9月に向けて皆で一緒に考えよう！

職場巡視から見えてくる防災対策

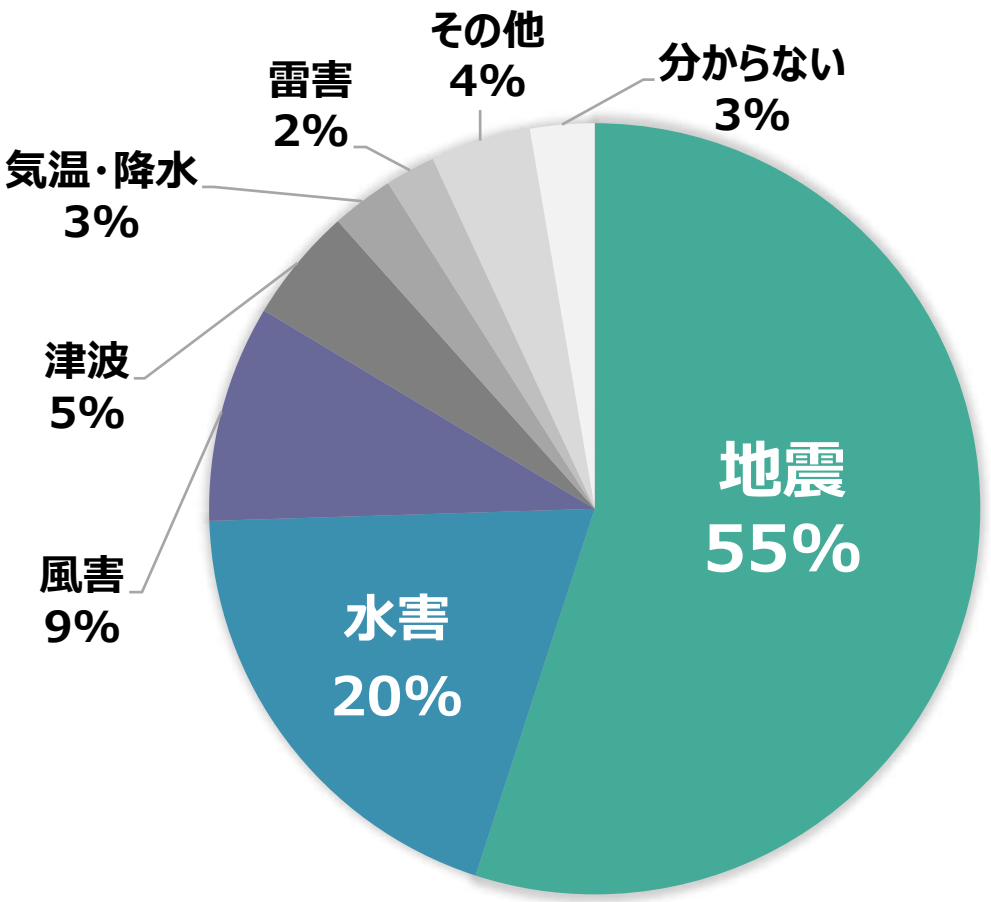
株式会社ドクタートラスト
保健師　佐藤 せな

産業医のことなら
ドクタートラスト

© 2023 Doctor Trust Co., Ltd.

企業が警戒する災害とは？

最も警戒している自然災害



出典：帝国データバンク「自然災害に対する企業の意識調査」
https://www.tdb.co.jp/report/watching/press/p201102.html

北関東や北陸、中国・四国地方では
水害（洪水や豪雨など）を、

近畿や九州地方では
風害（台風や竜巻など）
を最も警戒する企業が多い

地域によって特に警戒する災害に違いがあるが

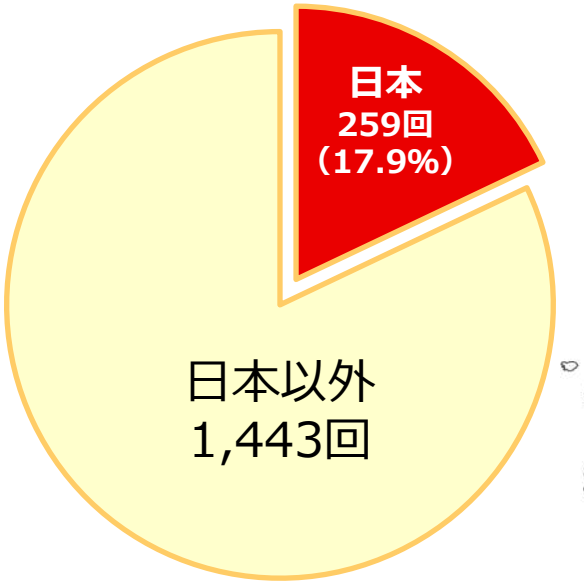
全国的に地震を最も警戒する企業が多い

© 2023 Doctor Trust Co., Ltd.

