

# STOP

## 公務災害・過重労働

～安全に安心して働ける職場をめざして～



地方公務員災害補償基金福岡県支部

# 目次

はじめに .....	1
------------	---

## STOP公務災害編

I 公務災害の職種別発生内訳と事故形態の状況 .....	2
II 職種ごとの公務災害の発生状況と防止対策のポイント	
1 警察官 .....	3
2 教育職員（事務員、給食調理員、用務員を除く。） .....	6
3 一般事務職員 .....	10
4 消防吏員 .....	13
5 技術職員（土木技師・農林水産技師・建築技師・その他一般技術職） .....	15
6 技能労務職員（道路補修員・清掃業務員・その他の技能労務職員） .....	17

## STOP過重労働編

III 長時間労働（過重労働）による健康被害と防止対策のポイント	
1 長時間労働の心と体の健康への影響 .....	19
2 長時間労働と公務災害 .....	19
3 長時間労働と睡眠時間 .....	20
4 よりよい睡眠を取るための心と体の準備 .....	21

# はじめに

地方公務員災害補償基金福岡県支部では、県内の常勤の地方公務員約7万5千人<sup>※</sup>を対象に、毎年600～700件の公務・通勤災害を認定し、補償や福祉事業を実施しています。

この冊子では、県内で実際に発生した公務災害事案に基づき、職種ごとに、発生頻度の高い事故形態や防止対策のポイントなどを紹介しています。

また、近年、問題となっている長時間労働による健康被害の問題やその予防方法についても紹介しています。

「自分の職場は公務災害とは無縁だ」と思われている職員の方も多いと思いますが、幸運に恵まれて災害が発生していないだけかもしれません。

この冊子をご活用いただき、潜在的な危険の芽を確実に摘み取ることで、皆様の職場が少しでも安全・安心なものとなるよう願っています。

※県費負担教職員以外の政令市職員を除いています。

## 【福岡県支部内の公務災害・通勤災害の認定状況】

単位：件

団体の種別	常勤職員数 <sup>※1</sup>	23年度認定件数			24年度認定件数			職員千人当たり 公務災害 認定件数 <sup>※2</sup>	
		計	公務災害	通勤災害	計	公務災害	通勤災害		
県	知事部局	7,584人	39	29	10	46	40	6	5.3
	教育庁	30,905人	163	154	9	197	184	13	6.0
	警察本部	11,766人	301	289	12	238	230	8	19.5
小計	50,255人	503	472	31	481	454	27	9.0	
市	14,587人	88	72	16	90	80	10	5.5	
町 村	5,855人	35	33	2	37	32	5	5.5	
一部事務組合等	4,327人	47	46	1	41	37	4	8.6	
<b>県支部全体</b>	<b>75,024人</b>	<b>673</b>	<b>623</b>	<b>50</b>	<b>649</b>	<b>603</b>	<b>46</b>	<b>8.0</b>	
参考：全国	2,948,000人	28,583	25,714	2,869	28,434	25,507	2,927	8.7	

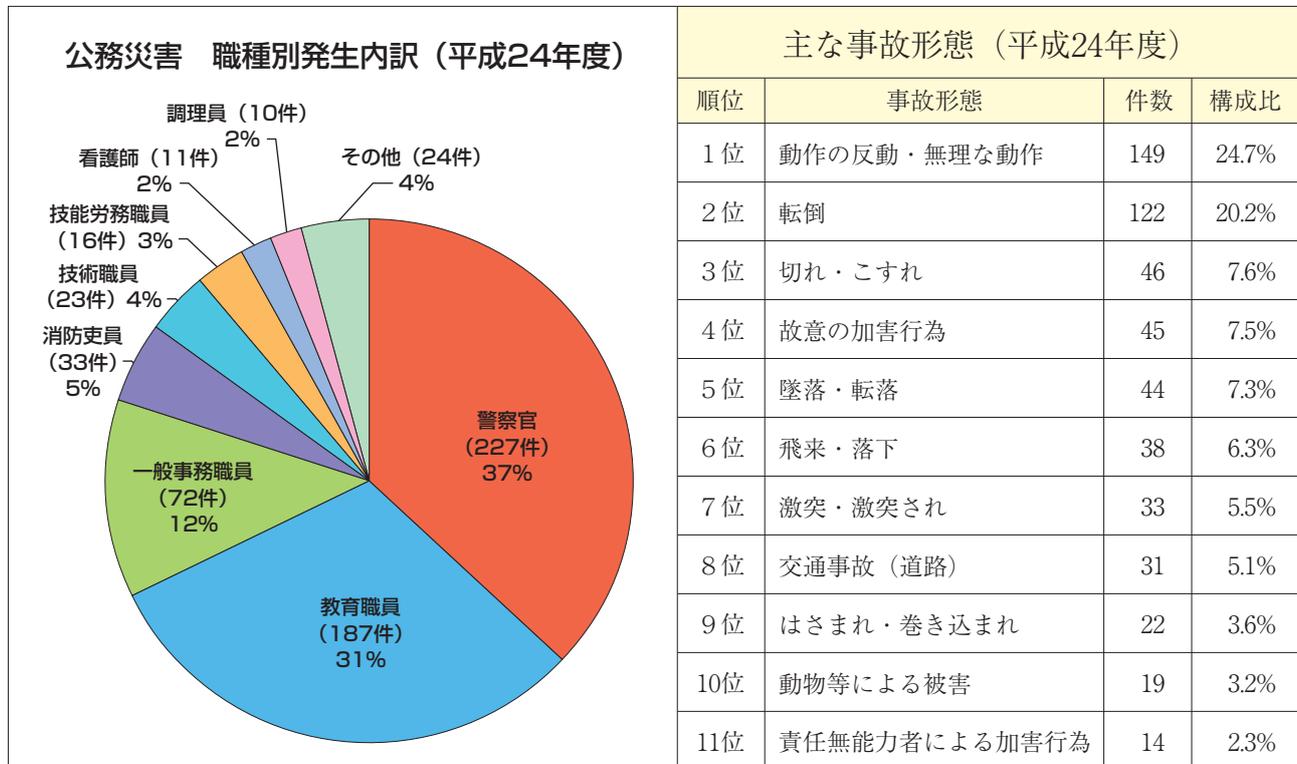
※1 常勤職員数は、県支部は24年度確定負担金調査表から、全国は24年度普通補償経理事業計画（本部）から抜粋。

※2 職員千人当たり公務災害認定件数は、24年度の数値です。

## I 公務災害の職種別発生内訳と事故形態の状況

職種別では、警察官と教育職員で全体の7割近くを占めています。

そのため、事故形態別でも警察官や教育職員の災害が多く含まれる「動作の反動・無理な動作」と「転倒」で全体の5割近くを占めています。



### 【主な事故形態の説明】

#### ○ 「動作の反動・無理な動作」による災害

身体への動き、不自然な姿勢、動作の反動、人との接触などが起因して、すじをちがえたり、足をくじいたりした状態などをいいます。そのほとんどは、訓練やスポーツ、逮捕や消火などの危険業務で発生しています。

#### ○ 「転倒」による災害

人がほぼ同一平面上で転んで負傷した場合などです。主な発生原因は、段差や階段でのつまずき（転落なし）、濡れた床での滑り、障害物や人との接触などであり、「動作の反動・無理な動作」と共通するものが多くあります。

#### ○ 「切れ・こすれ」による災害

刃物による切れ、物体によるこすれ、刺されなどです。刃物ではカッターナイフ、ナタ、包丁などが、機械では調理用スライサーや文書用裁断機などが主な原因となっています。

#### ○ 「故意の加害行為」による災害

職員が第三者から職務に関連した怨恨で暴行等を受けて負傷した場合などであり、過失によるものは含まれません。なお、責任能力がない者（12歳未満の者、精神障害者等）によるものは、「責任無能力者による加害行為」に分類しています。

#### ○ 「墜落・転落」による災害

人が樹木、建築物、乗り物、足場、階段、斜面などから落下して負傷した場合などであり、学校や工事現場などで多く発生しています。なお、事業者は、高さが2m以上の箇所で作業を行う場合には墜落防止のための措置を講じることが義務付けられています。

#### ○ 「飛来・落下」による災害

野球のボール、物の破片など、飛んできた物や落ちてきた物が人に当たって負傷した場合などです。自分が持っていた物を自分の足の上に落としてしまった場合なども含まれます。

#### ○ 「激突・激突され」による災害

建物や設備への衝突などが主体となって物などにぶつかって負傷した場合、又は稼働中の機械や移動中の台車などが主体となって人に当たって負傷した場合などです。

#### ○ 「交通事故 (道路)」による災害

道路交通法が適用される場所での交通事故により負傷した場合で、単独事故や自転車での事故も含まれます。なお、バイクや自転車の事故では、軽い接触又は非接触でも転倒して路上に投げ出されたことで重傷となる事案が多発しています。

