

(タイトルページ)

本稿は、英国健康安全庁（Health and Safety Executive。略称：HSE）がその関連するウェブサイトで公開している **A worker's guide to asbestos safety**（アスベスト（石綿）関連作業の安全のための労働者ガイド）に関する記事の全文について、「英語原文—日本語仮訳」の形式で紹介するものです。

資料作成年月 2026 年 4 月

資料作成者 唐沢 正義

労働衛生コンサルタント（労働衛生工学）

### [原典の名称]

<p><b>A worker's guide to asbestos safety</b></p> <p>Contents</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• <a href="#">Why asbestos is dangerous for workers</a></li><li>• <a href="#">If you think you have found asbestos</a></li><li>• <a href="#">Workers most likely to come across asbestos</a></li><li>• <a href="#">What your employer must do</a></li><li>• <a href="#">Before you start work</a></li></ul>	<p>アスベストの安全性のための労働者のガイド</p> <p>目次</p> <ul style="list-style-type: none"><li>● アスベストが労働者にとって危険な理由</li><li>● アスベストを見つけたと思われる場合</li><li>● アスベストに遭遇する可能性が最も高い労働者</li> <li>● 使用者がしなければならないこと。</li><li>● 作業を始める前に</li></ul>
---	---

### [原典の所在]:HSE(英国安全衛生庁) :

[https://www.hse.gov.uk/asbestos/workers.htm?utm\\_source=hse.gov.uk&utm\\_medium=referral&utm\\_campaign=hse-guidance&utm\\_term=asbestos-workers&utm\\_content=home-page-banner](https://www.hse.gov.uk/asbestos/workers.htm?utm_source=hse.gov.uk&utm_medium=referral&utm_campaign=hse-guidance&utm_term=asbestos-workers&utm_content=home-page-banner)

[著作権について]: 次により、出典を明記すれば、転載等は自由に認容されています。

#### Copyright

Copyright relating to online resources : The information on this website is owned by the Crown and subject to Crown copyright protection unless otherwise indicated. You may re-use the Crown material featured on this website free of charge in any format or medium, under the terms of the Open

If your work is likely to involve asbestos, you and your employer must take action to make sure you and others are not exposed to it.

There are serious risks to your health if asbestos is disturbed or damaged and harmful fibres are released into the air.

This guide will help you:

- understand where asbestos-containing materials may be found
- know what your employer must do to protect you and others before doing work which may disturb asbestos
- know what to do if you discover or accidentally disturb asbestos to keep yourself and others safe
- understand what work with asbestos must only be carried out by a licensed asbestos contractor

あなたの仕事がアスベストに関与する可能性が高い場合は、あなたとあなたの使用者はあなたと他人がそれにさらされないように行動を起こさなければなりません。

アスベストが乱れたり、損傷したり、有害な繊維が空気中に放出された場合、あなたの健康に深刻なリスクがあります。

このガイドは、次のことについてあなたを助けます:

- アスベスト含有物質がどこにあるかを理解する。
- アスベストを妨害する可能性のある作業を行う前に、使用者があなたや他人を保護するために何をすべきかを知る。
- アスベストを発見したり、誤ってかき乱したりして、自分や他人の安全を守るために何をすべきか知っています。
- アスベストを扱う作業は、ライセンスを取得したアスベスト請負業者によってのみ実施されなければならないことを理解する。

