別添

基安安発 0225 第２号
令和８年２月 25 日

都道府県労働局労働基準部長 殿

厚生労働省労働基準局安全衛生部安全課長
（契印省略）

「高年齢者の労働災害防止のための指針」について

労働安全衛生法及び作業環境測定法の一部を改正する法律（令和７年法律第33号）による改正後の労働安全衛生法（昭和47年法律第57号）第62条の２第２項の規定に基づき、「高年齢者の労働災害防止のための指針」（以下「指針」という。）が公表され、「「高年齢者の労働災害防止のための指針」について」（令和８年２月10日付け基発0210第１号。以下「施行通達」という。別添１）により指針の留意事項が示されたところである。

施行通達に係る補足事項は下記のとおりであるので留意の上、事業者及び関係事業者団体等に対する周知を図るとともにその運用に遺漏なきを期されたい。

記

１ 体力チェックの方法について

施行通達記の５(2)ウにおいて体力チェックの方法が例示されているところ、その詳細は次のとおり。

(1) ステップテストによる簡易体力測定、質問紙による全身持久力評価について

簡易体力測定、質問紙による全身持久力評価の手法については、独立行政法人労働者健康安全機構労働安全衛生総合研究所（以下「安衛研」という。）が開発したＪ－ＮＩＯＳＨステップテスト（ＪＳＴ）、Ｊ－ＮＩＯＳＨステップテスト２（ＪＳＴ２）又はＷＬＡＱがあること（別添２）。

なお、安衛研では本手法に関する調査研究を継続していることから、最新の情報は安衛研ホームページを参照いただきたいこと。

【安衛研 体力測定ホームページ】
https://tairyoku.records.johas.go.jp/

(2)　文部科学省が実施する新体力テストについて

新体力テストは、文部科学省（スポーツ庁）が実施する「体力・運動能力調査」で用いられており、その実施要項及び実施結果は文部科学省（スポーツ庁）ホームページを参照すること。

【新体力テスト実施要項】

https://www.mext.go.jp/a_menu/sports/stamina/03040901.htm

【新体力テスト実施結果】

https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/toukei/kodomo/zencyo/1368222_00002.htm

2　治療のための服薬をしながら働く労働者について

施行通達記の６(1)ウにある「別途示す予定の通達」とは、「労働施策の総合的な推進並びに労働者の雇用の安定及び職業生活の充実等に関する法律第８章の規定等の施行等について（通達）」（令和８年２月 24 日付け基発 0224 第６号、職発 0224 第 29 号）を指すこと。

3　ヒヤリ・ハット事例の活用について

施行通達記の８の「厚生労働省ホームページのヒヤリ・ハット事例集」については、職場のあんぜんサイトに掲載していること。

【ヒヤリ・ハット事例（職場のあんぜんサイト）】

https://anzeninfo.mhlw.go.jp/hiyari/anrdh00.html

4　国、関係団体等による支援について

施行通達記の９(1)にある「厚生労働省で実施する補助制度」については、エイジフレンドリー補助金があること。

【エイジフレンドリー補助金（厚生労働省 HP）】

https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_09940.html

別添１

基発 0210 第１号
令和８年２月10日

都道府県労働局長　殿

厚生労働省労働基準局長
（公印省略）

「高年齢者の労働災害防止のための指針」について

労働安全衛生法及び作業環境測定法の一部を改正する法律（令和７年法律第33号。以下「改正法」という。）による改正後の労働安全衛生法（昭和47年法律第57号）第62条の２第２項の規定に基づき、「高年齢者の労働災害防止のための指針」（以下「指針」という。）が別添１のとおり公表され、令和８年４月１日から適用されることとなった。

ついては、下記事項に留意の上、事業者及び関係事業者団体等に対する周知を図るとともにその運用に遺漏なきを期されたい。

なお、令和２年３月16日付け基安発0316第１号「「高年齢労働者の安全と健康確保のためのガイドライン」の策定について」は、令和８年３月31日をもって廃止する。

記

１　趣旨について（指針第１関係）

この指針は、改正法により事業者の努力義務とされた高年齢者の特性に配慮した作業環境の改善、作業の管理その他の必要な措置について、その適切かつ有効な実施を図るため必要な事項を示したものであること。

国、事業者、労働者等の関係者においては、一人の被災者も出さないとの基本理念の実現に向け、高年齢者の労働災害を少しでも減らし、労働者一人一人が安全で健康に働くことができる職場環境の実現に向けて取り組むことが求められるものであること。

事業者は、高年齢者の特性に配慮した作業環境の改善、作業の管理その他の必要な措置を講じるよう努めるとともに、事業場の実情に応じて関係団体の支援を活用し、労働者とも連携・協力して取組を進めることが重要であること。

