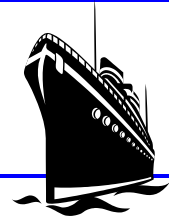


MSI Marine News

トピックス



●海上保険の総合情報サイト **MARINEN@vi** もぜひ、ご閲覧ください。(http://www.ms-ins.com/marine_navi/)

運送事業者における睡眠時無呼吸症候群（SAS）対策の必要性

21世紀の国民病として最近注目されている睡眠時無呼吸症候群（以下、SAS）についてご紹介します。SASは、重大な事故につながる危険性があり、運送事業者にとって大きな経営リスクの一つと言えます。

1. 睡眠時無呼吸症候群（SAS：Sleep Apnea Syndrome）と、そのリスクとは…

- 睡眠中に舌が喉の奥に沈下することにより気道が塞がれ、そのため大きな“いびき”をかき、一時的に呼吸が止まったり、止まりかけたりする病気※¹です。
- 睡眠が浅くなると同時に、脳への酸素供給量も少なくなるため、質の良い睡眠がとれず、日中に強い眠気を感じたり、集中力に欠く等の症状が生じ、**漫然運転や居眠り運転による事故等につながる恐れがあります。**
- SASは適切に治療すれば、健康な人と同じように業務を続けていくことができます。**
代表的な治療法のCPAP（シーパップ）は睡眠時に鼻マスクを着用し、加圧された空気を送ることで無呼吸を防ぐ方法で、即効性があり、ほとんど副作用はありません。

(1) SASと交通事故

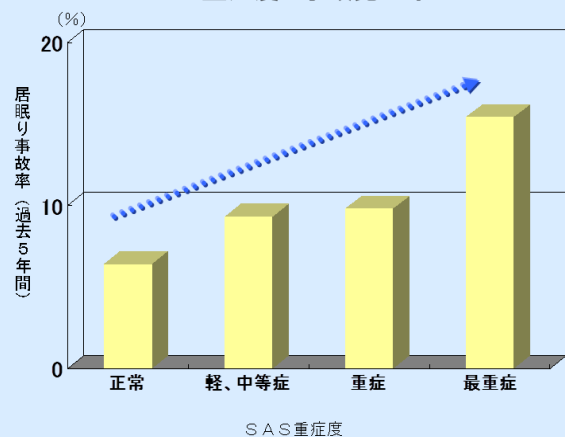
- 国土交通省のSAS対策マニュアル※²には、次のとおり記載されています。
- SASの患者は、SASでない人に比べ、**交通事故のリスクが2.4倍。**
 - 重度のSAS患者は、短期間に複数回の事故を引き起こすことが多い。
 - トラックドライバーの男性で約7~10%、女性で約3%が中等度以上のSAS。**

(2) SASと、他の疾病との関連性

SASは治療せずに放置すると高血圧、糖尿病、不整脈、脳卒中、虚血性心疾患などの危険性を高めます。また、肥満はSAS発症の原因の一つと言われており、生活習慣病との関連も指摘されています。

- ※¹ 睡眠時無呼吸症候群とは、医学的には、呼吸が10秒以上停止する無呼吸が一晚の睡眠中（7時間）に30回以上生じるか、睡眠1時間あたりの無呼吸が5回以上生じるものをいいます。
- ※² 国土交通省 自動車運送事業者における睡眠時無呼吸症候群対策マニュアル（H27.8.25）

