

陸上貨物運送事業の荷役作業における安全対策について

(資料)

キーワード	荷の積卸しを行う事業者の実施事項（主として陸上貨物運送事業者）			荷の積卸し場所の管理者の実施事項
(災害発生件数、率（％）)	安全衛生管理体制	安全衛生教育等	施設・設備、作業方法等	(主として荷主等)
【共通事項】	(法令に基づく措置) 1 安全管理者等の選任 ※ 安全管理者、衛生管理者、安全衛生推進者、産業医の選任 2 安全衛生委員会等の開催	(法令に基づく措置) 1 雇入れ時、作業内容変更時の教育 2 危険又は有害な業務に係る特別教育及び再教育 3 就業制限業務に対する免許、技能講習 4 安全管理者等に対する教育	(法令に基づく措置) 1 機械等による危険の防止 2 荷役等の業務における作業方法から生ずる危険の防止 3 高温、低温等による健康障害の防止 4 作業場の通路、床面、階段等の保持 5 重量物運搬等の作業行動から生ずる労働災害の防止 6 危険性又は有害性の調査、調査結果に基づく措置の実施（リスクアセスメントの実施） 7 貨物の重量の表示（1t 以上） 8 特定機械等の検査 9 その他（健康診断、職場環境の改善等）	(法令に基づく措置) 1 仕事を他人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のある条件を付さないように配慮
	(通達に基づく措置) 1 経営トップによる安全衛生方針の表明 2 安全衛生管理規程の作成、整備 3 リスクアセスメントの実施体勢の整備 4 安全衛生方針に基づく安全衛生目標の設定 5 安全衛生委員会等における荷役作業の安全対策に係る調査審議の実施 6 荷主等に対し、運送契約時における荷役作業の有無、運搬方法、作業の分担等の作業条件及び作業場所の環境、作業の留意点等の連絡調整に係る事項について適切な取り決めを行い、作業 者全員に伝達	(通達に基づく措置) 1 法定の免許、技能講習の計画的な取得促進 ※ フォークリフト、ショベルローダー、フォークローダー、はい付け・はい崩し、移動式クレーン 2 職務の内容等に応じた安全衛生教育の対象者、実施時期、教育内容等を定め、中長期的な安全衛生教育推進計画を整備 ※ 雇入れ時教育、フォークリフト特別教育、小型移動式クレーンの特別教育、フォークリフト運転業務従事者教育、車両系荷役運搬機械等作業指揮者教育、積卸し作業指揮者教育、危険予知訓練（交通・荷役）、リスク	(通達に基づく措置) 1 安全な作業法の確立について、陸上貨物運送事業者と協議する場を設置し、荷役作業に係る連絡調整が行える体勢の整備 2 荷役作業の有無、内容、役割分担等の陸上貨物運送事業者への通知（安全作業連絡書の活用等） 3 陸上貨物運送事業者等の労働者と自社の労働者が混在して作業を行う場合における安全対策 ※ 陸上貨物運送事業者と自社の荷役作業における役割分担の明確化、両者の作業間の円滑な連絡調整（書面交付、陸上貨物運送事業者の労働者に対する保護帽の着用、フォークリ	(通達に基づく措置) 1 安全な作業法の確立について、陸上貨物運送事業者と協議する場を設置し、荷役作業に係る連絡調整が行える体勢の整備 2 荷役作業の有無、内容、役割分担等の陸上貨物運送事業者への通知（安全作業連絡書の活用等） 3 陸上貨物運送事業者等の労働者と自社の労働者が混在して作業を行う場合における安全対策 ※ 陸上貨物運送事業者と自社の荷役作業における役割分担の明確化、両者の作業間の円滑な連絡調整（書面交付、陸上貨物運送事業者の労働者に対する保護帽の着用、フォークリ

