

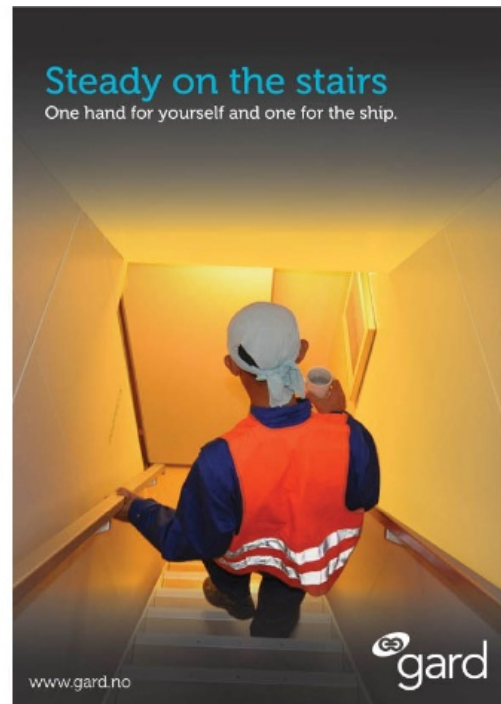


階段ではご用心！

こちらは、英文記事「[Steady on the stairs!](#)」（2020年3月17日付）の和訳です。

STEADY ON THE STAIRS

ALWAYS KEEP ONE HAND FREE TO GRASP THE HANDRAIL

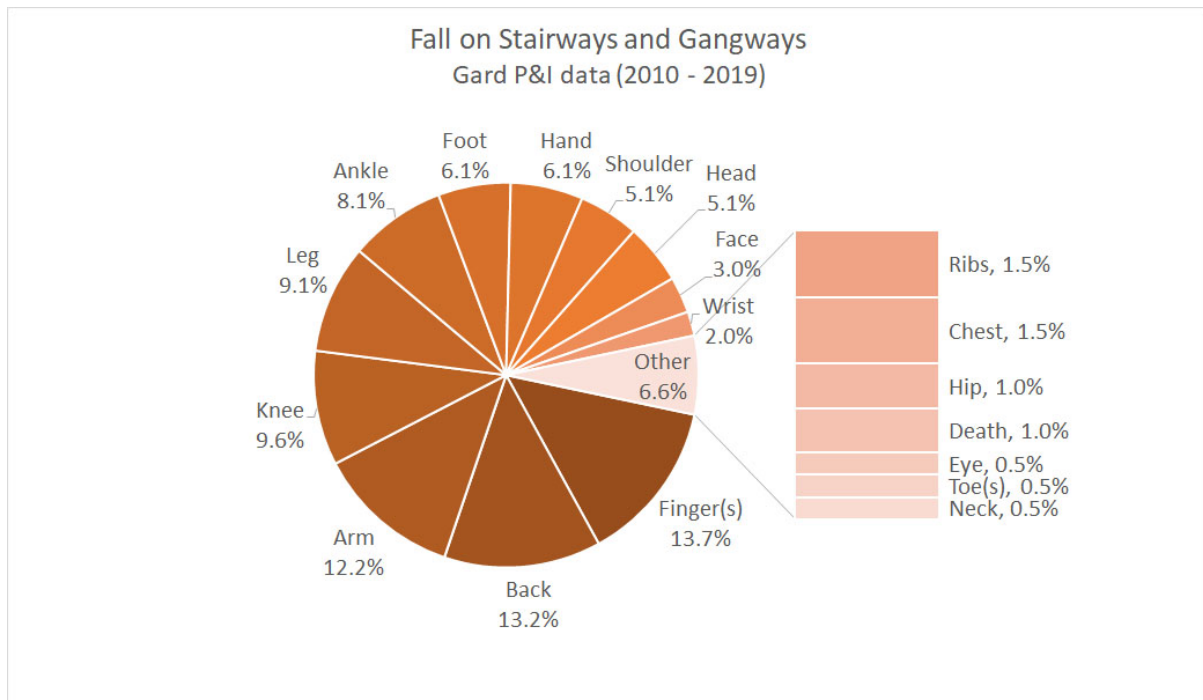


古くから「片手は自分のために、片手は船のために」という格言がありますが、階段の昇降時はこの言葉に倣い、手すりを握れるように片手は常に空けておきましょう。

階段の昇降は、平らな地面を歩行するのとは異なります。着地は、かかとではなく、つま先と母指球（足の裏の親指の付け根にあるふくらみ）で行います。また、体重を上下に移動させなければならないのでより多くの労力を要します。[HSE（英国安全衛生庁）](#)によると、階段から転落する可能性が最も高いのは、後方の脚を前方におくるときであり、階段を下りるときの方が上るときよりも転落した際の怪我の程度がひどくなる傾向にあります。打撲、捻挫、骨折などの怪我を負ったり、深刻なケースでは死亡に至る場合もあります。Gardの過去10年間のP&Iクレームデータでは、階段や舷門での転落事故で負傷しやすい箇所は、指、背中、腕、膝、脚となっています。

階段での転倒や転落の根本的な原因は何か？

一般的に、船内の階段は陸上の階段よりも急勾配である上に、船は動いているので危険度が増します。乗組員が手すりを持たずに階段を上り下りするところを頻繁に目にしますが、大抵は、道具などを運ぶのに両手がふさがっていることによるものです。他にも転落の要因として、階段が滑りやすい、適切な履物を着用していない、滑り止めテープが貼られていない、乗組員が急いでいるなどが考えられます。手すりを握っていない場合は、転落により負傷するリスクが非常に高くなります。



階段での転落による負傷リスクを軽減するために何ができるでしょうか？

まず、必要な場合に手すりが握れるように、常に片手を空けておくよう指導するとよいでしょう（[Code of Safe Working Practices（商船船員の安全な労働慣行の規範）](#)）。道具などを手に持って運ぶ代わりに、可能な場合はベルトに入れて運ぶか、別の方法を見つけて運ぶようにするとよいでしょう。こうすることで、後方で手すりを持ちながら階段を下りられるようになります。具体的には、利き手で自分の身体の後方の手すりの下側を持ちながら、手すりを持つ手の方向に身体をわずかに向けて階段を下ります。この方法では、万一転落しても、後方で手すりを握れるため深刻な怪我を防げます。さらには、船内の階段、手すり、着地面を適切な状態に維持し、清潔に保ち、転倒や転落の原因となる物を片付けておく必要があります。

乗組員は安全巡視時に、階段が以下の状態になっていることを確認するようにしてください。

- 滑り止めが施されている（特に先端部分）
- 先端部分と着地面が明確に分かるように印が付けられている
- 障害物など危険を誘発する物が置かれていない
- 照明の明るさが十分である。

Gard 損失防止ポスター: [Steady on the stairs（階段ではご用心）](#)

本情報は一般的な情報提供のみを目的としています。発行時において提供する情報の正確性および品質の保証には細心の注意を払っていますが、Gard は本情報に依拠することによって生じるいかなる種類の損失または損害に対して一切の責任を負いません。

本情報は日本のメンバー、クライアントおよびその他の利害関係者に対するサービスの一環として、ガードジャパン株式会社により英文から和文に翻訳されております。翻訳の正確性については十分な注意をしておりますが、翻訳された和文は参考上のものであり、すべての点において原文である英文の完全な翻訳であることを証するものではありません。したがって、ガードジャパン株式会社は、原文との内容の不一致については、一切責任を負いません。翻訳文についてご不明な点などありましたらガードジャパン株式会社までご連絡ください。