

# 高年齢労働者の安全・健康確保とその対策

産業医科大学 産業生態科学研究所 作業関連疾患予防学研究室 非常勤助教 岩崎明夫

いわさき あきお ● 産業医科大学産業生態科学研究所作業関連疾患予防学研究室非常勤助教、ストレス関連疾患予防センター特命講師。専門は作業病態学、作業関連疾患予防学。主に、過重労働対策、メンタルヘルス対策、海外勤務対策、ストレスチェック、特定健診、両立支援の分野で活躍。

少子高齢化が進むわが国では、実労働者数における50歳以上の高年齢労働者の割合が増加し続けています。定年の延長や再雇用の拡大に加え、年金受給年齢の引き上げなどの影響もあり、国を挙げて1億総活躍社会の実現を目指す流れは拡大しています。労働現場においても、熟練労働者の不足や若者の新規採用の難しさ等から労働力の確保は急務であり、高年齢労働者の活躍は重要です。一方で、労働災害全体の約半数を高年齢労働者が占めている現状もあり、職場での対策の推進は非常に大切です。今回は、高年齢労働者の安全と健康の確保のための対策について振り返ります。

## 1. 高年齢労働者の労働災害の現状

わが国の労働災害は、2016年の発生件数において50歳未満が61,702件(52%)、50歳以上が56,208件(48%)であり、50歳以上の高年齢労働者の労働災害が全体のほぼ半数を占めているという現状があります。ではその特徴はどのようなものでしょうか。

年齢別の労働災害では、**図1**にあるように、1999年、2009年、2016年のいずれの調査においても、19歳以下と50歳以上の労働災害の千人率が高い傾向は続いています。2016年では、50歳未満の千人率が1.69であるのに対して、50歳以上の千人率は2.72と高い状態です。**図2**では、業種別・年齢別の労働災害の千人率を見ていますが、どの業種においても、50歳未満と比較して、50歳以上では労働災害の千人率が高い状態です。特に、製造業、小売業、社会福祉施設ではその増加が目立つ傾向にあります。また、**図3**では、事故型別に労働災害の千人率を見ていますが、事故型別のうち、特に墜落・転落、転倒において、50歳

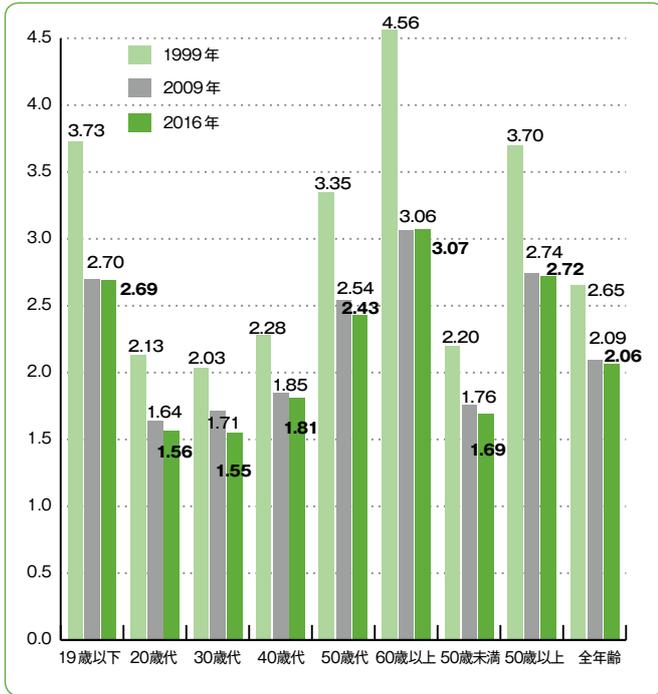
未満と比較して50歳以上の労働災害の千人率が非常に高い傾向があります。

これらのことは、高年齢労働者が以前とは異なる職種に就き不慣れな場合や年齢と比して高負荷作業がある場合、熟練労働者であっても年齢とともに身体・精神機能の低下している場合等、複数の背景や要因が考えられます。このため、事業場では高年齢労働者の特徴を考慮した働きやすい職場づくりが求められ、安全と健康確保の観点から、事業場としてできることや重要なことを、優先順位をたてて推進することが大切といえるでしょう。