<p>We have <a href="#">videos for workers</a> to help you keep yourself and others safe from asbestos.</p> <p>There is separate advice for <a href="#">workers in buildings containing asbestos</a>. It explains how you should be protected from exposure, for example as a teacher</p>	<p>アスベストから自分自身や他の人を安全に保つために、<a href="#">我々がビデオを用意しています。</a></p> <p>アスベストを含む建物の労働者には別のアドバイスがあります。例えば、教師としてアスベストへのばく露から保護する方法を説明します。</p>
<p><b>Why asbestos is dangerous for workers</b></p> <p>Exposure to asbestos is the greatest cause of work-related deaths in Great Britain. Around 5000 people die every year from asbestos-related diseases.</p> <p>These diseases typically take decades to develop and cannot be cured.</p> <p>Left alone and in good condition, the risk from asbestos is low. However, once it is disturbed, asbestos fibres can be released and you can breathe them in. This can cause lung disease and cancer, which could prove fatal.</p> <p>You cannot see, smell or feel the fibres in the air or on your clothes, so you do not know asbestos is there.</p>	<p><b>アスベストが労働者にとって危険な理由</b></p> <p>アスベストへのばく露は、イギリスで作業関連死の最大の原因です。毎年約5、000人がアスベスト関連の病気で亡くなっています。</p> <p>これらの疾患は通常、発症するのに数十年かかりますが、治療することはできません。</p> <p>アスベストに触れずに、また、良好な状態に保てば、アスベストからのリスクは低いです。ただし、一度アスベストがかき乱されると、アスベスト繊維を放出して吸い込むこととなります。これは、致命的であることが判明した肺疾患及びがんを引き起こす可能性があります。</p> <p>空気中や服の上に繊維を見たり、匂いを嗅いだりすることはできないので、アスベストがそこにあることはわかりません。</p>

<p><a href="#">More information on why asbestos is dangerous and where it can be found</a></p> <p><a href="#">Locations of asbestos and actions to take</a></p>	<p>アスベストが危険な理由とそれがどこで見つけることができるかについてのより多くの情報については、<a href="#">次をクリックすれば入手できます。</a></p> <p><a href="#">Locations of asbestos and actions to take</a></p>
---	---

(資料作成者注：HSE が制定し、施行している「The Control of Asbestos Regulations、 2012 (石綿管理規則、2012 年)」では、作業に免許が必要な石綿関連作業を次のとおり規定しています。)

<p>The Control of Asbestos Regulations define licensable work as follows:</p> <p>where the exposure of workers to asbestos is not sporadic and of low intensity</p> <p>the risk assessment cannot clearly demonstrate that the control limit will not be exceeded</p> <p>work on asbestos coating</p> <p>work on asbestos insulating board or asbestos insulation for which the risk assessment demonstrates it is not short duration work, for example:</p> <p>it will take no more than 2 hours in any 7-day period, and no person works for more than 1 hour in that 2-hour period</p>	<p>アスベスト規制規則は、免許が必要な作業を次のように定義しています。</p> <p>労働者のアスベストへのばく露が散発的で、かつ、低い強度でない場合</p> <p>リスクアセスメントでは、制御限度額を超えないことを明確に示すことはできません。</p> <p>アスベストコーティングの取り組み</p> <p>リスク評価で短期間の作業ではないことが示されたアスベスト絶縁板又はアスベスト絶縁板の作業、例えば：</p> <p>7日間で2時間以内で、その2時間以内に1時間以上働く人はいない。</p>
---	--

## Locations of asbestos and taking the right action

This guidance is for anyone who may come across asbestos in their work. It has images that can help you identify asbestos in typical locations. It also tells you:

where it is found

what it looks like

who can work on it

Work on any type of asbestos can be dangerous. The examples show both lower and high-risk tasks. They also clearly indicate where people will require specific asbestos training to do the work safely.

Our [Asbestos essentials task sheets](#) cover guidance for some of the lower-risk work activities, or non-licensed work.

High-risk activities must be worked on by a [HSE-licensed contractor](#).