“地震大国”日本

10年間に世界中で発生したマグニチュード6.0以上の地震の
約2割は日本と、その周辺で発生しています。

マグニチュード6.0以上の地震回数　（2011年-2020年）



世界のうちで日本の
国土は**約0.25%**

出典：国土交通省「世界のマグニチュード6以上の震源分布」

さらに…
2021年はマグニチュード6.0以上の地震は20回、2022年は19回であり、ともに、被害を伴った地震は7回/年発生していました。

出典：気象庁「令和３年（2021 年）の地震活動について」、「令和4年（2022 年）の地震活動について」

二次災害の危険

●火災　●津波　●土砂崩れ（特に豪雨後）など

例）関東大震災
1923年9月1日　午前11：58
推定マグニチュード7.9
死者行方不明者：105,385人（**うち約9割が焼死**）

地震が起きると…

- ■建物の損壊、倒壊
- ■通信困難
- ■交通の途絶
- ■電気、ガス、水道の停止

など、外傷による命の危険のみでなく、その後の社会活動・日常生活への影響が起きる可能性があります。
また気象災害と異なり、**予報することが難しい**という特徴もあります。

© 2023 Doctor Trust Co., Ltd.

自然災害下でも存在する「安全配慮義務」

【労働契約法 第5条 労働者の安全への配慮】
使用者は、労働契約に伴い、**労働者がその生命、身体等の安全を確保**しつつ労働することができるよう、**必要な配慮**をするものとする。

必要な災害対策や避難指示などの安全配慮を怠ると、安全配慮義務違反によって損害賠償請求される恐れがあります。

【事例：強風落下事故被災事件】

荷役会社の作業員が、輸入パルプの積荷を終えたトレーラートラックにシートを掛けようと、作業長とともに地面から約3mの高さのトラック荷積上にシートを広げて乗っていた。
その際、強風により吹き上げられたシートが作業員を巻きくるみ、トラック積荷上から地面に叩き落とされた。作業員は、左胸部打撲、脳震盪、両下肢打撲の傷害を負った。

会社が気象台から**強風波浪注意報の通報を受けた時、作業長に対して通知する作為義務。使用者責任判決は、会社の使用者責任を認めた**

- ✓ 予見できる損害かどうか
- ✓ 損害を回避するための対策を講じたか
- ✓ 安全配慮義務違反と損害の因果関係があるか

出典：災害関連裁判事例調査集

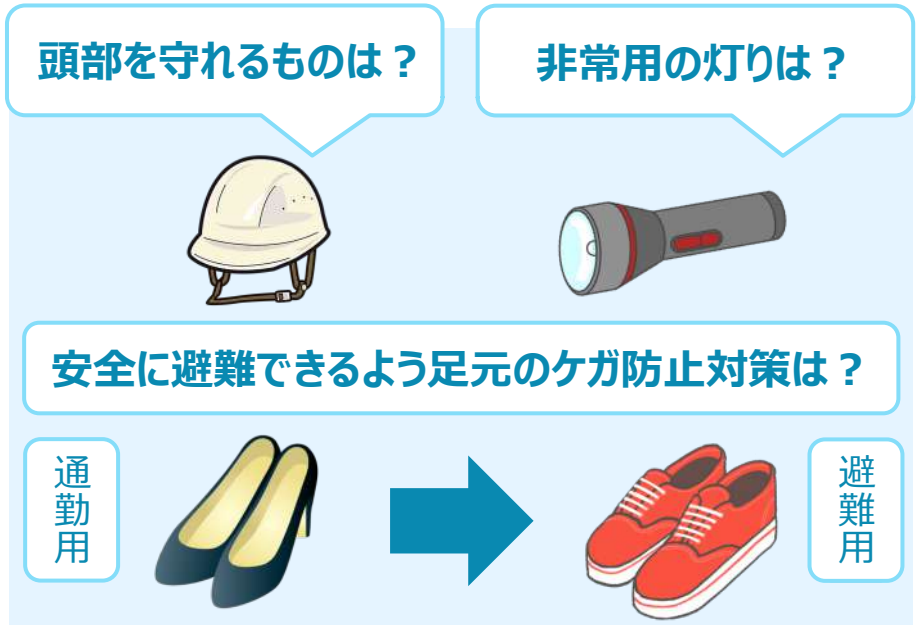
さまざまな災害発生を想定のうえ防災用具の準備や訓練を実施し、**将来起こり得る災害に備えることが必要**

まずは、職場の状況を把握するための巡視を行いましょう

© 2023 Doctor Trust Co., Ltd.