## 2. 高年齢労働者の安全と健康確保の対策の進め方

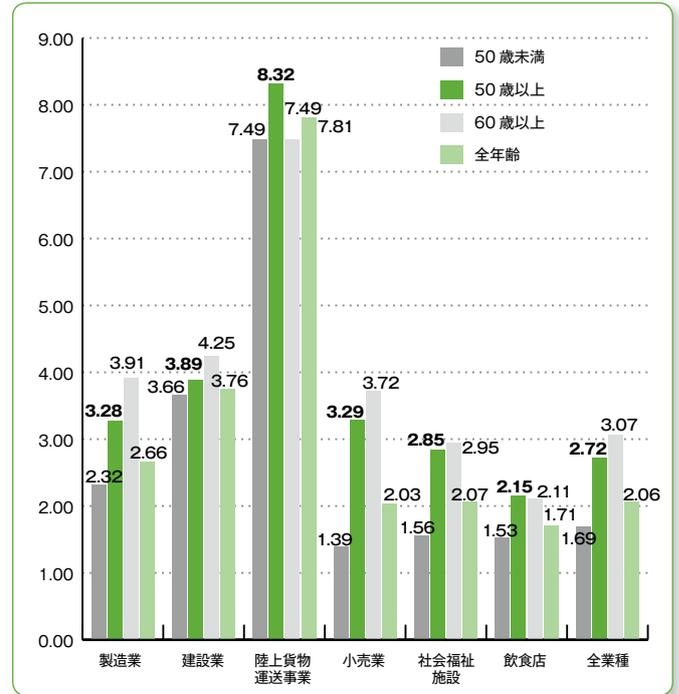
高年齢労働者の増加と労働災害の現状を踏まえて、国は中央労働災害防止協会による「エイジアクション100」を公表して、事業場における高年齢労働者の安全と健康確保のための対策を推進しています。法令順守は前提となりますが、それだけでなく、事業場の実情に即して、優先して取り組む事項の選定、職場改善策

