加齢と転倒

福岡産業保健総合支援センター　産業保健相談員
谷　直道

現在のわが国は高齢化率 27.7%（内閣府、平成 30 年版高齢社会白書より）となり世界に類をみない超高齢社会の真っただ中にいます。このような人口構造の変化は生産年齢人口（15～64 歳）にも少なくない影響を与えています。具体的には、「生産年齢人口内の高齢化」です。政府の労働力調査によると就業者総数は 2008 年から 2018 年の間に約 30 万人減少していますが、一方で 45 歳以上の就業者数は約 147 万人増加し生産年齢人口内の高齢化が進んでいることがわかります（総務省 e-Stat より）。
このように、中高年齢労働者の相対的な増加や産業構造の変化（雇用者の第三次産業へのシフト）等が相俟ってか、転倒災害は近年増加傾向にあります。福岡労働局が集計したデータでは平成 30 年に県内で発生した転倒災害発生件数は 1,370 件で、そのうち階段、段差や滑りなど明らかな誘因がある転倒を除くと、「特に何もなさそうな所」で発生した転倒が約 2 割を占めています。また発生全件数に占める 45 歳以上の中高年労働者の割合は約 8 割と、身体機能の衰えとともに転倒のリスクが増加していることは間違いなさそうです。
今後の産業保健戦略には年代に応じて労働安全衛生対策を工夫していく、いわゆるエイジマネジメントという考え方が一つのキーワードになるかもしれません。

---

当センターでは福岡労働局・北九州西労働基準監督署と共同して転倒予防対策に取り組んでいます。その対策ツールの一つとして簡単に取り組める体操動画を公開しています。
以下のアドレスのページの「健脚！ぐるぐる体操」をクリックしてご覧ください。
http://www.fukuokas.johas.go.jp/movie.php