	7 荷主等に対し、運送の都度、事前に荷役作業の有無、運搬物の重量、荷役作業方法等荷役作業の内容を「安全作業連絡書」を参考に確認 8 安全な作業法の確立について、荷主と協議する場を設けるよう荷主に働きかけること 9 荷主等と連携協力してリスクアセスメントを実施し、適切な作業計画、作業手順書を作成 10 作業場所の状況、荷役運搬機械の使用の有無及び使用する場合の種類と能力、荷の種類と形状、重量等に対応する作業計画の作成 11 作業計画に基づく作業手順書の作成 12 作業計画、作業手順書の作成に当たって荷主等と連携（荷の積卸し場所が荷主等の事業場である場合） 13 貨物自動車の運転手に荷役作業を行わせる場合、荷役作業による疲労に配慮して十分な休憩時間を確保 14 貨物自動車の運転手に事前に予定していない荷役作業を行わせる場合、必要な休憩時間を確保できるよう走行計画を見直し 15 荷役作業による身体的負担を減少させるため、台車、テールゲートリフター等適切な荷役用具・設備の車両への備付け又はフォークリフト等の荷役運搬機械の使用に努める 16 貨物自動車に荷を積載して走る場合は、①最大積載量の遵守、②偏荷重が生じないように積載、③荷崩れ又は荷の落下防止措置（ロープ又はシート掛け等）を徹底 17 派遣労働者の安全衛生を確保するための派遣元事業者との連絡調整の実	アセスメント教育、腰痛予防管理者教育 3 荷役作業現場で作業指揮をする責任者に対する職長教育に準じた教育の実施		フトの用途外使用の禁止等の法令遵守の指導)
--	---	---	--	------------------------------

	施 18 陸上貨物運送事業者による安全衛生マネジメントシステムのガイドライン ※ PDCAサイクルによる労働安全衛生マネジメントシステムの実施事項（内容については、上記と重複） 19 荷役・運搬機械を使用する作業とその他の作業を混在した状態で行う場合には、これらの作業を統括的に管理する作業指揮者を指名し、作業相互間の連絡調整その他必要な指揮を行わせる			
※ 以下の欄にある災害件数、率（％）は、平成 23 年に陸上貨物運送事業で発生した災害から無作為に抽出した 1,000 件の中での件数、率（％）である。	（その他：パンフレット等） 1 安全衛生管理体制の確立による安全衛生管理活動の計画的推進 2 作業計画及び作業手順書の作成 3 作業計画及び作業手順書の作成に当たっての荷主等との連携 4 危険予知活動（KY活動）、リスクアセスメント等の実施 5 荷主等との連携（安全作業連絡書の活用等）	（その他：パンフレット等） 1 計画的な就業制限業務等従事者資格の取得と安全衛生特別教育の実施	（その他：パンフレット等） 1 荷役作業実施者（貨物自動車運転者等）の実施事項 ※ 作業指揮者に選任された場合の職務の励行、作業計画及び作業手順書の遵守、資格の取得等、危険予知活動（KY活動）・リスクアセスメント等の取組への参加、荷主等の事業場における他社の作業等との十分な連絡調整 2 危険予知活動の具体的な進め方 ※ 危険の把握→本質追究→対策樹立→目標設定 3 リスクアセスメントの具体的な進め方 ※ 危険性又は有害性の特定→リスクの見積もり→リスクを低減するための優先度の設定→リスク低減措置の検討、実施→記録	（その他：パンフレット等） 1 荷主等による配慮 ※ 陸上貨物運送事業者への荷役作業の有無、運搬物の重量等の通知、作業手順の提示、作業手順の遵守状況の確認、安全通路の確保、立入禁止箇所の標識の設置値、自社労働者と貨物自動車運転者等が混在して作業を行う場合の連絡調整、陸上貨物運送事業者との安全衛生についての懇談の実施等
【荷役作業の墜落・転落災害】 258件（25.8％） （内訳）	（法令に基づく措置） 1 作業計画の策定 2 作業指揮者の選任（車両系荷役運搬	（法令に基づく措置） 1 就業制限業務に対する技能講習 ※ はい作業（高さ 2m 以上のはい付	（法令に基づく措置） 1 高さ 2m 以上で作業を行う場合の作業床の設置	（法令に基づく措置）

