510	20.0	-480	-2.0
建設業	12,335	10.2	12,775	10.4	-440	-3.4
交通運輸事業	2,903	2.4	2,784	2.3	119	4.3
陸上貨物運送事業	14,202	11.7	15,029	12.2	-827	-5.5

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8年1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～12月	68	9	1	5	3	2	4	41	0	3
令和6年1月～12月	97	20	2	10	2	4	12	37	0	10
対前年増減	-29	-11	-1	-5	1	-2	-8	4	0	-7

(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8年1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～12月	14,202	3,733	2,827	848	654	327	797	1,341	742	9	2,360	564
令和6年1月～12月	15,029	3,869	2,758	1,063	654	375	815	1,514	744	14	2,613	610
対前年増減	-827	-136	69	-215	0	-48	-18	-173	-2	-5	-253	-46

(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68人となり、前年同月と比べて29人の減少となった。事故の型別で見ると、「交通事故(道路)」が41人と最も多く発生しており、前年同月からは4人の増加となった。「墜落・転落」は前年同月から11人減少、「はさまれ・巻き込まれ」は前年同月から8人減少となっている。

[死傷災害]

死傷災害は14,202人となり、前年同月と比べて827人の減少となった。主な事故の型別の状況を前年同月の状況と比較すると、「転倒」(+69)が増加している一方で、「動作の反動・無理な動作」(-253人)、「激突」(-215人)、「はさまれ・巻き込まれ」(-173人)、「墜落・転落」(-136人)が大きく減少している。

陸災防の動き

- 1月 ・ 年末・年始労働災害防止強調運動運動 令和7年12月1日～令和8年1月31日
- ・ 第2回陸運業における腰痛予防対策実態調査委員会 1月22日
- ・ 第29回理事会 1月28日

陸運業 死亡災害の概要（令和7年）

令和8年1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12月12日	墜落・転落	トラック	男性	74	積卸し作業者	30年	荷の調整作業	構内作業員である被災者は、ウイングとあおりを開けた状態の大型ウイング車の荷台に上がって荷の調整作業を行い、荷台の側面から地面に直接降りようとしたところ、背面から約1.3m墜落し、頭部を打撲した。意識不明の状態での搬送され、手術を受けたが、死亡した。
7年11月29日	交通事故（道路）	トラック	男性	35	貨物自動車運転者	8ヶ月	大型トラックの運転	大型トラックに野菜を積載した後、荷卸しのため被災者1名で大型トラックを運転して国道を走行していたところ、右カーブを曲がりきれず大型トラックが横転して道路外れの工場建屋に激突したものの、運転操作を誤ったものと推定。
7年11月29日	はさまれ、巻き込まれ	トラック	男性	45	チップ製造工	10年	トラックの修理作業（推定）	所属事業場の作業所内において、4tトラックの修理作業を被災者ひとりで行っていたところ、当該トラックが無人で動き出したとみられ、左後輪に巻き込まれた状態で発見されたもの。死因は胸部圧迫による窒息である。なお、トラックのあった地面（アスファルト面）は7.5度～9.5度の勾配があった。サイドブレーキは引いてあったが、修理のためドライブシャフトを取り外したところ、サイドブレーキの制動力がなくなり、逸走したと推測される。
7年11月1日	交通事故（道路）	乗用車、バス、バイク	男性	55	貨物自動車運転者	10年	貨物自動車の運転	高速道路を走行していた際に、タイヤの空気圧の低下を感じたため路肩に停車した。三角表示版を置こうと車外に出た際に、後方から走行してきた乗用車に轢かれたもの。被災者は、病院へ救急搬送されたものの、当病院でまもなく死亡が確認された。
7年3月17日	墜落・転落	その他の用具	男性	66	貨物自動車運転者	13年		被災者はトレーラーの荷台で、銅板の締め付け作業を行った際、荷台のリングに掛けるべきレバーブロックのフックがリングに掛かっておらず、銅板に掛かった状態で荷締めを行ったがためにフックが外れ、その反動で約1.7m下の地面に墜落した。なお、本件災害により脊椎を損傷し、病院にて療養していたものの、誤嚥性肺炎により死亡した。墜落と誤嚥性肺炎発症と間に相当因果関係が認められる。

(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。

【政府広報】

2月1日から3月18日は「サイバーセキュリティ月間」です

政府は、毎年2月1日から3月18日を「サイバーセキュリティ月間」と位置づけ、産学官民で連携して、サイバーセキュリティに関する普及啓発活動を集中的に実施しています。

2026年のサイバーセキュリティ月間については、「サイバーはひとごとじゃない」をテーマとし、広く一般国民を対象としつつ、世代を問わず

- ・サイバーセキュリティの重要性に気付いていない人
- ・サイバーセキュリティの重要性は知っているが、どう対策していいかわからない人

に加え、

- ・対策が十分に進まない傾向にある中小企業

をターゲットの中心として普及啓発キャンペーンを展開し、対策の重要性の意識付けや対策の浸透・底上げを図るため、関係機関・団体と連携し、全国各地でイベントを開催するなど、サイバーセキュリティに関する普及啓発活動を推進しています。

詳細は次のURLからご覧ください。

<https://security-portal.cyber.go.jp/>

[cybersecuritymonth/2026/](https://security-portal.cyber.go.jp/cybersecuritymonth/2026/)

サイバーはひとごとじゃない

サイバーセキュリティ 全員参加

サイバーセキュリティ月間 2026

2/1sun ~ 3/18wed

不正ログイン | パスワードは複製されにくいものを、複数回認証も使おう！

サポート詐欺 | 悪徳の警告には関わらず、まずは知りの人に相談しよう！

フィッシング | 偽サイトやなりすましメールに要注意！公式サイトやアプリを使おう！

国家7カ所一統括室 サイバーセキュリティ月間

新しい安全ポスターのご案内

腰痛予防対策にご活用ください！



令和7年度 安全衛生標語 健康部門優秀作品

腰痛予防

適度なストレッチを習慣に
みんなで行いましょう

陸上貨物運送事業労働災害防止協会

安全ポスター No.88

令和7年度安全衛生標語健康部門優秀作品「適度なストレッチを習慣に みんなで取り組む腰痛予防」をテーマとした「安全ポスターNo.88」を頒布中(価格210円(税込))です。

腰痛予防対策にご活用ください！

品名：安全ポスター No.88

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

今月号では「令和7年における労働災害の発生状況について（速報値）」を掲載しました。皆様方のご努力のお陰で死亡災害、死傷災害ともに前年を下回っておりますが、労働災害撲滅のためには普段からの地道な積み重ねが重要です。今後とも労働災害防止対策にお取り組みください。

暦の上では立春を迎えましたが、今年は1月から強い寒気の影響で日本海側の各地で平年を大きく上回る記録的な大雪が続いています。荷台や屋根での雪下ろし作業においては万全な安全対策をとっていただき、路面凍結による転倒災害に対しては今月号掲載の「冬季の転倒災害を防止しよう！」をご活用ください。

今月の表紙 白川郷（岐阜県大野郡白川村）

白川村は日本有数の豪雪地帯であり、合掌造り集落で知られています。平成7(1995)年12月に隣接する富山県の五箇山とともに「白川郷・五箇山の合掌造り集落」としてユネスコの世界文化遺産に登録されました。登録30周年を迎え多くの観光客が訪れています。

陸運と安全衛生 2026年2月号 No.686

2026年2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))