

## ドライバーの健康管理と事故防止のポイント ～情報の合わせ技で事故予兆を～

NPO法人ヘルスケアネットワーク  
副理事長 作本 貞子  
国土交通省健康起因事故対策協議会委員  
事業用自動車に係る健康起因事故防止ワーキンググループ委員  
「安全と健康を推進する協議会」(両輪会)代表

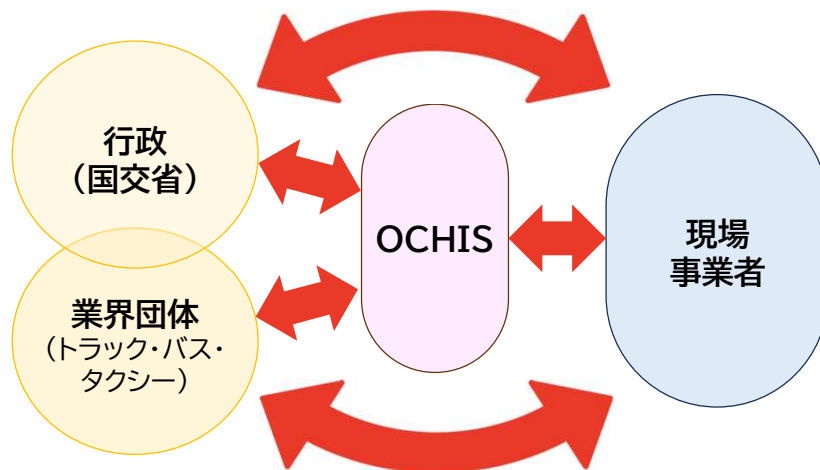


## 法人紹介

【設立:2003年2月】

名 称	特定非営利活動法人ヘルスケアネットワーク (旧:大阪ヘルスケアネットワーク普及推進機構 変更年月日:2011年10月27日)
所在地	〒536-0014 大阪市城東区鶴野西2-11-2 大阪府トラック総合会館3階 【東京オフィス】〒140-0001 東京都品川区北品川4-7-35 御殿山トラストタワー11F (一社)専門医ヘルスケアネットワーク事務局内
理事長	武田 裕 大阪大学名誉教授 電通・健康管理センター(関西)所長 日本内科学会認定内科医 日本循環器学会認定循環器専門医 日本医師会認定産業医
事業内容	・睡眠時無呼吸症候群(SAS)対策事業 ・定期健康診断の事後フォロー事業(「運輸ヘルスケアナビシステム®」の実施) ・健康サポート事業(講演、執筆、健康相談、出張健康教室) ・セミナーの開催 ・労働衛生についてのアドバイス ・健康関連などの各種情報提供とマネジメント
事業目的	当法人では、2004年4月より、全国でもいち早く、睡眠時無呼吸症候群(SAS)の検査システムを構築・導入し、公益社団法人全日本トラック協会を初めとした都道府県トラック協会や、都道府県バス協会での指定をいただきながら、交通関係者の安全と健康を支援してまいりました。  最近では5人に1人とまでいわれている睡眠時無呼吸症候群(SAS)ですが、当法人は主に法人を対象として、睡眠時無呼吸症候群(SAS)検査を実施しており、その目的は潜在的な睡眠時無呼吸症候群(SAS)の方の掘り起こしにあります。自覚症状のある方、ない方に拘わらず、定期健康診断で体のチェックをするように、多くの方が簡単にSAS検査を受けられるよう、SASのためのスクリーニング検査を構築しました。  2017年度、公益財団法人全日本トラック協会の健康起因事故防止対策事業の一環として、定期健康診断の事後措置の徹底を図る「運輸ヘルスケアナビシステム®」を構築しました。このシステムはトライアル事業を経て、2018年度より本格スタートし、健康起因事故に繋がりがやすいハイリスク者の可視化と、システムに基づく予防対策の推進を図るためのフォローアップサポートを行っています。

## コネクターとしての役割



NPO法人ヘルスケアネットワーク 無断転載禁止

3

## 本日のはなし

- 健康起因事故の内訳とドライバーの重篤事例
- 定期健康診断の有効活用
  - ・ 健診結果から見えるリスクと病気
  - ・ 簡単に有効に、定期健康診断を活用しよう
- 必ず押さえない睡眠時無呼吸症候群(SAS)対策
- 高齢化に向けた事故防止と健康対策
- 点呼にもデータの合わせ技を

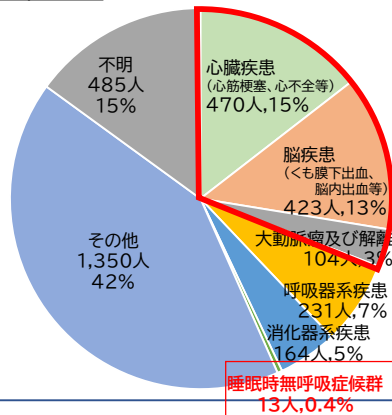
4

## 健康起因事故の疾病別内訳(平成27年～令和6年)

- 過去10年間で健康起因事故を起こした運転者3,240のうち心臓疾患、脳疾患、大動脈瘤及び解離が31%を占める。
- うち、死亡した運転者523人の疾病別内訳は、心臓疾患が55%、脳疾患が11%、大動脈瘤及び解離が14%を占める。

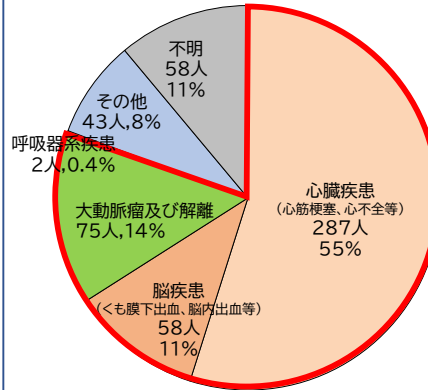
健康起因事故を起こした運転者の疾病別内訳  
(平成27年～令和6年)