平荷台 105件(10.5%) パネルバン 96件(9.6%) タンクローリー等 7件(0.7%) テールゲートリフター付 7件(0.7%) その他 43件(4.3%)	機械、積卸し) 3 はい作業主任者の選任(高さ2m以上のはい付け又ははい崩し作業)	け又ははい崩し作業)	2 防網の設置、安全带等の使用(作業床が設置困難な場合) 3 はい作業において高さ1.5mを超える箇所で作業を行う場合の昇降設備の設置等 4 積載能力を超えての使用の禁止 5 床面と荷台面を安全に昇降するための設備の設置(5t以上の貨物自動車に荷の積み卸し(ロープ掛け外し、シート掛け外し作業を含む。))を行う場合。) 6 不的確なロープ(ストランドが切断、著しい損傷等)の使用の禁止 7 繊維ロープの点検 8 荷を卸す作業を行う場合の中抜き禁止 9 荷台への乗車制限 10 保護帽の着用(5t以上の貨物自動車に荷の積み卸し(ロープ掛け外し、シート掛け外し作業を含む。))を行う場合。) 11 作業開始前の点検	
	(通達に基づく措置)	(通達に基づく措置)	(通達に基づく措置) 1 保護帽の着用(高さ2m以上で作業を行う場合に、作業床、防網の設置、安全带の使用が著しく困難な場合。) 2 作業床、手すり、柵、防網等墜落、転落防止等の設備の設置、適正化について荷主等に協力を要請 3 人力荷役作業の安全対策(共通) (1) 平荷台の上での作業や荷の上の移動は可能な限り避ける (2) 荷台からの墜落防止のための作業床の設置 (3) 平荷台や作業床への昇降設備の設置 (4) 箱形荷台上で作業を行う場合には背を荷台外側に向けた姿勢で作業を行わ	(通達に基づく措置) 1 作業床の設置等安全な作業環境の整備 2 貨物自動車運転者が行う走行や荷役作業に負担のかからない発注条件の提示 3 陸上貨物運送事業者等の自社以外の労働者に荷役作業を行わせる場合の墜落、転落防止措置 ※ 荷台等高所で荷役作業を行わせる場合のリスクアセスメントの実施、荷台周囲からの墜落防止策、作業床等の設置、陸上貨物運送事業者による作業手順書の作成への協力、安全通路の確保、立入禁止箇所の標識の

			ない（この姿勢で後ずさりさせない） (5) 作業床、昇降設備の設置について荷主等に協力を要請（荷主先等で作業する場合） (6) 墜落時保護用の保護帽の着用 (7) 雨天時に荷や荷台上で作業を行う場合の対滑性の靴の使用（Fマークのある安全靴） 4 人力荷役作業の安全対策（積卸し） (1) 荷主等の労働者と共同で積卸し作業をする場合には、作業分担の明確化、作業間の連絡調整を実施 (2) 荷台のあおりを立てる場合には、ロックをかける 5 人力荷役作業の安全対策（荷締め） (1) 荷台のあおりに立つ場合には、あおりが荷台に固定（ロック）されていることを確認 (2) 荷締め器具の機能の作業開始前の点検 6 人力荷役作業の安全対策（シート掛け、シート外し） (1) シートの掛け外し作業を地上から行える場合には地上で行う（地上からの作業が難しい場合には、作業床を設置） (2) シートが荷やあおりに引っ掛かった場合には無理に引っ張らない	設置等
	（その他：パンフレット等） 1 荷の積卸し作業の安全対策 (1) 作業手順書の作成と遵守 2 荷締め作業の安全対策 (1) 作業手順書の作成と遵守 3 シート掛け、シート外し作業の安全対策 (1) 作業手順書の作成と遵守	（その他：パンフレット等）	（その他：パンフレット等） 1 荷役作業時における墜落災害防止対策 (1) 高所作業をできるだけ回避 (2) 安全な作業床の設置（2m 以上は法令に基づき設置。2m 未満でも作業床の設置が望ましい。） (3) 作業床の設置が困難場合の防網や安全帯の使用（2m 以上は法令に基づき設置。2m 未満でもできるだけ設置が	（その他：パンフレット等） 1 荷主側が設置した墜落防止設備の紹介 (1) 移動式プラットフォーム (2) 天井クレーンを使用したシート掛け (3) 昇降設備 (4) 作業床（墜落防止用補助架台等） (5) 固定式プラットフォームに追加した折りたたみ式作業床 (6) タンクローリー給油設備への安全帯