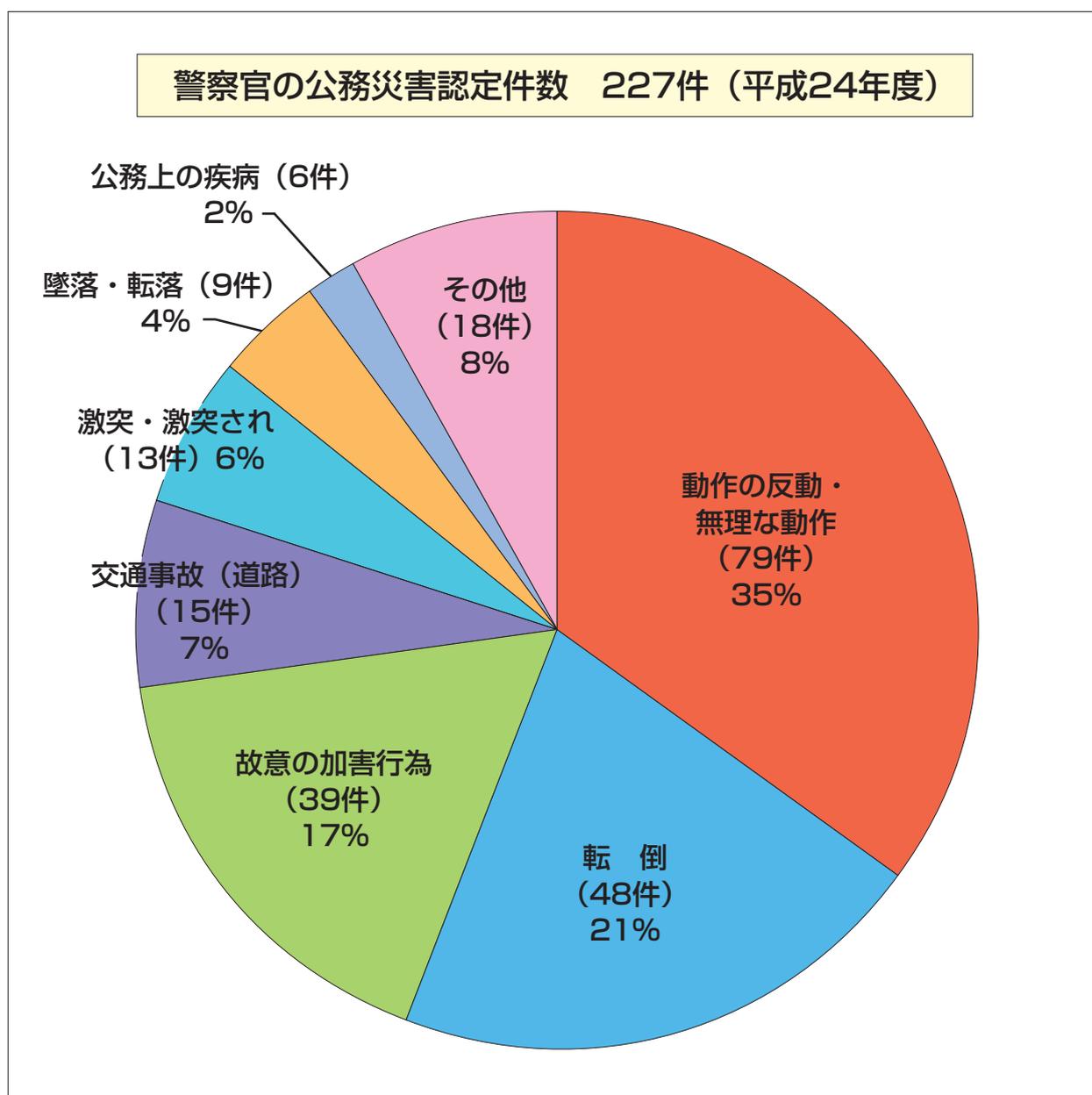
## Ⅱ 職種ごとの公務災害の発生状況と防止対策のポイント

### 1 警察官

不審者や泥酔者への対応、犯人の追跡など危険な業務に従事し、かつ、日頃から柔道や逮捕術など厳しい訓練を行っている警察官には、重傷事案が多く発生しています。

また、職務の内容上、第三者からの加害行為による負傷事案が多いのも特徴です。

警察官の公務災害を防止するためには、職務に内在する高度の危険性を十分に把握し、未然防止のための取組を継続していく必要があります。



## 1位 「動作の反動・無理な動作」による災害 …… 79件

柔道や逮捕術などの訓練において、強く力を入れたり相手との接触などで予想外の負荷が体の一部にかかって負傷した事案がほとんどですが、泥酔者の保護や犯人の追跡など緊急時への対応で発生した負傷事案も少なくありません。



### 【重傷事案】

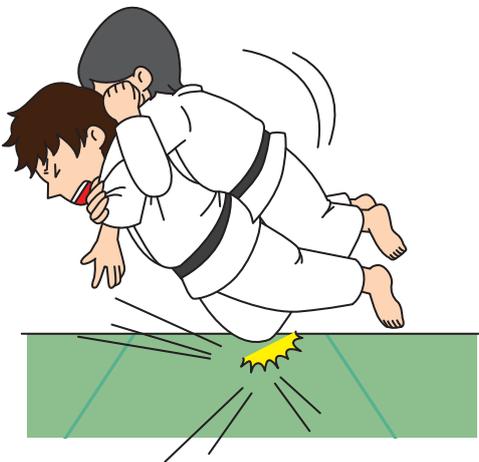
- 柔道の訓練中、体落としを仕掛けるために右足をかけて相手を抱え上げようとしたが失敗し、右膝に相手の体重がかかり負傷（靭帯・腱断裂、全治12ヶ月）
- 柔道の訓練中、背負い投げを仕掛けたところ相手に踏ん張られ、右膝を床についてさらに力を入れたところ、軸足の左足首に異常な負荷がかかり負傷（骨折、全治9ヶ月）
- 柔道の訓練中、相手から体落としをかけられた際に、投げられまいと左足を後方に出して踏ん張ったところ、左膝に異常な負荷がかかり負傷（靭帯・腱断裂、全治6ヶ月）
- 逮捕術の訓練中、大きく踏み込んで相手を打破しようとした際に、軸足である左足に異常な負荷がかかりアキレス腱を負傷（靭帯・腱断裂、全治12ヶ月）

### 【防止対策のポイント】

- 訓練計画は適切に作成されているか
- 事故防止のための研修や指導者による管理は十分か
- 訓練生に災害防止意識が浸透しているか
- 犯人追跡時などの緊急時の安全確認は徹底しているか

## 2位 「転倒」による災害 …… 48件

柔道の訓練中に、受け身が不完全なまま投げられて負傷した事案が半数以上を占めています。また、業務で屋外を移動中に段差や障害物などにつまずいて転倒した事案も多く発生しています。



### 【重傷事案】

- 柔道の訓練中、払い腰をかけたところ、軸足の左足を相手から払われてバランスを崩し、相手を背負った状態で左膝から転倒し負傷（靭帯損傷、全治12ヶ月）
- 柔道の試合中、大外刈りで投げられた際に背中を床につけまいと体を捻ったために、右肩を床で強打し負傷（関節脱臼、全治7ヶ月）
- 柔道の訓練中、大外刈りで投げられて後方に転倒した際に、咄嗟に左手を床について負傷（軟骨損傷、全治4ヶ月）
- 深夜に自販機荒らしの犯人を追跡中、田んぼのあぜ道の入り口に張られていた鎖に気付かず、足を取られて転倒し左膝を負傷（半月板損傷、全治2ヶ月）

### 【防止対策のポイント】

※上記「1位 動作の反動・無理な動作による災害」を参照

### 3位 「故意の加害行為」による災害 …… 39件

不審車両や暴走車両の取締中に運転者が故意に車両を急発進・突進をさせたり、喧嘩事案の処理や職務質問中に興奮した当事者が暴行を行ったことなどによる負傷事案が多く発生しています。



#### 【重傷事案】

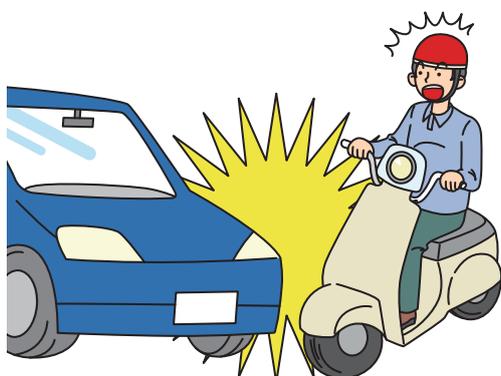
- 花火大会会場で暴走族を取締中、突然突進してきた二人乗り原付バイクが右膝に衝突して負傷（打撲捻挫、靱帯断裂、全治12ヶ月）
- 管内を警ら中、車両3台と若者がい集している現場で職務質問を行うため徒歩で車両に近づいたところ、急発進した車両に撥ね飛ばされて両足を負傷（骨折、全治1ヶ月）
- 爆音走行している二人乗りバイクの取締のためカメラ撮影をしていたところ、後部座席に乗った者から棒で殴られ左手を負傷（骨折、全治1ヶ月）
- 泥酔者を警察署へ移送するためパトカーへ乗車させていたところ、突然暴れだした同人から左手人差し指をつかまれ、折り曲げられて負傷（関節捻挫、全治1ヶ月）