計3,240人



健康起因により死亡した運転者の疾病別内訳  
(平成27年～令和6年)

計523人



(出典)自動車事故報告規則に基づく運送事業者から提出される報告書の記載事項

## ドライバーの重篤事例と傾向

OCHIS保健師による事業者からの聞き取り

	対象者	発生場所	主要な疾患と状況	転帰
1	44歳男性	荷主会社	<b>3重奏+SAS</b> 。会社と保健師の受診勧奨にも応じず未受診。荷主先の荷済み後、トラックの中で死亡していたのを、荷主が発見。	突然死
2	53歳男性	自宅	経年で <b>4重奏のハイリスク者</b> 。 <b>心筋梗塞</b> を指摘され、手術後に自宅加療し、職場復帰を希望していた、主治医はOKであったが、産業医はNG。1年間の自宅加療後、ドライバー復帰はできず退職。	退職
3	47歳男性	自宅	<b>SAS受診を拒否</b> 。 <b>狭心症・心筋梗塞</b> を起こし、自宅加療するも息苦しさ、呼吸困難が継続。現在は負担の少ない作業に従事しながら、ドライバー復帰を目指している。	職種変更
4	50歳男性	車内	<b>中等度のSAS</b> で、 <b>BMI33.4</b> 。ダイエットを進められていた。高速から一般道に降りた際に、信号待ちしていた <b>一般車に追突</b> 。その後 <b>脳MRI実施</b> し、専門医にて受診中。	専門医受診中

### 【特徴】

- ・ 40歳、50歳代の働き盛りに多い
- ・ ハイリスク者で治療を拒否、もしくはコントロール不足
- ・ ドライバー職の継続が困難となっている

## 重篤事例のキーワード

### 三・四重奏

\*肥満・高血圧・脂質異常・高血糖の所見を  
3・4項目合わせ持っている人

### ハイリスク

\*3・4重奏該当以外の検査数値も極端に  
高いなどの人

### 脳梗塞



### 狭心症 心筋梗塞



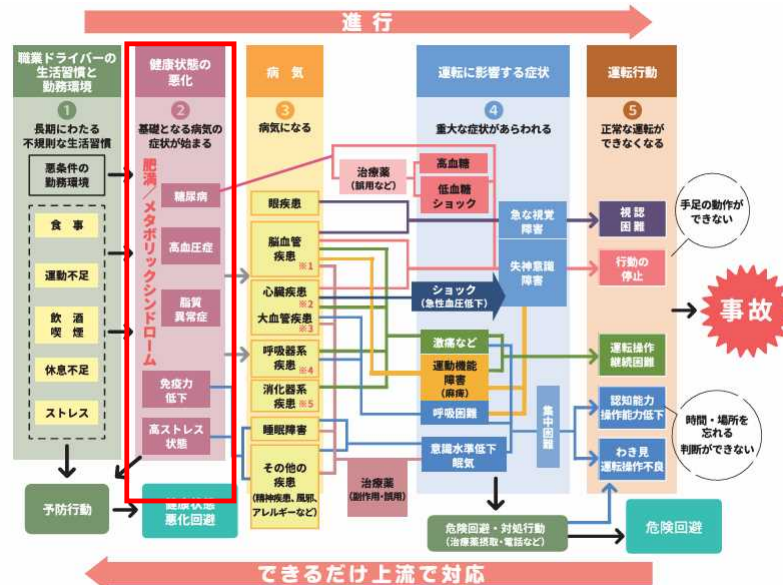
### 睡眠時無呼吸症候群(SAS)



## 定期健康診断の有効活用

- ・ 健診結果から見えるリスクと病気
- ・ もっと簡単に有効に、定期健康診断を活用しよう

# 健康起因事故のメカニズム



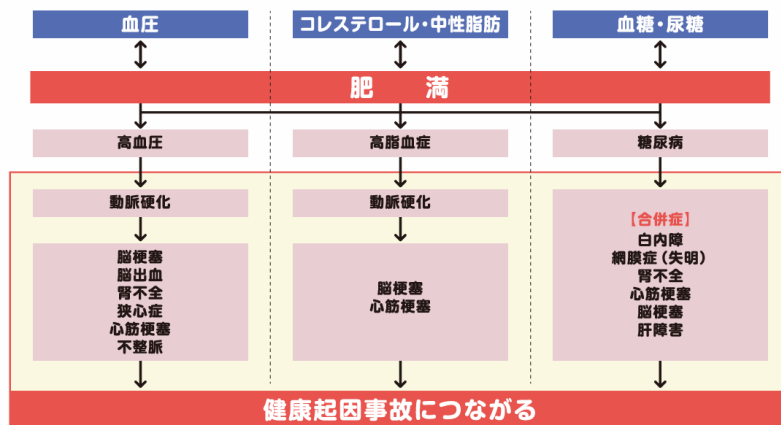
出典：公益社団法人全日本トラック協会「トラック運送事業者のための健康起因事故防止マニュアル」第7版  
(制作：NPO法人ヘルスケアネットワーク)

NPO法人ヘルスケアネットワーク 無断転載禁止 9

## 健診結果からわかる リスクと病気

ほとんどの生活習慣病の背景には肥満があります。特に男性は30代から肥満者が増えますので、適切な体重を維持することが大切です。それとともに、健診結果の異常値はできるだけ早く改善するのが重篤な病気にならないポイントです。

