

労働衛生

Q001

労働衛生管理

○ ×

労働衛生の3管理とは、作業環境管理、作業管理、健康管理をいう。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

労働衛生の基本は、作業環境管理・作業管理・健康管理の3管理である。

要点：3管理

Q002

労働衛生管理

○ ×

作業環境管理とは、作業者の姿勢や作業方法だけを改善する管理である。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：×

作業環境管理は、有害因子を含む作業環境を把握し、改善する管理である。姿勢や作業方法の改善は主に作業管理に含まれる。

要点：作業環境管理

Q003

労働衛生管理

○ ×

作業管理には、作業姿勢、作業時間、保護具の使用方法などの管理が含まれる。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

作業管理は、作業方法や作業条件を適切にして、労働者への有害因子のばく露を減らす管理である。

要点：作業管理

Q004

健康管理

○ ×

健康管理には、健康診断の実施、健康相談、事後措置などが含まれる。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

健康管理は、健康診断だけでなく、その結果に基づく事後措置や保健指導も含む。

要点：健康管理

Q005

作業環境管理

○ ×

作業環境測定は、作業場の有害因子の状態を客観的に把握するために行われる。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

作業環境測定は、粉じん、有機溶剤、特定化学物質などの有害因子の濃度を把握し、環境改善に役立てる。

要点：作業環境測定

労働衛生

Q006

換気

○ ×

全体換気は、有害物が発生する場所で直接吸引する方法であり、局所排気より発散防止効果が高い。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：×

発生源近くで有害物を吸引するのは局所排気である。一般に、発生源対策としては局所排気の方が有効である。

要点：換気

Q007

換気

○ ×

局所排気装置は、有害物が作業場全体に拡散する前に捕集することを目的とする。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

局所排気装置は、有害物の発生源近くで吸引し、作業者のばく露を低減する設備である。

要点：局所排気装置

Q008

有機溶剤

○ ×

有機溶剤による健康障害では、皮膚や呼吸器から体内に取り込まれることがある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

有機溶剤は蒸気を吸入するほか、種類によっては皮膚から吸収されることもある。

要点：有機溶剤

Q009

有機溶剤

○ ×

有機溶剤中毒では、中枢神経症状が問題となることがある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

有機溶剤では、めまい、頭痛、意識障害などの中枢神経症状が起こることがある。

要点：有機溶剤中毒

Q010

粉じん

○ ×

じん肺は、粉じんを長期間吸入することにより起こる代表的な職業性疾病である。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

じん肺は、鉱物性粉じんなどを長期間吸入することで肺に変化が生じる疾病である。

要点：じん肺

Q011

粉じん

○ ×

防じんマスクは、酸素濃度が低い場所でも酸素を供給できるため、酸素欠乏場所で使用できる。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：×

防じんマスクは粉じんの吸入を防ぐものであり、酸素を供給する機能はない。酸素欠乏場所では適切な呼吸用保護具が必要である。

要点：保護具

Q012

酸素欠乏

○ ×

酸素欠乏症は、短時間のばく露でも重篤な障害や死亡につながることもある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

酸素欠乏は急速に意識障害や死亡を起こす危険があるため、事前測定や換気などの対策が重要である。

要点：酸素欠乏

Q013

硫化水素

○ ×

硫化水素は高濃度では嗅覚が麻痺することがあり、臭いだけで安全を判断してはならない。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

硫化水素は腐卵臭があるが、高濃度では嗅覚疲労や嗅覚麻痺が起こるため、臭気だけで判断するのは危険である。

要点：硫化水素

Q014

熱中症

○ ×

熱中症対策では、気温だけでなく湿度、輻射熱、気流、作業強度なども考慮する必要がある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

熱中症リスクは気温だけで決まらない。湿度、輻射熱、風、作業負荷、服装などを総合的に見る必要がある。

要点：熱中症

Q015

熱中症

○ ×

熱中症の予防では、暑熱順化、水分・塩分補給、休憩場所の確保が重要である。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

暑熱順化、こまめな補給、休憩、作業時間の調整は熱中症予防の基本である。

要点：熱中症予防

労働衛生

Q016

寒冷作業

○ ×

寒冷環境での作業では、低体温や末梢循環障害に注意する必要がある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

寒冷環境では体温低下、手足の冷え、しびれなどが起こりやすく、防寒や休憩の管理が必要である。

要点：寒冷作業

Q017

騒音

○ ×

騒音性難聴は、一般に内耳の障害によって起こり、初期には高音域の聴力低下がみられやすい。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

騒音性難聴は感音性難聴であり、初期には高音域の聴力低下が問題となりやすい。

要点：騒音性難聴

Q018

騒音

○ ×

騒音対策では、耳栓を配れば作業環境の改善は不要となる。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：×

保護具は重要だが、発生源対策、遮音、吸音、作業時間管理などを組み合わせる必要がある。

要点：騒音対策

Q019

振動

○ ×

振動工具の使用では、手指のしびれや白指などの末梢循環障害が問題となることがある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

振動障害では、手指のしびれ、痛み、白指などが生じることがある。

要点：振動障害

Q020

照明

○ ×

照明が不適切な作業場では、眼精疲労や作業能率の低下が生じることがある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

照度不足やまぶしさは、眼精疲労、ミス、作業効率低下につながる可能性がある。

要点：照明

労働衛生

Q021

情報機器作業

○ ×

情報機器作業では、画面の高さ、椅子、机、照明、休憩の取り方などを調整することが重要である。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

情報機器作業では、目、首、肩、腰への負担を減らすため、作業環境と作業姿勢の調整が重要である。

要点：情報機器作業

Q022

腰痛予防

○ ×

重量物取扱作業では、作業姿勢や作業方法の改善が腰痛予防に関係する。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

腰痛予防では、重量物の持ち上げ方、作業台の高さ、補助具の使用、作業分担などが重要である。

要点：腰痛予防

Q023

腰痛予防

○ ×

腰痛予防では、作業者個人の筋力だけを問題にし、作業環境や作業方法は考慮しなくてよい。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：×

腰痛予防では、作業環境、作業方法、補助具、休憩、教育などを総合的に考える必要がある。

要点：腰痛予防

Q024

メンタルヘルス

○ ×

メンタルヘルス対策では、労働者本人のセルフケアだけでなく、管理監督者によるラインケアも重要である。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

職場のメンタルヘルスでは、セルフケア、ラインケア、事業場内外の専門的支援などを組み合わせる。

要点：メンタルヘルス

Q025

ストレスチェック

○ ×

ストレスチェックは、労働者のメンタルヘルス不調の未然防止を目的とする一次予防の取組である。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

ストレスチェックは、労働者自身の気づきと職場環境改善を通じて、メンタルヘルス不調を未然に防ぐことを目的とする。

要点：ストレスチェック

労働衛生

Q026

健康診断

○ ×

健康診断の結果は、異常所見の有無を確認するだけでなく、必要に応じた就業上の措置につなげることが重要である。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

健康診断は実施して終わりではなく、医師の意見聴取、就業上の措置、保健指導などにつなげる必要がある。

要点：健康診断

Q027

健康診断

○ ×

健康診断の事後措置では、作業転換、労働時間の短縮、深夜業の回数減少などが検討されることがある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

健康状態に応じて、就業場所の変更、作業転換、労働時間の短縮などの措置が検討される。

要点：事後措置

Q028

受動喫煙

○ ×

受動喫煙対策は、職場の快適性だけでなく、労働者の健康保持にも関係する。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

受動喫煙は健康影響があるため、職場の衛生管理上も重要な対策である。

要点：受動喫煙

Q029

快適職場

○ ×

快適な職場環境づくりでは、温熱条件、空気環境、照明、騒音、休養設備などを考慮する。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

快適職場づくりでは、物理的環境だけでなく、作業方法や休養しやすい環境も重要である。

要点：快適職場

Q030

空気環境

○ ×

室内の二酸化炭素濃度は、換気状態の目安として用いられることがある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

二酸化炭素濃度は、人の呼気に由来するため、室内換気の状態を判断する指標として用いられる。

要点：空気環境

Q031

空気環境

○ ×

一酸化炭素は、血液中のヘモグロビンと結合し、酸素運搬を妨げる。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

一酸化炭素はヘモグロビンと強く結合し、酸素の運搬を阻害するため、頭痛、めまい、意識障害などを起こす。

要点：一酸化炭素

Q032

空気環境

○ ×

一酸化炭素は刺激臭が強いので、低濃度でも臭いで容易に気づくことができる。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：×

一酸化炭素は無色・無臭の気体であり、臭いで危険を判断することはできない。

要点：一酸化炭素

Q033

化学物質

○ ×

化学物質による健康障害の予防では、代替物質への変更、密閉化、局所排気、保護具使用などを組み合わせる。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

化学物質対策では、発生源対策、作業環境改善、作業方法の改善、保護具などを総合的に行う。

要点：化学物質管理

Q034

化学物質

○ ×

化学物質のリスク低減では、保護具の使用だけを最優先し、発生源対策は後回しにする。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：×

保護具は重要だが、まず代替、密閉化、局所排気などの発生源・環境対策を検討する。

要点：化学物質管理

Q035

鉛

○ ×

鉛による健康障害では、貧血、末梢神経障害、腹部症状などが問題となることがある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

鉛中毒では、貧血、腹痛、神経症状などがみられることがある。

要点：鉛中毒

Q036

金属

○ ×

水銀による健康障害では、神経症状が問題となることがある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

水銀中毒では、振戦、精神神経症状、口腔症状などが問題となることがある。

要点：水銀

Q037

金属

○ ×

カドミウムによる健康障害では、腎障害や骨への影響が問題となることがある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