We also have:

[diagrams of industrial and domestic premises showing where asbestos can occur](#)

[guidance on identifying if asbestos is present and its condition](#)

## アスベストの場所を知り、正しい行動をとる。

このガイダンスは、仕事でアスベストに遭遇する可能性のある人のためのものです。典型的な場所でアスベストを特定するのに役立つ画像があります。それはまたあなたに次のように言います。

見つかる場所

どのように見えるか。

誰がそれに取り組むことができるか。

あらゆる種類のアスベストの作業は危険です。例は、低リスクと高リスクとの両方の業務（タスク）を示しています。また、作業を安全に行うために特定のアスベストトレーニング（教育訓練）が必要になる場所を明確に示しています。

HSEのアスベスト必須タスクシートは、リスクの低い作業活動又は免許が求められていない作業の一部のガイダンスをカバーしています。

ハイリスクな活動は、HSE免許（ライセンス）を取得した委託業者によって実施されなければなりません。

また、次のようなものもあります。

[アスベストが発生する可能性のある産業及び国内施設の図](#)

[アスベストの存在状況の特定に関するガイダンス](#)

You must stop work and follow our guidance if you think you have found asbestos.

あなたがアスベストを見つけたと思うならば、あなたは仕事をやめて私たちのガイダンスに従う必要があります。

Asbestos insulating board (AIB)(アスベスト絶縁板(AIB))



Loose-fill asbestos (ゆるく貼り付けられたアスベスト)













Asbestos cement products (アスベストセメント製品)







Floor coverings (床カバー)









Textured decorative coatings (繊維装飾コーティング)





Asbestos textiles and gaskets (アスベスト織物及びガスケット)









Thermal insulation (lagging) (断熱材(ラギング))





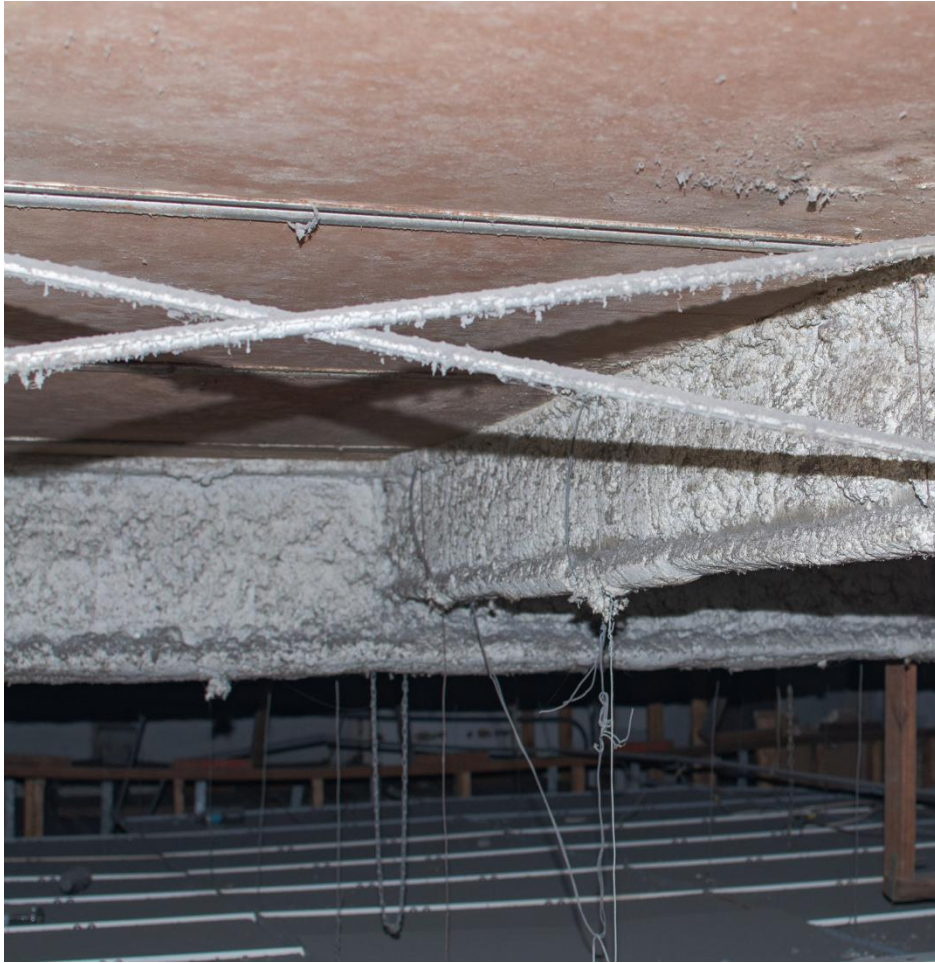




Sprayed asbestos coatings (吹付けアスベストコーティン

グ)









