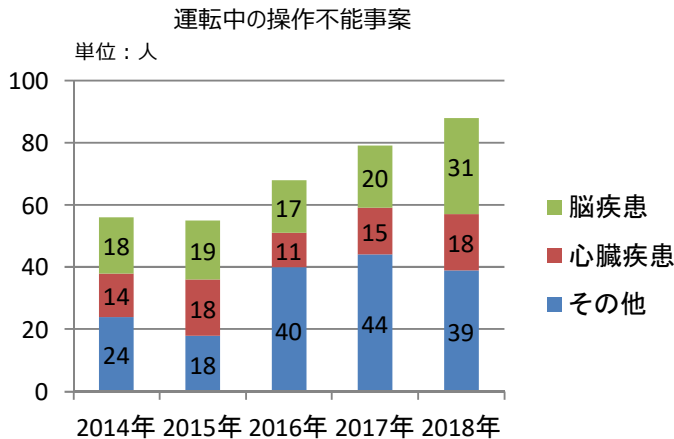


★メイン情報★

■ 運転者の健康状態に起因する事故報告件数の推移について

運転者の疾病により事業用自動車の運転を継続できなくなる事案が年々増加しています。同時に、健康起因事故に対する事業者の意識が高まっています。



どんな事案があるんだろう？

法令に基づく措置を講じるには、どのように管理すればいいの？



<道路運送法及び貨物自動車運送事業法の一部改正もありました>

【道路運送法第27条第2項】

一般旅客自動車運送事業者は、事業用自動車の運転者が疾病により安全な運転ができないおそれがある状態で事業用自動車を運転することを防止するために必要な医学的知見に基づく措置を講じなければならない。

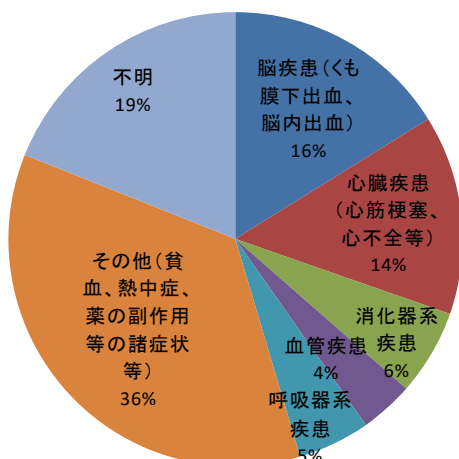
【貨物自動車運送事業法第17条第2項】

一般貨物自動車運送事業者は、事業用自動車の運転者が疾病により安全な運転ができないおそれがある状態で事業用自動車を運転することを防止するために必要な医学的知見に基づく措置を講じなければならない。

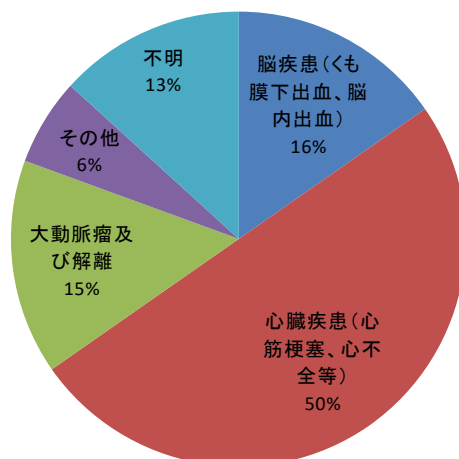
平成28年12月16日公布 平成29年1月16日施行

過去5年間で健康起因事故を起こした運転者1,046人のうち、脳疾患が16%、心臓疾患が14%となっており、うち、死亡した運転者196人の疾病別内訳は、心臓疾患が50%、脳疾患が15%を占めています。

健康起因事故を起こした運転者の疾病別内訳
(2014年から2018年)



健康起因により死亡した運転者の疾病別内訳
(2014年から2018年)



これは、大変だ！
健康起因事故に対する安全対策を考えなくては！！



■「事業用自動車の運転者の健康管理マニュアル」の概要

1. 運転者の健康状態の把握

- ① 定期健康診断による疾病の把握
 - ② 一定の病気等に係る外見上の前兆や自覚症状等による疾病の把握
 - ③ 脳・心臓・消化器系疾患や睡眠障害等の主要疾病に関するスクリーニング検査（推奨）
- ※①～③において異常所見等がある場合には、医師の判断や面接指導、必要に応じて所見に応じた検査を受診させ、医師の意見を聴取