カドミウムばく露では、腎障害や骨障害が問題となることがある。

要点：カドミウム

Q038

特定化学物質

○ ×

ベンゼンは、造血器への影響が問題となる化学物質である。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

ベンゼンは骨髄に影響し、血液障害や白血病との関連が問題となる。

要点：ベンゼン

Q039

特定化学物質

○ ×

塩素は、呼吸器への刺激作用が問題となることがある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

塩素は刺激性ガスであり、眼や呼吸器に強い刺激を与えることがある。

要点：塩素

Q040

酸・アルカリ

○ ×

強酸や強アルカリによる障害では、皮膚や眼の化学熱傷に注意する必要がある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

強酸・強アルカリは腐食性があり、皮膚や眼に重い障害を起こすことがある。

要点：化学熱傷

労働衛生

Q041

有害光線

○ ×

紫外線ばく露では、皮膚障害や眼の障害が問題となること
がある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

紫外線は皮膚炎、角膜炎などを起こすことがあり、遮光保護具
などの対策が必要である。

要点：紫外線

Q042

有害光線

○ ×

赤外線ばく露では、眼への熱作用が問題となること
がある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

赤外線は熱作用を持ち、眼の障害などが問題となること
がある。

要点：赤外線

Q043

電離放射線

○ ×

電離放射線による障害には、確定的影響と確率的影響が
ある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

放射線影響は、しきい値のある確定的影響と、発生確率が線量
に応じて増える確率的影響に分けられる。

要点：電離放射線

Q044

電離放射線

○ ×

放射線防護では、距離をとる、時間を短くする、遮へいす
ることが基本となる。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

外部被ばく防護の基本は、時間、距離、遮へいである。

要点：放射線防護

Q045

感染症

○ ×

職場の感染症対策では、手洗い、換気、体調不良時の対応
、清掃などが重要である。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

感染症対策では、病原体の侵入経路や感染経路を踏まえた基本
的対策が重要である。

要点：感染症対策

Q046

救急処置

○ ×

化学物質が眼に入った場合は、速やかに流水で洗眼し、必要に応じて医療機関を受診する。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

眼への化学物質ばく露では、直ちに十分な洗眼を行い、医師の診察につなげることが重要である。

要点：救急処置

Q047

保護具

○ ×

保護具は、作業内容や有害因子に適した種類を選ぶ必要がある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

保護具は、有害因子の種類、濃度、作業時間、作業方法に応じて適切なものを選定する必要がある。

要点：保護具

Q048

保護具

○ ×

呼吸用保護具は、顔面との密着が不十分でも十分な防護効果が得られる。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：×

呼吸用保護具は、顔面との密着が悪いと漏れ込みが生じ、防護効果が低下する。

要点：呼吸用保護具

Q049

労働衛生教育

○ ×

労働衛生教育では、有害因子の性質、作業方法、保護具の使用法、異常時の対応などを理解させることが重要である。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

労働衛生教育は、労働者が危険有害性を理解し、適切に行動できるようにするために重要である。

要点：労働衛生教育

Q050

健康保持増進

○ ×

健康保持増進対策では、運動、栄養、休養、メンタルヘルスなどを総合的に考えることが望ましい。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

健康保持増進では、身体面だけでなく、生活習慣やメンタルヘルスも含めて総合的に支援することが重要である。

要点：健康保持増進

労働衛生

Q051

作業環境管理

○ ×

作業環境管理では、有害因子の発生源を把握し、労働者がばく露される前に対策を講じることが重要である。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

作業環境管理では、有害因子の発生、拡散、ばく露の流れを把握し、環境改善を行うことが重要である。

要点：作業環境管理

Q052

作業環境測定

○ ×

作業環境測定の結果は、作業環境の改善や作業方法の見直しに活用される。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

作業環境測定は、測定して終わりではなく、結果に基づいて換気、設備、作業方法などを改善するために用いられる。

要点：作業環境測定

Q053

作業環境測定

○ ×

作業環境測定は、作業者の体調を直接診断するために行われる。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：×

作業環境測定は、作業場の有害因子の濃度や状態を把握するためのものであり、労働者の健康状態を診断するものではない。

要点：作業環境測定

Q054

換気

○ ×

換気には、作業場全体の空気を入れ替える全体換気と、発生源付近で有害物を捕集する局所排気がある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

全体換気と局所排気は、作業場の空気環境を改善する代表的な方法である。

要点：換気

Q055

局所排気装置

○ ×

局所排気装置のフードは、有害物の発散源にできるだけ近づけて設置することが望ましい。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

フードを発生源に近づけることで、有害物が作業場へ拡散する前に捕集しやすくなる。

要点：局所排気装置

Q056

局所排気装置

○ ×

局所排気装置では、排気量が不足すると有害物の捕集効果が低下する。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

十分な制御風速や排気量が確保されないと、有害物を適切に捕集できない。

要点：局所排気装置

Q057

局所排気装置

○ ×

局所排気装置のダクト内に粉じんが堆積すると、排気性能が低下することがある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

ダクト内の堆積物は通気抵抗を増やし、排気性能を低下させる原因となる。

要点：局所排気装置

Q058

換気

○ ×

有害物の発生量が多い作業では、全体換気だけで十分と判断せず、発生源対策を検討する必要がある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

発生量が多い場合は、密閉化、局所排気、代替化などの発生源対策が重要である。

要点：換気

Q059

空気環境

○ ×

空気環境の改善では、温度、湿度、気流、粉じん、有害ガスなどを総合的に考慮する。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

空気環境は単一の要素だけでなく、温熱条件や有害物質の状態を含めて管理する必要がある。

要点：空気環境

Q060

温熱環境

○ ×

温熱環境の評価では、気温だけでなく湿度や気流も作業者の負担に影響する。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

湿度が高いと汗の蒸発が妨げられ、気流は体熱放散に影響するため、気温だけで判断してはならない。

要点：温熱環境

Q061

熱中症

○ ×

WBGT値は、暑熱環境による熱ストレスを評価する指標として用いられる。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

WBGT値は、気温、湿度、輻射熱などを考慮して暑熱環境を評価する指標である。

要点：WBGT

Q062

熱中症

○ ×

熱中症の危険は、屋外作業だけでなく、高温多湿の屋内作業でも生じる。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

熱中症は屋外に限らず、厨房、工場、倉庫などの高温多湿環境でも発生する。

要点：熱中症

Q063

熱中症

○ ×

暑熱環境での作業では、作業強度が高いほど体への熱負荷が大きくなる。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

身体活動が強いほど代謝熱が増え、熱中症リスクが高くなる。

要点：熱中症

Q064

熱中症

○ ×

暑熱順化が不十分な労働者は、熱中症を起こしやすい。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

暑さに体が慣れていない時期や作業開始直後は、熱中症リスクが高くなる。

要点：暑熱順化

Q065

熱中症

○ ×

熱中症対策では、労働者本人の自己判断だけに任せず、職場として早期発見と対応の体制を整えることが重要である。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

熱中症は重症化が早いので、職場で症状確認、連絡体制、緊急時対応を整えておく必要がある。

要点：熱中症対策

Q066

寒冷作業

○ ×

寒冷作業では、防寒具の着用により身体の熱放散を抑えることが有効である。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

寒冷環境では、防寒具、休憩、温かい休憩場所などにより体温低下を防ぐことが重要である。

要点：寒冷作業

Q067

寒冷作業

○ ×

寒冷環境では、手指の巧緻性が低下し、作業ミスや災害につながることもある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

低温により手指の感覚や動きが低下し、細かい作業や工具操作に影響することがある。

要点：寒冷作業

Q068

騒音

○ ×

騒音対策では、発生源対策、伝ば経路対策、受音者側の対策を組み合わせることが重要である。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

騒音管理では、機械の低騒音化、遮音、吸音、耳栓・耳覆い、作業時間管理などを組み合わせる。

要点：騒音対策

Q069

騒音

○ ×

騒音性難聴は、いったん進行すると回復しにくいいため、予防が重要である。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

騒音性難聴は慢性的に進行し、回復しにくいことが多いため、早期からの予防対策が重要である。

要点：騒音性難聴

Q070

騒音

○ ×

耳栓は、正しく装着されなければ十分な遮音効果が得られない。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

耳栓は種類の選定だけでなく、装着方法が不適切だと効果が低下する。

要点：耳栓

Q071

振動

○ ×

振動工具による障害予防では、工具の点検整備や連続使用時間の管理が重要である。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

振動障害の予防には、低振動工具の使用、点検整備、作業時間管理、防寒などが重要である。

要点：振動障害

Q072

振動

○ ×

振動障害の予防では、寒冷による末梢循環への影響も考慮する必要がある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

寒冷は末梢血管を収縮させ、白指などの症状に影響するため、防寒対策も重要である。

要点：振動障害

Q073

照明

○ ×

作業面の照度が不足すると、視作業の負担が増え、疲労やミスにつながることもある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

照度不足は視認性を低下させ、眼精疲労や作業能率低下の原因となる。

要点：照明

Q074

照明

○ ×

まぶしさは視認性を低下させるため、照明設計ではグレアにも注意する。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

グレアは眼の負担や作業しにくさにつながるため、光源の位置や遮光を考慮する必要がある。

要点：照明

Q075

色彩

○ ×

職場の色彩は、視認性や注意喚起、心理的な快適性に影響することがある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

色彩は、安全標識、作業環境の見やすさ、心理的快適性などに関係する。

要点：色彩

Q076

情報機器作業

○ ×

情報機器作業では、長時間同じ姿勢を続けることが首、肩、腰の負担につながることもある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

情報機器作業では静的姿勢が続きやすく、筋骨格系の負担や眼の疲労が問題となる。

要点：情報機器作業

Q077

情報機器作業

○ ×

情報機器作業では、画面への映り込みや反射を減らすことが眼の負担軽減に役立つ。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