なお、請負の形式による契約により業務を行う者についても、この指針を参考にして取り組むものであること。

2　事業者が講ずべき措置（指針第２関係）

事業場における安全衛生管理の基本的体制及び具体的取組の体系については別紙のとおり。

3　安全衛生管理体制の確立等（指針第２の１関係）

(1)　指針第２の１(1)イ②の「労働者の意見を聴く機会」については、安全衛生の委員会のほか、職場で行っている定例の会議や業務ミーティング等も活用できること。なお、必ずしも会議体の構成をとる必要はなく、安全衛生推進者等、指針第２の１(1)ア②の安全衛生方針に基づき指定された担当者等を中心に意見の聴取を実施することも考えられること。

(2)　指針第２の１(2)の「危険源の特定等のリスクアセスメントの実施」については、以下の点に留意すること。

ア　リスクアセスメントにより職場の改善を進めた事例として、厚生労働省ホームページの事例でわかる職場のリスクアセスメント等を参考にすること。また、リスクアセスメントにおける危険源の洗い出しに際し、厚生労働省ホームページの労働災害事例集やヒヤリ・ハット事例集等を参考にすること。

イ　リスクアセスメントの実施に際し、職場環境改善ツールとして「エイジアクション 100　改訂版」のチェックリスト（2021年中央労働災害防止協会、別添２）等を活用することも有効であること。また、チェックリストでは業種別に優先的に取り組む事項も示されており、これらも踏まえてチェックリストを活用するものであること。

ウ　フレイルとは、加齢とともに、筋力や認知機能等の心身の活力が低下し、生活機能障害や要介護状態等の危険性が高くなった状態であり、ロコモティブシンドロームとは、年齢とともに骨や関節、筋肉等運動器の衰えが原因で「立つ」、「歩く」といった機能（移動機能）が低下している状態のことをいうこと。

エ　「身体負荷を軽減する個人用の装備」については、アシストスーツ等があること。

オ　「職場環境改善等の実施に当たり安全衛生教育と併せて行うこと」の具体的な方法については、例えば、実際に行った職場環境改善の内容と期待される効果について安全衛生教育に含めることが考えられること。

4　職場環境の改善（指針第２の２関係）

(1)　指針第２の２(1)の「情報機器作業への対応」については、パソコン等を用いた情報機器作業において、情報機器作業における労働衛生管理のためのガイドライン（令和元年７月 12 日付け基発 0712 第３号）等を参照すること。

(2)　指針第２の２(2)の「共通的な事項」については、以下の点に留意すること。

ア　注意力や判断力の低下による災害の防止については、複数の作業を同時進行させるような負担はできるだけ避けることが望ましいこと。なお、複数の作業を同時進行させる場合は、管理監督者が優先順位を判断した上で作業指示をすることが望ましいこと。

イ　腰部に過度の負担がかかる作業に係る作業方法については、重量物を取り扱うときの腰痛のリスクアセスメント手法については、JIS 規格（日本産業規格 JIS Z8505）を参照してリスクアセスメントを行うことが望ましいこと。

(3)　指針第２の２(2)の「暑熱作業への対応」については、作業の休止時間及び休憩時間を確保し、高温多湿作業場所での作業を連続して行う時間を短縮するよう努めること。また、作業者の水分及び塩分の摂取状況や、作業者の健康状態を確認し、熱中症を疑わせる兆候が表れた場合において速やかに作業の中断その他必要な措置を講ずること。積極的に熱中症が生じた疑いのある作業者を早期に発見する観点から推奨される方法として、責任者等による作業場所の巡視、２人以上の作業者が作業中に互いの健康状態を確認するバディ制の採用、責任者、労働者双方向での定期連絡やこれらの措置の組合せなどが挙げられること。

5　高年齢者の健康や体力の状況の把握（指針第２の３関係）

(1)　指針第２の３(1)の「健康状況の把握」については、以下に掲げる例を参考に、高年齢者が自らの健康状況を把握できるような取組を実施することが望ましいこと。

・労働安全衛生法で定める健康診断の対象にならない者が、地域の健康診断等（特定健康診査等）の受診を希望する場合は、必要な勤務時間の変更や休暇の取得について柔軟な対応をすること。

・労働安全衛生法で定める健康診断の対象にならない者に対して、事業場の実情に応じて、健康診断を実施するよう努めること。

・健康診断の結果について、産業医、保健師等に相談できる環境を整備すること。

・健康診断の結果を高年齢者に通知するに当たり、産業保健スタッフから健康診断項目毎の結果の意味を丁寧に説明する等、高年齢者が自らの健康状況を理解できるようにすること。