Loose asbestos cavity insulation (緩いアスベストキャビテ)

イ断熱材)



Loose-fill asbestos

ゆるく貼り付けられたアスベスト



Loose-fill blue asbestos under  
floorboards

床板の下にある青アスベスト



Loose-fill blue asbestos in wall cavity drilled out whilst fitting a radiator



Release of loose-fill asbestos fibres

放熱板に張り付けられた壁詰め用の  
青石綿

ゆるく貼り付けられたアスベスト繊維  
のはがれ

**If you think you have found asbestos**

If you come across any material you think may contain asbestos, you should:

stop work

    speak to your employer, or the building owner, to find out if there is  
asbestos in the building

あなたがアスベストを見つけたと思うなら。

アスベストが含まれている可能性があると思われる材料に遭遇した場合は、次のようになります。

    作業を中止する。

    建物内にアスベストがあるかどうかを確認するために、使用者又は建物の所有者に話してください。

<p>Your employer should ask to see the building's asbestos register or survey and check they have enough information to do the work. For example, if you are breaking into the building fabric a refurbishment survey may be required. Do not do any work until this has been completed.</p> <p>Even if a survey has been done, it might not have found every location of asbestos. When you are starting work, be aware that asbestos could still be hidden.</p> <p>You must also not start work if you have not had training to work with or around asbestos.</p> <p>There is some <u>work that must be carried out by a licensed asbestos contractor</u>.</p>	<p>あなたの使用者は、建物のアスベストの登録又は調査を確認し、仕事をするのに十分な情報があることを確認するように頼むべきです。たとえば、建物の内部に侵入している場合は、改装調査が必要になる場合があります。これが完了するまで作業しないでください。</p> <p>調査が行われても、アスベストのすべての場所を見つけることができなかつたかもしれません。作業を開始するときは、アスベストが未だ隠されている可能性があることに注意してください。</p> <p>また、アスベストやその周辺で作業するためのトレーニングを受けていない場合は、作業を開始してはなりません。</p> <p><u>免許されたアスベスト請負業者によって実行されなければならないいくつかの作業があります。</u>  <u>(資料作成者注：左欄のアンダーライン部分をクリックすれば、これらの情報を入手できます。)</u></p>
<p><b>If asbestos is disturbed</b></p> <p>If asbestos is disturbed during your work it must be dealt with quickly and appropriately.</p> <p>You must stop work immediately and follow the guidance on what to do <u>if you</u></p>	<p><b>アスベストが乱されている場合</b></p> <p>作業中にアスベストがかき乱された場合は、迅速かつ適切に対処する必要があります。</p> <p>あなたはすぐに仕事をやめて、<u>あなたがアスベストを発見したか、誤ってかき乱した場合に何をすべきかについてのガイダンスに従う必要があります(PDF)。</u></p>

[discover or accidentally disturb asbestos \(PDF\)](#) .

### Workers most likely to come across asbestos

There are some trades where you are more likely to come across asbestos in your work. You should be properly trained on what to do.

If you are working on the structure of a building, the activities that could put you at most risk include:

maintenance or repair

refurbishment or retrofitting

demolition

installation, for example of smart meters

You are also more likely to be at risk if:

the areas you are due to work in have not been inspected for asbestos-containing materials beforehand

information about asbestos-containing materials was not passed on to you by the people in charge of the work