画面の反射や映り込みは視認性を低下させ、眼精疲労につながるため、配置や照明の調整が必要である。

要点：情報機器作業

Q078

情報機器作業

○ ×

情報機器作業では、作業者の体格に合わせて椅子や机を調整することが望ましい。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

椅子、机、画面、キーボードなどを作業者に合わせることで、身体への負担を軽減できる。

要点：情報機器作業

Q079

情報機器作業

○ ×

情報機器作業では、短い休止や作業内容の切替えが疲労軽減に役立つことがある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

連続作業による疲労を防ぐには、適切な休止、作業変化、姿勢変化が有効である。

要点：情報機器作業

Q080

重量物取扱い

○ ×

重量物を取り扱う作業では、対象物を身体から遠ざけて持つほど腰部への負担は小さくなる。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：×

重量物を身体から遠ざけるほど腰部への負担は大きくなる。できるだけ身体に近づけて扱うことが望ましい。

要点：腰痛予防

Q081

重量物取扱い

○ ×

重量物取扱作業では、補助具や複数人作業の導入により腰部負担を軽減できることがある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

台車、リフト、補助具、作業分担などは、腰部への過度な負担を減らす対策となる。

要点：重量物取扱い

Q082

腰痛予防

○ ×

腰痛予防では、作業台の高さを作業内容に合わせることも対策になる。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

作業台の高さが不適切だと前屈姿勢や無理な姿勢が増えるため、作業内容に合わせた調整が重要である。

要点：腰痛予防

Q083

腰痛予防

○ ×

腰痛の発生要因には、作業動作だけでなく、環境要因や心理社会的要因も含まれる。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

腰痛には、動作、姿勢、振動、温度、床面、個人的要因、心理社会的要因などが関係する。

要点：腰痛予防

Q084

腰痛予防

○ ×

介護作業における腰痛予防では、利用者を人力だけで抱え上げる作業を減らす工夫が重要である。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

介護作業では、福祉用具の活用、作業方法の見直し、複数人対応などにより腰部負担を軽減する。

要点：腰痛予防

Q085

腰痛予防

○ ×

長時間の座位作業では、腰部への負担を減らすために姿勢変化や休憩を取り入れることが望ましい。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

同じ姿勢を長く続けると腰部負担が増えるため、姿勢変化、休憩、椅子や机の調整が重要である。

要点：座位作業

Q086

作業管理

○ ×

作業管理には、作業手順の改善や作業時間の配分の見直しが含まれる。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

作業管理では、作業方法、作業姿勢、作業時間、作業手順、保護具の使い方などを適切に管理する。

要点：作業管理

Q087

作業管理

○ ×

単調な反復作業では、作業配分や休憩の工夫により疲労を軽減できることがある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

反復作業では、局所疲労や注意力低下を防ぐため、作業ローテーションや休憩の設定が有効となることがある。

要点：反復作業

Q088

疲労

○ ×

疲労が蓄積すると、作業能率の低下や災害発生リスクの上昇につながることもある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

疲労は注意力、判断力、動作の正確性に影響し、ミスや事故の要因となることがある。

要点：疲労

Q089

交替制勤務

○ ×

交替制勤務では、睡眠不足や生活リズムの乱れに注意する必要がある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

交替制勤務や深夜業では、睡眠、疲労、生活リズム、健康状態への影響を考慮する必要がある。

要点：交替制勤務

Q090

深夜業

○ ×

深夜業に従事する労働者では、健康状態の把握や生活習慣への配慮が重要である。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

深夜業は睡眠や生活リズムに影響するため、健康診断や保健指導などの健康管理が重要である。

要点：深夜業

労働衛生

Q091

休養

○ ×

休養設備は、労働者の疲労回復や健康保持に役立つ職場環境要素の一つである。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

休憩室や休養しやすい環境は、疲労回復や快適職場づくりに関係する。

要点：休養設備

Q092

快適職場

○ ×

快適職場づくりは、労働者の健康保持だけでなく、作業効率や職場定着にも関係することがある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

快適な職場環境は、健康保持、疲労軽減、作業効率、職場満足度に影響することがある。

要点：快適職場

Q093

作業姿勢

○ ×

無理な作業姿勢を長時間続けることは、筋骨格系の負担を増やす要因となる。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

前屈、ひねり、上肢挙上などの不自然な姿勢を続けると、筋肉や関節への負担が増える。

要点：作業姿勢

Q094

作業姿勢

○ ×

立ち作業では、足元の状態や作業台の高さが身体負担に影響することがある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

長時間立位では、床面、作業台の高さ、休憩、姿勢変化などが疲労や腰痛に影響する。

要点：立ち作業

Q095

有害光線

○ ×

溶接作業では、有害光線による眼の障害を防ぐため、適切な遮光保護具を使用する。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

溶接作業では強い光や紫外線により眼障害が生じることがあるため、遮光面や保護眼鏡が必要である。

要点：有害光線

Q096

有害光線

○ ×

紫外線による電気性眼炎は、ばく露直後ではなく、しばらくしてから症状が現れることがある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

紫外線による眼障害では、一定時間後に眼痛、流涙、異物感などが現れることがある。

要点：電気性眼炎

Q097

電離放射線

○ ×

電離放射線作業では、被ばく線量の管理が重要である。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

電離放射線による健康障害を防ぐため、作業時間、距離、遮へい、線量測定などによる管理が必要である。

要点：電離放射線

Q098

電離放射線

○ ×

電離放射線による白内障は、眼の水晶体への影響として知られている。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

水晶体は放射線の影響を受ける組織の一つであり、白内障が問題となることがある。

要点：白内障

Q099

非電離放射線

○ ×

レーザー光線は、眼や皮膚に障害を与えることがあるため、適切な防護が必要である。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

レーザー光は種類や出力によって眼や皮膚に障害を起こすことがあり、遮光保護具や管理区域などの対策が必要である。

要点：レーザー

Q100

作業環境管理

○ ×

作業環境を改善する場合は、有害因子の発生そのものを減らす対策を優先して検討することが望ましい。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

有害因子対策では、代替、密閉化、局所排気など、ばく露を発生源から減らす考え方が重要である。

要点：発生源対策

Q101

化学物質管理

○ ×

化学物質管理では、危険性だけでなく有害性も把握する必要がある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

化学物質には爆発・火災などの危険性と、急性中毒や慢性障害などの有害性があるため、両面の把握が必要である。

要点：化学物質管理

Q102

化学物質管理

○ ×

化学物質のばく露経路には、吸入、経皮吸収、経口摂取などがある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

化学物質は、呼吸器、皮膚、口などから体内に入ることがあるため、作業内容に応じた対策が必要である。

要点：ばく露経路

Q103

化学物質管理

○ ×

経皮吸収が問題となる化学物質では、手袋や保護衣の選定も重要である。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

皮膚から吸収される物質では、材質の適した手袋や保護衣を選ばなければ防護効果が不十分となる。

要点：保護具

Q104

化学物質管理

○ ×

同じ化学物質でも、濃度や作業時間によって健康影響のリスクは変わる。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

リスクは有害性の強さだけでなく、ばく露濃度、ばく露時間、作業頻度などにより変化する。

要点：リスク

Q105

化学物質管理

○ ×

安全データシートは、化学物質の危険有害性や取扱い上の注意を確認する資料として用いられる。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

安全データシートには、危険有害性、応急措置、取扱い、保管、保護具などの情報が記載される。

要点：SDS

Q106

化学物質管理

○ ×

安全データシートは、化学物質の名称だけを確認するための書類である。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：×

安全データシートは名称だけでなく、危険有害性、応急措置、ばく露防止、保管、廃棄など幅広い情報を示す。

要点：SDS

Q107

有機溶剤

○ ×

有機溶剤は、脂溶性が高いものが多く、神経系への影響が問題となることがある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

有機溶剤は中枢神経系に作用し、急性ではめまい、頭痛、意識障害などを起こすことがある。

要点：有機溶剤

Q108

有機溶剤

○ ×

有機溶剤の蒸気は、空气中に拡散するため、換気や密閉化が重要である。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

有機溶剤蒸気の吸入を防ぐには、密閉化、局所排気、全体換気、保護具などを組み合わせる。

要点：有機溶剤

Q109

有機溶剤

○ ×

有機溶剤を取り扱う作業では、作業後の手洗いや皮膚の清潔保持も重要である。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

皮膚への付着や経皮吸収を防ぐため、保護具の使用とともに清潔保持が重要である。

要点：皮膚

Q110

有機溶剤

○ ×

有機溶剤の臭いに慣れれば、健康障害の危険は小さくなる。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：×

臭いに慣れても有害性が低下するわけではない。臭気への慣れは危険の見落としにつながる。

要点：有機溶剤

Q111

粉じん

○ ×

粉じん作業では、発生源の湿潤化により粉じんの発散を抑えられることがある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

湿潤化は粉じんの飛散を抑える代表的な発生源対策の一つである。

要点：粉じん

Q112

粉じん

○ ×

粉じん対策では、粉じんの発生を抑えることより、防じんマスクの配布だけを優先する。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：×

粉じん対策では、湿潤化、密閉化、局所排気などの発生源対策を優先し、保護具を併用する。

要点：粉じん対策

Q113

粉じん

○ ×

じん肺は、発症後に進行することがあるため、粉じんばく露を防ぐ予防対策が重要である。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

じん肺は不可逆的な肺変化を伴うことがあり、粉じんばく露を抑えることが重要である。

要点：じん肺

Q114

粉じん

○ ×

遊離けい酸を含む粉じんの吸入は、けい肺の原因となることがある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

遊離けい酸を含む鉱物性粉じんの長期吸入は、けい肺の原因となる。

要点：けい肺

Q115

石綿

○ ×

石綿ばく露は、肺がんや中皮腫などの健康障害と関連する。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

石綿は、石綿肺、肺がん、中皮腫などの重篤な健康障害と関連する。

要点：石綿

Q116

石綿

○ ×

石綿による健康障害は、ばく露から長い潜伏期間を経て現れることがある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