図1.年齢別の労働災害の年千人率の違い



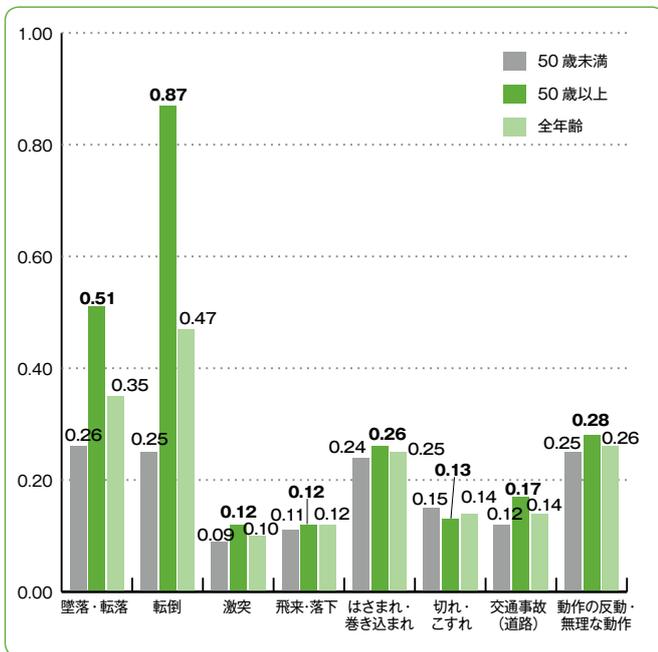
出典：「エイジアクション100」中央労働災害防止協会

図2.業種別・年齢別の労働災害の年千人率の違い



出典：「エイジアクション100」中央労働災害防止協会

図3.事故型別の労働災害の年千人率の違い



出典：「エイジアクション100」中央労働災害防止協会

表1. 主な業務別の最優先取組事項

	転倒防止 (3 - (1))	墜落・ 転倒防止 (3 - (2))	腰痛予防 (3 - (3))	はさまれ ・巻き込 まれ防止 (3 - (4))	交通労働 災害防止 (3 - (5))	熱中症 予防 (3 - (6))
① 製造業	○	○	○	○		
② 建設業	○	○	○			○
③ 交通運輸業	○		○		○	
④ 陸上貨物運送事業	○	○	○		○	
⑤ 小売業	○	○	○			
⑥ 社会福祉施設	○		○			
⑦ 飲食店	○					
⑧ ビルメンテナ ナンス	○	○				
⑨ 警備業	○				○	○

出典：「エイジアクション100」中央労働災害防止協会

の検討等を行うことができます。

まず、最初のステップとして「事業場の現状の把握」が大切です。高年齢労働者の就労状況としてどのような作業にどのくらいの人数が従事しているか、近年の労働災害の発生状況としてどのようなタイプの労働災害がどのような原因で発生しているか、リスクアセスメントや労働安全衛生マネジメントシステムを採用している場合はどのような結果か、高年齢労働者の作業に重量物の

取扱いや作業スピード等の点で高負荷作業があるか、高年齢労働者に増加する健康課題として生活習慣病やがん等の疾病罹患状況はどうか、高年齢労働者の体力面はどうか、事業場の規模による実施体制はどうか、等を把握しておくこと全体の優先度の検討の参考となります。

その上で、エイジアクション100のチェックリストを用いて、事業場の対応状況の現状を把握し、実施できていない内容から優先度を検討します。業種別に作業や優先事項が異なることから、表1を参考に優先取組事項を決めましょう。その際には、衛生委員会等で実

表2. 高齢労働者の安全と健康確保のためのチェックリストの概要

1	高齢労働者の戦力としての活用
2	高齢労働者の安全衛生の総括管理 (1)方針の表明 (2)高齢労働者の安全衛生対策の推進体制の整備等
3	高齢労働者に多発する労働災害の防止のための対策 (1)転倒防止 (2)墜落・転落防止 (3)腰痛予防 (4)はさまれ・巻き込まれ防止 (5)交通労働災害防止 (6)熱中症予防
4	高齢労働者の作業管理 (1)作業内容の調整や作業開始前の準備体操 (2)作業負荷の軽減 (3)作業ペースや作業量のコントロール (4)休憩・休止
5	高齢労働者の作業環境管理 (1)視覚環境の整備 (2)聴覚環境の整備 (3)寒冷環境への対応
6	高齢労働者の健康管理 (1)健康診断と事後措置の確実な実施等 (2)メンタルヘルスケア (3)転倒・腰痛等の予防のための体力測定・運動指導 (4)がんの教育と検診
7	高齢労働者に対する安全衛生教育 (1)安全衛生教育の確実な実施 (2)加齢に伴う身体・精神機能の低下に対応するための安全衛生教育 (3)教育・指導の実施に当たっての高齢労働者の特性への配慮
8	高齢労働者の勤労条件 (1)勤務形態・労働時間 (2)夜勤 (3)安全や健康の確保に配慮した職務配置 (4)高齢労働者の円滑な職場適応 (5)治療と仕事との両立支援
9	高齢期に健康で安全に働くことができるようにするための若年時からの準備（エイジ・マネジメント） (1)健康づくりの支援 (2)女性特有の健康上の課題についての支援 (3)長時間労働の抑制やワーク・ライフ・バランスの確保 (4)キャリア形成の支援