you have not had appropriate training to recognise and work safely with asbestos

### アスベストに遭遇する可能性が最も高い労働者

あなたがあなたの仕事でアスベストに遭遇する可能性が高いいくつかの取引があります。あなたは何をすべきかについて適切に訓練されるべきです。

建物の構造に取り組んでいる場合、あなたを最大のリスクにさらす可能性のある活動は次のとおりです。

メンテナンス又は修理

改装又は改造

解体

スマートメーター等の設置

また、以下の場合、リスクにさらされる可能性が高くなります。

作業対象エリアは、アスベスト含有材料の事前点検が行われていません。

アスベスト含有材料に関する情報は、作業担当者からあなたに伝えられなかった。

アスベストを認識し、安全に作業するための適切なトレーニングを受けていません。

<p>the building you are working on was built or refurbished before the year 2000</p> <p>you choose to put yourself at risk by not following proper precautions or training, perhaps to save time or because no one else is</p> <p>If you are a worker in an owner-occupied home, you and your employer must still take action to ensure that you and others are not exposed to asbestos.</p> <p><u>Training and information for work involving asbestos</u></p>	<p>あなたが取り組んでいる建物は、2000年以前に建てられたか改装されました。</p> <p>適切な予防措置やトレーニングに従わないこと、おそらく時間を節約するため、又は他に誰もいないため、自分自身を危険にさらすことを選択します。あなたが所有者の家で働いているならば、あなたとあなたの使用者はあなたと他人がアスベストにさらされないようにするためにまだ行動を起こさなければなりません。</p> <p><u>アスベストを含む作業のための教育訓練及び情報</u> (資料作成者注：左欄のアンダーライン部分をクリックすれば、これらの情報を入手できます。)</p>
<p><b>What your employer must do</b></p> <p>Your employer must take steps to protect you and others from the dangers of asbestos. If you are self-employed you are responsible.</p> <p>If your work could disturb the fabric of a building, your employer must:</p> <p>provide you with asbestos awareness training – this does not allow you to work on asbestos</p> <p>always establish if asbestos is likely to be disturbed during your work</p> <p>ensure you know what to do if you discover or disturb and release asbestos accidentally during your work</p>	<p>あなたの使用者がしなければならないこと。</p> <p>あなたの使用者はあなたと他の人をアスベストの危険から守るための措置を講じなければなりません。あなたが自営業者であるならば、あなたには責任があります。</p> <p>あなたの仕事が建物の下地を乱す可能性があるならば、あなたの使用者は次のことをしなければなりません。</p> <p>アスベストの意識向上トレーニングを提供します。之これのみではアスベストを扱うことはできません。</p> <p>作業中にアスベストが乱される可能性があるかどうかを常に確認してください。</p> <p>作業中にアスベストを誤って発見し、又は妨害し、放出した場合、何をすべきか</p>

Your employer must also make sure any work that disturbs asbestos is risk assessed, planned and completed by appropriately trained and competent workers.

### Non-licensed asbestos work

If you need to carry out lower-risk work on asbestos, known as non-licensed work, your employer must:

carry out an asbestos risk assessment and plan the work

put the right controls in place to protect you and others

provide you with training for non-licensable work appropriate for the tasks you plan to carry out

### Examples of lower-risk, non-licensed work with asbestos

#### Work that must be carried out by a licensed contractor

Higher-risk work with asbestos must be carried out by a contractor licensed by the Health and Safety Executive (HSE).

If you're not a licensed contractor, your employer should not ask you to carry out this work.

You must therefore not carry out work on:

asbestos loose fill insulation

を把握してください。

使用者はまた、アスベストを妨害する作業が適切に訓練された有能な労働者によってリスク評価され、計画され、完了されることを確認しなければなりません。

### 免許がいないアスベスト作業

非免許（ライセンス）作業として知られているアスベストでリスクの低い作業を実行する必要がある場合、あなたの使用者は、次のことをしなければなりません。

アスベストリスク評価を実施し、作業計画を立てる。

あなたや他人を保護するために適切な管理を整える。

実行する予定のタスクに適した、非ライセンス作業のためのトレーニングを提供します。

### アスベストを使用した低リスク、非ライセンス作業の例

#### 免許を有する契約者によって実行されなければならない作業

アスベストの高リスク作業は、安全衛生庁(HSE)の認可を受けた請負業者によって実施されなければなりません。

あなたがライセンス契約者でない場合、あなたの使用者はあなたにこの仕事を実行するように頼むべきではありません。

したがって、以下の作業は行ってはいけません。

<p>asbestos sprayed coating, known as limpet</p> <p>pre-formed insulation, for example asbestos pipe lagging</p> <p>most repair or any removal of asbestos insulation, such as lagging on pipes and vessels for thermal insulation</p> <p>most work on asbestos insulating boards, such as removal of partition walls, linings, and suspended ceilings</p> <p>large amounts of asbestos-containing debris or material, for example clearing up after a fire, flood or water leak</p> <p>If in doubt, assume the work is licensed and stop work until you are told otherwise.</p> <p><a href="#">More information on licensable work with asbestos</a></p>	<p>アスベストが緩く満たされた充填断熱材</p> <p>アスベスト散布コーティング(リムペット)</p> <p>アスベストパイプの被覆等、予め形成された断熱材</p> <p>断熱材のパイプや容器の被覆等、アスベスト断熱材のほとんどの修理又は除去</p> <p>パーティションの壁、ライニング、吊り天井の除去等、アスベストの絶縁板のほとんどの作業</p> <p>火災、洪水、水漏れの後に除去する等、大量のアスベスト含有破片又は材料</p> <p>疑問がある場合は、作業が免許されていると仮定し、そうでないと伝えられるまで作業を停止します。</p> <p><a href="#">免許が必要なアスベスト作業に関する詳細情報</a></p>
---	--

<p><b>Before you start work</b></p> <p>It is important that you and your employer talk about and understand the actions needed to keep you and other people safe.</p> <p>The actions your employer could take include:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>checking if the building was built or refurbished before the year 2000</li> <li>getting a copy of the current building asbestos register and ensuring you both understand the information and are satisfied it covers the areas you</li> </ul>	<p><b>仕事を始める前に。</b></p> <p>あなたとあなたの使用者があなたと他の人々を安全に保つために必要な行動について話し、理解することが重要です。</p> <p>あなたの使用者が取ることができるアクションは次のとおりです。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>建物が 2000 年以前に建てられたか改装されたかを確認する。</li> </ul> <p>現在の建物のアスベストの登録簿のコピーを取得し、情報の理解と満足度を確保することは、あなたが働くことを計画している分野をカバーします。</p>
--	---

<p>are planning to work in</p> <p>planning the job, if possible, to avoid disturbing asbestos</p> <p>Your employer can also check if an appropriate survey has been done to find the location and condition of any asbestos in the area where you are working. This should include any asbestos hidden within the building fabric.</p> <p>Before you start work, they must make sure any asbestos is safely removed or easily repaired and protected, for example by enclosing the asbestos with panelling. This will usually require a specialist contractor licensed by HSE.</p> <p><a href="#">More information on what your employer should do for any work with asbestos</a></p>	<p>アスベストの乱れ（かき乱し）を避けるために、可能であれば、仕事を計画する。</p> <p>使用者は、あなたが働いている地域のアスベストの場所と状態を見つけるために適切な調査が行われたかどうかを確認することもできます。これには、建物の布地内に隠されたアスベストが含まれるべきです。</p> <p>作業を開始する前に、例えばアスベストをパネリングで囲むことによって、アスベストが安全に取り除かれたり、簡単に修理され保護されていることを確認しなければなりません。これには通常、HSE の免許を取得した専門の請負業者が必要です。</p> <p><a href="#">アスベストと作業するためにあなたの使用者が何をすべきかについてのより多くの情報</a></p>
<p><b>What you must do as a worker</b></p> <p>As a worker there are things you must do to protect yourself and others.</p> <p>If you know you are going to be carrying out non-licensed work on asbestos, and are trained to do so, you should:</p> <p>plan your work with your employer</p> <p>follow the control measures your employer has put in place to</p>	<p>あなたが労働者としてしなければならないこと。</p> <p>労働者として、自分自身や他人を守るためにしなければならないことがあります。</p> <p>あなたがアスベストの非免許（ライセンス）作業を実行するつもりで、そうするために訓練されていることを知っているならば、あなたは次のようになるべきです。</p> <p>使用者と仕事を計画する。</p> <p>使用者が実施した管理措置に従い、ほこりの放出を最小限に抑える。</p>