#### 【防止対策のポイント】

- 交通取締活動における安全体制の確保は適正か
- 逮捕技術の向上のための効果的な術科訓練が実施されているか
- 装備資機材は充実され、十分に活用されているか

### 4位 「交通事故（道路）」による災害 …… 15件

公用車での移動が多いことから、信号停止中に追突されて負傷した事案が多く発生しています。また、自動二輪車で出退勤する職員が多いことから、重傷事案も多く発生しています。



#### 【重傷事案】

- 当直勤務終了後にバイクで帰宅中※、対向の普通乗用車が突然右折してきたために正面から衝突して左手足を負傷（骨折、全治3ヶ月）
- 当直勤務終了後に帰宅のため片側2車線の右側車線をバイクで走行していたところ、左側車線を走行していたトラックが突然転回を始めたために衝突し、路上に投げ出されて両手と左足を負傷（骨折、全治3ヶ月）
- 当直勤務終了後にバイクで帰宅中、カーブでハンドル操作を誤り、ガードレール接触後に転倒して右肩を負傷（関節脱臼、全治3ヶ月）

※当直勤務終了後の退勤中の災害は、「特別な状況下における出退勤」中の災害として、通勤災害ではなく公務災害となります。

#### 【防止対策のポイント】

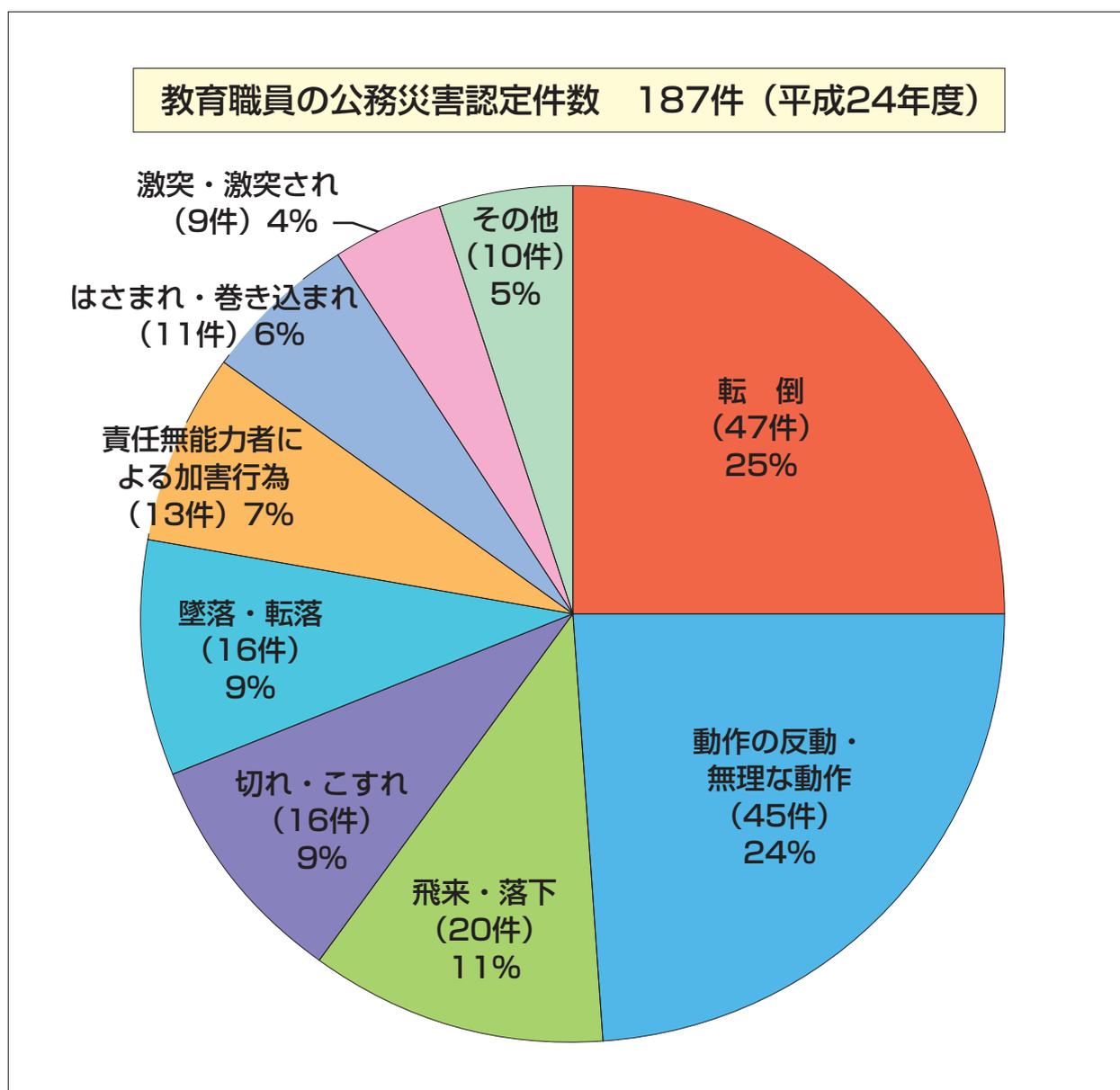
- 交通事情に配慮した適切な交通用具が選択されているか
- 定期的に交通安全教育が実施されているか
- ゆとりある旅行行程が徹底されているか
- 当直や緊急呼出に対応する職員の健康状態を把握しているか

## 2 教育職員（事務員、給食調理員、用務員を除く。）

児童・生徒への教育・指導に携わる教育職員は、体育の授業や部活指導、昼休み中の児童との運動などスポーツに参加する機会が多いため、「転倒」や「無理な動作」による負傷事案が多く発生しており、骨折やアキレス腱断裂などの重傷事案も少なくありません。

また、階段での移動が頻繁に生じることや、廊下、通路、体育館などが雨水やワックスなどで滑りやすい場合があること、敷地内には斜面、段差、側溝、石畳など転倒しやすい箇所が多数あることなど、学校施設の構造上からも多くの公務災害が発生しています。

教育職員の公務災害を防止するためには、過去に発生した災害だけでなく、災害に至らなかった事故（ヒヤリハット）の情報も積極的に収集・整理して、自分たちの学校内のどこに、又はこういった場面に高度の危険性があるのかを十分に把握し、職員で共通認識を図ることが必要です。



## 1位 「転倒」による災害 …… 47件

廊下や床での滑り・バランス崩れ、階段でのつまずき・踏み外し、体育や部活の指導中のアクシデントによる転倒などがほとんどを占めています。

また、児童・生徒との接触による転倒も毎年数件発生しており、児童・生徒の安全も含めた十分な注意が必要です。



### 【重傷事案】

- サッカー部の顧問として運動場で生徒とミニゲームを行っていた際に、生徒と接触して足を滑らせて転倒し、右肘を負傷（骨折、全治6ヶ月）
- 体育館で体育大会の指導中に、換気のため出入口のドアを開けようとしたところ、外から降り込んだ雨水で滑って転倒し左手を負傷（骨折、全治6ヶ月）
- 資料を両手に抱えながら階段を降りていた際に、最後の1段を踏み外して転倒し、右足を負傷（靭帯断裂、全治4ヶ月）
- 教室の清掃中に机を抱えて後ろ向きに移動していたところ、児童に気付かず接触し、転倒して右膝を負傷（捻挫、全治2ヶ月）

### 【防止対策のポイント】

- 廊下や階段などに破損した箇所や障害物はないか
- 通路、階段、出入口などは雨で濡れない対策をしているか
- 大きな荷物を一人で抱えて階段を移動したり、廊下や教室内を急いで走って移動していないか

## 2位 「動作の反動・無理な動作」による災害 …… 45件

体育の授業や部活での実技指導におけるダッシュや強い踏み込み、ジャンプの着地などにおいて発生した事案が半数近くを占めています。また、階段や段差でのつまずき・踏み外し、児童・生徒や障害物との接触などによっても発生しています。



### 【重傷事案】

- 授業の空き時間を利用し、他のクラスのバスケットボールの授業を補助するためプレーに参加していたところ、ジャンプして着地した際に左アキレス腱を負傷（腱断裂、全治3ヶ月）
- 体育大会のダンス指導の模範演技をしていたところ、強く踏み込み過ぎて右アキレス腱を負傷（腱断裂、全治6ヶ月）
- 入学試験会場である学校で生徒の集合場所に急いで向かっていたところ、段差を踏み外して左足を捻り負傷（骨折、全治3ヶ月）