出典：「エイジアクション100」中央労働災害防止協会より一部改変

施計画に関して意見を聞くことやPDCAサイクルの仕組みにより事業場の取組状況を改善してレベルアップしていくことが大切です。

### 3. 安全と健康確保のための チェックリストの活用

エイジアクション100は、合計100項目からなる「安全と健康確保のためのチェックリスト」から構成されています。内容の詳細は、文末の参考URLを参照してください。表2はチェックリストの9つの大項目と中項目を示しています。さらに小項目に細分化され、その中で合計100項目のチェックリストがありますので、このチェックリストを埋めていくことで、総合的に事業場の現状を確認することができます。

一例として、表2の3(1)では労働災害のうち、転倒防止では、「つまづき、踏み外し、滑りの防止措置」の小項目があり、チェックリスト項目として、①通路幅確保・整理整頓・ケーブル類束ね、②階段や通路の照度確保、③階段の手すりや通路の段差解消・滑り防止措置、④改善が難しい場合の危険表示等による注意喚起措置等の項目が挙げられています。転倒事故は労働災害全体の約2割と最多を占め、50歳以上では約3割

にもなります。また、高齢労働者では転倒により骨折を伴い重症化する傾向にあり、バランス能力の低下、下肢筋力の低下、俊敏性の低下、視認性の低下等が転倒しやすい原因といえるでしょう。このように、高齢労働者の特性と労働災害における転倒事故対策の重要性は関連があり、職場での適切な対策の必要性が認識でき、その実施状況をチェックすることができます。「エイジアクション100」ではこのような対策のポイントも詳しく解説されています。

### 4. 高齢労働者の安全と 健康確保のために

高齢労働者の特徴は、均質的な若年労働者と比較して、身体・精神機能だけでなく、仕事の熟練度、異動・転職等による仕事上の変化、健康度や疾病状況等においても、非常に多様な状態の労働者であるという点です。そのため、年代による特徴を捉えた全体としての対策の推進とともに、その経験の違いや状態の多様性を捉えた個別の対応をバランスよく推進する方が、高齢労働者の安全と健康確保の対策として望ましいといえるでしょう。

参考文献  
・中央労働災害防止協会「エイジアクション100」  
<https://www.jisha.or.jp/research/ageaction100/index.html>

## コラム 年齢と生体機能の変化

加齢に伴い、人間の身体・精神機能は変化していきます。年齢により、何が衰えやすく、何が維持・向上しやすいのかわかっておくことは、労働者の安全と健康の確保のためには重要です。その特徴は5つの原則にまとめられます。

- ①視力・聴力等の感覚、バランス能力等の生理的機能は、比較的早く低下が始まります。
- ②筋力は、まず下半身の脚力低下から徐々に上半身へ、最後に手指の筋力低下となります。
- ③知識や技能等の訓練で獲得した能力は、長期間使用するほど維持が可能です。
- ④経験と技能の蓄積により、より高度で複合的な作業能力(熟練)を獲得できます。
- ⑤高齢労働者では、身体・精神機能の個人差が拡がり、より多様性が増します。

次に代表的な身体・精神機能の変化をみてみましょう。まず、筋力は、歩行や姿勢の維持、重量物取扱い、工具の保持等において重要ですが、特に脚筋力(図4)はおおむね20-30代から徐々に低下が始まります。反応時間(図5)は、危険な状況の察知と回避のために重要

ですが、単純反応時間がさほど加齢の影響を受けないのに比較して、状況の変化に対応してある操作をする、複雑な操作をする等の反応速度は顕著に低下していきます。同様に、危険回避のためのとっさの俊敏性も、10代がピークでそれ以降は低下していく傾向があります。バランス能力(図6)は20代前半をピークに低下し、高齢労働者では高所作業や足場の悪い場所での作業は特に注意が必要です。疲労回復(図7)として夜勤後の体重回復を例にとると、20-30代に比べて、40-50代の労働者では、体重回復(疲労回復)に時間を長く要しています。