<p>minimise the release of dust</p> <p>use your protective equipment, including suitable respiratory protective equipment or RPE</p> <p>wear your RPE properly, as shown in your training, and make sure you have passed a face fit test for the specific model and size of your respirator</p> <p>always wear disposable overalls suitable for asbestos work</p> <p>make sure any waste is double-bagged – this must be disposed of properly by your employer</p> <p>ensure you know what to do if you discover or disturb and release asbestos accidentally during your work</p> <p>More information on <a href="#">personal protective equipment you need when working with asbestos (PDF)</a> .</p> <p>You must never:</p> <p>use power tools without dust control measures in place, such as shadow vacuuming and using drill cowls as local extraction</p> <p>sweep dust and debris. Always use a Type H vacuum cleaner or wet rags</p> <p>reuse disposable clothing or RPE</p> <p>eat or drink in the work area</p>	<p>適切な呼吸器用保護具又は RPE（送気式呼吸器）を含む保護具を使用する</p> <p>教育訓練（トレーニング）に示すように、RPE（送気式呼吸器）を適切に着用し、呼吸器の特定のモデルとサイズの顔フィットテストに合格したことを確認してください。</p> <p>アスベスト作業に適した使い捨てオーバーオールを常に着用する。</p> <p>廃棄物が二重袋に入っていることを確認してください。これは、使用者が適切に処理する必要があります。</p> <p>作業中にアスベストを誤って発見又は妨害し、放出した場合、何をすべきかを把握してください。</p> <p><a href="#">アスベストを扱うときに必要な個人用保護具の詳細情報(PDF)</a></p> <p>決してしてはならないこと:</p> <p>シャドウ掃除やドリルカウルをローカル抽出物として使用する等、ほこりコントロール対策を講じずにパワーツールを使用する。</p> <p>ほこりや破片を掃除する。常にタイプ H 吸引掃除機又はウェットラグを使用する。</p> <p>使い捨て衣類又は RPE を再利用する。</p> <p>作業エリアで飲食</p>
--	--

Our **asbestos essentials task sheets** provide guidance on a wide range of non-licensed work activities where asbestos is commonly found.

### Your duties if you are self-employed

Under the **Control of Asbestos Regulations**, as a self-employed person, you will have the same responsibilities as an employer and a worker.

HSE のアスベスト必需品タスクシートは、アスベストが一般的に見られる広範囲の非免許（ライセンス）作業活動に関するガイダンスを提供します。

### あなたが自営業者であるならば、あなたの義務

アスベスト規則の管理下では、自営業者として、あなたは使用者と労働者との同じ責任を負います。

### Videos for workers on asbestos safety

The following two videos will help you keep yourself and others safe from asbestos:

### アスベストの安全性に関する労働者のためのビデオ

次の2つのビデオは、あなた自身と他の人々をアスベストから安全に保つのに役立ちます。



<p>Download the learn how to be asbestos aware transcript (.docx)</p> <p>Working safely with asbestos</p>	<p>アスベストを認識するトランスクリプト(.docx)をダウンロードする.</p> <p>アスベストで安全に作業する.</p>
---	--

	<p>Download the working safely with asbestos transcript (.docx)</p> <p>アスベストのトランスクリプト(写本.docx)で安全に作業をダウンロード</p>
--	---

<p>Related content</p> <p><a href="#"><u>Building owners have a duty to manage asbestos and protect</u></a></p>	<p>関連する内容</p>
---	---------------

<p><u>you at work</u></p> <p><u>Asbestos essentials task sheets</u></p>	<p><u>建物の所有者は、アスベストを管理し、職場であなたを守る義務があります。</u></p> <p><u>アスベスト必須業務シート</u></p>
---	--