### 【防止対策のポイント】

- 実演や競技への参加は事前に計画されていたものか
- 実技や競技に参加するときは、事前に十分な準備運動を行っているか
- 緊急時でも一呼吸おいて周囲の安全確認を行っているか

### 3位 「飛来・落下」による災害 …… 20件

体育や部活で球技の実技指導中にボールを受け損なって負傷した事案が半数を占めています。また、運動場を歩行中に飛んできたボールに当たった事案や過失により持っていた荷物を足下に落とした事案なども発生しています。

なお、組体操の練習中に落下してきた児童・生徒と接触して負傷した事案が毎年発生しており、危険性の高い競技であることから、児童・生徒の安全管理も含めた特段の注意が必要です。



#### 【重傷事案】

- 児童と昼休みにドッジボールをしていたところ、ボールを受け損なって左手薬指を負傷（腱断裂、全治3ヶ月）
- 運動場で陸上記録会の指導をしていたところ、児童が投げたボールが逸れて顔面に当たって鼻を負傷（骨折、全治1ヶ月）
- 運動会の種目である組体操の5段タワーの練習を補助していたところ、タワーが崩れ、児童が足の上に落下して負傷（骨折、全治2ヶ月）

#### 【防止対策のポイント】

- テーピングなど適切な準備をして競技に参加しているか
- 運動場や体育館を複数の種目で同時に使用する場合は、防護ネットやラバーコーンなどで明確に区分しているか
- 組体操や騎馬戦など落下の危険性が高い競技では、児童・生徒の安全が確保できるよう職員による補助の体制や手法を十分に検討しているか

### 4位 「切れ・こすれ」による災害 …… 16件

カッターナイフ等で教材を切断中に誤って負傷した事案や、裁断機を調整中に負傷した事案などが多く発生しています。

特に裁断機は刃が非常に鋭利であることから、調整やメンテナンスを行うときは機械を停止しただけで安心せずに、絶対に刃に触れないよう注意することが必要です。



#### 【重傷事案】

- 図工の授業中に、はさみで梱包用のビニール紐を切りながら児童を見ていたために、誤って左示指を負傷（創傷、全治2ヶ月）
- 学習プリントを裁断中に、裁断機にセットされたプリント用紙の位置を修正していたところ、刃に右手薬指を接触させて負傷（創傷、全治1ヶ月）
- 木工の授業中に、カンナで木材の表皮を削る際に木材に添えていた手が滑り、カンナの刃に接触して右手中指を負傷（創傷、全治2ヶ月）

#### 【防止対策のポイント】

- 狭い場所での使用や別の作業をしながらの使用など、刃物を不適切に使用していないか
- 安全機能の付いた新しい器具・裁断機を使用しているか
- 危険な部品や操作方法について注意喚起の表示をしているか

## 4位 「墜落・転落」による災害 …… 16件

近年、児童の作品等を教室内に掲示するために、机の上に置いた椅子に登ったり、棚の天板に上がるなど、明らかに危険な状態で高所作業を行ったことによる墜落事故が多発しています。

また、補助を付けず、無理に一人で高所作業をしていたために、バランスを崩して墜落したという事案も多く発生しています。

墜落・転落事故は、重傷事案が多発する非常に危険な事故形態ですが、未然防止は可能です。日頃から適切な防止対策をとることが必要です。



### 【重傷事案】

#### 1 教室内での掲示作業中の落下事故

- 教室後方の壁に児童の絵を貼るため、ランドセル棚の上に登って作業していたところ、工具を取るため棚から椅子に降りようとしてバランスを崩し墜落、左足の大腿骨を負傷（骨折、全治11ヶ月）
- 教室内の壁に児童の作品を貼るため、机の上にさらに椅子を置いて登って作業をしていたところ、椅子から転落して右足の大腿骨と膝を負傷（軟骨損傷・半月板損傷、全治7ヶ月）
- 教室前方の壁の最上部に掲示物を貼るため、高さ1.5mのスチール製の棚に登り、掲示した後に棚から降りるためキャスター付きの椅子に足をかけたところ、椅子が動いてバランスを崩し床に墜落、腰を負傷（骨折、全治2ヶ月）

#### 2 その他の落下事故

- 文化祭の後片付けのため、はしごに登って体育館ステージ上部（高さ約4m）での作業を行っていたところ、壁に立て掛けただけであったためはしごが倒れ、うつ伏せの状態に床に墜落、胸部と頸椎を負傷（打撲・挫傷、全治6ヶ月）
- 文化祭の後片付けのため、書棚を体育館のステージからフロアへと下ろしていたところ、書棚で足元が見えず、階段を踏み外して転落、右足を負傷（靭帯損傷、全治2ヶ月）



### 【防止対策のポイント】

- 脚立、はしご等を使う高所作業には必ず補助者をつけているか
- 脚立、はしご等は必要な箇所に整備されているか、また、作業場所の高さに応じた適正な使用方法を周知しているか
- キャスター付きの椅子やオルガンなど、足場として明らかに不適切なもので代用していないか
- 業者が行うべき危険な作業を職員にさせていないか

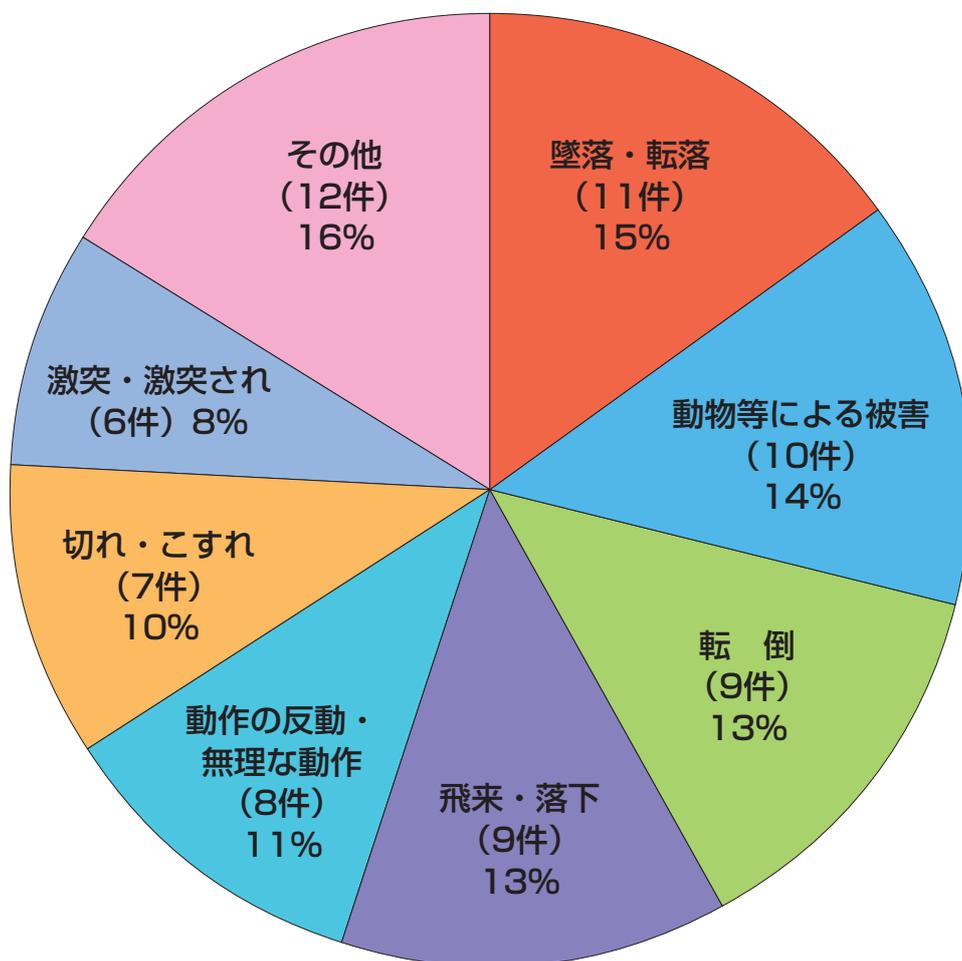
### 3 一般事務職員

一般事務職員は、執務室内での事務に限らず、屋外での調査や現地確認等の業務、草刈りや樹木伐採等の管理業務、イベント会場での対応など、多種多様な業務に従事しているため、公務災害も様々な場所で様々な原因により発生しています。

一般事務職員の災害は、比較的軽傷のものが多いのですが、はしご、脚立等を使用した高所作業中の「墜落・転落」、屋外の水路や斜面等での「転倒」や「転落」などでは重傷事案も少なくありません。業務の場所や作業内容の危険度に応じたきめ細かな未然防止の取組が必要です。