異常値の放置が時として運転中の突然死や意識消失を招き、健康起因事故を誘発することにもなりかねません。



出典：公益社団法人全日本トラック協会「トラック運送事業者のための健康起因事故防止マニュアル」第7版  
(制作：NPO法人ヘルスケアネットワーク)

NPO法人ヘルスケアネットワーク 無断転載禁止 10



# 運輸ヘルスケアナビシステム®とは？

## 事業者の目線

健康起因事故防止を目的とした全ト協システムであるため、健診項目に加え、運輸業界に特化した項目が事業者目線で予め網羅されている

付加項目：・拠点区分 ・職種 ・SAS検査 ・事故歴 ・時間外 ・軽度認知障害 ・適性検査 ・指導履歴

拠点別・職種別健康状態の把握により、個別の課題が明確になる



事故歴や適性検査等の事故防止のための項目と、健康管理面が一体で把握できる



指導履歴が明確になるため、監査対応に利用できる



全ト協事業のため、業界平均や他社との比較が可能となる



## 3つの見える化 ①健康管理

- 「ハイリスク者」を★で見える化
- 「要医療」を●、「要生活改善」を▲で見える化

※●印：厚生労働省の受診勧奨基準で要再検査、要精密検査、要治療に該当

SAS重症者は生活習慣病悪化や突然死のリスク大

健康情報ゾーン														
No.	社員コード	健診受診日	有所見判定・四重奏該当★					有所見判定					SAS判定	
			肥満	高血圧	脂質異常	高血糖	四重奏該当件数	肝機能	腎機能	貧血	視力	聴力	心電図	胸部レントゲン
1	101	20XX/02/13	▲★	▲	●	●	★★★★	○	▲					●
2	102	20XX/01/22	▲	▲	▲	▲	○	○	▲					●
3	103	20XX/01/10	▲★	▲	▲	▲	★★★★	○	▲					●
4	104	20XX/01/20	▲★	●	●	●	★★★★★	○	●	●			●	●
要医療			0	1	2	1	4★1	3	2	1	0	0	0	1
要生活改善			3	2	1	2	★4	1	0	0	0	0	0	0

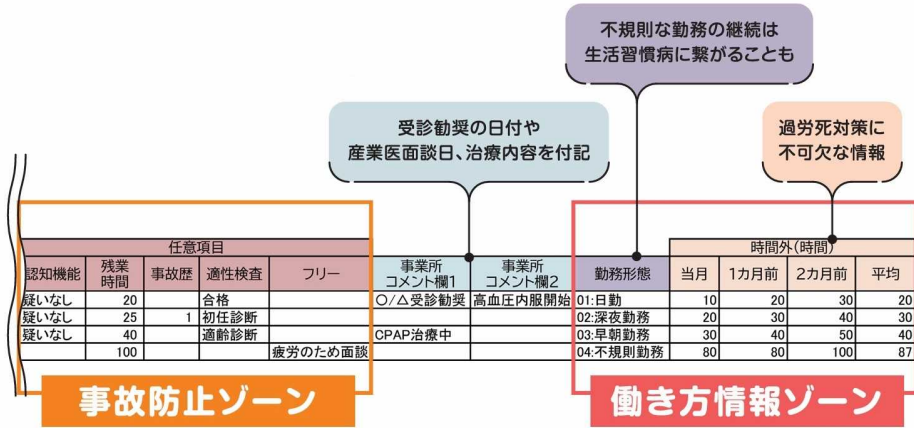
★3個★4個の人は脳・心臓疾患を発症する可能性が  
★0個～2個の人と比べ、約30倍高いと言われています。

★3個★4個の人  
ハイリスク者

出典：公益社団法人全日本トラック協会「トラック運送事業者のための健康起因事故防止マニュアル」第7版  
(制作：NPO法人ヘルスケアネットワーク)



## 3つの見える化 ②事故防止 ③働き方



出典：公益社団法人全日本トラック協会「トラック運送事業者のための健康起因事故防止マニュアル」第7版  
(制作：NPO法人ヘルスケアネットワーク)

運輸ヘルスケアナビシステム®で

## 「見える化」の合わせ技を

①健康管理

②事故防止

③働き方

\*運輸ヘルスケアナビシステム®はバス・タクシー事業者様もご利用いただけます。

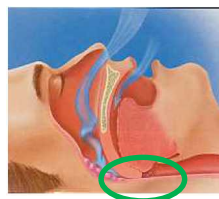


# 必ず押さえない 睡眠時無呼吸症候群(SAS)対策

## 睡眠時無呼吸症候群(SAS)について 《国土交通省》

### <SASと事故リスク>

- 既存の研究において、以下が明らかになっている  
SASの有無により、**自動車の事故率は2.4倍の差**
- 日本の男性トラック運転者の**約7～10%**、女性の**約3%**  
が中等度以上の睡眠呼吸障害であることが示されている。



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、睡眠中に頻回に呼吸がとまる状態

### <自動車事故報告書等の取扱要領の一部改正>

SASが関わる事故の発生状況を把握するため、**SASが疑われる居眠り運転、漫然運転による事故**を健康起因事故として報告することを明示するように、**通達改正(令和4年3月)**

発生した事故とSASの因果関係を把握するため、**事故前後のSASスクリーニング検査の受診状況を報告することを明示するように、通達改正(令和6年10月※)**

※施行は令和7年4月

### 自動車事故報告書等の取扱要領

11 運転者の健康状態に起因する事故  
(略)