			望ましい。) (4) 荷台や作業床への昇降設備の設置 (5) 保護帽の着用 ※ 飛来落下用ではない墜落時保護用の保護帽を使用 (6) 墜落防止設備の紹介 ア あおりに取り付ける簡易作業床 イ あおりに簡易作業床を取り付け、墜落防止柵、安全ネットを併用 ウ 荷台の横に墜落防止柵、安全ネットを設置 エ 貨物自動車に安全带取付設備を設置 オ 貨物自動車のあおりを倒すと足場になるもの カ トレーラー荷台に安全带取付用親綱を設置 キ 荷の積卸し場に墜落防止柵を設置 2 荷の積卸し作業の安全対策 (1) 不安定な荷の上はできるだけ移動しない（一端地面に降りて地面を移動） (2) 荷や荷台の上ではできるだけ作業を行わず、地上から又は地上での作業とする（ラベル貼り等荷の積卸し以外の作業は、荷や荷台の上で行わない） (3) 安全带を取り付ける設備があるときは、安全带を使用 (4) 荷や荷台の上で作業をする場合は、安全な立ち位置を確保 (5) 荷や荷台の上で作業を行う場合は、背を荷台外側に向けないようにし、後ずさりしない (6) 雨天時に荷や荷台の上で作業を行う場合には、対滑性のある靴を使用（Fマークのある安全靴） (7) あおりを立てる場合は必ず固定 (8) 保護帽の着用 2 荷締め作業の安全対策	取付設備の設置
--	--	--	--	---------

			(1) 荷締め作業を地上から行える場合には地上で行う（地上からの作業が難しい場合には、足場や脚立を使用） (2) 安全帯を取り付ける設備があるときは、安全帯を使用 (3) 荷や荷台の上で作業を行う場合は、背を荷台外側に向けないようにし、後ずさりしない (4) 雨天時に荷や荷台の上で作業を行う場合には、対滑性のある靴を使用（Fマークのある安全靴） (5) あおりの上に立つ場合には、あおりが固定されていることを確認 (6) 荷締め器具の機能の作業開始前の点検 (7) 保護帽の着用 3 シート掛け、シート外し作業の安全対策 (1) シート掛け、シート外し作業を地上から行える場合には地上で行う（地上からの作業が難しい場合には、足場や脚立を使用） (2) 安全帯を取り付ける設備があるときは、安全帯を使用 (3) 荷や荷台の上で作業を行う場合は、背を荷台外側に向けないようにし、後ずさりしない (4) 雨天時に荷や荷台の上で作業を行う場合には、対滑性のある靴を使用（Fマークのある安全靴） (5) あおりに足を掛けて作業しない (6) シートが荷やあおりに引っ掛かった場合には無理に引っ張らない（引っ張る場合は反動を考えて作業） (7) シート掛けがしやすいようにシート大きさ、たたみ方に注意 (8) 保護帽の着用	
--	--	--	--	--