また、レクリエーション中の事故が毎年数件発生しており、重傷事案も発生していることから、注意が必要です。

一般事務職員の公務災害認定件数 72件（平成24年度）



## 1位 「墜落・転落」による災害 …… 11件

高所作業中に脚立やはしごを踏み外して墜落した事案や、斜面、段差、水路等の危険箇所です足を滑らせて転落した事案などがほとんどを占めています。

墜落・転落による事故は、重傷化する傾向が強く、重傷事案が比較的少ない一般事務職員にとっては特に注意を要する事故形態だと言えます。



### 【重傷事案】

- 脚立に乗って最上段の段ボールを確認しようと両手を挙げたところ、バランスを崩して墜落し、左足を負傷（骨折、全治6ヶ月）
- 体育館の屋根からはしごで下りていたところ、足を滑らせて屋外非常通路の踊り場に墜落し、右足を負傷（骨折、全治6ヶ月）
- 古墳の発掘調査で土器片の回収をしていたところ、足を滑らせて斜面を後ろ向きに転落し、右足を負傷（骨折、全治3ヶ月）

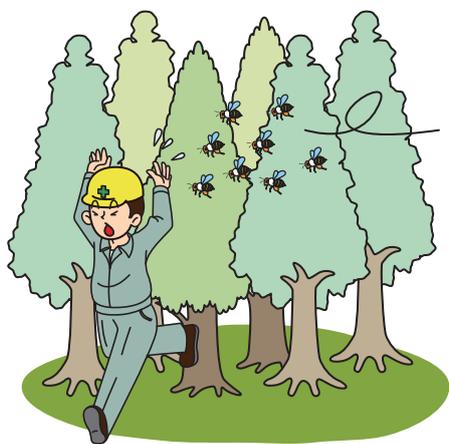
### 【防止対策のポイント】

- 脚立、はしご等を使う作業には必ず補助者をつけているか
- 脚立、はしご等は必要な箇所に整備されているか、また、作業場所の高さに応じた適正な使用方法を周知しているか
- 屋外での水路や斜面での作業では事前に下見を行い、転落しやすい箇所や雑草等で見えない危険箇所などをあらかじめ把握しているか

## 2位 「動物等による被害」による災害 …… 10件

草刈りや樹木の伐採作業中にハチなどの昆虫に刺された事案や、保護又は捕獲した動物から攻撃を受けて負傷した事案などが発生しています。

そのほとんどは軽傷事案ですが、動物由来感染症に罹患する可能性もあることから、攻撃が予想される昆虫や動物の特性を十分に理解し、適切な装備、用具等を使用して未然防止に努めることが必要です。



### 【重傷事案】

- 有害鳥獣の駆除のため、罠にかかった鹿の角にロープをかけて動きを封じ込めようとしたところ、鹿の角で攻撃され、右足の大腿部を負傷（創傷、全治1ヶ月）

### 【防止対策のポイント】

- 危険な動物や昆虫の捕獲・駆除作業は、必ず複数人で作業しているか
- 森林などで作業を行うに当たっては、攻撃の可能性のある昆虫や動物の存在をあらかじめ把握し、保護具等を着用するなど適切な準備を行っているか

### 3位 「転倒」による災害 …… 9件

通路や執務室内での水濡れなどによる滑りや障害物との接触、階段でのつまずき・踏み外し、屋外での地面や斜面での滑り・つまずきなどによる転倒がほとんどを占めています。

一般事務職員において、「転倒」は「墜落・転落」に次いで重傷事案が発生しやすい事故形態であり、注意が必要です。



#### 【重傷事案】

- 廊下の床面が濡れていたため、足が滑り、両足が開くような形で転倒し、左足を負傷（筋肉断裂、全治3ヶ月）
- 豪雨災害による被災箇所の撮影を行うため、現場の草刈り作業を行っていたところ、草で覆われた崩壊した法面に足を取られて転倒し、右胸を負傷（骨折、全治2ヶ月）
- 消防操法大会で使用する道具の準備・点検を行っていたところ、床に置かれていた小型ポンプの取手がズボンの裾にひっかかって転倒し、右手を負傷（骨折、全治2ヶ月）

#### 【防止対策のポイント】

- トイレ、手洗い場、玄関口など床が濡れやすい場所にマットを敷設するなど、適切な滑り防止対策を行っているか
- 執務室、作業場、倉庫などの通路において、段ボール箱や剥き出しのケーブルなど障害物が放置されていないか

### 3位 「飛来・落下」による災害 …… 9件

運搬や荷下ろしの最中に荷物が落下して職員に当たったり、樹木の伐採や枝の剪定時に飛来・落下した枝が職員に当たって負傷した事案などが発生しています。

衝突の状況によっては重大な災害となる可能性もあり、注意が必要です。



#### 【重傷事案】

- 公園の木に引っかかった枯れ枝を撤去するため、枯れ枝をロープで引き落とそうとしたところ、折れた枝が飛んできて右肩を負傷（打撲・挫傷、全治2ヶ月）
- 軽トラックの荷台に積んであったロール状のシートを持ち上げたところ、はずみで横に置いてあったシートが荷台から転げ落ち、左足に当たって負傷（骨折、全治1ヶ月）

#### 【防止対策のポイント】

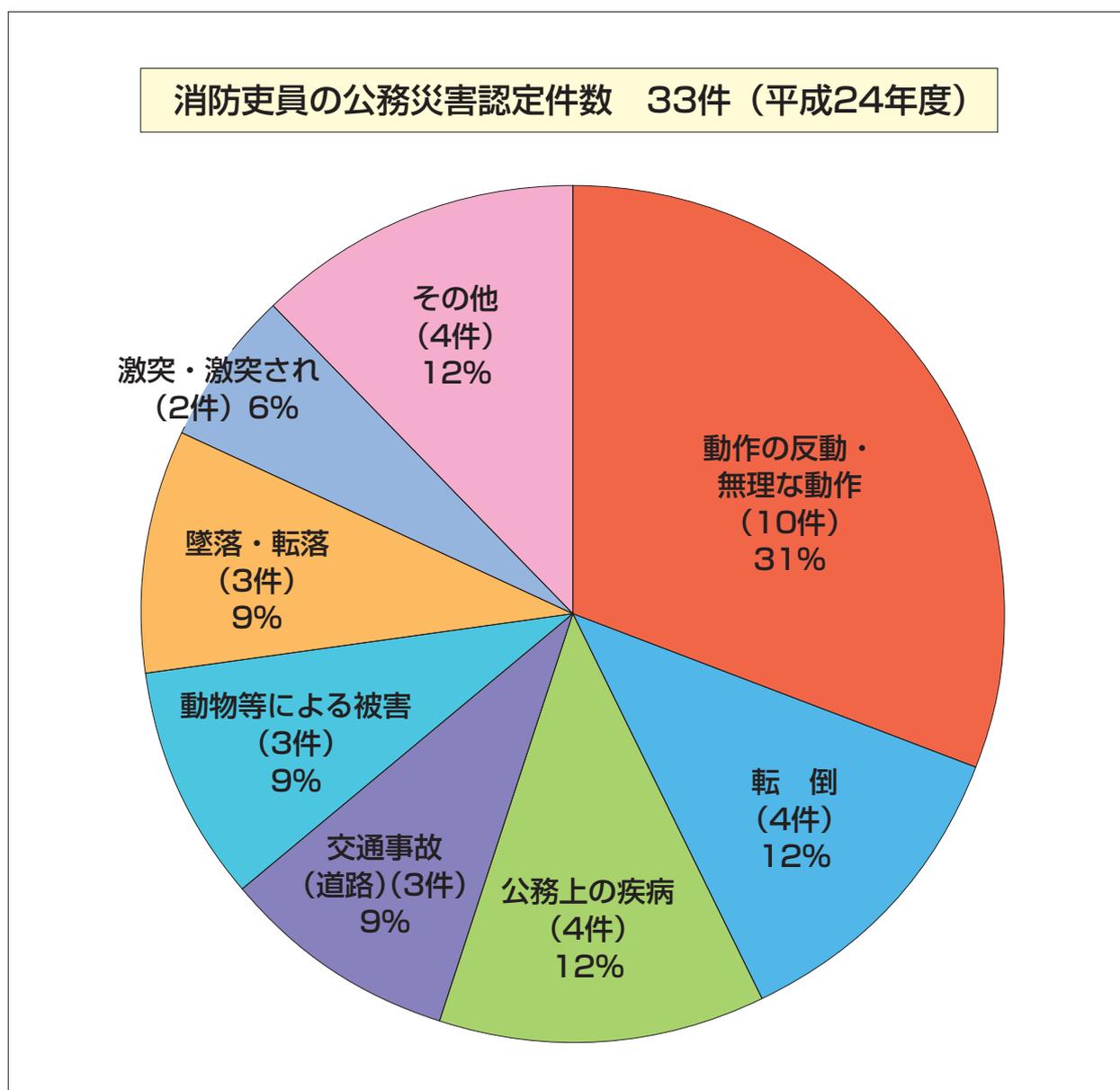
- 作業に当たっては、保護手袋やヘルメットなど適切な装備を着用しているか
- 樹木の伐採や剪定は、樹木の性状を調べて、作業手順や役割分担を明確に定めた上で行っているか