2. 就業上の措置の決定

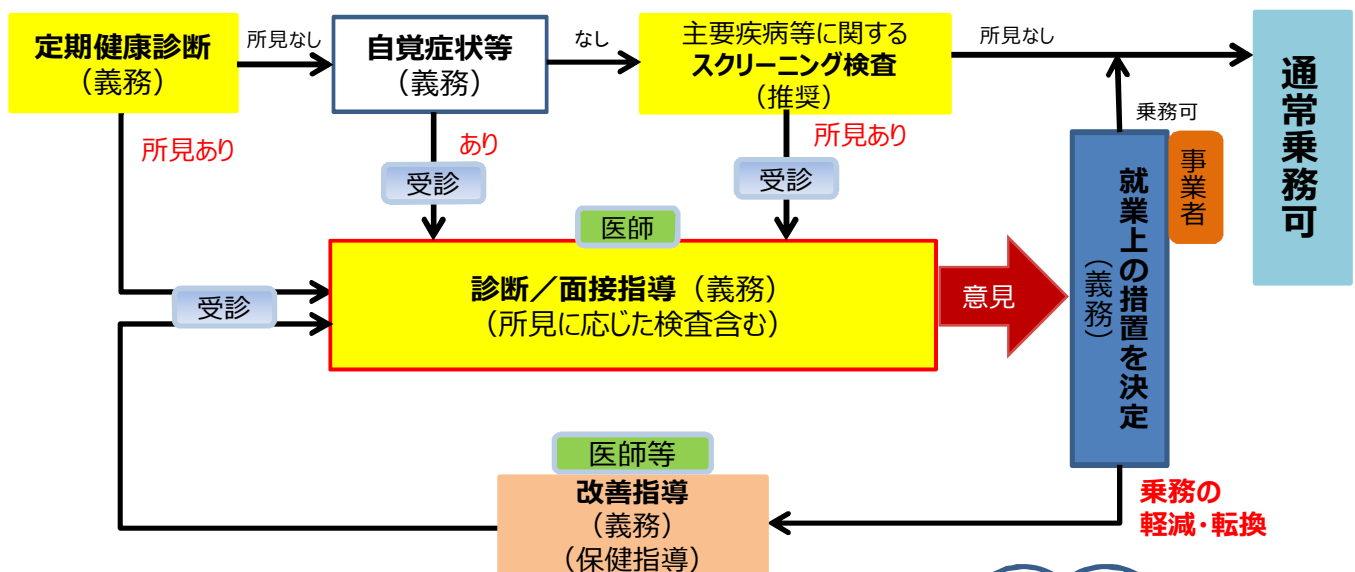
- ④ 医師の意見を踏まえ従業上の措置の決定
- ⑤ 医師等による改善指導

3. 判断目安に基づく業務前・中の判断・対処



運転者の健康状態を管理する = 安全対策に取り組む。
つまり、利用者や歩行者の安全も確保するということなんだね！

就業上における判断と対処



【主要疾病に関するスクリーニング検査】

- 人間ドック
- 脳ドック（MRIとMRAを用いた簡易検査もある）
- 睡眠時無呼吸症候群（SAS）スクリーニング検査
- 心疾患に係る検査（ホルター心電図検査等）

スクリーニング検査（推奨）は運転者の健康状態把握には大切な検査だね！



参考：健康起因事故発生状況と健康起因事故防止のための取組（国土交通省）

<https://www.mlit.go.jp/jidosha/azen/03safety/health.html>

★プチ情報★

■ 血圧測定で健康チェック！

皆さんは自分の血圧を測っていますか？

日々の数値の変化から健康チェックをする習慣をつけて、自分の健康管理をしてみましょう。

心臓から送り出された血液が血管の内壁を押す力（圧力）を「血圧」といいます。



最低血圧とは・・・心臓の筋肉が最も広がった時の圧力のこと
最高血圧とは・・・心臓の筋肉をギュッと収縮させた時の圧力のことだよ！

日本高血圧学会では上の血圧（収縮期血圧）が140以上または下の血圧（拡張期圧力）が90以上になると高血圧としています。これは日本人の約4000万人が該当するとされています。

高血圧になると、圧力がかかりすぎてしまい動脈硬化の原因になります。

逆に低血圧の場合、朝はなかなか起き上がれず、頭痛や急なめまいの症状が出やすくなります。

◆ 高血圧の原因 ◆

日本人の高血圧の最大の原因は塩分の取りすぎです。
飲酒、運動不足も原因になります。

◆ 対策 ◆

- ・食事を見直し、適度な運動、質のいい睡眠をとり体の調子を整えましょう。
- ・朝食を食べないことも空腹によるストレスで血圧が高くなりやすいようです。
- ・濃い味付け、お酒、たばこの好きな方も控え気味にすると数値に変化が期待できます。
- ・タンパク質、カルシウムが血管を丈夫にします。

◆ 低血圧の原因 ◆

細身で虚弱体質、若い女性に多いようです。
不規則な偏食、無理なダイエットも原因になります。

◆ 対策 ◆

- ・規則正しい生活、食生活で自律神経のバランスを整えることが大切です。
- ・良質なたんぱく質、果物などからビタミンなどを摂取しましょう。
- ・シャワーでなく湯船につかってゆっくりとマッサージをして芯まで温まることで改善が期待できます。
- ・めまいの症状がある場合は動作はゆっくり足首の運動で血の巡りを良くしましょう。

毎日の測定で健康状態を把握し、改善できることから行動に移して、素敵な毎日を過ごしましょう♪

◆ トラック協会の助成金情報 ◆



血圧計がトラック協会の助成金対象になっています。

¥ 50,000円まで助成されます。

是非この機会に東海電子のALC-PRO IIと連動させて記録を管理していきませんか？

詳しくは東海電子までご連絡ください。



東海電子株式会社 メルマガ事務局
東京都立川市曙町2-34-13
オリンピック第3ビル 203号室

TEL 042-526-0905 / FAX 042-526-0906

<http://www.tokai-denshi.co.jp/>