SASの重症度と事故発生率



出所) 平成9-18年愛知医科大学病院睡眠医療センター調査成績

2. SASなど睡眠の問題が引き起こしたと考えられている主な事故

- 山陽新幹線の運転事故 2003年**
運転手が時速270kmで8分間、26kmにわたり居眠り。自動制御装置が作動し停車したため、大事故に至りませんでした。運転手は車掌に起こされるまで熟睡していました。運転手は発覚当初は職務怠慢と見られていましたが、後の検査でSASと診断されました。
- 遊漁船の衝突事故 2009年**
遊漁船が岩場に衝突し釣り客ら3人が死傷。船長がSASで慢性的な睡眠不足であったことが判明。船長は、業務上過失致死傷容疑で熊本地検に書類送検されました。
- スキーツアーバスの衝突事故 2012年**
関越自動車道で走行中のツアーバスが運転手の居眠りにより防音壁に衝突。乗客45人が死傷。運転手にはSAS症状が確認され、懲役9年6ヶ月・罰金200万円の実刑判決が確定しました。

3. SASに関する国の「指導・監督指針」

国土交通省の「貨物自動車運送事業輸送安全規則」に基づき、運送事業者は運転者に対して以下の「指導・監督指針 11 項目」の実施が求められていますが、そのうち「11 健康管理の重要性」として、同省より 2014 年 3 月に『SAS（睡眠時無呼吸 症候群）』への対策が指示されています。重大な違反を犯した場合は業務停止命令を受ける可能性もあります。

1	トラックを運転する心構え
2	トラックの安全運行のために遵守すべきこと
3	トラックの構造上の特性
4	貨物の正しい積載方法
5	過積載の危険性
6	危険物を運搬する場合に留意すべき事項
7	適切な運行の経路及び当該経路における道路及び交通
8	危険の予測及び回避
9	運転者の運転特性に応じた安全運転
10	交通事故に関わる運転者の生理的及び心理的要因とこれらへの対処方法
11	健康管理の重要性

4. 企業におけるSAS対策のポイント

従業員がSAS罹患の可能性を隠すことがないように注意することがポイントです。

- 従業員に会社が「なぜSAS対策に取り組むのか」を説明する。
- 自覚症状がある人が安心して会社に申告できる環境をつくる。
- センシティブな個人情報なので管理には十分に配慮する。
- 解雇や仕事から外すなど従業員の不利益にならないよう注意する。
- 生活習慣病の予防、治療も併せて行なう。



⇒従業員の理解と、信頼の置ける検査機関での検査実施が鍵

5. 当社サービスのご紹介

当社は一部無料のSAS診断サービスを実施しています。

お申込みに際しましては当社営業担当者まで御連絡いたします。

(詳細：http://www.ms-ins.com/news/fy2016/pdf/0714_1.pdf)

- (1) スマホで SAS の症状の一つである「いびき」の状況を確認できます。スマホアプリをダウンロードして、就寝時に枕元に置いて寝るだけで、「いびき」の音声のみを抽出し分析します。翌朝、スマホに睡眠中の「いびきの割合」「いびきの中断回数」が表示されます。従業員毎の結果をレポートとして企業様へ提供することもできます。(無料)

- (2) SAS スクリーニング検査機関をご紹介します。(検査は有料)

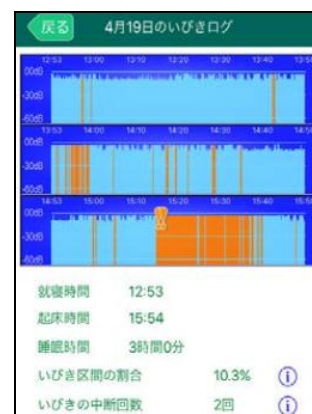
当社が提携している NPO 法人ヘルスケアネットワーク (OCHIS) ※による医療機器を使用した SAS スクリーニング検査 (有料) をご紹介することができます。また、スクリーニング検査の結果によっては専門医をご紹介します。

※2004 年から全国でも一早く SAS 検査システムを構築・導入し、(公社)全日本トラック協会の SAS 検査指定機関、(公社)日本バス協会の SAS 検査推奨機関になるなど SAS 対策推進機関の権威。



↑ 録音画面

↓ 結果表示画面



<参考文献一覧>

国土交通省HP <http://www.mlit.go.jp/jidosha/anzen/03safety/health.html>

以上