また、身体・精神機能の個人差(図8)として生理的年齢の個人差を例にとると、加齢により拡大し、25歳では4歳分の範囲のばらつきだったものが、65歳では16歳分の範囲のばらつきとなり、個人差の範囲が広がります。つまり、高齢労働者では多様な身体・精神機能の個人差が拡がるのが認められ、健康状態の個人差の拡大と相まって、個々人の状況に合わせた配慮がより重要となります。

図4. 年齢別の脚筋力の変化

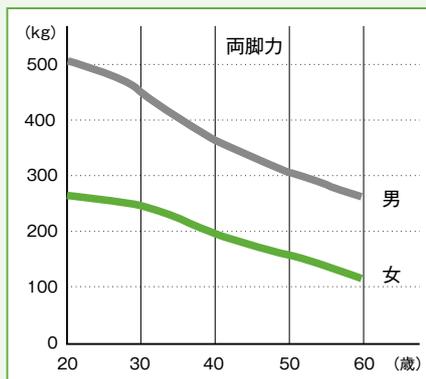


図5. 年齢別の反応時間の変化

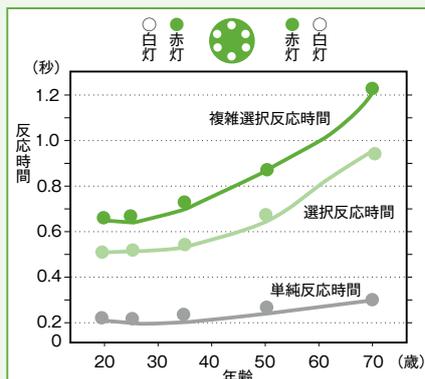


図6. 年齢別の平衡機能の変化

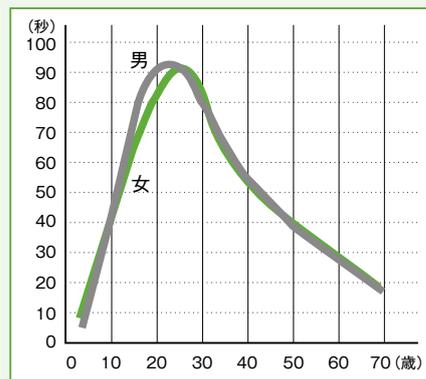


図7. 年齢別の夜勤後の体重回復の変化

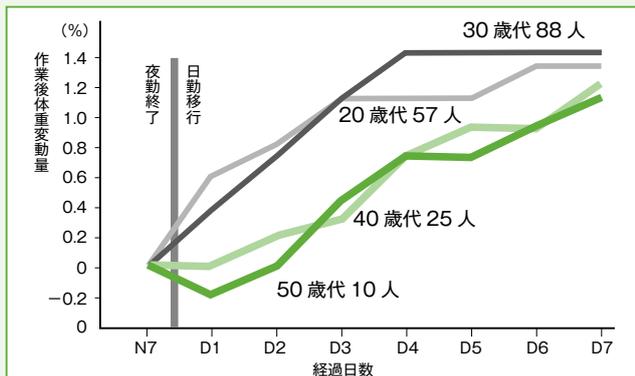
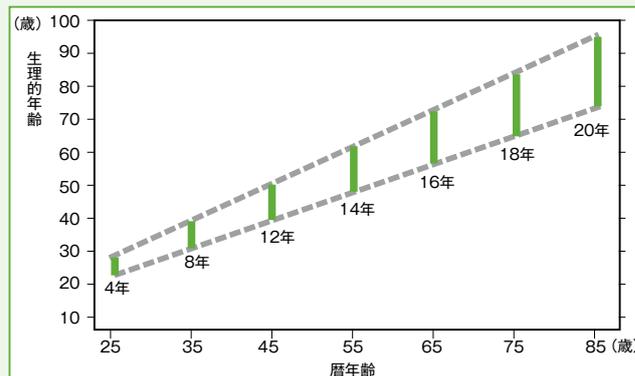


図8. 年齢別の生理的年齢の個人差の拡大



出典：図4～図8共に「エイジアクション100」中央労働災害防止協会