## 4 消防吏員

消火活動や救助活動など危険な業務に従事し、かつ、厳しい訓練を行っている消防吏員には、警察官と同様に「動作の反動・無理な動作」や「転倒」による事故が多く発生しています。

また、高所訓練での命綱や安全マットの不備による重大な墜落事故や、山岳縦走訓練での熱中症の集団発生など、訓練の実施体制に原因があると思われる災害も発生しています。

消防吏員の公務災害を防止するためには、「消防ヒヤリハットデータベース（総務省消防庁）」を活用するなど発生頻度の高い事故の情報を積極的に収集・整理し、管理・監督者も含めた職員全体で共有することが必要です。



## 1位 「動作の反動・無理な動作」による災害 …… 10件

訓練や消火活動などにおいて、無理な体勢で強く力を入れたことで予想外の負荷が体の一部にかかって負傷した事案が半数を占めています。



### 【重傷事案】

- ほふく救出訓練中、左足に体重をかけて強く蹴り出したところ、左足に負荷がかかり負傷（腱板断裂、全治2ヶ月）
- 救助強化（ロープブリッジ渡過）訓練中、往路から復路に移ろうとしたところ、ロープを胸部にかけて前回りしたために胸部に負荷がかかり負傷（骨折、全治2ヶ月）
- 火災現場で建物内部に侵入するため、シャッターを思いっきり引き上げたところ、右肩に負荷がかかり負傷（腱損傷、全治2ヶ月）

### 【防止対策のポイント】

- 訓練計画は適切に作成されていたか
- 事故防止のための研修や指導者による管理は十分だったか
- 訓練生に災害防止意識が浸透していたか
- 消火作業などの緊急時の安全確認は徹底していたか

## 2位 「転倒」による災害 …… 4件

訓練や消火活動などにおいて、足を滑らせたり障害物と接触したりして転倒した事案が発生しています。



### 【重傷事案】

- 消火活動中に、側溝に右足を落として転倒した際に、左手を地面についたところ、左肩に負荷がかかり負傷（骨折、全治1ヶ月）
- ランニング訓練中、足がつかずいて前方に転倒した際に、前を走っていた訓練生にぶつかり頸部を負傷（捻挫、全治1ヶ月）

### 【防止対策のポイント】

※上記「1位 動作の反動・無理な動作による災害」を参照

## 2位 「公務上の疾病」による災害 …… 4件

夏季の山岳縦走訓練や防火衣を着装しての耐熱訓練などにおいて、「熱中症」による災害が毎年数件発生しています。

熱中症は、重症の場合には意識障害や多臓器不全を引き起こすこともあり、特に注意が必要です。



### 【防止対策のポイント】

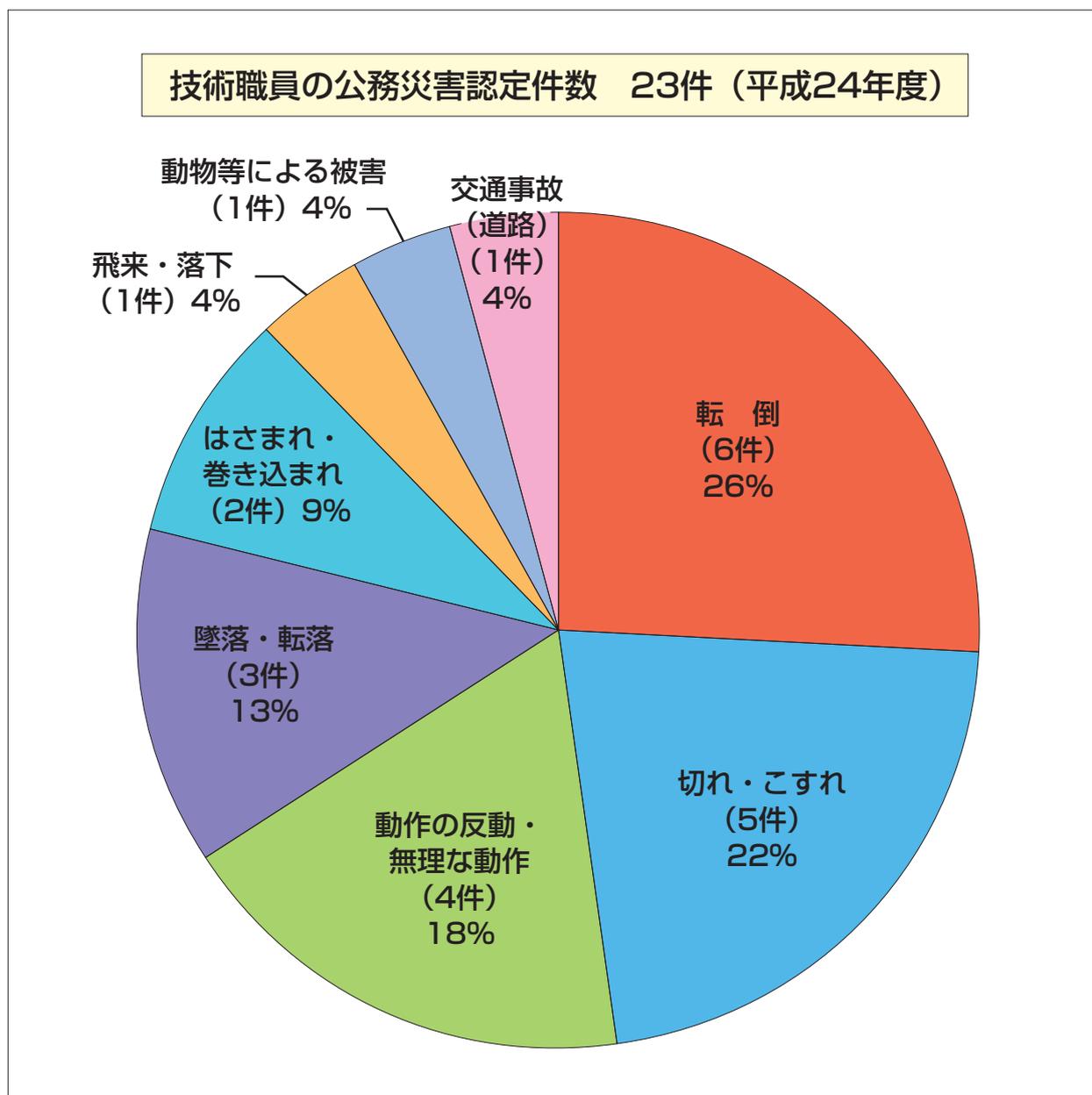
- 作業環境や作業内容を適切に管理しているか
- 職員の健康を適切に管理しているか
- 職員に適切な労働衛生教育を実施しているか

## 5 技術職員（土木技師・農林水産技師・建築技師・その他一般技術職）

技術職員は、測量や現地確認等の業務、草刈りや障害物撤去等の管理業務など、多種多様な業務に従事しているため、公務災害も様々な場所で様々な原因により発生しています。

技術職員は、検査刀やナタ、鎌、草刈り機など危険な用具・機械を使用したり、山林、河川など危険な場所での業務に従事することも多いため、重傷事案も少なくありません。

技術職員の公務災害を防止するためには、実際に発生した災害だけでなく、災害に至らなかった事故（ヒヤリハット）の情報も積極的に収集・整理して、現場のどこにどのような状況で高度の危険があるのかを十分に把握しておくことが必要です。



## 1位 「転倒」による災害 …… 6件

工事現場や斜面、施設の屋根裏など、足場の悪い場所や障害物の多い場所での移動中の転倒による負傷事案が発生しています。

また、慣れた現場であっても、体調不良や加齢による筋力、視力等の衰えなどが原因で転倒してしまうこともあり、災害の防止には作業場の安全確保と併せて、職員の健康管理も重要となります。



### 【重傷事案】

- 工事現場で施工状況確認のため、敷設したブロックの上を移動中に、左足を踏み外して転倒し、左肘を負傷（骨折、全治12ヶ月）
- 災害復旧事業の現場査定のため、両手に資料を抱えて査定官に説明しながら急斜面を移動していたところ、石で左足を踏み外し、転倒して右手を負傷（骨折、全治1ヶ月）

### 【防止対策のポイント】

- 現場の移動箇所には、足場板の敷設など安全対策を講じているか
- 現場では、適切な服装、靴等を着用しているか
- 現場を移動するときは、両手に荷物を持たないなど転倒に備えられるよう留意しているか

## 2位 「切れ・こすれ」による災害 …… 5件

職員のうっかりミスだけでなく、無理なスケジュールで作業していたことや足場が不安定であったこと、伐採しようとした樹木が硬い品種であったことなど様々な要因が重なることで、日常的に使用している刃物などの器具が重大な災害の原因となっています。

