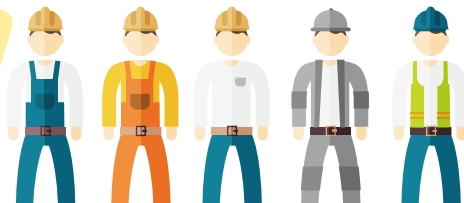


# ゼロ災害!! への挑戦

## vol.117



14 言語で対応

マンガでわかる  
安全マニュアル



このコーナーでは、厚生労働省「職場のあんぜんサイト」に掲載された「ヒヤリ・ハット事例」を編集して紹介します。あなたの安全を守る情報として、事例を見ながら発生原因や対策について考えてみましょう。



### ヒヤリ・ハット事例

コピー用紙を中腰で取り出そうとしたとき、  
腰を痛めそうになった

事務用品の棚からコピー用紙が入った段ボール箱を持ち上げようとしたところ、ギックリ腰の予兆といえる「ピキッ」とした鋭い痛みを感じた。

#### 発生原因

腰を十分に下ろさず、腰部に負担がかかる姿勢で段ボール箱を持ち上げようとしたこと。

#### 災害防止 対策

- ・ 重量物を持ち上げるときは、腰を下ろして上半身を立てた姿勢で行うこと。
- ・ 腰への負担軽減のため、適宜 台車を使用すること。

業種

製造業

作業の種類

荷物の取出し