石綿関連疾患は潜伏期間が長いことがあり、過去のばく露歴の把握も重要である。

要点：石綿

Q117

金属

○ ×

鉛作業では、粉じんやヒュームの吸入だけでなく、手指を介した経口摂取にも注意する。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

鉛は吸入に加え、汚染された手指から口に入ることがあるため、手洗いや作業場での飲食禁止が重要である。

要点：鉛

Q118

金属

○ ×

鉛中毒では、造血機能への影響が問題となることがある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

鉛はヘム合成に影響し、貧血などの造血系障害が問題となることがある。

要点：鉛中毒

Q119

金属

○ ×

マンガンによる健康障害では、中枢神経系への影響が問題となることがある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

マンガンばく露では、神経症状が問題となることがある。

要点：マンガン

Q120

金属

○ ×

クロム化合物の中には、皮膚障害や呼吸器障害を起こすものがある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

クロム化合物は種類により、皮膚炎、潰瘍、呼吸器障害などが問題となる。

要点：クロム

Q121

金属

○ ×

ベリリウムによる健康障害では、肺の障害が問題となることがある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

ベリリウムばく露では、肺の慢性障害などが問題となることがある。

要点：ベリリウム

Q122

特定化学物質

○ ×

ベンゼンへの慢性ばく露では、血液障害が問題となることがある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

ベンゼンは骨髓機能に影響し、白血球減少などの血液障害が問題となる。

要点：ベンゼン

Q123

特定化学物質

○ ×

ホルムアルデヒドは、眼や呼吸器への刺激作用を示すことがある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

ホルムアルデヒドは刺激性があり、眼、鼻、喉、呼吸器に症状を起こすことがある。

要点：ホルムアルデヒド

Q124

特定化学物質

○ ×

シアン化水素は、細胞の酸素利用を妨げる強い毒性を持つ。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

シアン化水素は組織での酸素利用を阻害し、急性中毒では重篤な障害を起こす。

要点：シアン化水素

Q125

特定化学物質

○ ×

アンモニアは、刺激性ガスとして眼や呼吸器に障害を起こすことがある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

アンモニアは水に溶けやすく、眼や上気道に強い刺激を与えることがある。

要点：アンモニア

Q126

特定化学物質

○ ×

二酸化硫黄は、呼吸器への刺激作用が問題となることがある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

二酸化硫黄は刺激性ガスであり、咳、気道刺激、呼吸器症状を起こすことがある。

要点：二酸化硫黄

Q127

酸素欠乏

○ ×

酸素欠乏危険場所では、作業開始前に酸素濃度などを測定することが重要である。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

酸素欠乏危険場所では、入る前に酸素濃度や有害ガスの有無を確認し、必要な換気などを行う。

要点：酸素欠乏

Q128

酸素欠乏

○ ×

酸素欠乏危険場所では、換気を行っても安全確認を省略してよい。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：×

換気を行っても、酸素濃度や有害ガスの状態を確認する必要がある。安全確認を省略してはならない。

要点：酸素欠乏

Q129

酸素欠乏

○ ×

酸素欠乏症の救助では、救助者自身が二次災害に遭わないようにすることが重要である。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

酸素欠乏場所へ不用意に入ると救助者も倒れる危険があるため、呼吸用保護具や救助体制が必要である。

要点：救助

Q130

硫化水素

○ ×

硫化水素は、低濃度では腐卵臭を感じることもあるが、高濃度では臭いで危険を判断できない。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

硫化水素は高濃度で嗅覚を麻痺させることがあり、臭気だけで安全を判断するのは危険である。

要点：硫化水素

Q131

硫化水素

○ ×

硫化水素中毒では、急速に意識障害や呼吸停止を起こすことがある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

硫化水素は高濃度で急性毒性が強く、短時間で重篤な状態に至ることがある。

要点：硫化水素中毒

Q132

一酸化炭素

○ ×

一酸化炭素中毒では、酸素運搬が障害され、頭痛やめまいなどを起こすことがある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

一酸化炭素はヘモグロビンと結合し、酸素運搬を阻害するため、頭痛、めまい、意識障害などを起こす。

要点：一酸化炭素

Q133

一酸化炭素

○ ×

一酸化炭素は、燃焼が不完全な場合に発生することがある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

換気不良の燃焼機器やエンジン排気などでは、不完全燃焼により一酸化炭素が発生することがある。

要点：一酸化炭素

Q134

有害ガス

○ ×

刺激性ガスでは、眼や鼻、のど、気道の刺激症状が問題となることがある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

刺激性ガスは粘膜や呼吸器に作用し、流涙、咳、呼吸困難などを起こすことがある。

要点：刺激性ガス

Q135

有害ガス

○ ×

窒息性ガスは、酸素欠乏や体内での酸素利用障害により健康障害を起こすことがある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

窒息性ガスには、酸素濃度を低下させるものや、酸素運搬・利用を妨げるものがある。

要点：窒息性ガス

Q136

呼吸用保護具

○ ×

呼吸用保護具は、対象となる有害物の種類や濃度に応じて選定する必要がある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

防じん、防毒、送気式など、作業環境や有害物の種類に応じた保護具を選ぶ必要がある。

要点：呼吸用保護具

Q137

呼吸用保護具

○ ×

防毒マスクの吸収缶は、対象ガスに適合した種類を選ぶ必要がある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

吸収缶は対象ガスにより種類が異なるため、誤った種類を使用すると十分な防護効果が得られない。

要点：防毒マスク

Q138

呼吸用保護具

○ ×

防毒マスクは、酸素濃度が不足している場所でも使用できる。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：×

防毒マスクは有害ガスを除去するものであり、酸素を供給しない。酸素欠乏場所では使用できない。

要点：酸素欠乏

Q139

呼吸用保護具

○ ×

使い捨て式防じんマスクは、破損や変形がある場合には防護性能が低下することがある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

マスクの破損、変形、汚れ、密着不良は漏れ込みの原因となり、防護効果を低下させる。

要点：防じんマスク

Q140

保護具

○ ×

保護手袋は、化学物質の種類によって適した材質が異なる。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

手袋の材質によって耐透過性や耐薬品性が異なるため、対象物質に適したものを選ぶ必要がある。

要点：保護手袋

Q141

保護具

○ ×

保護眼鏡は、飛来物だけでなく、薬液の飛散から眼を守る目的で使用されることがある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

保護眼鏡やフェイスシールドは、粉じん、飛来物、薬液飛散、有害光線などに応じて使用される。

要点：保護眼鏡

Q142

保護具

○ ×

保護具は、使用前の点検や適切な保管も重要である。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

保護具は劣化、破損、汚染があると性能が低下するため、点検、清掃、保管が重要である。

要点：保護具

Q143

保護具

○ ×

保護具を使用していれば、作業環境の改善や作業方法の見直しは不要である。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：×

保護具は最後の防護手段の一つであり、発生源対策や作業環境改善、作業管理と併用する必要がある。

要点：保護具

Q144

皮膚障害

○ ×

職業性皮膚障害の予防では、原因物質との接触を減らすことが重要である。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

皮膚障害の予防には、代替、密閉化、手袋、洗浄、保湿、教育などが有効とすることがある。

要点：皮膚障害

Q145

皮膚障害

○ ×

皮膚に化学物質が付着した場合は、速やかに洗い流すことが重要である。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

化学物質が皮膚に付着した場合、直ちに除去し、必要に応じて医療機関を受診する。

要点：応急処置

Q146

酸・アルカリ

○ ×

強アルカリによる眼障害では、重篤な損傷を起こすことがあるため、直ちに洗眼する必要がある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

強アルカリは組織深部まで損傷を及ぼすことがあり、眼に入っただけの場合は速やかな洗眼と医療対応が重要である。

要点：洗眼

Q147

救急処置

○ ×

化学物質による急性中毒が疑われる場合は、原因物質から離し、新鮮な空気のある場所へ移すことが基本対応の一つである。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

吸入ばく露が疑われる場合は、二次災害に注意しながらばく露を止め、換気のよい場所へ移すことが重要である。

要点：救急処置

Q148

救急処置

○ ×

意識のない傷病者に水を飲ませることは、誤嚥の危険があるため避ける。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

意識障害がある場合に飲食物を与えると、誤嚥や窒息の危険がある。

要点：救急処置

Q149

救急処置

○ ×

熱中症が疑われる場合は、涼しい場所へ移し、身体を冷却し、状態に応じて医療機関につなげる。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

熱中症では早期の冷却、休息、水分・塩分補給、重症時の救急要請が重要である。

要点：救急処置

Q150

救急処置

○ ×

応急処置では、救助者の安全を確保してから傷病者に近づくことが重要である。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

有害ガス、酸素欠乏、火災、感電などの危険がある場合、救助者の二次災害を防ぐことが最優先である。

要点：応急処置

Q151

健康管理

○ ×

健康管理では、健康診断の実施だけでなく、結果に基づく保健指導や就業上の措置が重要である。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

健康診断後には、医師の意見聴取、就業上の措置、保健指導などを適切に行うことが重要である。

要点：健康管理

Q152

健康診断

○ ×

健康診断の結果に異常所見がある場合、必要に応じて医師の意見を聴き、就業上の配慮を検討する。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

異常所見がある場合は、労働者の健康を守るため、作業転換や労働時間短縮などを検討することがある。

要点：事後措置

Q153

健康診断

○ ×

健康診断の目的は、疾病の早期発見だけでなく、労働者の健康保持にもある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

