



アシバッチ
ASHIBACCHI

お役立ちデータ Vol.02

フルハーネス 装着手順・点検チェックシート

正しい装着・点検で墜落災害ゼロへ！
使用前に必ずこの手順で確認。



フルハーネス装着手順 6ステップ

STEP 1 ハーネスを広げる

ショルダーストラップを両肩に通す
バックルやストラップが絡まっていないか確認
D環(背中側)の位置を肩甲骨の間に合わせる

絡まったまま装着しない

STEP 2 レッグストラップを装着

左右のレッグストラップを太もも前側から通す
バックルをしっかり「カチッ」と締める
股の締め付けがきつすぎないか確認
(指1~2本入る程度)

バックルの「カチッ」音を必ず確認

STEP 3 ショルダーストラップを調整

肩からのずれがないよう長さを調整
ストラップが肩の中央に位置するよう整える
胸部バックル(あれば)を接続・調整

STEP 4 バックルの最終確認

全バックルが正しく接続されているか触診
ウェビング(ベルト)のねじれがないか確認
余ったストラップは通し環に収める

STEP 5 ランヤードを接続

ランヤードのフックをD環に接続
フックのゲートが完全にロックされているか確認
取付設備は腰より高い位置を選ぶ

取付設備の強度・位置を必ず確認

STEP 6 装着完了チェック

鏡または同僚に全体を確認してもらう
しゃがみ・腕上げなど動作確認で締め付け調整
ランヤードの余長が邪魔にならないよう整理

使用前点検チェック表

点検部位	チェック内容	廃棄・交換基準
ウェビング(ベルト)	磨耗・切断・ほつれ・変形・薬品付着はないか	磨耗著しい・切断・薬品硬化→廃棄変
バックル	変形・腐食・ゲート作動不良はないか	形・腐食・ロック不良→廃棄
D環	変形・亀裂・腐食はないか	変形・亀裂・腐食→廃棄
縫い目	ほつれ・切断・破損はないか	ほつれ・破損→廃棄
ランヤード ロープ	磨耗・切断・変形・素線切れはないか	素線7本以上切断・著しい磨耗→廃棄
フック	変形・腐食・ゲートのロック機能は正常か	ゲート不良・変形・腐食→廃棄
ショック アブソーバ	展開(使用済)していないか・損傷はないか	展開済み・衝撃受けた→即廃棄

使用禁止・廃棄サイン と 装着のポイント

使用禁止・即廃棄のサイン

- ・墜落制止(落下衝撃)を1度でも受けたもの
- ・ウェビングに磨耗・切断・薬品硬化があるもの
- ・バックル・フックに変形・腐食・ロック不良があるもの
- ・ショックアブソーバが展開(引き伸ばされた)もの

正しい装着のポイント

- ① D環は必ず背中側の肩甲骨の間に位置させる
- ② ランヤードの取付は腰より高い位置が原則
- ③ 「カチッ」音のないバックルは再接続する
- ④ 装着後は必ず同僚にチェックしてもらう