職場巡視のポイント　～デスク周り～

地震や台風、豪雨などの自然災害が発生した場合はまず、**自分の命を守ること**が最優先です。
オフィスワークであっても、すぐに安全に避難できるよう普段から準備をしておきましょう。



普段は気にならないようなケーブル類や、床やデスク上の物品も、災害時には避難の妨げになる場合があります。また、災害発生時に頭や手足をケガすると、避難行動がとりにくくなる恐れもあります。
普段からの整理整頓、身を守るための物品の準備は一人ひとりが心がけましょう！

© 2023 Doctor Trust Co., Ltd.

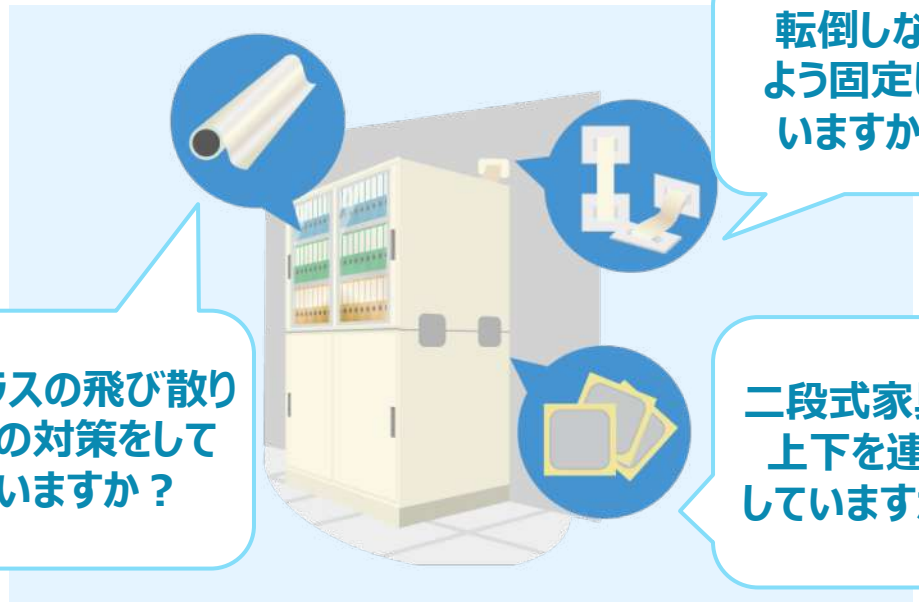
職場巡視のポイント　～事務所全体～

地震や台風、豪雨などの自然災害が発生した場合はまず、**自分の命を守ること**が最優先です。
オフィスワークであっても、すぐに安全に避難できるよう普段から準備をしておきましょう。

非常口の位置は全員が把握していますか？

消火器の場所を把握しすぐに使える状態ですか？

避難経路の確保はできていますか？



転倒しないよう固定していますか？

ガラスの飛び散りへの対策をしていますか？

二段式家具は上下を連結していますか？

職場全体をよく確認し、ケガや避難の妨げ要因となるものがないか細かく確認しましょう。また、一度対策を講じても、耐久性の低下や動作不良など、時間の経過と共にその効果が薄れている可能性もあります。**定期的な点検を行うようにしましょう！**

© 2023 Doctor Trust Co., Ltd.

帰宅困難への備え

備蓄は1週間分以上

大規模な災害が発生した場合、交通が途絶しやすい地域、あるいは高層ビルなどでは、水、食料、電気、ガス等のライフライン復旧までの時間が特に長引く可能性があります。備蓄品は、1週間分以上用意するとよいでしょう。
また、来客がいる場合などに備え **従業員分＋10%** を備蓄しておくことも検討しましょう。