健康診断は、疾病の早期発見、就業上の配慮、保健指導などを通じて健康保持に役立てる。

要点：健康診断

Q154

特殊健康診断

○ ×

特殊健康診断は、有害業務に従事する労働者の健康障害を早期に把握する目的で行われる。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

特殊健康診断は、有機溶剤、鉛、特定化学物質、粉じんなどの有害業務に応じて健康影響を確認するために行われる。

要点：特殊健康診断

Q155

特殊健康診断

○ ×

特殊健康診断の検査項目は、取り扱う有害因子にかかわらずすべて同一である。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：×

特殊健康診断の検査項目は、有機溶剤、鉛、粉じんなど、有害因子の種類に応じて異なる。

要点：特殊健康診断

Q156

健康情報

○ ×

労働者の健康情報は、個人情報として適切に取り扱う必要がある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

健康診断結果などの健康情報は、プライバシーに配慮し、適切な管理が必要である。

要点：健康情報

Q157

健康情報

○ ×

健康診断結果は、職場で誰でも自由に閲覧できるようにしてよい。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：×

健康診断結果は個人の健康情報であり、目的外利用や不適切な共有は避けなければならない。

要点：健康情報

Q158

メンタルヘルス

○ ×

職場のメンタルヘルス対策では、一次予防、二次予防、三次予防の考え方が用いられる。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

一次予防は未然防止、二次予防は早期発見と対応、三次予防は職場復帰支援や再発防止に関係する。

要点：メンタルヘルス

Q159

メンタルヘルス

○ ×

ラインケアとは、管理監督者が部下の変化に気づき、相談対応や職場環境改善につなげる取組である。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

ラインケアでは、管理監督者が職場の状況や労働者の変化に気づき、必要な支援につなげることが求められる。

要点：ラインケア

Q160

メンタルヘルス

○ ×

セルフケアとは、労働者自身がストレスや心身の変化に気づき、対処する取組である。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

セルフケアでは、労働者自身がストレスへの気づき、相談、生活習慣の調整などを行うことが含まれる。

要点：セルフケア

労働衛生

Q161

メンタルヘルス

○ ×

メンタルヘルス不調者への対応では、本人の同意やプライバシーに配慮することが重要である。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

メンタルヘルス対応では、個人情報保護、本人の意思、職場での不利益取扱い防止に配慮する必要がある。

要点：メンタルヘルス

Q162

ストレスチェック

○ ×

ストレスチェックは、労働者自身のストレスへの気づきを促す目的を持つ。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

ストレスチェックは、労働者が自分のストレス状態に気づき、メンタルヘルス不調を未然に防ぐことを目的とする。

要点：ストレスチェック

Q163

ストレスチェック

○ ×

高ストレス者への面接指導では、医師による評価や就業上の配慮が検討されることがある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

高ストレス者が申し出た場合、医師による面接指導を行い、必要に応じて就業上の措置を検討する。

要点：面接指導

Q164

ストレスチェック

○ ×

ストレスチェックの結果は、本人の同意なく職場の人事評価に利用してよい。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：×

ストレスチェック結果は、労働者の不利益取扱いを防ぐため、プライバシーと適正利用に配慮しなければならない。

要点：ストレスチェック

Q165

職場復帰支援

○ ×

メンタルヘルス不調による休業後の職場復帰では、段階的な復帰や業務負荷の調整が必要となることがある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

職場復帰支援では、主治医、産業医、事業場の関係者が連携し、再発防止と円滑な復帰を支援する。

要点：職場復帰支援

労働衛生

Q166

過重労働

○ ×

過重労働対策では、労働時間の把握と健康状態の確認が重要である。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

長時間労働は脳・心臓疾患やメンタルヘルス不調のリスクと関連するため、労働時間管理と健康管理が重要である。

要点：過重労働

Q167

過重労働

○ ×

長時間労働者への面接指導は、疲労の蓄積や健康障害のリスクを確認するために行われる。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

長時間労働者への医師面接では、疲労、睡眠、心身の状態を確認し、必要な就業上の措置につなげる。

要点：面接指導

Q168

過重労働

○ ×

過重労働による健康障害の防止では、本人の体力が十分なら労働時間管理は不要である。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：×

体力の個人差にかかわらず、長時間労働は健康障害のリスクとなるため、労働時間管理が必要である。

要点：過重労働

Q169

感染症

○ ×

感染症対策では、感染源、感染経路、感受性者の3要素を踏まえて対策を考える。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

感染症対策では、感染源対策、感染経路対策、感受性者対策を組み合わせることが重要である。

要点：感染症

Q170

感染症

○ ×

手洗いは、接触感染の予防に有効な基本的対策である。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

手指衛生は、病原体の付着や持ち込みを減らす基本的な感染対策である。

要点：感染症

Q171

感染症

○ ×

換気は、空気中の病原体や二酸化炭素の蓄積を減らすために役立つことがある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

換気は空気環境を改善し、感染症対策や室内環境管理の一つとして重要である。

要点：感染症

Q172

感染症

○ ×

感染症の拡大防止では、体調不良者が無理に出勤しない体制づくりも重要である。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

体調不良時の申告や休みやすい体制は、職場内での感染拡大防止に役立つ。

要点：感染症対策

Q173

受動喫煙

○ ×

受動喫煙対策では、喫煙者だけでなく非喫煙者の健康保護も目的となる。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

受動喫煙対策は、たばこの煙にさらされる非喫煙者の健康を守るためにも重要である。

要点：受動喫煙

Q174

受動喫煙

○ ×

受動喫煙対策は、単に喫煙場所を自由に決めれば十分である。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：×

受動喫煙対策では、非喫煙者が煙にさらされないよう、施設や職場の状況に応じた適切な対策が必要である。

要点：受動喫煙

Q175

健康保持増進

○ ×

健康保持増進対策では、運動習慣、食生活、睡眠、休養など生活習慣への支援も含まれる。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

健康保持増進では、生活習慣病予防、メンタルヘルス、運動、栄養、休養などを総合的に考える。

要点：健康保持増進

Q176

健康保持増進

○ ×

健康保持増進対策は、疾病者だけを対象に行えばよい。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：×

健康保持増進は、疾病者だけでなく、すべての労働者の健康維持・増進を目的として行う。

要点：健康保持増進

Q177

生活習慣病

○ ×

生活習慣病対策では、食事、運動、喫煙、飲酒、睡眠などの生活習慣が重要な要素となる。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

生活習慣病の予防には、食事、身体活動、休養、喫煙、飲酒などの生活習慣への働きかけが重要である。

要点：生活習慣病

Q178

職場環境改善

○ ×

職場環境改善では、労働者からの意見や現場の実態を把握することが有効である。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

実際の作業状況や労働者の困りごとを把握することで、実効性のある改善につながる。

要点：職場環境改善

Q179

職場環境改善

○ ×

職場環境改善は、問題が発生してから一度だけ行えばよく、継続的に見直す必要はない。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：×

作業内容や人員、設備は変化するため、職場環境改善は継続的に見直すことが重要である。

要点：職場環境改善

Q180

労働衛生教育

○ ×

労働衛生教育では、作業に伴う健康障害の原因や予防方法を理解させることが重要である。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

教育により、労働者が有害因子、作業方法、保護具、異常時対応を理解し、適切に行動できるようにする。

要点：労働衛生教育

Q181

労働衛生教育

○ ×

保護具の教育では、装着方法だけでなく、点検、保管、交換時期についても説明することが望ましい。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

保護具は正しく選び、装着し、点検・保管・交換しなければ十分な効果が得られない。

要点：保護具教育

Q182

労働衛生教育

○ ×

新しい作業方法や設備を導入した場合、必要に応じて労働衛生教育の内容を見直す。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

作業方法や設備が変われば、有害因子や注意点も変化するため、教育内容の見直しが必要である。

要点：労働衛生教育

Q183

衛生委員会

○ ×

衛生委員会では、労働者の健康障害防止や健康保持増進に関する事項を調査審議する。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

衛生委員会は、健康障害防止、健康保持増進、衛生教育、作業環境改善などについて調査審議する場である。

要点：衛生委員会

Q184

衛生管理体制

○ ×

衛生管理は、衛生管理者だけが単独で行えばよく、事業者や労働者の協力は不要である。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：×

衛生管理は、事業者、衛生管理者、産業医、管理監督者、労働者が連携して進める必要がある。

要点：衛生管理体制

Q185

産業医

○ ×

産業医は、労働者の健康管理について専門的立場から助言や指導を行う。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

産業医は、健康診断結果、作業環境、作業管理、面接指導などについて医学的な助言を行う。

要点：産業医

Q186

職場巡視

○ ×

職場巡視では、作業環境、作業方法、保護具の使用状況などを確認する。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

職場巡視は、現場の衛生上の問題点を把握し、改善につなげるために行われる。

要点：職場巡視

Q187

職場巡視

○ ×

職場巡視は、書類上の記録だけを確認すれば十分であり、現場を見る必要はない。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：×

職場巡視では、実際の作業環境や作業方法を確認することが重要である。

要点：職場巡視

Q188

リスクアセスメント

○ ×

リスクアセスメントでは、危険有害性を特定し、リスクを見積もり、低減措置を検討する。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

リスクアセスメントは、危険有害性の特定、リスク見積り、優先度設定、リスク低減措置の実施につなげる取組である。

要点：リスクアセスメント

Q189

リスクアセスメント

○ ×

リスク低減措置では、可能であれば危険有害性の高い物質をより有害性の低い物質に代替することを検討する。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

代替化は、発生源からリスクを下げる有効な方法の一つである。

要点：代替化

Q190

リスクアセスメント

○ ×

リスクアセスメントは、一度実施すれば作業内容が変わっても見直す必要はない。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：×