【フォークリフト】 63件 (6. 3%)	(法令に基づく措置) 1 作業計画の策定 2 作業指揮者の選任 (車両系荷役運搬機械、積卸し)	(法令に基づく措置) 1 危険又は有害な業務に係る特別教育 ※ フォークリフト (1t未満) の運転 2 就業制限業務に対する技能講習 ※ フォークリフト (1t以上) の運転	(法令に基づく措置) 1 フォークリフト又はその荷に接触するおそれのある箇所への労働者の立ち入り禁止 (誘導者を配置する場合を除く。) 2 フォークリフトへの偏荷重の禁止 3 フォークリフトからの荷崩れ又は荷の落下による危険の防止 4 フォークリフトの運転席から離れる場合の措置 (荷役装置を最低降下位置に下げ、原動機を止める等) 5 フォークリフトの荷の吊り揚げ等の主たる用途以外の使用の制限 6 前照灯、後照灯の設置 (安全な照度がある場所では不要) 7 運転席へのヘッドガードの設置 8 バックレスト (荷がフォークの後ろに落下しないようにする荷受け枠) の設置 9 十分な強度、著しい損傷等のないパレット等の使用 10 積載能力を超えての使用の禁止 11 定期自主検査の実施 12 作業開始前の点検	(法令に基づく措置) 1 定期自主検査の実施 (フォークリフトの所有者である場合) 2 荷主等による配慮 ※ 自社のフォークリフトを貨物自動車運転者等に貸与する場合の配慮 (資格の有無の確認)
	(通達に基づく措置)	(通達に基づく措置) 1 作業指揮者 (車両系荷役運搬機械) に対する教育の実施 2 フォークリフト運転業務従事者 (現に従事) に対する安全衛生教育の実施 ※ 最近のフォークリフトの特徴、取扱と保守、災害事例等	(通達に基づく措置) 1 フォークリフトの定期自主検査、作業開始前点検 2 リース業者が貸与するフォークリフトの点検整備状況の確認 3 フォークリフトで荷の積卸しをする際に荷や荷台上で作業を行う場合には、フォークリフトの作業範囲内に入らない (フォークリフトの運転手が確認できる立ち位置を確保) 4 フォークリフトの運転操作時に作業衣の袖がレバーに引っ掛かることのないよう、袖口の締まった服を着用	(通達に基づく措置) 1 荷役作業を行う陸上貨物運送事業者の労働者 (トラック運転手等) がフォークリフトの運転等に必要な資格を有する事及び作業指揮者教育を実施済みであることの確認 2 陸上貨物運送事業者の労働者にフォークリフトを使用させる場合の措置 ※ フォークリフトの運転に必要な技能講習修了証の携帯の確認、特別教育受講済みの確認 (これらを満たしていない場合には自社の有資格者に運転作業を行わせる。)、定期自主検

			5 運転席から身を乗り出しさない	査の実施と安全の確認
	(その他：パンフレット等)	(その他：パンフレット等)	(その他：パンフレット等) 1 フォークリフトで荷の積卸しをする際に荷や荷台上で作業を行う場合には、フォークリフトの作業範囲内に入らない（フォークリフトの運転手が確認できる立ち位置を確保） 2 フォークリフトの用途外使用の禁止（パレットに人を乗せて昇降させることの禁止）	(その他：パンフレット等)
【クレーン】 22件（2.2%）	(法令に基づく措置)	(法令に基づく措置) 1 危険又は有害な業務に係る特別教育 ※ 吊り上げ荷重 5t 以上の跨線テルハの運転、吊り上げ荷重 5t 未満のクレーンの運転、吊り上げ荷重が 0.5t 以上 1t 未満の小型移動式クレーンの運転 2 就業制限業務に対する免許取得 ※ 吊り揚げ荷重 5t 以上のクレーン（床上操作式及び跨線テルハを除く。）の運転、吊り上げ荷重が 5t 以上の移動式クレーンの運転 3 就業制限業務に対する技能講習 ※ 吊り上げ荷重 5t 以上の床上操作式クレーンの運転、吊り上げ荷重が 1t 以上 5t 未満の移動式クレーンの運転、玉掛け作業	(法令に基づく措置) 1 クレーンの製造、設置、検査等 2 フックへの外れ止め装置の設置 3 定格荷重を超えての使用の禁止 4 運転の合図 5 搭乗の制限 6 吊り荷の下等への立入の制限 7 定期自主検査の実施 8 作業開始前の点検 ※ 以上、陸上貨物運送事業における荷役作業との関連が大きいものを抜粋。	(法令に基づく措置) 1 検査（落成検査、性能検査等）の受検（3t 以上のクレーン等の所有者である場合）
	(通達に基づく措置)	(通達に基づく措置) 1 クレーン運転業務従事者（現に免許を有する）に対する安全衛生教育の実施 ※ 最近のクレーンと安全装置、取扱と保守、災害事例等 2 移動式クレーン運転業務従事者（現に免許を有する）に対する安全衛生教	(通達に基づく措置) 1 玉掛け作業の安全ガイドライン (1) 作業標準等の作成 (2) 玉掛け作業責任者の指名等 (3) 作業前打ち合わせの実施 (4) 作業者ごとの実施事項 (5) 玉掛け方法の選定	(通達に基づく措置)