また、屋外での作業が多いことから、瓦礫などの危険物によるケガにも注意が必要です。



### 【重傷事案】

- 治山事業予定箇所の測量を行うため、ナタで灌木の伐採を行っていたところ、枝に当たって手元が狂い、左手を負傷（腱断裂、全治3ヶ月）
- 川の砂防施設を測量するため、周辺の除草作業を行っていたところ、根が張ったままの草を持ち上げた際に葉の鋭利な部分で右手を負傷（創傷、全治2ヶ月）

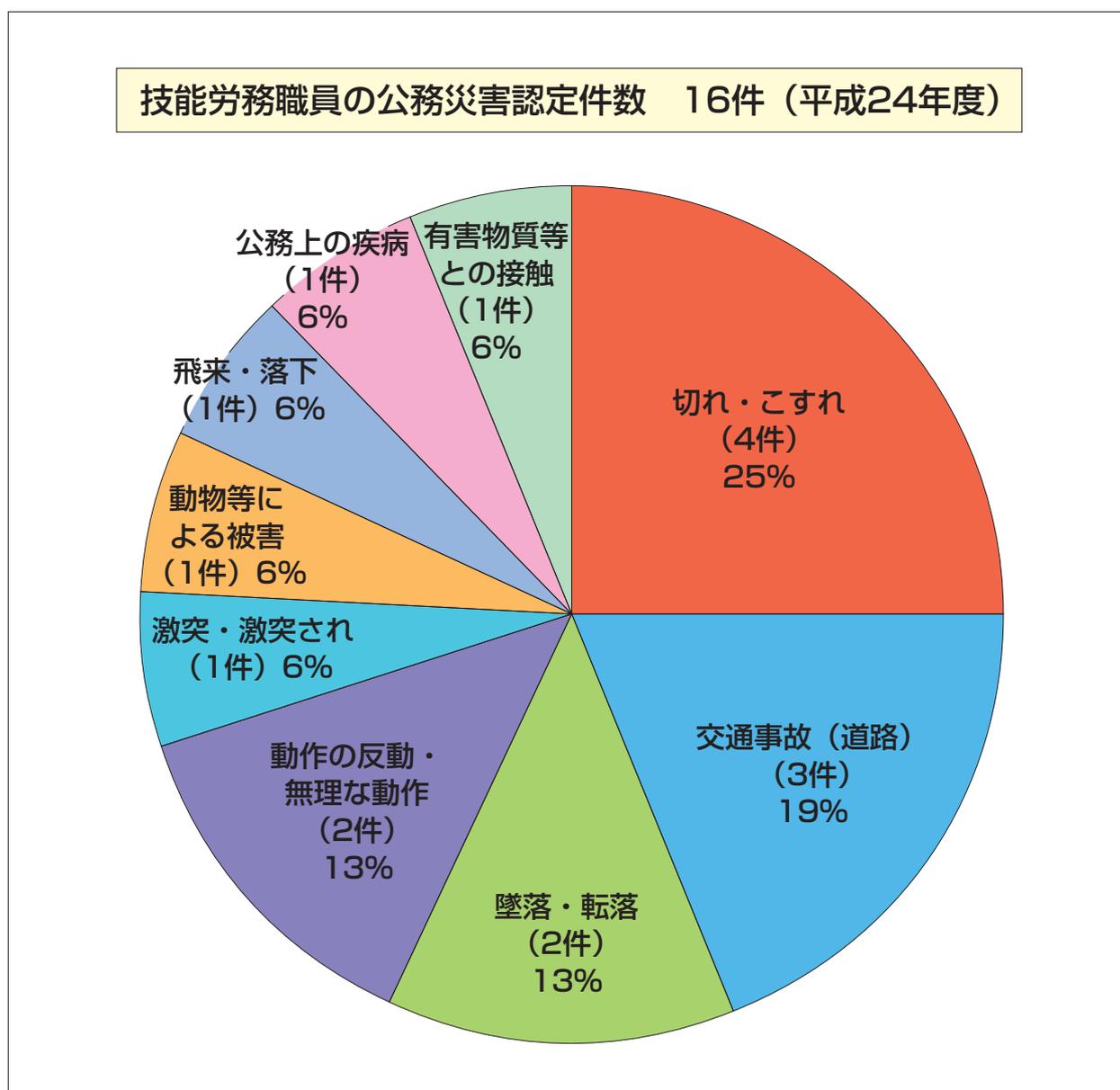
### 【防止対策のポイント】

- 刃物等の器具は、作業しやすい状態に整備されているか
- 作業の計画や行程に無理はないか
- 保護手袋の着用など適切な装備で作業を行っているか
- 職員の習熟度や特性に配慮した作業の分担となっているか
- ガラス片などの危険物の状況を事前に確認しているか

## 6 技能労務職員（道路補修員・清掃業務員・その他の技能労務職員）

道路補修員、清掃業務員などの技能労務職員は、草刈りや障害物の撤去、施設の補修など屋外での業務が多く、また、草刈り機、チェーンソーなどの危険な機械やトラクター等の特殊車両を日常的に使用している職員も多いことから、技術職員と同様に公務災害が発生しやすい状況にあります。

技能労務職員の公務災害を防止するためには、過去に発生した災害だけでなく、災害に至らなかった事故（ヒヤリハット）の情報も積極的に収集・整理して、現場のどこに、こういった状況で高度の危険性があるのかを十分に検証し、危険度に応じた取組を行うことが必要です。



## 1位 「切れ・こすれ」による災害 …… 4件

樹木の伐採や除草などの業務において、技術職員と同様に、日常的に使用している鎌やナタ、草刈り機、チェーンソーなどの器具・機械が原因で負傷した事案が発生しています。

また、清掃作業やゴミの処理業務などでは、ガラス片などの危険物により負傷した事案も発生しています。



### 【重傷事案】

- 伐採後の立木をトラックに積み込むため、枝をナタで剪定していたところ、反動で跳ね返ったナタが木を押さえていた左手に当たって負傷（親指切断、全治12ヶ月）

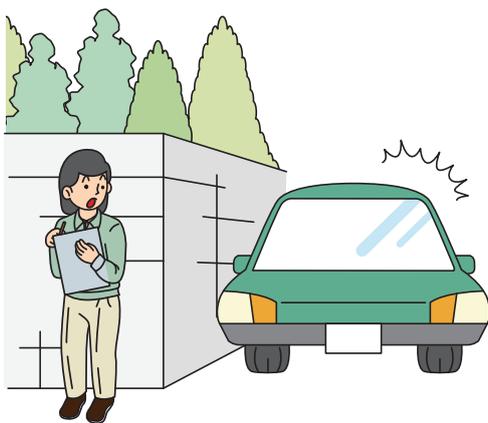
### 【防止対策のポイント】

※技術職員「2位 切れ・こすれによる災害」（16頁）を参照

## 2位 「交通事故（道路）」による災害 …… 3件

道路の巡視や動物の移送など公用車での出張が多いことから、他の車に追突されて負傷した事案が発生しています。

また、路上での作業中に一般車から衝突されて負傷した事案も発生しています。



### 【重傷事案】

- 放浪犬捕獲のため、路上の角で犬の動向を注視しながら立っていたところ、角を右折してきた乗用車に衝突されて転倒し、さらに当該乗用車から左足を轢かれて負傷（開放骨折、全治5ヶ月）

### 【防止対策のポイント】

- 路上で作業する際には、複数人で常に周囲の安全確認を行うなど、事故に巻き込まれないよう注意しているか
- 定期的に交通安全教育を実施しているか
- ゆとりある旅行行程が徹底されているか
- シートベルトの着用やヘッドレストの適正な位置への設定など、事故から身を守る対策を徹底しているか

## Ⅲ 長時間労働（過重労働）による健康被害と防止対策のポイント

### 1 長時間労働の心と体の健康への影響

長時間にわたる過重な労働（過重労働）は、身体的・精神的に疲労の蓄積をもたらし、脳・心臓疾患を引き起こす要因となるだけでなく、精神疾患、自殺、事故やケガなどの健康障害を引き起こす原因の一つとされています。

そのため、厚生労働省では、平成14年「過重労働による健康障害防止のための総合対策」を策定し（平成18年改定）、時間外・休日労働の削減などとともに、一定時間以上の時間外・休日労働を行わせた場合の健康管理措置の徹底について周知を図っています。