作業内容、設備、使用物質、作業条件が変わった場合は、リスクを再評価する必要がある。

要点：リスクアセスメント

Q191

清掃・整理整頓

○ ×

作業場の清掃や整理整頓は、転倒災害や粉じんの再飛散を防ぐことにも関係する。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

清掃や整理整頓は、作業環境の改善、災害予防、衛生状態の維持に役立つ。

要点：整理整頓

Q192

清掃・整理整頓

○ ×

粉じんが堆積している作業場では、乾いた状態で強く掃き掃除をすると粉じんが再飛散することがある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

粉じんを再飛散させない清掃方法を選ぶことが重要であり、湿式清掃や適切な吸引清掃が有効となることがある。

要点：清掃

Q193

飲食・喫煙管理

○ ×

有害物を取り扱う作業場では、作業場内での飲食や喫煙により有害物を体内に取り込む危険がある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

汚染された手指や作業環境を介して有害物を経口摂取する危険があるため、飲食や喫煙の管理が重要である。

要点：飲食管理

Q194

更衣・洗身設備

○ ×

有害物による汚染を家庭へ持ち帰らないため、作業衣の管理や更衣が重要となることがある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

作業衣に付着した有害物を家庭や休憩場所へ持ち込まないように、更衣、洗濯、保管の管理が重要である。

要点：有害物

Q195

女性労働者

○ ×

妊娠中の労働者については、作業内容や有害因子へのばく露に応じて健康保護の配慮が必要となることがある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

妊娠中は、重量物、化学物質、長時間立位、深夜業などについて健康保護の観点から配慮が必要となることがある。

要点：母性健康管理

Q196

高年齢労働者

○ ×

高年齢労働者の健康確保では、身体機能の変化や既往歴を踏まえた作業環境・作業方法の配慮が重要である。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

加齢に伴い、筋力、視力、聴力、平衡機能などが変化するため、作業負担や災害防止への配慮が必要である。

要点：高年齢労働者

Q197

健康配慮

○ ×

持病のある労働者については、本人の健康情報に配慮しながら、必要な就業上の配慮を検討することがある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

健康状態に応じて、作業内容、勤務時間、配置などを調整することがあるが、個人情報の保護も重要である。

要点：就業配慮

Q198

快適職場

○ ×

休憩場所の温熱環境や清潔さは、労働者の疲労回復に影響することがある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

休憩場所が快適で清潔であることは、休養の質や疲労回復に係る。

要点：休憩場所

Q199

総合管理

○ ×

労働衛生管理では、作業環境管理、作業管理、健康管理、労働衛生教育を組み合わせる進めることが重要である。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

健康障害を防ぐには、環境改善、作業方法の改善、健康状態の把握、教育を総合的に実施する必要がある。

要点：総合管理

Q200

総合管理

○ ×

労働衛生管理は、法令を守るだけでなく、労働者が健康に働き続けられる職場づくりにも関係する。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

労働衛生管理は、健康障害の予防、健康保持増進、快適職場づくりを通じて、継続的に働ける環境を整える取組である。

要点：労働衛生管理

労働衛生

Q201

労働衛生管理

○ ×

労働衛生管理では、健康障害が起きた後の対応だけでなく、発生を未然に防ぐ対策が重要である。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

労働衛生管理の基本は、健康障害を未然に防ぐ予防的な管理である。

要点：予防

Q202

職業性疾病

○ ×

職業性疾病には、ばく露後すぐに症状が出るものだけでなく、長期間を経て発症するものもある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

じん肺や石綿関連疾患など、長い潜伏期間を経て発症する職業性疾病もある。

要点：職業性疾病

Q203

職業性疾病

○ ×

職業性疾病の予防では、作業環境、作業方法、健康状態の情報を総合して判断することが重要である。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

単一の情報だけではなく、作業環境測定、作業実態、健康診断結果などを総合的に見る必要がある。

要点：職業性疾病

Q204

衛生管理体制

○ ×

衛生管理体制では、問題を現場で発見し、改善につなげる仕組みを持つことが重要である。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

職場巡視、衛生委員会、労働者からの意見収集などを通じて、現場の問題を改善につなげることが重要である。

要点：衛生管理体制

Q205

衛生管理体制

○ ×

衛生管理は、異常が出た労働者を休ませるだけで完結する。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：×

休業対応だけでは不十分であり、原因となる作業環境や作業方法の改善、再発防止が必要である。

要点：再発防止

Q206

作業環境改善

○ ×

作業環境改善では、設備改善だけでなく、作業手順や配置の見直しも検討対象となる。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

設備面の改善に加えて、作業動線、作業手順、作業場所の配置なども衛生管理上重要である。

要点：作業環境改善

Q207

作業環境改善

○ ×

有害因子の発生源が特定できない場合でも、労働者の体調不良が続くなら現場調査を行う意義がある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

原因が明確でない場合でも、作業環境、作業内容、時間帯、換気状況などを調べることで改善点が見つかることがある。

要点：現場調査

Q208

作業管理

○ ×

作業の標準化は、ばく露や身体負担のばらつきを減らすことに役立つことがある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

安全で負担の少ない作業方法を標準化することで、個人差による過度なばく露や負担を減らせることがある。

要点：作業標準

Q209

作業管理

○ ×

作業者ごとに作業方法が大きく異なる場合、衛生上のリスク評価が難しくなることがある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

作業方法がばらつくと、ばく露量や身体負担の把握が難しくなるため、標準化や教育が重要になる。

要点：作業管理

Q210

作業管理

○ ×

作業時間の管理は、化学物質ばく露や騒音ばく露、身体負担の軽減に関係する。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

ばく露や負担は濃度や強度だけでなく、作業時間にも影響される。

要点：作業時間

Q211

作業管理

○ ×

作業ローテーションは、特定の労働者への負担集中を避ける方法の一つである。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

同じ作業による局所的な負担やばく露が集中する場合、作業ローテーションが有効となることがある。

要点：作業ローテーション

Q212

作業管理

○ ×

作業ローテーションを行えば、すべての有害因子対策は不要になる。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：×

作業ローテーションは対策の一つだが、発生源対策、換気、保護具、健康管理なども必要である。

要点：作業ローテーション

Q213

人間工学

○ ×

人間工学的な対策では、作業を人の身体特性や能力に合わせる事が重要である。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

人間工学では、作業者の体格、姿勢、動作、認知的負担などを考慮して作業を設計する。

要点：人間工学

Q214

人間工学

○ ×

人間工学的な改善は、腰痛や肩こりなどの筋骨格系負担の軽減に役立つことがある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

作業台の高さ、工具の形状、作業姿勢、作業配置を改善することで、筋骨格系の負担を軽減できることがある。

要点：人間工学

Q215

人間工学

○ ×

人間工学では、作業者を作業に無理に合わせることを最優先にする。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：×

人間工学では、作業や設備を人に合わせる考え方が基本である。

要点：人間工学

Q216

作業姿勢

○ ×

上肢を肩より高く上げた姿勢が続く作業では、肩や首への負担が増えることがある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

上肢挙上姿勢が続くと、肩、首、背部の筋負担が増えやすい。

要点：作業姿勢

Q217

作業姿勢

○ ×

前かがみ姿勢での作業が長く続く場合、作業面の高さや対象物の位置を見直すことが対策になる。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

作業面や対象物の位置を調整することで、前屈姿勢を減らし腰背部の負担を軽減できることがある。

要点：前かがみ姿勢

Q218

作業姿勢

○ ×

中腰姿勢は腰部への負担が大きくなりやすいため、作業方法の改善対象となる。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

中腰やひねり姿勢は腰部負担を増やすため、作業台、補助具、作業手順の改善が重要である。

要点：中腰姿勢

Q219

作業姿勢

○ ×

ひねり動作を伴う重量物取扱いは、腰部負担を高める要因となる。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

重量物を持った状態で体幹をひねると、腰部への負担が増えやすい。

要点：重量物取扱い

Q220

重量物取扱い

○ ×

重量物を床から持ち上げる作業では、対象物の高さを上げておくことで腰部負担を軽減できることがある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

床面からの持ち上げは前屈が大きくなりやすく、台などを使って高さを調整することが対策になる。

要点：重量物取扱い

Q221

重量物取扱い

○ ×

重量物の運搬距離を短くすることは、身体負担の軽減につながることもある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

運搬距離や回数を減らすことで、腰部、下肢、全身の負担を軽減できることがある。

要点：運搬作業

Q222

重量物取扱い

○ ×

重量物取扱いでは、持ち手の有無や荷姿も作業負担に影響する。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

持ち手がない、滑りやすい、大きすぎるなどの荷姿は身体負担や落下リスクを高めることがある。

要点：荷姿

Q223

立ち作業

○ ×

長時間の立ち作業では、足台やマットの使用が疲労軽減に役立つことがある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

足台による姿勢変化や疲労軽減マットは、下肢や腰部の負担軽減に役立つ場合がある。

要点：立ち作業

Q224

座位作業

○ ×

座位作業では、椅子の高さや背もたれの調整が身体負担に影響する。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

椅子の高さ、背もたれ、座面、足の接地などは、腰部や下肢の負担に影響する。

要点：座位作業

Q225

座位作業

○ ×

座位作業では、足が床につかない状態が続くと下肢や腰部の負担につながることもある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

足が安定しないと姿勢保持が難しくなり、腰部や下肢への負担が増えることがある。

要点：座位作業

Q226

視作業

○ ×

細かい視作業では、対象物と背景の明暗差や見やすさが作業負担に影響する。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

視認性が悪いと眼精疲労や作業ミスにつながるため、照明やコントラストの調整が重要である。

要点：視作業

Q227

視作業

○ ×

細かい視作業では、照度が高ければ高いほど常に作業しやすくなる。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：×

照度が不足しても過剰でも、まぶしさや反射により作業しにくくなることもある。作業に適した照度が必要である。

要点：照明

Q228

情報機器作業

○ ×

情報機器作業では、キーボードやマウスの位置が上肢や肩の負担に影響する。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

