

## 照度基準の経緯と概況

# 事務所衛生基準規則における照度基準

- 照度基準の概要 第10条

- 事務所に関し、労働者を常時就業させる室の作業面の照度

(工場現場の一部で、ついたて等を設けて事務作業を行っているものは事務所に該当しない。)

作業の区分	基準		作業の例
精密な作業	300ルクス以上		製図作業 約2mm以下の文字を継続して見る作業
普通の作業	150ルクス以上		一般の事務作業
粗な作業	70ルクス以上		資料の編綴、来客受付

\*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(R1.7.12基発0712第3号)では、情報機器作業における書類及びキーボード面における照度は300ルクス以上としている。

- 室の採光及び照明:  
明暗の対照が著しくなく、まぶしさを生じさせない方法によること。
    - 定期点検:  
6月以内ごとに1回、室の照明設備を点検すること。

# 照度基準制定時(1964年)の考え方

- JIS Z9110 (1958)の関係部分

- 適用範囲:工場、事務所および病院の各施設の人工照明についての照度基準
- 照度段階:表1、付表1及び付表2から抜粋

照度段階	標準照度 lx	照度範囲lx	室名
aa(精密作業)	500	700- <u>300</u>	設計事務室、タイプ室、製図室、経理事務室、銀行営業事務室、カウンタ、計算事務室
a(中作業)	200	300- <u>150</u>	一般事務室、会議室、書庫、閲覧室、金庫室、銀行客だまり、診療室、調理室、電話交換室、操作盤室
b(粗作業)	100	150- <u>70</u>	応接室、待合室、講堂、集会室、喫茶室、食堂、宿直室、守衛室、洗場、湯沸場、浴室、洗面所、手洗所、作業室、機械室、受付、玄関、エレベータ、ホール、階段、廊下

- 事務作業に応じた照度範囲の下限値に一致

- あらゆる事務所において適用されるべき基準であること。

# 事務作業における健康障害防止について

- 情報機器作業における労働衛生管理

## VDT作業による疲労・障害部位とその要因

### ◎目の疲労感、眼精疲労

- ・不鮮明な文字・現行、輝度、コントラスト、グレア等の機器要因
- ・照明、空気清浄度等の外的環境要因
- ・作業による連続的注視、視線の繰り返し移動
- ・作業者の内的環境、心的規制要因
- ・視距離
- ・視角度

### ◎頸肩腕、手指、腰背痛などの局所筋疲労

- ・机、椅子、足のせ台などの調節不良
- ・ワークステーションのレイアウトの不良
- ・作業スペース
- ・拘束椅座位姿勢による作業
- ・上肢の静的筋労作
- ・手指の反復負荷

### ◎メンタルワークロード(脳の疲労)

- ・単調感、退屈間による心因性ストレス
- ・過大な情報処理、高度な判断による精神性ストレス
- ・作業システムの不適
- ・騒音、温熱等の外的環境要因
- ・人間関係、職場の雰囲気等のメンタル環境要因
- ・作業者の心理的状态

出典:「産業保健ハンドブック VDT作業と健康障害(産業医学振興財団)」

## 事務所における照明の状況

- 事務所では、天井の照明としてLEDの導入が進んでいる。
- 照度を回答した事業場のうち、85%が300ルクス以上となっている。