睡眠時無呼吸症候群が疑われる居眠り運転、漫然運転を伴う事故においては、規則第2条第9号に該当する事故として報告させるよう事業者等を指導すること。「睡眠時無呼吸症候群が疑われる」とは、過去に同疾病と診断されたとあり治っていないもの、又は「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」(平成27年8月国土交通省自動車局)に記載のSASの症状があるものをいう。

資料:国土交通省

## 事故報告書に記載が必要な事項

(参考資料)健康起因事故の場合、事故報告書に記載が必要な事項

※各運輸局HPに報告書テンプレートが掲載されています。質問項目は同じです。詳細はそちらでご確認ください。

(1)健康状態の把握状況	①健康診断の受診状況	
	②注意事項精密の項目診断(検査)の状況	
	③脳疾患、心臓疾患のスクリーニング検査の受診状況	
	④事故前後の睡眠時無呼吸症候群スクリーニング検査の受診状況	
	⑤事故前後の睡眠時無呼吸症候群精密検査の受診状況	
	⑥事故前後の視野障害スクリーニング検査の受診状況	
	⑦事故前後の視野障害精密診断(検査)の受診状況	
	⑧加療の状況	

## 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」～SAS対策の必要性和活用～(概要作成:OCHIS)

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  
～SAS対策の必要性和活用～

**7月14日**  
**10年ぶりの改訂版**



令和7年7月

国土交通省物流・自動車局

### <目次>

はじめに	1
第1章 睡眠時無呼吸症候群(SAS)対策の必要性	2
1. SASとは?	2
2. SASの症状	2
3. SASと交通事故	2
4. SASと疾病との関連性	3
5. SASと生活習慣	4
6. SASへの対応における事業者・管理者の役割	5
7. SASに起因すると疑われる交通事故事例	5
第2章 睡眠時無呼吸症候群(SAS)スクリーニング検査の進め方と活用	6
1. SASスクリーニング検査とは?	6
2. SASスクリーニング検査受診までの準備	7
(1) 啓発・教育	
(2) 検査前に通知すべきこと	
3. SASスクリーニング検査の進め方	8
(1) 検査対象者の抽出	
(2) SASスクリーニング検査の実施について	
4. 専門医療機関の選択	11
(1) 医療機関の予約	
(2) 精密検査(確定診断)及び治療	
(3) CPAP治療について	
5. 運行管理を担った社内での対応	13
(1) 治療状況に合わせた適切な勤務形態と乗務可否判断	
(2) 治療継続の確認	
(3) 管理者・点呼者の役割	
(4) 運転免許の更新性	
6. その他良質な睡眠を確保するための情報	15

※別添資料  
睡眠時無呼吸症候群(SAS)  
取扱規定の様式(サンプル)

※巻末資料 事故事例1～4

## 令和7年度SAS対策マニュアル簡易版の作成について

- 国土交通省では「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～SAS対策の必要性と活用～」(平成27年8月改定、以下「SASマニュアル」。)を作成し、**SASスクリーニング検査の普及を促進することで、早期発見・早期治療がなされるよう努めてきたところ**です
  - 今般、**より多くの自動車運送事業者にSASについてご理解いただくため、ポイントを絞った簡易版SASマニュアルを作成**いたしました。SASに起因する居眠り運転や漫然運転による事故の防止を図るため、適宜当該マニュアルをご活用いただければ幸いです
  - あわせて、**SASマニュアルについて、時点の更新を行うとともに、記載内容の改善・追加や、SASに起因すると疑われる交通事故等事例の追加**を行いました
- 【主な変更点】
- 「第1章 4. SASと疾病との関連性」について、日常生活等への影響についても記載を追加するとともに相関性についてイラストを追加 (P.3)
  - 「参考 1 BMIとSASスクリーニング結果の相関性」について、最新の情報に更新 (P.4)
  - SASに起因すると疑われる交通事故等事例を追加。また、「参考 2」にSASが起因とされる事業用自動車の事故の報告についての通達改正に関する情報を追加 (P.5. 巻末)
  - 「参考 3 自覚症状とSASの関連性」について、最新の情報に更新 (P.9)
  - 「第2章 4. 専門医療機関のかかり方」について、CPAPの治療についての情報を追加するとともに、挿絵をよりわかりやすいものに変更 (P.11～P.13)



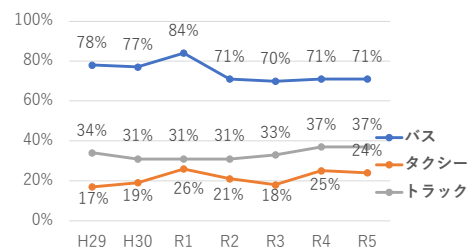
SASの基本知識、スクリーニング検査等について記載

SASの疑いがある運転者への対応等について記載

## SAS(睡眠時無呼吸症候群)スクリーニング検査について

### ●スクリーニング検査を受診させている

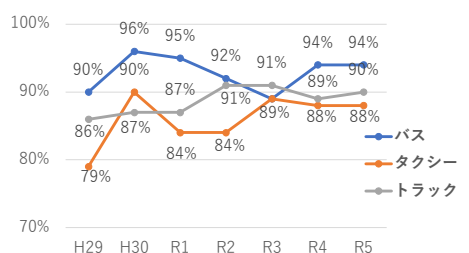
	H29年度	H30年度	R1年度	R2年度	R3年度	R4年度	R5年度
バス	78%	77%	84%	71%	70%	71%	71%
タクシー	17%	19%	26%	21%	18%	25%	24%
トラック	34%	31%	31%	31%	33%	37%	37%



(スクリーニング検査を受診させていない場合)

### ●スクリーニング検査の必要性を感じている


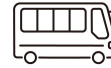

	H29年度	H30年度	R1年度	R2年度	R3年度	R4年度	R5年度
バス	90%	96%	95%	92%	89%	94%	93%
タクシー	79%	90%	84%	84%	89%	88%	88%
トラック	86%	87%	87%	91%	91%	89%	90%