入力機器の位置が不適切だと、肩、腕、手首の負担が増えることがある。

要点：情報機器作業

Q229

情報機器作業

○ ×

情報機器作業では、画面と眼の距離が近すぎると眼の負担が増えることがある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

画面との距離や角度が不適切だと、眼精疲労や首肩の負担につながることもある。

要点：情報機器作業

Q230

情報機器作業

○ ×

情報機器作業で眼の疲労を訴える労働者が多い場合、照明や画面配置を確認する意義がある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

眼精疲労には、画面の反射、照度、画面距離、文字サイズ、作業時間などが関係するため、環境確認が重要である。

要点：眼精疲労

Q231

情報機器作業

○ ×

ノートパソコンを長時間使用する場合、外付けキーボードや台を使うことで姿勢を改善できることがある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

ノートパソコンは画面とキーボードが一体のため、長時間使用では首や肩に負担がかかりやすく、補助機器が有効な場合がある。

要点：情報機器作業

Q232

温熱環境

○ ×

温熱環境が不適切な職場では、集中力や作業能率が低下することがある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

暑すぎる、寒すぎる、湿度が高すぎるなどの環境は、疲労や集中力低下につながることもある。

要点：温熱環境

Q233

温熱環境

○ ×

湿度が高い環境では、発汗による体温調節が妨げられやすい。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

湿度が高いと汗が蒸発しにくく、体熱の放散が妨げられる。

要点：湿度

Q234

温熱環境

○ ×

強い気流は、作業内容や温度条件によっては体感温度や快適性に影響する。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

気流は体熱放散や冷えに関係し、作業環境の快適性に影響する。

要点：気流

Q235

熱中症

○ ×

防護服を着用する作業では、体熱がこもりやすく熱中症リスクが高まることもある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

通気性の低い防護服は放熱を妨げるため、暑熱環境では作業時間や休憩の管理が重要になる。

要点：熱中症

Q236

熱中症

○ ×

熱中症対策では、作業前日の睡眠不足や体調不良もリスク要因として考える。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

睡眠不足、体調不良、二日酔い、脱水などは熱中症リスクを高めるため、作業前の体調確認が重要である。

要点：熱中症

Q237

熱中症

○ ×

のどの渇きを感じていない場合でも、暑熱作業では計画的な水分補給が必要になることがある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

暑熱作業では自覚に頼らず、作業前後や作業中に計画的な水分・塩分補給を行うことが重要である。

要点：水分補給

Q238

熱中症

○ ×

熱中症が疑われる労働者を一人で休ませておけば、経過観察として十分である。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：×

熱中症は急変することがあるため、一人にせず、状態確認、冷却、必要時の救急要請を行う。

要点：熱中症

Q239

寒冷作業

○ ×

寒冷作業では、濡れた衣服を着たまま作業を続けると体温低下を招きやすい。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

濡れた衣服は体熱を奪いやすく、寒冷環境では低体温のリスクを高める。

要点：寒冷作業

Q240

寒冷作業

○ ×

寒冷作業では、休憩時に身体を温めることが疲労や低体温の予防に役立つ。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

寒冷作業では、温かい休憩場所や防寒具により体温低下を防ぐことが重要である。

要点：寒冷作業

Q241

騒音

○ ×

騒音職場では、会話の聞き取りにくさが安全上の合図や警報の聞き逃しにつながることもある。

選択肢： ○ / ×

答え・解説

正答：○

騒音は聴力障害だけでなく、合図や警報の聞き取りを妨げ、災害リスクにも関係する。

要点：騒音

Q242

騒音

○ ×

騒音対策では、音源を囲う、遮音壁を設ける、吸音材を使うなどの方法がある。

選択肢： ○ / ×

答え・解説

正答：○

騒音対策には、音源対策、伝ば経路対策、受音者対策があり、遮音や吸音も含まれる。

要点：騒音対策

Q243

騒音

○ ×

耳覆いは、耳栓と同様に騒音ばく露低減のために使用される保護具である。

選択肢： ○ / ×

答え・解説

正答：○

耳覆いは耳全体を覆って騒音を低減する保護具であり、作業条件に応じて使用される。

要点：耳覆い

Q244

騒音

○ ×

騒音性難聴は、短期間で必ず自覚症状が強く出るため、定期的な聴力確認は不要である。

選択肢： ○ / ×

答え・解説

正答：×

騒音性難聴は自覚しにくいまま進行することがあるため、聴力確認や早期対策が重要である。

要点：騒音性難聴

Q245

振動

○ ×

振動工具の握りを強くしすぎると、手腕への負担が増えることがある。

選択肢： ○ / ×

答え・解説

正答：○

過度な把持力は手腕の筋負担を高め、振動の影響を受けやすくなることもある。

要点：振動工具

Q246

振動

○ ×

振動工具は、切れ味や整備状態が悪いと作業時間や振動ばく露が増えることがある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

工具の整備不良は作業効率低下や振動増加につながるため、点検整備が重要である。

要点：振動工具

Q247

振動

○ ×

振動障害の予防では、作業者に症状を早期に申し出てもらう体制も重要である。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

手指のしびれ、冷感、白指などを早期に把握し、作業方法や時間の見直しにつなげることが重要である。

要点：振動障害

Q248

気圧作業

○ ×

高気圧作業では、減圧に伴う健康障害に注意する必要がある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

高気圧作業では、減圧症などの健康障害を防ぐため、作業時間や減圧手順の管理が重要である。

要点：高気圧作業

Q249

気圧作業

○ ×

減圧症は、体内に溶けていた気体が気泡化することに関係する。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

減圧時に体内の窒素などが気泡化し、関節痛や神経症状などを起こすことがある。

要点：減圧症

Q250

気圧作業

○ ×

高気圧作業後に異常症状が出た場合でも、自然に治るまで放置してよい。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：×

減圧症などが疑われる場合は、速やかに適切な医療対応につなげる必要がある。

要点：高気圧作業

Q251

酸素欠乏

○ ×

酸素欠乏危険場所では、外から見た状態だけで安全かどうかを判断してはならない。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

酸素欠乏や有害ガスは見た目では判断できないため、測定や換気などの確認が必要である。

要点：酸素欠乏

Q252

酸素欠乏

○ ×

タンク、ピット、マンホールなどでは、酸素欠乏や有害ガスの危険が生じることがある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

閉鎖的な空間では換気が不十分となり、酸素欠乏や有害ガスの滞留が起こることがある。

要点：閉鎖空間

Q253

酸素欠乏

○ ×

閉鎖空間で倒れている人を見つけた場合、救助者は何も準備せず直ちに中へ入るのが最も安全である。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：×

閉鎖空間では救助者の二次災害が多いため、空気の確認、換気、呼吸用保護具、救助体制が必要である。

要点：救助

Q254

化学物質管理

○ ×

化学物質の容器には、中身を誤認しないよう表示を行うことが重要である。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

誤使用や誤飲、混合事故を防ぐため、容器表示や保管管理が重要である。

要点：化学物質表示

Q255

化学物質管理

○ ×

化学物質を飲料用容器に移し替えて保管することは、誤飲の危険があるため避けるべきである。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

飲料用容器への移し替えは誤飲事故の原因となるため、不適切である。

要点：化学物質保管

Q256

化学物質管理

○ ×

化学物質の保管では、混触により危険を生じる組合せを避けることが重要である。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

酸とアルカリ、酸化性物質と可燃物など、混触により発熱、有毒ガス発生、火災などが起こる場合がある。

要点：混触危険

Q257

化学物質管理

○ ×

化学物質の小分け容器には、元の容器と同様に内容物が分かる表示をすることが望ましい。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

小分け後も内容物、危険有害性、取扱注意点が分かるように管理する必要がある。

要点：小分け容器

Q258

化学物質管理

○ ×

化学物質を扱う作業では、異常な臭い、刺激感、漏えいなどがあれば放置せず確認する必要がある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

漏えいや換気不良の兆候を放置すると急性中毒や火災につながる可能性があるため、早期確認と対応が必要である。

要点：化学物質異常時対応

Q259

化学物質管理

○ ×

化学物質が漏えいした場合、物質の性質を確認せずに水をかければ常に安全である。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：×

水と反応する物質や有害ガスを発生する物質もあるため、SDSなどで性質を確認し、適切に対応する必要がある。

要点：漏えい対応

Q260

有機溶剤

○ ×

有機溶剤を使用する作業では、火気管理も重要となる場合がある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

有機溶剤には引火性を持つものがあるため、健康障害対策だけでなく火災予防も重要である。

要点：火気管理

Q261

有機溶剤

○ ×

有機溶剤作業で換気を止める場合、短時間ならばく露リスクは全く変わらない。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：×

換気を止めると蒸気濃度が上昇することがあり、短時間でもばく露リスクが高まる場合がある。

要点：換気

Q262

粉じん

○ ×

粉じん作業では、作業後に作業衣へ付着した粉じんを周囲へ飛散させない配慮が必要である。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

粉じんが作業衣に付着していると、休憩場所や家庭へ持ち込まれることがあるため、作業衣管理が重要である。

要点：作業衣

Q263

粉じん

○ ×

粉じん作業では、目に見える粉じんがない場合でも微細な粉じんを吸入することがある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

吸入性粉じんなどは目立ちにくいことがあり、見た目だけで安全と判断してはならない。

要点：粉じん

Q264

粉じん

○ ×

粉じんの発生源を密閉することは、粉じんばく露を減らす対策の一つである。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

密閉化は粉じんが作業場に拡散することを防ぐ発生源対策である。

要点：密閉化

Q265

金属ヒューム

○ ×

金属を加熱する作業では、金属ヒュームの吸入に注意が必要となることがある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