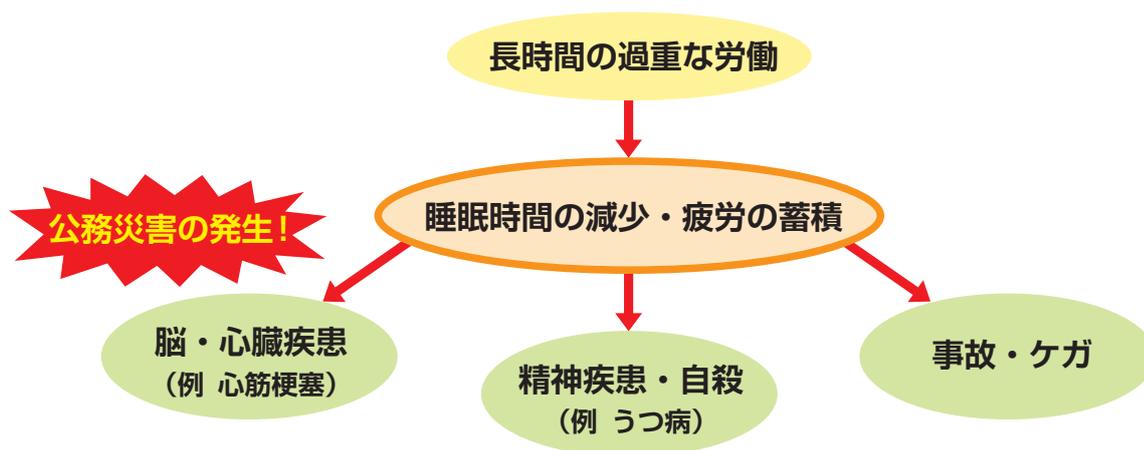
### 2 長時間労働と公務災害

長時間の過重な労働と脳・心臓疾患、精神疾患、自殺、業務上のケガなどとの関連については、独立行政法人労働安全衛生総合研究所が平成24年に発行した「長時間労働者の健康ガイド」\*の中で次のように指摘されています。

- 2001年に公表された脳・心臓疾患の労災認定基準では、長期間の過重業務の負荷要因としては「労働時間」が最も重要と判断されている。
- 2011年に公表された精神障害の労災認定基準では、「長時間労働」は精神障害の重要な要因の1つとして位置づけられている。
- 過去1か月間の週労働時間が61時間以上（月時間外に換算すると約80時間以上）では、週労働40時間（月時間外に換算すると0時間）に比べて心筋梗塞リスクが1.9倍であった。
- 長時間労働者は、重篤な健康問題が発生する前に、かなり頻繁に昼間の眠気や疲労を経験していると考えられている。週労働66～70時間（月時間外約100～120時間）、71時間以上（月時間外約120時間以上）では、昼間の過度の眠気などの割合（%）が週労働35～40時間（月時間外0時間）と比較して2倍以上に増加している。
- 眠気や疲労を放置すると、重大な健康障害や事故・ケガを引き起こすことになる。

\*使用許諾済 2012独立行政法人労働安全衛生総合研究所

#### 【参考図：長時間労働と公務災害の関係】



### 3 長時間労働と睡眠時間

長時間にわたる過重な労働により蓄積された疲労を回復させるためには、心身の休養が必要です。

特に十分な睡眠を取ることは、体だけでなく、脳の疲労回復を図り、メンタルヘルス不調（精神疾患だけでなく、病気には至っていないが調子が悪い状態を含む）を起こさないためにも重要なポイントになります。

疲労を回復し、健康を保持するために、睡眠時間は最低「6時間」必要とされています。

#### \* 時間外労働が増えると睡眠時間が減る！

通勤時間が片道1時間半で、食事や家事・入浴などの時間を最低2時間と仮定した場合、

$$\begin{array}{rcl} \text{労働時間} & 8\text{時間} + & \text{休憩時間} & 1\text{時間} & = & 9\text{時間} \\ \text{通勤時間} & 1.5\text{時間} & \times 2 & (\text{往復}) & = & 3\text{時間} \\ \text{朝夕の食事や家事、入浴などの時間} & & \text{最低} & 2\text{時間} & & \\ & & & & & \text{計} & 14\text{時間} \end{array}$$

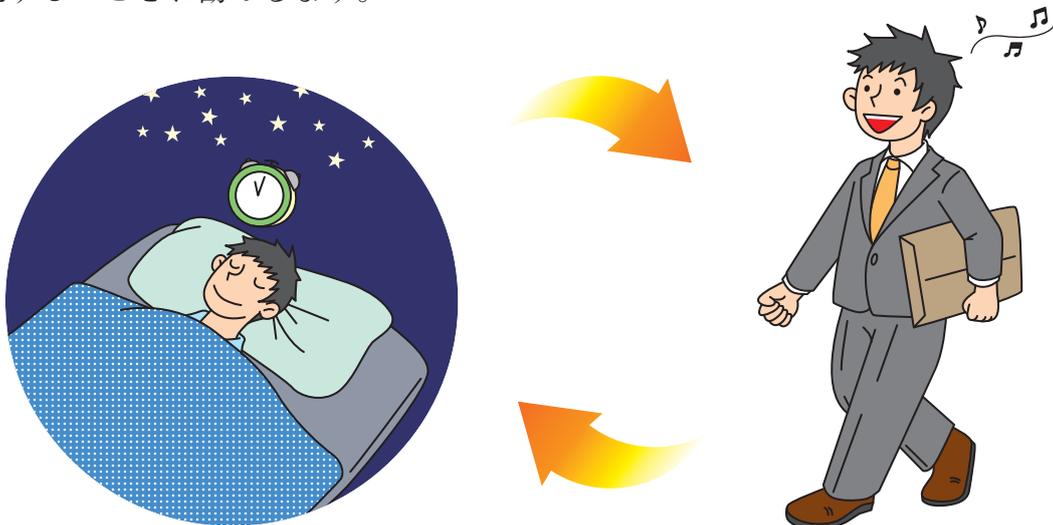
残り10時間が、睡眠時間と時間外勤務に使える時間です。

時間外勤務を4時間以上した場合は、睡眠時間が6時間未満しか確保できないことになります。

<参考> 毎日4時間の時間外勤務を1か月（4週間）すると  
月時間外 1日4時間×週5日間×4週間=80時間

同じ睡眠時間でも、質の高いよりよい睡眠を取ることが、心と体の疲労回復に効果的です。

よりよい睡眠を取るために、次頁のような順番で心と体の準備を整えること、それを習慣化することをお勧めします。



## 4 よりよい睡眠を取るための心と体の準備

### ■ 寝るための体の準備を整える

#### ① 寝る前1時間以内は、強い光刺激を避ける

光刺激を受けると目が覚めます。朝、起きて光を浴びると、目が覚めて体内時計のスイッチが入ると言われています。

逆に、寝る1時間ぐらい前になったら、テレビやパソコン、携帯電話やスマートフォンなど、光刺激を受けるものから離れましょう。

#### ② 入浴の前に軽い運動をする

ラジオ体操やストレッチなど軽い運動をして、心と体をほぐしましょう。

激しい運動は、かえって交感神経が興奮するためお勧めできません。

#### ③ 入浴したら早めに寝る

熱すぎるお湯は交感神経の興奮を来すので、熱すぎないお湯にゆっくりつかり、心と体をリラックスさせましょう。

一旦、上がった体温が下がるときに質のいい睡眠が取れると言われています。お風呂からあがったらできるだけ早めに寝床に入るようにしましょう。

### ■ 寝室の環境を整える

寝室は、可能ならば間接照明で、寝心地のよい寝具で、遮音・遮光に注意し、温度は夏25度前後、冬18度前後、湿度は50～60%程度にします。

### ■ 「眠らなくて」と焦り、かえって眠れないときは

寝床に入ってもなかなか寝つけない場合は、一旦、寝室を出て、別の部屋で眠くなるまで待って、眠気が来てから眠る方法もあります。

### ■ 寝酒（寝る前3時間以内の飲酒）は睡眠の質を悪化させるので避ける

アルコールは、脳をマヒさせる働きがあるため、寝つきはよくなったような気がしますが、眠りは浅くなり、脳の疲労回復に必要な深い眠りが取れなくなります。

飲酒は、寝る3時間前までにしましょう。適量（日本酒換算1合以内）で、週2日以上以上の休肝日を連続して設けるなど、お酒と上手に付き合ひましょう。

### ■ 上手な「昼寝」の取り方

昼食後の15～20分程度の昼寝は、脳の疲労回復を助け、午後からの活動に役立ちます。昼寝の前に、カフェインを含む飲み物（コーヒーや緑茶）を摂ると、15～20分後に効果が出て目覚めがすっきりします。

- \* 休日を含めて2週間以上毎日不眠（寝つきが悪い、途中で目が覚めてそのまま眠れないなど）が続いたら、睡眠障害の可能性あります。（健康）相談機関の利用や、医療機関の受診（精神科など）を考えましょう。

## **公務災害・通勤災害の補償に関するお問い合わせ先**

地方公務員災害補償基金福岡県支部（福岡県総務部総務事務センター公務災害班内）  
〒812-8577 福岡市博多区東公園7-7 TEL：092-643-3031

※補償制度の概要や手続きを知りたい方は、ホームページが便利です。

<http://www.fukuoka-chikousaikikin.jp>