(出典) 令和5年度事業用自動車健康起因事故対策協議会  
「健康起因事故防止に係る取組に関するアンケート調査結果について」

## 業態別運転者のSAS割合

2024年度SASスクリーニング検査結果(OCHIS)

業態	平均年齢	肥満(BMI25以上)の割合	SAS者の割合
<b>トラック</b> 	48.4歳	36.6%	<b>39.5%</b>
<b>バス</b> 	53.8歳	39.8%	<b>48.1%</b>
<b>タクシー</b> 	55.2歳	48.1%	<b>73.0%</b>

NPO法人ヘルスケアネットワーク 無断転載禁止

23

## SAS事故9件の内訳

物件衝突⇒4件 側面衝突⇒1件 追突⇒2件 転落⇒1件 取りやめ⇒1件

### \*原因

意識消失状態 3件、ウトウト運転 居眠り運転など  
うち1件、心電図・脳波に異常なかったが、重症SASが判明



★事故後のSAS検査で  
重症SASが発覚⇒7件

●治療中であったが、CPAP装着忘れ、漫然運転

資料:国土交通省

NPO法人ヘルスケアネットワーク 無断転載禁止

24

国土交通省

自動車運送業のみなさまの  
健康起因事故を防止するため、

ドライバーの

**スクリーニング検査の  
支援を開始します**

支援対象

- SAS(睡眠時無呼吸症候群)スクリーニング検査に係る経費
- 脳MRI健診に係る経費
- 頸動脈超音波検査、ABI検査、胸部単純CT検査、  
腹部単純CT検査、腹部超音波検査に係る経費
- 視力検査、眼底検査、眼圧検査に係る経費

※ 健康保険適用外として実施されるものに限る。

**8/29**  
申請受付開始

朗報

## 自動車運送事業の安全総合対策事業

(令和7年度補助金関係)

### ●健康起因事故防止を推進するための取り組みに対する支援

主要疾患を未病段階で発見し、治療に繋げることで、健康起因事故防止を図る

【補助率】 実費費用の1/2

【対象検査】 睡眠時無呼吸症候群(SAS)、脳血管疾患、  
心疾患、視野障害のスクリーニング検査



マニュアルを参考にして  
SAS対策に取り組もう



## SASの影響は全身に

### SASの合併症等



SASは、**高血圧、脳・心臓疾患に起因する突然死や、健康起因事故を誘発**します。また全身に影響を与える疾患であるため、**糖尿病や、認知症等の合併症も指摘**されています。

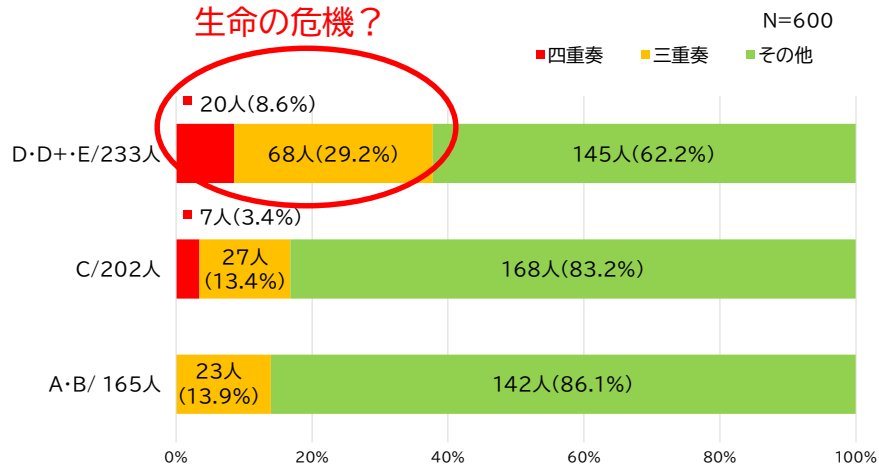


**SASの放置は健康起因事故の主要原因に**

SASにより脳への酸素供給が不足すると、頭痛や、集中力・記憶力等に影響が出て、**勤労意欲を下げる**など、日常生活上のパフォーマンス低下を引き起こします。

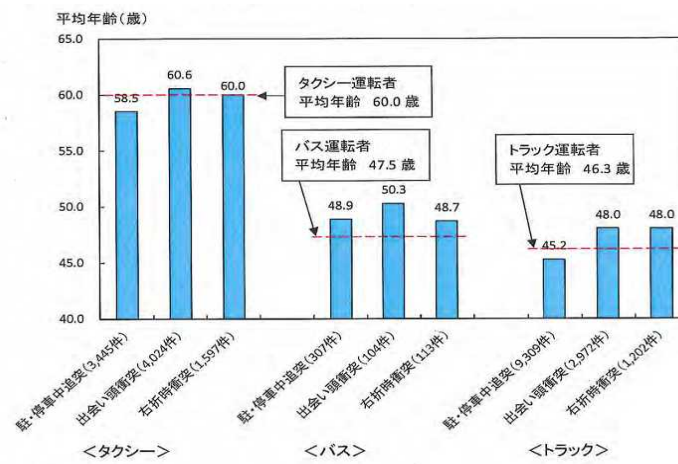
## SASの4割はハイリスク

生命の危機？



## 高齢化に向けた事故防止と健康対策 ～事故なく健康で長く運転するために～

### 業態別事故類型別事故第一当事者の平均年齢



注：( ) 内は事故件数

※ 事故第1当事者の運転者の平均年齢は、年齢層毎の年齢の加重平均により算出  
 ※ 上記事故類型は「車両との事故」の事故類型から事故件数の多い3つを抽出

出典：(公財) 交通事故総合分析センター「事業用自動車の交通事故統計」  
 厚生労働省「平成25年賃金構造基本統計調査(全国)」

図 19 業態別事故類型別事故第一当事者の運転者平均年齢(車両との事故)(平成25年)



