



健康起因事故 どう防ぐ？

人手不足の中、高齢化するドライバーを雇い続ける企業も多い。半面、身体能力や認知機能の低下、病気による突然の意識喪失など健康起因の事故リスクも高まる。どうやって健康起因事故を防ぎ、安全と両立させればいいのか。専門家に聞いた。

ヘルスケアネットワーク 作本 貞子 副理事長

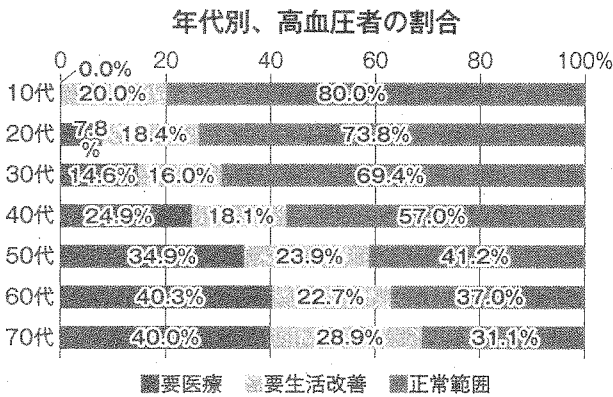


ドライバーの視点で働き方改革や残業上限規制を見ると、長時間労働の是正は、食生活が整うことや睡眠時間が確保されるといった生活習慣の改善につながり、健康起因事故ゼロに向けた大きな一歩となるはずだ。

全日本トラック協会によると、ドライバーの平均年齢は2022年度には48・4歳と高齢化に拍車がかかっている。ヘルスケアネットワークが全ト協の受託事業として定期健康診断の事後フォローを支援する「運輸ヘルスケアナビシステム」の結果では、血圧や血糖値が加齢とともに基準値を超える割合が高くなる傾向が顕著で、ドライバーの健康管理はトラック各社の重要な経営戦略の一つとなっている。

生活習慣改善が第一歩

健診結果、正しく理解して



加齢で高くなる血圧、血糖値

運輸ヘルスケアナビシステム
の22年度健診結果で血圧を見る
と、基準値を超えた「要医療」
「要生活改善」と診断された割
合は30代が30・6%。一方、40
代では43・0%に跳ね上がり、
50代は58・8%と半数超、60代

は63・0%と3分の2近くを占める。

運転中はストレスがかかり、
血圧は高くなりがち。そんな
中、ヒヤリハットに遭遇する
と、一時的に血圧が20ほど上昇
するといわれている。高血圧は
脳・心臓疾患と関係性が深く、
運転中に発作が起これば重大な
事故につながりかねない。血圧

健康改善は信念、制度化で

このように生活習慣の乱れは病気に
かかるリスクが高く、定期健診の重要性は一目瞭然だ。

は投薬によるコントロールが可能で、適切な対応が求められる。
ドライバーは一般的に長時間・不規則で深夜勤務が少なくなく、生活習慣は乱れがち。アンケートによると、1日3食の摂取者は半分ほどに過ぎない。喫煙率は50・3%と以前に比べ減少傾向だが、国民栄養調査の3割弱と比べると突出している。

ドライバーは一般的に長時間・不規則で深夜勤務が少なくなく、生活習慣は乱れがち。アンケートによると、1日3食の摂取者は半分ほどに過ぎない。喫煙率は50・3%と以前に比べ減少傾向だが、国民栄養調査の3割弱と比べると突出している。
ハイリスク者の減少に成功した企業を見ると、成功の理由は①経営者、管理責任者の信念の強さ②社内ルールづくり③の2点に集約される。上から目線ではない、ドライバーへの常日頃の声掛けの積み重ねは侮れない。さらに健診後の受診などをルール化すれば、健康意識はそのまま醸成される。経営者は健康起因事故を防ぐため、ドライバーの健康に一層注視すべきだと言える。（文責・遠藤 仁志）