・日常的なかかわりの中で、高年齢者の健康状況等に気を配ること。

(2) 指針第２の３(2)の「体力の状況の把握」については、以下の点に留意すること。

ア 体力チェックの範囲については、歩行能力等の筋力、バランス能力、敏捷性等の労働災害に直接的に関与するものとし、事業場の実情に応じて全身持久力、感覚機能や認知機能等を含めて差し支えないこと。

イ 体力チェックの対象については、身体機能の低下は、20 代、30 代などの若い頃から始まるとの調査結果もあることから、事業場の実情に応じて高年齢者だけでなく青年期、壮年期から体力チェックを実施することが望ましいとしたものであること。

ウ 体力チェックの方法としては、厚生労働省が作成した「転倒等リスク評価セルフチェック票」(別添３)、独立行政法人労働者健康安全機構労働安全衛生総合研究所が開発したステップテストによる簡易体力測定、質問紙による全身持久力評価の手法、文部科学省が実施している新体力テスト等があること。

エ 体力チェックの評価基準については、評価基準を設ける場合、高年齢者が従事する職務の内容等に照らして合理的な水準に設定し、職場環境の改善や高年齢者の体力の向上に取り組むことが重要であり、また、評価に当たっては、仕事内容に対して必要な能力等が有るかという観点にも留意する必要があること。

オ 体力チェックを行う場合には、対象者の状況に応じて高負荷にならないように安全に十分配慮する必要があること。

6 高年齢者の健康や体力の状況に応じた対応（指針第２の４関係）

(1) 指針第２の４(2)の「高年齢者の状況に応じた業務の提供」については、以下の点に留意すること。

ア 高年齢者の業務内容の決定に当たり、労働者の健康や体力の状況に応じた対応が求められるが、在宅勤務が長期間に及ぶと筋力等の身体機能が低下する場合があることにも留意すること。

イ 高年齢者の業務内容の決定については、個々の健康や体力の状況に応じ、安全と健康の観点を踏まえた適合業務を高年齢者とマッチングさせるよう努め、継続した業務の提供に配慮することが重要であること。

ウ 何らかの疾病を抱えて治療のための服薬をしながら働く労働者につい

ては、治療と就業の両立支援指針（令和８年厚生労働省告示第 28 号）及び別途示す予定の通達に基づき取り組むよう努めること。

(2)　指針第２の４(3)の「心身両面にわたる健康保持増進措置」については、事業場における労働者の健康保持増進のための指針（昭和 63 年９月１日健康保持増進のための指針公示第１号、令和８年２月 10 日最終改正）及び労働者の心の健康の保持増進のための指針（平成 18 年３月 31 日健康保持増進のための指針公示第３号、平成 27 年 11 月 30 日最終改正）等に基づき、労働者の健康保持増進対策やメンタルヘルスケアに取り組むこと。その実施に当たっては、以下に掲げる対策例があること。なお、こうした身体機能の維持向上等の措置については労使が協力して取り組むこと。

・健康診断や体力チェックの結果等に基づき、必要に応じて運動指導や栄養指導、保健指導、メンタルヘルスケアを実施すること。なお、栄養指導や保健指導においては、労働者の個別の状況に応じて指導すること。栄養指導や保健指導を行う際には、食べる量、栄養素について、従来の生活習慣病改善の観点だけでなく、フレイルやロコモティブシンドロームの予防の観点からの指導にも留意すること。

・身体機能の低下が認められる高年齢者については、フレイルやロコモティブシンドロームの予防を意識した健康づくり活動の実施等、身体機能の維持向上のための支援を行うことが望ましいこと。例えば、運動をする時間や場所への配慮、トレーニング機器の配置等の支援が考えられること。

・保健師や専門的な知識を有する運動指導の専門家等の指導の下で高年齢者が身体機能の維持向上に継続的に取り組むことを支援すること。

・労働者の健康管理を経営的視点から考え、戦略的に実践する健康経営の観点から企業が労働者の健康づくり等に取り組むこと。

・保険者と企業が連携して労働者の健康づくりを効果的・効率的に実行するコラボヘルスの観点から職域単位の健康保険組合が健康づくりを実施する場合には、連携・共同して取り組むこと。

7　安全衛生教育（指針第２の５関係）

(1)　指針第２の５(1)の「高年齢者に対する安全衛生教育」及び５(2)の「管理監督者等に対する教育」について、安全衛生教育の年間計画を立案する際には、単一の災害にのみ焦点を当てるのではなく、腰痛、転倒のような複数の災害を対象としつつ、行動災害一般に共通する教育や、腰痛や転倒に焦点を当てた教育の両方を行うようにすることが望ましいこと。また、高年齢者が作業に慣れることで危機意識が薄くなること、体力に応じ

た作業の危険性等の気づきを促すことが重要であること。

(2)　指針第２の５(1)の「高年齢者に対する安全衛生教育」については、高年齢者が自らの身体機能等の低下が労働災害リスクにつながることを自覚し、体力維持や生活習慣の改善の必要性を理解するため、以下の項目についても高年齢者への教育の一環として周知することが望ましいこと。