# 加齢による目の病気

※参考 国土交通省  
自動車運送事業者における  
視野障害対策マニュアル  
関連資料ヘリンク



定期健康診断だけでは見落としやすいのが、加齢による目の病気（視野障害）です。眼の病気は進行するまで自覚しにくいので、気づかずに運転業務を続けていると、重大事故につながりかねません。早期発見と治療の継続が運転寿命の延伸にもつながります。

**視野障害**

- ✓ 視野が狭くなる
- ✓ 一部が欠ける

症状が進行するまで、自覚しにくい



信号・歩行者等の  
見落とし



重大事故を引き起こす原因に!

**部分的な視野欠損**  
信号が見えていない



視野障害の  
見え方イメージ

**視野狭窄**  
歩行者や自転車が  
見えていない



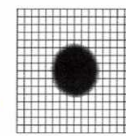
出典：公益社団法人全日本トラック協会「トラック運送事業者のための健康起因事故防止マニュアル」第7版  
(制作：NPO法人ヘルスケアネットワーク)

NPO法人ヘルスケアネットワーク 無断転載禁止 31

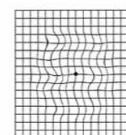
# 社内教育で早期発見

## 日頃からチェックしたいこんな症状

- ✓ 部分的に見えない場所が出現する、見える範囲が（視野）が狭くなったと感じる。
- ✓ 暗いところで物が見えにくい、物にぶつかりやすい。
- ✓ 視力が急に低下している。
- ✓ 視界がかすむようになり、しばしば文字を読み飛ばしてしまう。
- ✓ 物が歪んで見える。



真ん中が黒く見える



ゆがんで見える

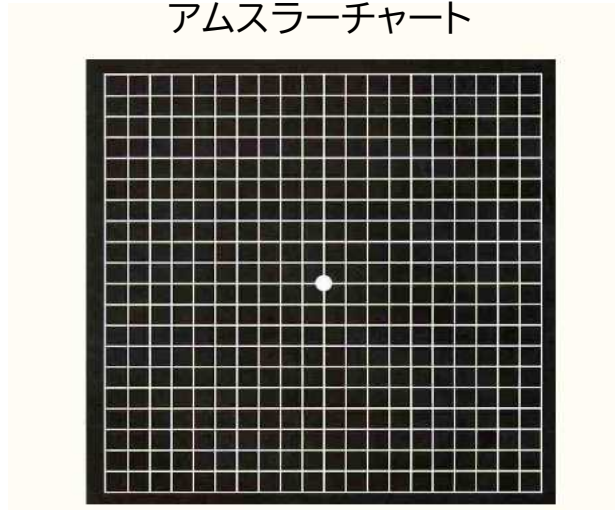
出典：公益社団法人全日本トラック協会「トラック運送事業者のための健康起因事故防止マニュアル」第7版  
(制作：NPO法人ヘルスケアネットワーク)

NPO法人ヘルスケアネットワーク 無断転載禁止

32

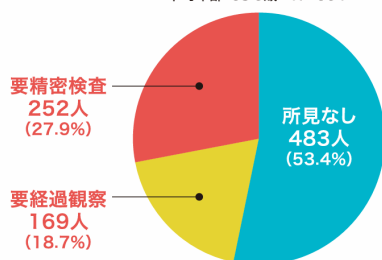
皆さん、一緒にやってみましょう！

## アムスラーチャート



## 聴力低下と認知症

60歳以上の聴力検査結果  
平均年齢: 63.9歳 N=904



資料提供: 2023年度 運輸ヘルスケアナビシステム®

### 職場で行う配慮

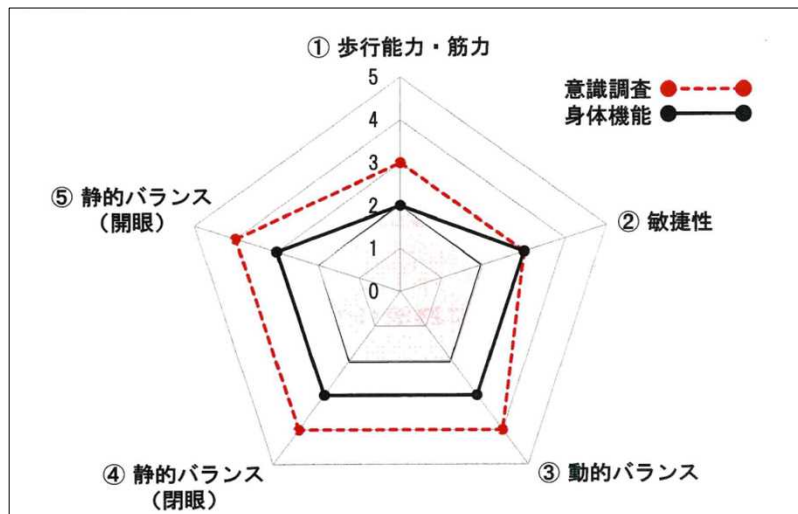
- ✓ 高齢者が聞き取りにくい声は、小さい声、大きすぎる声、早口の言葉といわれています。そのため、仕事の指示は、少し大きめの声で、ゆっくり、はっきりと伝えるようにしましょう。
- ✓ 正面から向き合い、口の動きを見せるなどの工夫をしたうえで、聞き間違いを防ぐためにも、重要なことはメモにして渡すなどの配慮が必要です。