備蓄品の例

飲料水
（1日2～3ℓ/人）

飲用や調理に使用
季節や気候に応じ、必要なら増やす

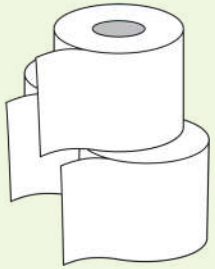
食料品

非常食は炭水化物に偏りすぎないよう、魚の缶詰や野菜ジュースなども追加

小麦アレルギーなど、食品アレルギーがある従業員も食べられるものを準備

非常用トイレ
（1日5回分以上/人）

上下水道が使用できない
我慢すると便秘や膀胱炎など引き起こす可能性もあるので、多めに準備



毛布

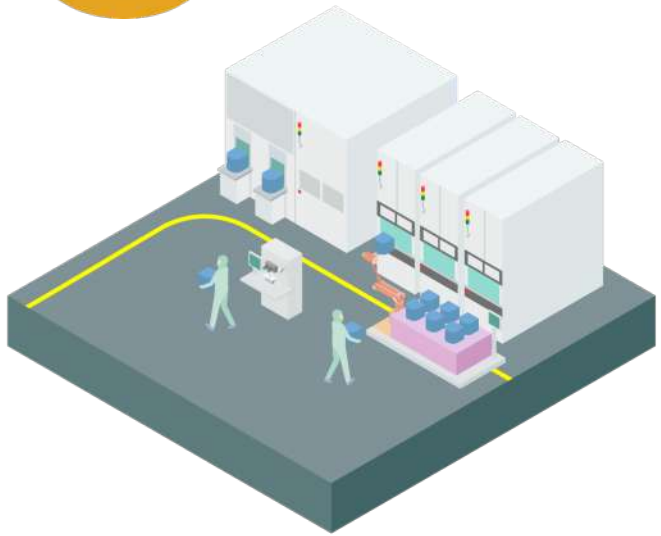
保管スペースを圧迫しない、フリースなどの薄くて暖かい素材やアルミ製保温シートを準備

救急用品

消毒液、包帯、ガーゼ、絆創膏など職場の状況に応じて必要物品を検討する

© 2023 Doctor Trust Co., Ltd.

職場に潜む危険を見つけましょう



地震が発生した場合、
皆さんの職場で危険に思うものはありますか？

例）通路に積み上げてある段ボール

© 2023 Doctor Trust Co., Ltd.

物理的な対策以外に行うべき内容例①

防災マニュアルの作成・見直し

災害発生時の連絡・避難等の行動を示したフローチャートや、二次災害を防ぐための職場の応急点検用のチェックリストを作成し、確認漏れがないよう対策します。
また、災害発生時の**避難誘導者や消火係など、役割分担とその周知**をしておきましょう。

【災害発生時の初動例】

従業員や来客等にケガがないか確認する。

誰が確認するのか
責任者不在の時は
誰が代行するのかを設定

建物の損壊状況を確認する。

火災発生時には
指揮者・消火係を中心
に消火活動を行う

避難場所や経路の確認をする。

一人で行動することは
極力避ける

避難完了
全員の安否確認

© 2023 Doctor Trust Co., Ltd.

物理的な対策以外に行うべき内容例②

ハザードマップの掲示・周知

職場所在地の揺れやすさや、液状化の可能性、豪雨などによる洪水・氾濫発生時の浸水予想区域などを把握し、職場全体で危機意識を持つようにします。
また、自治体等が発信する警報の意味も理解できるように掲示しておきましょう。

地震、津波・高潮、浸水などの
自然災害発生時に予測される、
被害の大きさと被害が及ぶ範囲を
地図上に記したもの。

市区町村が発出する
避難情報等を
しっかりと確認する

避難情報等
（警戒レベル）

警戒レベル	状況	住民がとるべき行動	避難情報等
5	災害発生又は切迫	命の危険 直ちに安全確保！	緊急安全確保
＜警戒レベル４までに必ず避難！＞			
4	災害のおそれ高い	危険な場所から全員避難	避難指示
3	災害のおそれあり	危険な場所から高齢者等は避難	高齢者等避難
2	気象状況悪化	自らの避難行動を確認	大雨・洪水注意報
1	今後気象状況悪化のおそれ	災害への心構えを高める	早期注意情報

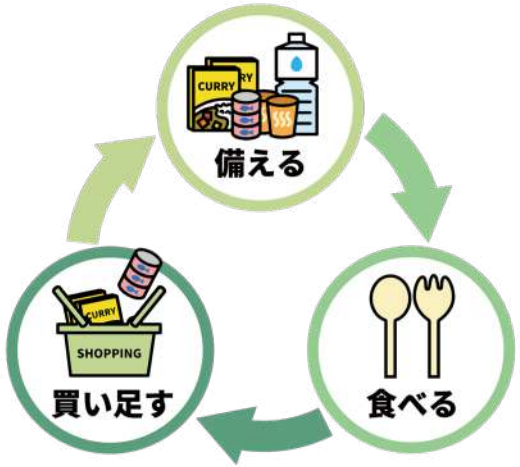
出典：内閣府防災情報「5段階の警戒レベルについて」 https://www.bousai.go.jp/pdf/5keikailevel.pdf

© 2023 Doctor Trust Co., Ltd.