		育の実施 ※ 最近の移動式クレーンと安全装置、 取扱と保守、災害事例等		
	(その他：パンフレット等)	(その他：パンフレット等)	(その他：パンフレット等)	(その他：パンフレット等)
【コンベヤー】 5件（0.5%）	(法令に基づく措置)	(法令に基づく措置)	(法令に基づく措置) 1 逸走等防止装置の設置（水平状態で 使用する場合を除く。） 2 非常停止装置の設置 3 荷の落下を防止するための覆い又は 囲いの設置 4 運転中のコンベヤーへの搭乗の制限 5 作業開始前の点検	(法令に基づく措置)
	(通達に基づく措置)	(通達に基づく措置)	(通達に基づく措置)	(通達に基づく措置)
	(その他：パンフレット等)	(その他：パンフレット等)	(その他：パンフレット等)	(その他：パンフレット等)
【人力荷役機械】 104件（10.4%） (内訳) ロールボックスパレット 82件（8.2%） ハンドパレットトラック 5件（0.5%） 台車 17件（1.7%）	(法令に基づく措置)	(法令に基づく措置)	(法令に基づく措置)	(法令に基づく措置)
	(通達に基づく措置)	(通達に基づく措置)	(通達に基づく措置)	(通達に基づく措置)
	(その他：パンフレット等)	(その他：パンフレット等)	(その他：パンフレット等)	(その他：パンフレット等)
【転倒】 79件（7.9%） (内訳) 配送先 35件（3.5%）	(法令に基づく措置)	(法令に基づく措置)	(法令に基づく措置)	(法令に基づく措置)
	(通達に基づく措置)	(通達に基づく措置)	(通達に基づく措置)	(通達に基づく措置)

倉庫内 20件 (2.0%) その他 24件 (2.4%)	(その他：パンフレット等)	(その他：パンフレット等)	(その他：パンフレット等)	(その他：パンフレット等)
【動作の反動】 106件 (10.6%) (内訳) 腰痛 50件 (5.0%) 腰痛以外 56件 (5.6%)	(法令に基づく措置)	(法令に基づく措置)	(法令に基づく措置)	(法令に基づく措置)
	(通達に基づく措置)	(通達に基づく措置) 1 腰痛予防のための労働衛生教育の実施 (参考：腰痛予防指針概要) 1 腰痛予防のための労働衛生教育の実施	(通達に基づく措置) 1 重量物の取扱作業については、自動化省力化、取扱重量軽減、作業姿勢・動作、取扱時間等に留意 2 荷を持つ場合には、荷に正しく向き、膝を軽く曲げ、腰を落とし、背筋を伸ばす 3 床上 50cm 以下又は胸より高い位置で取り扱いを避ける 4 55kg を超える荷は 2 人以上又は台車を使用 (参考：腰痛予防指針概要) 1 腰痛予防指針の対象 (1) 重量物取扱い作業 (2) 重傷心身障害児施設等における介護作業 (3) 腰部に過度の負担のかかる立ち作業 (4) 腰部に過度の負担のかかる腰掛け作業・座作業 (5) 長時間の車両運転等の作業 2 作業管理 (1) 自動化、省力化 (2) 作業姿勢、動作 (3) 作業標準の作成 (4) 休憩 (5) その他（補装具の使用等） 3 作業環境管理 (1) 温度（低温環境下での保温衣服の着用等） (2) 照明	(通達に基づく措置)