### ここに注目!! 認知症への影響

音の刺激や脳に伝える情報量の減少により、脳の萎縮、神経細胞が衰弱したり、コミュニケーションが減少することで、認知症にもつながりやすくなります。

## 機能低下の気づきを促すチェック



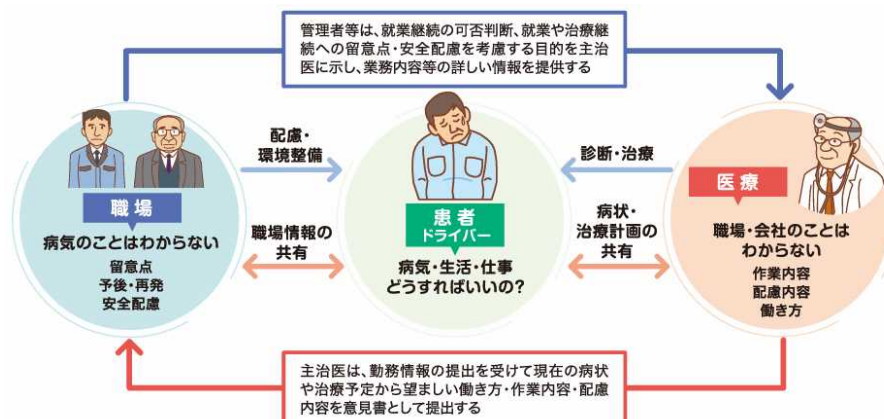
転倒等のリスク評価セルフチェック票(厚生労働省作成)  
<https://jsite.mhlw.go.jp/yamanashi-roudoukyoku/content/contents/000668561.pdf>

NPO法人ヘルスケアネットワーク 無断転載禁止

35

## 治療と仕事の両立 & 職場復帰について

◆ 業務により病気が増悪しないため ◆ 大切な従業員を病気が原因で失わないため



\* 参考 厚生労働省「事業場における治療と仕事の両立支援のためのガイドライン」編集  
<https://www.mhlw.go.jp/content/11200000/001225327.pdf>

出典:公益社団法人全日本トラック協会「トラック運送事業者のための健康起因事故防止マニュアル」第7版  
 (制作:NPO法人ヘルスケアネットワーク)

NPO法人ヘルスケアネットワーク 無断転載禁止

36

サンプル①

勤務情報を主治医に提供する際の様式例

(主治医所属・氏名) 先生  
今後の就業継続の可否、業務の内容について職場で配慮したほうがよいことなどについて、先生にご意見をいただくための従業員の勤務に関する情報です。  
どうぞよろしくお願い申し上げます。

従業員氏名	生年月日	年	月	日
住所				
職 種	※事務職、自動車の運転手、建設作業員など (作業場所・作業内容)			
職務内容	<input type="checkbox"/> 体をを使う作業(重作業) <input type="checkbox"/> 体をを使う作業(軽作業) <input type="checkbox"/> 長時間立位 <input type="checkbox"/> 重労働での作業 <input type="checkbox"/> 寒冷場所での作業 <input type="checkbox"/> 高所作業 <input type="checkbox"/> 車の運転 <input type="checkbox"/> 機械の運転・操作 <input type="checkbox"/> 対人業務 <input type="checkbox"/> 遠隔地出張(国内) <input type="checkbox"/> 海外出張 <input type="checkbox"/> 単身赴任			
勤務形態	<input type="checkbox"/> 常勤勤務 <input type="checkbox"/> 二交代勤務 <input type="checkbox"/> 三交代勤務 <input type="checkbox"/> その他( )			
勤務時間	時 ____ 分 ____ 時 ____ 分(休憩 ____ 時間、週 ____ 日間、 ) (時間外・休日労働の状況: ) (国内・海外出張の状況: )			
通勤方法	<input type="checkbox"/> 徒歩 <input type="checkbox"/> 公共交通機関(乗車可能) <input type="checkbox"/> 公共交通機関(乗車不可能)			
通勤時間	<input type="checkbox"/> 自動車 <input type="checkbox"/> その他( ) 通勤時間: ( ) 分			
休業可能期間	年 ____ 月 ____ 日まで( ____ 日間) (給与支給 <input type="checkbox"/> 有り <input type="checkbox"/> 無し 傷病手当金●%)			
有給休暇日数	残 ____ 日間			
その他 特記事項				
利用可能な 制度	<input type="checkbox"/> 時間外労働の労務管理休暇 <input type="checkbox"/> 傷病休暇   育児休暇 <input type="checkbox"/> 時差出勤制度 <input type="checkbox"/> 短時間勤務制度 <input type="checkbox"/> 在宅勤務(テレワーク) <input type="checkbox"/> 減し出勤制度 <input type="checkbox"/> その他( )			
上記内容を確認しました。 令和 ____ 年 ____ 月 ____ 日 (本人署名) _____				
令和 ____ 年 ____ 月 ____ 日 (会社名) _____				

サンプル②

治療の状況や就業継続の可否等について主治医の意見を求める際の様式例  
(診断書と兼用)

