

163 新年は全国行脚の旅

◆3月まで10会場にて

明けましておめでとうござい
ます。本年、OCHISは
「全国行脚の旅」からスター
トします。1月、北海道トラッ
ク協会(23日)から鹿児島
トラック協会(29日)へと、
北から南に移動します。目的
は、全ト協事業である「運
輸ヘルスケアナビシステム」
を活用した定期健康診断の
フォローアップ及び睡眠時無
呼吸症候群(SAS)対策セ
ミナー」という、長いタイト
ルのセミナー講演です。プロ
グラムは、第1部が定期健康
診断のフォローアップ、第2
部がSAS対策となっております。
その後、同テーマで3月
まで10会場で開催。OCHIS
からは私と黒田保健師が担

当します。10回までの日程は、
全ト協と当法人のHPで案内
していますので、ぜひお近く
の会場にてご参加ください。

◆ドライバー意識に変化が

第1部に関連して言えば、
全国各地のトラック事業者か
らお預かりしている、「運輸
ヘルスケアナビシステム」内
の定期健康診断件数は、すで
に5000件に達しようとし
ています。現在、実証実験に
参加いただいた事業者とドラ
イバーさんを対象に、ナビシ
ステム活用後のアンケートを
お願いしていますが、「食べ
過ぎないように」「塩
分を摂り過ぎないように注意

している」「野菜を食べるよ
うに心がけている」など、特
に食事に関しての変化が見ら
れるようです。何と言っても
「食が体の基本」ですものね。
2019年度、運輸ヘルス
ケアナビシステムは2年目に
突入します。全国のドライ
バー人数からすれば、極めて
少人数と言わざるを得ません
が、少しずつナビシステムの
輪が全国に広がり、ドライ
バーさんの意識に変化が見ら
れることを切に願います。

◆睡眠の重要性とSAS対
策

第2部の睡眠時無呼吸症候
群(SAS)対策については、
「基本的な解説を希望する」
という、ある協会からのリク
エストを受け、今回は睡眠の
重要性から運輸業におけるS
AS対策の「い・ろ・は」を
中心にお話ししたいと思いま
す。*「上級編」をご希望さ
れる場合は個別に対応致しま
す。(要事前連絡)

それでは、全国各地の皆様
にお目にかかれまことを楽
しみにしております。

(次回は2月11日に掲載)



《全日本トラック協会 SAS 検査受託機関》
NPO 法人 ヘルスケアネットワーク
(OCHIS)

副理事長 作本 貞子

「安全と健康を推進する協議会(両輪会)」代表
国土交通省健康起因事故対策協議会委員

TEL : 06-6965-3666

FAX : 06-6965-5261

東京オフィス TEL : 03-3295-1271

E-mail sakumoto@ochis-net.com

HP <http://sas.ochis-net.jp/>