

運送業界の健康支援を生きがいに

169 ドライバーの健康分析から見えるリスク

全ト協の定期健康診断結果のフォローアップ事業「運輸ヘルスケアナビシステム」。2018年度は43社・3844人の健診結果がシステム内に入りました。そのうちの61%を占めるドライバー2349人の健康状態が同システムで明らかになりましたので、その中で最も懸念すべき内容を述べたいと思います。

◆50歳以上の4人に1人が脳・心臓疾患の予備軍

健康起因事故の根源ともいえる、脳・心臓疾患の予備軍(ハイリスク者)は、50歳以上になると4人に1人が存在していることが判明しました。そこで、その原因を探るべくドライバーの生活習慣アンケートを見てみると、食事に関しては、1日2食の人は

3割、1食しかとっていない人は1割いることが判明しました。それでは、カロリー不足で痩せているかといえはむしろ逆で、空腹を紛らわすために、スナック菓子や菓子パンを食べ、砂糖のふんだんに入った缶コーヒーも多量に飲んでいて、むしろ肥満者が多いことも判明しました。

◆歩くことが不慣れ

次に運動習慣のない人が8割に及んでいました。ある企業がドライバーの運動不足解消のため、ウォーキング企画を行ったところ、エントリーの多くがデスクワーカーで、実はドライバーのエントリーがほとんどなかったという、

事業者側の残念な話を聞くと、ドアもドアが車というドライバーは、歩く習慣がほとんどないため、歩行そのものを億劫だと感じる傾向があるのかもしれないね。

◆見え始めている成果

しかし、運輸ヘルスケアナビシステムを導入した事業者のドライバーの中には、1年間で8kgの減量に成功し、肥満をはじめ脂質異常、高血糖のリスクから解消された人もいます。そして、ハイリスクからの脱却の背景に、運行管理者等からの働きかけがあったことも分かっています。ただしそれは、ハイリスク者が見えてきたからこそできた指導であることも明確です。

ナビシステムに基づくと2017・2018の年度比較では、有所件数、肥満項目の減少等、確実に成果が見え始めています。トラック事業者のために構築されたシステムは、このように活用してこそ大きな効果が見えてくるのです。システム詳細は全ト協のHPをご覧ください。

(次回は8月12日号に掲載)



《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/>