

5分でできる！
高年齢労働者のための「安心職場」
セルフチェックシート

～ 大切な社員と会社をトラブルから守る、はじめの一步 ～



大阪総合労務管理事務所

はじめに

日本の労働現場を支えているのは、豊富な経験を持つシニア世代の皆様です。一方で、加齢による身体の変化は誰にでも訪れるもの。このシートは、今の職場の「現在地」を知り、社員の皆様が一日でも長く安全に活躍できる環境を整えるためのヒント集です。「完璧」を目指す必要はありません。まずは1つ、できることから。

【診断項目】

① 設備面:職場は「見えやすく、歩きやすく」なっていますか？

- ☐ **照明の確保:**手元や通路の明るさは十分ですか？(シニアは若手の約 2 倍の光量が必要な場合があります)
- ☐ **段差の可視化:**わずかな段差に、目立つ色のテープや滑り止めを貼っていますか？
- ☐ **整理整頓(4S):**通路に荷物やコードがはみ出していませんか？

② 作業面:「ゆとり」と「気づき」の工夫はありますか？

- ☐ **マニュアルの工夫:**掲示物や文字サイズは、読みやすい大きさ(12pt 以上推奨)ですか？
- ☐ **作業ペースの配慮:**猛暑日や体調に応じて、休憩をこまめにとれる雰囲気がありますか？
- ☐ **無理のない動作:**重い物の運搬や高所作業に、補助具やステップを導入していますか？

③ 健康・対話面:「ちょっとした変化」に気づけていますか？

- ☐ **体力チェックの実施:**定期健康診断以外に、簡単な体力測定をレクリエーション的に行っていますか？
- ☐ **声掛けの習慣:**上司や同僚が「今日は調子どう？」と気軽に体調を気遣う文化がありますか？
- ☐ **ヒヤリハットの共有:**事故に至らなかった「ヒヤリ」とした事例を、責めることなく共有できていますか？

診断後のステップ

- チェックが 1～3 個の方:意識の高い職場です！今の取り組みをベースに、最新指針に合わせた微調整を。
- チェックが 4～6 個の方:伸びしろがたくさんあります！コストのかからない「照明の追加」や「整理整頓」から着手しましょう。
- チェックが 7 個以上の方:少しリスクが隠れているかもしれません。大きな事故が起きる前に、一度プロの視点を入れるチャンスです。

私たちにお手伝いさせてください

「チェックはついたけれど、何から直せばいい?」「予算をかけずにできる対策は?」そんな時は、お気軽に大阪総合労務管理事務所へご相談ください。

昨日の上場企業での委員会でもお伝えしたように、安全対策は「コスト」ではなく、会社を強くするための「投資」です。吹田・北摂の地から、皆様の「安心」を共に創り上げていくことを楽しみにしています。

【ご相談・お問い合わせ】大阪総合労務管理事務所

電話:06-6384-2228

URL:<https://www.chingin-support.com/>

「チェックシートの件で」とお気軽にお問い合わせください。