			(3) 作業床面（作業に必要な十分なスペースの確保） (4) 作業空間（動作に支障のない空間の確保） (5) 設備の配置等（作業の動作、作業姿勢等を考慮した形状、寸法、配置） 4 健康管理 (1) 腰痛健康診断の実施（配置時及びその後 6 月に 1 回） (2) 腰痛健康診断結果を踏まえた事後措置（作業方法の改善等） (3) 作業前体操、腰痛予防対策 5 作業態様別の対策（介護作業等は省略） (1) 重量物取扱い作業 ア 自動化、省力化 （ア）自動装置、台車の使用等による 人力負担の軽減 （イ）作業速度、重量の調整等による 腰部への過度の負担の軽減 イ 重量物の取扱い重量 満 18 歳以上の男子は 55kg 以下（常時取り扱う場合は体重の 40 % 以下） ウ 荷姿の改善、重量の明示 （ア）かさばらず、適切な梱包材で包装し、できるだけ確実に把握できる手段を講じる （イ）できるだけ重量を明示 （ウ）著しく重心が偏っている場合には明示 （エ）手かぎ、吸盤等の補助具の活用 エ 作業姿勢、動作 （ア）できるだけ身体を対象物に近づけ、重心を低くする （イ）はい付け、はい崩し作業は、できるだけ肩より高い位置で取り扱わない	
--	--	--	--	--

			(ウ) 床面等から荷を持ち上げる場合には、片足を少し前に出し、膝を曲げ、腰を十分に下ろして荷を抱え、膝を伸ばすことによって立ち上がる (エ) 腰をかがめての作業の排除（作業台等の利用） (オ) 荷を持ち上げる時には呼吸を整え、腹圧を加えて行う (カ) 荷を持った場合には、背を伸ばした状態で腰部のひねりをなくす オ 取扱時間 (ア) 重量、頻度、運搬距離、運搬速度等に応じた小休止、休息の設定 (イ) 単位時間内の取扱量を過度の負担にならないよう設定 カ 腹圧を上げるため、必要に応じ、腰部保護ベルト、腹帯等を使用 (2) 長時間の車両運転等の作業 ア 座席の改善等 (ア) 座面角度、背もたれ角度及び腰背部の支持が適当なものとし、これらを適正に調整して使用 (イ) 車両からの振動を減衰させる構造のシートの使用（クッション等の使用） イ 小休止、休息 小休止、休息の際には、車両から降りて背伸び等の軽い運動を行い、筋収縮による疲労の回復を図る ウ 車両運転直後の重量物取扱い (ア) リフター、コンベヤー等を有する貨物用自動車を採用し、負担の軽減を図る (イ) 長時間車両を運転した後に重量物を取り扱う場合は、小休止、休息及び作業前体操を行った後に実施	
--	--	--	--	--

			エ 構内レイアウトの改善 フォークリフト等の運転により荷 を運搬する場合には、運行経路を単 純化し、右折、左折、狭あいな場所 での作業をできるだけ避ける オ その他 腹圧を上げるため、必要に応じ、 腰部保護ベルト、腹帯等を使用	
	(その他：パンフレット等)	(その他：パンフレット等)	(その他：パンフレット等)	(その他：パンフレット等)
【その他の荷役災害】 110件 (11.0%) (内訳) 荷崩れ 25件 (2.5%) 仕切り板 10件 (1.0%) 等	(法令に基づく措置)	(法令に基づく措置)	(法令に基づく措置) 1 貨物自動車の逸走防止のための車止 め等	(法令に基づく措置)
	(通達に基づく措置)	(通達に基づく措置)	(通達に基づく措置) 1 貨物自動車の逸走防止のための車止 め等	(通達に基づく措置)
	(その他：パンフレット等)	(その他：パンフレット等)	(その他：パンフレット等)	(その他：パンフレット等)