・骨密度が低いと転倒した際に骨折しやすくなり、労働災害リスクが高くなること

・食事や運動などの適切な対応により骨密度を維持することができること

・骨粗鬆症検診について、地域で実施している場合もあり、必要に応じて受診できること

(3)　指針第２の５(2)の「管理監督者等に対する教育」については、管理監督者は、高年齢者が実際に働いている現場を見て、声がけすること等を通じ、作業に無理がないか等を把握することも重要であること。

8　労働者と協力して取り組む事項（指針第３関係）

指針第３の「労働者と協力して取り組む事項」については、労使の協力の下、労働者自身が以下の取組を実情に応じて進めることが必要であること。なお、労使が協力して高年齢者の労働災害を防止するため、ヒヤリ・ハット事例を活用する場合には、厚生労働省ホームページのヒヤリ・ハット事例集等を参考にすること。

・高年齢者が自らの身体機能や健康状況を客観的に把握し、健康や体力の維持管理に努めること。なお、高齢になってから始めるのではなく青年、壮年期から取り組むことが重要であること。

・事業者が行う労働安全衛生法で定める定期健康診断を必ず受けるとともに、短時間勤務等で当該健康診断の対象とならない場合には、地域保健や保険者が行う特定健康診査等を受けるよう努めること。

・事業者が体力チェック等を行う場合には、これに参加し、自身の体力の水準について確認し、気付きを得ること。

・日ごろから足腰を中心とした柔軟性や筋力を高めるためのストレッチや軽いスクワット運動等を取り入れ、基礎的な体力の維持と生活習慣の改善に取り組むこと。

・各事業所の目的に応じて実施されているラジオ体操や転倒予防体操等の職場体操には積極的に参加すること。また、通勤時間や休憩時間にも、簡単な運動を小まめに実施したり、自ら効果的と考える運動等を積極的に取り入れたりすること。

・適正体重を維持する、栄養バランスの良い食事をとる等、食習慣や食行動

の改善に取り組むこと。

・青年、壮年期から健康に関する情報に関心を持ち、健康や医療に関する情報を入手、理解、評価、活用できる能力（ヘルスリテラシー）の向上に努めること。

9　国、関係団体等による支援の活用（指針第４関係）

(1)　指針第４(3)の「補助金等」については、厚生労働省で実施する補助制度があること。

(2)　指針第４(4)の「社会的評価を高める仕組み」については、安全衛生に係る優良事業場等の表彰等があること。

全身持久力の評価方法

質問票と簡易体力測定（ステップテスト）

全身持久力は、心肺（中枢）を中心とした酸素運搬能と、筋など組織（末梢）による酸素利用能との総合指標（身体の多くの器官が相互的に作用した結果）であり、「活発な身体活動を維持するための能力」です。「疲れやすさ」の指標でもあります。正確に測定するには、運動負荷試験（左図）による最大酸素摂取量の評価が必要ですが、労働安全衛生総合研究所では、労働者向けの簡便法を開発し、公開しています。ぜひご利用ください。

J-NIOSH（ジェーナイオッシュ）ステップテスト（JST）

全身持久力の簡便な検査法で、3分間の昇降運動時とその後2分間の安静時の心拍数を計測し、それらを使って最大酸素摂取量の推定値を算出します。
推定値の妥当性や信頼性は論文で報告しています。

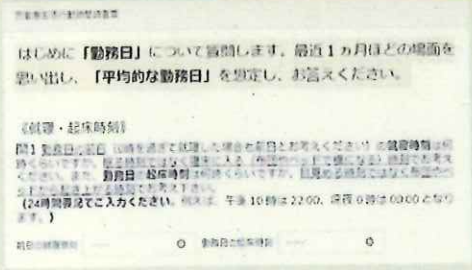
詳細はこちら

J-NIOSH（ジェーナイオッシュ）ステップテスト2（JST2/踏み台なしバージョン）

JSTの踏み台なしバージョンです。上半身運動など、昇降運動以外の動作が含まれます。ご自宅や職場など踏み台を用意できないときにお試しください。
推定値の妥当性や信頼性は論文で報告しています。

詳細はこちら

WLAQ（ダブルラック：Worker's Living Activity-time Questionnaire）



全身持久力の他、勤務時間、睡眠時間、領域別座位時間（勤務、通勤、勤務日余暇、休日）を調査するための質問票です。疫学調査などでぜひご活用ください。妥当性や信頼性に関するデータを論文で報告しています。

詳細はこちら

論文情報など、その他の詳細情報はこちらをご覧ください。

JNIOSH
独立行政法人労働者健康安全機構
労働安全衛生総合研究所