溶接や溶断などの作業では、金属ヒュームが発生し、呼吸器へのばく露が問題となることがある。

要点：金属ヒューム

Q266

金属ヒューム

○ ×

溶接ヒューム対策では、換気や局所排気、呼吸用保護具の使用を検討する。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

溶接ヒュームのばく露を減らすには、発生源近くの排気、換気、適切な呼吸用保護具などが重要である。

要点：溶接ヒューム

Q267

金属ヒューム

○ ×

溶接作業で発生するヒュームは、すべて無害なので換気は不要である。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：×

溶接ヒュームには健康障害を起こす成分が含まれることがあり、換気や保護具などの対策が必要である。

要点：溶接ヒューム

Q268

生物学的因子

○ ×

医療・介護・清掃などの作業では、血液や体液を介した感染リスクに注意する必要がある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

血液や体液を扱う作業では、手袋、手指衛生、鋭利器材の取扱いなどの感染対策が重要である。

要点：血液体液

Q269

生物学的因子

○ ×

針刺し事故などでは、感染症のリスク評価と速やかな報告・対応が重要である。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

針刺し事故では、洗浄、報告、医療機関での評価、必要な処置につなげることが重要である。

要点：針刺し事故

Q270

生物学的因子

○ ×

感染性廃棄物を扱う場合は、通常のごみと同じ方法で無造作に扱えばよい。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：×

感染性廃棄物は、感染リスクを考慮し、分別、容器、表示、保管、処理を適切に行う必要がある。

要点：感染性廃棄物

Q271

生物学的因子

○ ×

動物を扱う作業では、咬傷や引っかき傷だけでなく、人獣共通感染症にも注意する。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

動物由来の病原体にばく露する可能性があるため、保護具、手洗い、創傷処置などが重要である。

要点：人獣共通感染症

Q272

アレルギー

○ ×

職場で使用する物質や動植物により、アレルギー性皮膚炎や喘息が問題となることがある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

化学物質、粉じん、動物、植物、酵素などがアレルゲンとなり、皮膚症状や呼吸器症状を起こすことがある。

要点：アレルギー

Q273

アレルギー

○ ×

職業性喘息が疑われる場合、作業との関連を把握するため、症状が出る時間帯や作業内容を確認することが有用である。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

作業中や勤務後に症状が悪化し、休日に軽くなるなどの経過は、作業関連性を考える手がかりになる。

要点：職業性喘息

Q274

皮膚障害

○ ×

手荒れがあると、化学物質や病原体への防御機能が低下することがある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

皮膚バリアが傷つくと、刺激物やアレルゲン、病原体の影響を受けやすくなることがある。

要点：皮膚障害

Q275

皮膚障害

○ ×

水仕事や洗浄作業が多い職場では、手荒れ予防のため保護手袋やスキンケアが重要となることがある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

頻回の水仕事や洗剤使用は皮膚バリアを低下させることがあり、保護具や保湿が予防に役立つ。

要点：手荒れ

Q276

皮膚障害

○ ×

保護手袋を長時間着用すると、発汗や蒸れにより皮膚トラブルが起こることがある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

手袋内の蒸れや汗は皮膚刺激や手荒れにつながるため、材質選定や交換、休止が重要である。

要点：皮膚障害

Q277

職場の清潔

○ ×

洗面設備や手洗い環境の整備は、感染症予防や化学物質の除去に役立つ。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

手指衛生や皮膚に付着した物質の除去には、適切な洗面設備や洗浄手順が重要である。

要点：手洗い設備

Q278

職場の清潔

○ ×

休憩室や食堂の衛生状態は、労働衛生管理とは無関係である。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：×

休憩室や食堂の清潔保持は、感染予防、快適性、疲労回復に係る労働衛生上の要素である。

要点：休憩室

Q279

職場の清潔

○ ×

トイレや洗面所の清潔保持は、快適な職場環境づくりに関係する。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

衛生設備の清潔保持は、感染予防や労働者の快適性に関係する。

要点：衛生設備

Q280

飲料水

○ ×

職場で飲料水を供給する場合、衛生的に管理する必要がある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

飲料水は労働者の健康に直接関係するため、汚染を防ぎ衛生的に管理することが必要である。

要点：飲料水

Q281

照明・視環境

○ ×

通路や階段の照明不足は、転倒や転落のリスクを高めることがある。

選択肢： ○ / ×

答え・解説

正答：○

通路や階段で視認性が低下すると、つまずきや踏み外しが起こりやすくなる。

要点：転倒予防

Q282

転倒予防

○ ×

床面の水濡れや油汚れは、転倒災害の原因となることがある。

選択肢： ○ / ×

答え・解説

正答：○

床面の滑りやすさは転倒災害に直結するため、清掃、表示、滑り止めなどの対策が重要である。

要点：転倒予防

Q283

転倒予防

○ ×

転倒予防は安全管理の問題であり、労働衛生管理とはまったく関係がない。

選択肢： ○ / ×

答え・解説

正答：×

転倒は安全面の課題であると同時に、高年齢労働者の健康確保や作業環境整備とも関係する。

要点：転倒予防

Q284

高年齢労働者

○ ×

高年齢労働者では、視力や聴力、平衡機能の変化に配慮した職場環境づくりが重要である。

選択肢： ○ / ×

答え・解説

正答：○

加齢による身体機能の変化を踏まえ、照明、表示、段差、騒音、作業速度などを見直すことが重要である。

要点：高年齢労働者

Q285

高年齢労働者

○ ×

高年齢労働者の対策では、本人の経験が豊富であれば作業環境の見直しは不要である。

選択肢： ○ / ×

答え・解説

正答：×

経験の有無にかかわらず、身体機能の変化や作業負担を踏まえて環境や作業方法を見直す必要がある。

要点：高年齢労働者

Q286

母性健康管理

○ ×

妊娠中の労働者では、重量物取扱いや長時間の立ち作業などに配慮が必要となることがある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

妊娠中は身体負担や健康影響を考慮し、作業内容や勤務条件を調整することがある。

要点：母性健康管理

Q287

母性健康管理

○ ×

母性健康管理では、医師等の指導事項を踏まえて勤務条件の配慮を行うことがある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

妊娠中や出産後の健康状態に応じて、勤務時間、作業内容、休憩などの配慮が必要になることがある。

要点：母性健康管理

Q288

健康相談

○ ×

健康相談は、労働者が早期に不調を相談し、必要な支援につながる機会となる。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

健康相談は、身体的・精神的な不調の早期把握や保健指導、医療機関受診の支援につながる。

要点：健康相談

Q289

健康相談

○ ×

健康相談の内容は、労働者本人のプライバシーに配慮して取り扱う必要がある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

健康相談では個人の健康情報を扱うため、目的外利用や不適切な共有を避ける必要がある。

要点：プライバシー

Q290

健康相談

○ ×

健康相談の内容は、本人に無断で職場全体に共有してよい。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：×

健康相談の内容は個人情報であり、本人の同意や必要性に配慮して適切に取り扱う必要がある。

要点：健康情報

Q291

睡眠

○ ×

睡眠不足は、注意力や判断力の低下につながり、作業ミス
の要因となることがある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

睡眠不足は疲労、集中力低下、反応遅れを招き、作業能率や安全に
影響することがある。

要点：睡眠

Q292

睡眠

○ ×

深夜業では、日中睡眠の質が低下しやすいため、疲労管理
が重要である。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

深夜業では生活リズムが乱れやすく、睡眠不足や疲労蓄積への
配慮が必要である。

要点：睡眠

Q293

睡眠

○ ×

睡眠不足の影響は本人の気合いで完全に消せるため、衛生
管理上は考慮しなくてよい。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：×

睡眠不足は生理的な疲労や注意力低下を招くため、精神論では
なく衛生管理上の課題として扱う必要がある。

要点：睡眠不足

Q294

疲労管理

○ ×

疲労管理では、作業時間だけでなく、作業密度や休憩の取
り方も考慮する。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

同じ作業時間でも、作業密度、精神的負担、身体的負担、休憩
の質により疲労の程度は変わる。

要点：疲労管理

Q295

疲労管理

○ ×

精神的緊張の高い作業では、身体作業が少なくても疲労が
蓄積することがある。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

監視作業、対人対応、判断を伴う作業などでは、精神的負荷に
よる疲労が問題となることがある。

要点：精神的疲労

Q296

職場コミュニケーション

○ ×

職場で体調不良を申告しやすい雰囲気は、健康障害の早期対応に役立つ。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

不調を早く共有できる職場では、熱中症、過重労働、メンタルヘルス不調などに早期対応しやすい。

要点：職場コミュニケーション

Q297

職場コミュニケーション

○ ×

労働者が不調を訴えても、作業に慣れていないだけで決めて対応しないのが望ましい。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：×

不調の訴えは健康障害の兆候である可能性があるため、作業環境、作業負担、健康状態を確認する必要がある。

要点：体調不良

Q298

衛生管理計画

○ ×

労働衛生管理では、実施した対策の効果を確認し、必要に応じて改善を続けることが重要である。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

対策は実施して終わりではなく、効果確認、再評価、改善を継続することが重要である。

要点：PDCA

Q299

衛生管理計画

○ ×

衛生管理計画を立てる際は、優先度の高いリスクから対策を検討することが合理的である。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

限られた人員や予算の中では、重篤度や発生可能性を踏まえて優先順位をつけることが重要である。

要点：優先順位

Q300

総合管理

○ ×

労働衛生管理の目的は、労働者の健康障害を防ぎ、健康で安全に働ける環境を整えることである。

選択肢：○ / ×

答え・解説

正答：○

労働衛生管理は、作業環境、作業方法、健康状態、教育、体制づくりを通じて、健康障害の予防と健康保持を図るものである。

要点：総合管理