

## あらゆる職場で留意すべき 高齢労働者の転倒・転落災害

亀田 高志 株式会社健康企業代表/医師

### はじめに

#### 転んで医療機関で治療を受けた経験はありますか？

皆さんが思い出されるのは、子ども時代に転んで額を切ってしまったり近くのクリニックで縫ってもらったこと、学生時代にスポーツをしている最中に転んで捻挫や骨折を起こしたこと、ギプスをはめてしばらく松葉杖で過ごしたこともかもしれません。

前回は50歳代から60歳代の高年齢労働による問題の概略や関連する身体機能の低下を取り上げました。今回は公務災害として典型的な「転倒災害」を中心に、実態とメカニズム、職場で対策を講じることがあての課題を解説します。

65歳以上の高齢者の不慮の事故による死亡では、転倒・転落は、餅等の誤嚥に伴う窒息、入浴中の溺水とともに多くを占めます。転倒・転落・墜落で亡くなる高齢者は、

毎年9千人近くもいます。家庭内の事故だけでも1700人から1800人に及びます。

ちなみに、「転倒」とは同じ高さで滑る、つまずく、踏み外すなどして転ぶこと、「転落」とは梯子・階段・斜面等から転がり落ちること、「墜落」とは宙に浮いたまま地面に落ちることを指します。

高齢者の場合には、救命されても骨折や頭部の外傷を負い、治療や看護以外に介護が必要となる事例が後を絶ちません。介護が必要となる原因として、認知症、脳卒中、高齢による衰弱に次いで、「骨折・転倒」は4番目に多いのです。

#### 高齢労働で起きやすい 転倒災害の実態

最も深刻な結果である公務上死亡災害では、平成28年度から令和2年度の5年間で亡くなった207人(その他の疾病を含む)のうち、「墜落・転落」による事案が

46人、「転倒」が2人です。研修や講演等で訪問した地方自治体でも、転倒・転落によって怪我をした職員のお話を伺うことは珍しくありません。

民間企業等を対象とする厚生労働省による統計では、令和3年だけで休業4日以上の死傷災害が実に15万件近くも発生しています。事故の型別では、転倒災害が3万3672件(22.5%)、墜落・転落災害が2万1286件(14.2%)と高い割合を占めています。転倒による死傷災害では、女性は全体の4分の3、男性は半分強を50歳以上が占めています。1年間の労働者1000人あたりの死傷災害発生率を示す千人率でも、男女とも20歳代から増加していき、特に女性では50歳代以降に急増しています。このように、高年齢の特に女性で転倒災害が多発している状況がわかります。

雨の日は道路、屋外通路、玄関

が濡れて滑りやすくなっています。後ろ向きにひっくり返り、道路や床面に後頭部を強打するケースは危険で、そのスピードは時速23kmと試算されています。強い風にあおられて転倒する事例もあります。

新型コロナウイルス感染症の流行拡大で練り返された外出自粛、大手を中心として主に民間企業で在宅勤務を中心とするテレワークの急激な進展によって、身体活動が低下し、多くの労働者に転倒災害のリスクが高まっています。よくわかっていないはずの自宅でも、在宅勤務中に転倒する場合があります。また、久しぶりの出勤や帰宅の際の段差や階段で、高年齢労働者が転倒・転落して通勤災害となるケースも発生しています。

#### 加齢に伴い転倒・転落災害 が増加するメカニズム

前回、ご紹介した「加齢に伴う身体機能の変化」のグラフを基に、



### かめだ・たかし

産業医科大学医学部卒。大手鉄鋼メーカー産業医、米国コンピュータ関連企業の産業医とアジア太平洋地域の健康管理担当、産業医科大学講師を経て、同大学設立のベンチャー企業の創業社長を10期務める。現在は高年齢労働に伴う安全衛生・健康管理対策、若いZ世代に対するメンタルヘルス対策、新型コロナウイルス感染症を含む危機管理対策等の啓発に注力している。自治体や企業等での研修、講演は約2,000回、参加者は6万人を超える。日本内科学会認定内科医、日本医師会認定産業医、労働衛生コンサルタントの資格を持ち、日本産業衛生学会エージマネジメント研究会世話人、国際EAP協会日本支部理事、福岡産業保健総合支援センター相談員も務める。

典型的なケースをご紹介します。

**事例1**は、多くの職員が普通に働く事務室内で、薄暗い環境で段差や配線コード等につまずいた後、バランスを崩して転倒してしまっただけのケースです。

**事例2**も、各庁舎や支所内に設置された普通の階段を上っていく際に、踊り場まで転がり落ちてしまったケースです。

いずれの事例でも身体機能の低下が関わっていることがわかりただけなのではないかと思えます。

## 転倒・転落災害による問題と課題

転倒・転落による骨折や頭部の外傷によって、生命に危険が及んだり、苦痛を味わったり、治療や場合によっては入院を要することとなります。また、自家用車での通勤が難しくなって就労ができないう期間が長期間に及ぶこともあります。

執務中や通勤途上に転倒すると、ご自身だけでなく、周囲の人や住民の人たちまで巻き込んでしまう可能性があります。もしも混雑している時間帯の駅のホームや階段で転倒・転落すると、加害者としての責任を問われかねません。

### 事例1 58歳男性が事務室で転倒



### 事例2 53歳女性が階段で転落



転倒・転落災害に対して労働安全対策を講じる際に難しいのは、事故を防ぐ大切さは理解しても、直接被災したり、身近な人が怪我をしたことがない限り、皆さんの人が働く事務所で転倒したり、階段で転落したりする具体的なイメージや危険性を意識しにくい点です。また、加齢によって転んで怪我をする現象は「年を取った証拠」と捉えられ、「声に出すの感情を引き起こす面があります。自治体で対策を講じる場合の課題は、階段を滑りにくくしたり、手すりを設ける、あるいは床面に防滑の処理を施したりするのに、相当の費用が発生する点です。

また、同じ高さで転ぶ転倒では、特に施設面の対策が困難であるケースもあります。ある職場で、雨の日に傘をたたもつとしていた

出張者の人が社屋の玄関先で転倒し、膝を床に打ちつけて骨折した事例が発生しました。つまずきやすい段差がまったなく、防滑に役立つマットも敷き詰めてありました。再発防止を本部から指示された安全管理の担当者は「来訪者に注意を促す以外に対策のしようがない」と途方に暮れていたことがありました。

捻挫を繰り返して足首の関節の障害を引き起こしやすいことが、足

の親指にかけて変形を起こす外反母趾とともに専門医の間で指摘されているほどです。

就労している世代の中では、法定に基づく定期健康診断でチェックする生活習慣病、いわゆるメタボへの関心が中心になりがちです。転倒や転落を防ぐために腕や脚の筋肉を鍛えようとか、バランス感覚を磨こうとかは、ほとんどの人は考えないものです。しかし、健康管理の面で考えられる対応として、心身機能の低下が転倒・転落のリスクを高めているのであれば、積極的に身体を動かして衰えをためて、筋力・柔軟性・バランス感覚を回復させるように努める必要があります。

今回はこれらの課題をできるだけ克服して、加齢に伴う公務災害を防止する対策の実際をご紹介します。