物理的な対策以外に行うべき内容例③

日頃の点検・訓練を実施する

防災マニュアル作成だけでは，十分な安全配慮義務を尽くしたとは言い切れません。
作成したマニュアルを平常時から従業員に周知徹底し，当該マニュアルに従った避難訓練を実施しておきましょう。「防災の日」や「毎月第□（△曜日）」など、**毎年特定の日を訓練日と設定し、訓練や備蓄品の期限や破損の点検をすると抜けがないでしょう。**



非常食等の期限を確認し定期的に新しいものに交換する

定期的な訓練日を設定する

日頃の備えができてこそ、非常時に慌てず対応できます！

© 2023 Doctor Trust Co., Ltd.

職場巡視チェックリストを活用

衛生管理者による職場巡視は
1週間に1回以上実施しましょう。

また、**衛生管理者以外の人**でも
防災に関する項目はとくに
普段から確認しておきましょう。

職場巡視チェックリスト	
防災に関する項目	月　日　（　）
通路幅は適切で物が置かれていないか	
配線・コンセントなど電気用具は安全に管理されているか	
消火器の設置は適切か	
家具や重量物（電化製品）などは固定されているか	
防災備品は適切に管理されているか（ヘルメットの用意、備品の破損、保存食の期限等）	
非常口のドアは正常か（扉の前に障害物がないか、外開き・施錠されていない等）	
キャビネットの上のものは落下しないか	
救急用具は設置されているか	

© 2023 Doctor Trust Co., Ltd.

保健師　佐藤せな

産業医のことなら
ドクタートラスト

担当　保健師のひとこと

自然災害は、いつ起こるかわかりません。
もちろん仕事中に発生する可能性も…。
企業として、事業を継続するための災害対策を考えることは重要ですが、
従業員全員が無事であることが大前提です。
対策は今すぐにでも実施する必要があります。
ぜひ普段の職場巡視を活かして、災害対策を見直しましょう！

衛生委員会資料の動画版が、一部無料でご覧いただけます！

無料動画を見る ▼

https://vimeo.com/ondemand/2309bousai

動画のフルバージョンは有料となります。
詳しくは無料動画の概要欄をご確認ください。

＜権利について＞
動画についての権利は株式会社ドクタートラストが所持します。
衛生委員会等の活性化を目的とした、社員様への共有等については、ご自由にご利用頂けます。

＜ご活用例＞
- 社内の衛生委員会等での利用・配布
- 社内で実施する自社社員健康教育ためのセミナー
- 社内での情報共有のための、掲示やイントラネット上での閲覧　など

なお、許可のない再配布・加筆加工は禁止とさせていただきます。

＜ご遠慮いただきたいこと＞
- インターネット上での不特定多数への再配布や、無断掲載
- 商用利用
- 加筆加工　など

© 2023 Doctor Trust Co., Ltd.

ドクタートラストのサービス一覧

https://doctor-trust.co.jp/sangyoui/

産業医の紹介

全国どこでも対応可能！業界NO.1の実績で
優秀な産業医をご紹介いたします

https://www.stresscheck-dt.jp/

ストレスチェック

総受検者数163万人超え！専門家による
集団分析結果のフィードバックが無料！

https://doctor-trust.co.jp/ailesplus/

健康管理システム Ailes+

産業保健業界のパイオニア、ドクタートラスト開発！
1人 200円で叶う健康管理システム

https://www.stresscheck-dt.jp/stella/

人材育成・組織開発［STELLA ］

163万人のストレスチェックのビッグデータから導き出した
新しいコンサルティングサービス。いきいきと輝きながら働く
社員を増やします！

https://seminar.doctor-trust.co.jp/

健康経営セミナー

実績多数！専門家によるオーダーメイド
セミナーが60分20万円から実施可能！

https://doctor-trust.co.jp/hokenshi/anri/

外部相談窓口［アンリ］

詳しい報告書が評判！休職者のサポートから従業員
の些細なお悩みまで専門職が寄り添います

健康経営に関する各種さまざまなサービスを取り揃えています。
少しでもお困りごとがありましたらいつでもご連絡ください！

株式会社ドクタートラスト

03-3464-4000

contact@doctor-trust.co.jp

営業時間/9：30～18：00 定休日/土曜・日曜・祝祭日

〒150-0043 東京都渋谷区道玄坂1-14-6 ヒューマックス渋谷ビル2F

https://doctor-trust.co.jp/
ドクタートラスト公式ホームページ

© 2023 Doctor Trust Co., Ltd.