患者氏名	生年月日	年	月	日			
住所							
病 名							
現在の症状	(通勤や業務遂行に影響を及ぼし得る症状や薬の副作用等)						
治療の予定	(入院治療・通院治療の必要性、今後のスケジュール(平年間、月1回の通院が必要、等))						
通院後/治療中の 就業継続の可否	<input type="checkbox"/> 可 (職務の健康への悪影響は見込まれない) <input type="checkbox"/> 条件付きで可 (就業上の措置があれば可能) <input type="checkbox"/> 現時点で不可 (療養の継続が望ましい)						
業務の内容につ いて職場で配慮した ほうがよいこと (望ましい就業上の措置)	例: 重いものを持たない、暑い場所での作業は避ける、車の運転は不可、残業を避ける、 長距離の出張や海外出張は避ける など 注: 提供された勤務情報を踏まえて、医学的見地から必要と考えられる配慮等の記載 をお願いします。						
その他配慮事項	例: 通院時間を確保する、休憩場所を確保する など 注: 治療のために必要と考えられる配慮等の記載をお願いします。						
上記の措置期間	年	月	日	～	年	月	日
上記内容を確認しました。 令和 ____ 年 ____ 月 ____ 日 (本人署名) _____							
上記のとおり、診断し、就業継続の可否等に関する意見を提出します。 令和 ____ 年 ____ 月 ____ 日 (主治医署名) _____							

(注)この様式は、患者が病状を悪化させることなく治療と就労を両立できるように、職場での対応を検討するために使用する  
ものです。この書類は、患者本人から会社に提供され、プライバシーに十分配慮して管理されます。

出典:厚生労働省「事業場における治療と仕事の両立支援のためのガイドライン」

サンプル③

職場復帰の可否等について主治医の意見を求める際の様式例

患者氏名	生年月日	年	月	日			
住所							
夜間に関する 意見	<input type="checkbox"/> 寝間可 <input type="checkbox"/> 条件付き可 <input type="checkbox"/> 現時点で不可(休養: ____ 年 ____ 月 ____ 日)						
業務の内容につ いて職場で配慮した ほうがよいこと (望ましい就業上の措置)	例: 重いものを持たない、暑い場所での作業は避ける、車の運転は不可、残業を避ける、 長距離の出張や海外出張は避ける など 注: 提供された勤務情報を踏まえて、医学的見地から必要と考えられる配慮等や記載 をお願いします。						
その他配慮事項	例: 通院時間を確保する、休憩場所を確保する など 注: 治療のために必要と考えられる配慮等の記載をお願いします。						
上記の措置期間	年	月	日	～	年	月	日
上記内容を確認しました。 令和 ____ 年 ____ 月 ____ 日 (本人署名) _____							
上記のとおり、職場復帰の可否等に関する意見を提出します。 令和 ____ 年 ____ 月 ____ 日 (主治医署名) _____							

(注)この様式は、患者が病状を悪化させることなく治療と就労を両立できるように、職場での対応を検討するために使用する  
ものです。この書類は、患者本人から会社に提供され、プライバシーに十分配慮して管理されます。



出典:厚生労働省「事業場における治療と仕事の両立支援のためのガイドライン」

## 点呼にもデータの合わせ技を

## 点呼時の活用

### Q.1 健診結果を点呼時に活用されていますか

#### ●活用できている事例

- ・有所見項目に従って体調管理を行った
- ・血圧が気になるドライバーの血圧測定を点呼前にさせている

#### ◆活用できていない理由

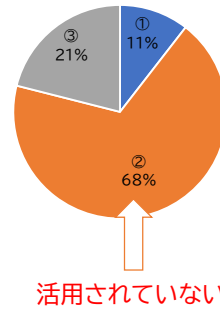
- ・点呼担当部署と健診担当部署が異なり、連携をとることが難しい
- ・どう活用してよいか分からなかった

資料:2023年運輸ヘルスケアナビシステム  
フォローアップアンケート報告書

## Q.2 点呼時にSAS項目のチェックを入れていますか

2023年度 全ト協 SAS対策セミナー アンケート結果

	前期	後期	合計
①入れている	3	1	4
②入っていない	18	8	26
③把握していない	5	3	8
計	26	12	38



## もっと 運行データの活用を

(事例) 49歳 トラックドライバーのSAS事故

### ●事故後に判明したのは

- ・ デジタコの急ブレーキ回数が多い
- ・ ドライブレコーダー映像では居眠り運転が頻繁に撮影されていた
- ・ ヒヤリハットが多かった



【解決策1】 事故防止ツールの結果は頻繁にチェックを

【解決策2】 健康情報等をクロスして活用しよう

居眠り運転の  
多い人の  
体調管理は？

事故多発者の  
健康診断結果は？

ヒヤリハットの  
多い人のSAS  
結果は？

まとめ

情報の合わせ技で  
**健康起因事故の予兆が見える**

健診データ+受診状況 × 生活習慣データ × 働き方

運行データ(デジタコ・ドライブレコーダ等)

事故防止



ドライバー寿命の延命

お問い合わせ

**NPO法人 ヘルスケアネットワーク (OCHIS) 大阪オフィス**

〒536-0014 大阪府大阪市城東区鳴野西2-11-2 大阪府トラック総合会館3階

受付時間/平日9:00~17:00

睡眠時無呼吸  
症候群(SAS)

**06-6965-3666**

e-mail / sas@ochis-net.com

ホームページ  
お問い合わせフォーム

<https://www.ochis-net.jp/contact/>



運輸ヘルスケア  
ナビシステム®

**06-6965-8171**

e-mail / unyunavi@ochis-net.com

ホームページ  
お問い合わせフォーム

<https://navi.ochis-net.jp/contact/>





## ご視聴 有難うございました



NPO法人 ヘルスケアネットワーク (OCHIS)  
副理事長 作本 貞子



### 【プロフィール】

居眠り運転と関連性の深い睡眠時無呼吸症候群(SAS)対策事業を日本でいち早く立ち上げ、全日本トラック協会のSAS検査の指定機関等として突出した実績を持つ。全日本トラック協会 WEBセミナー講師を務め、新聞各紙、テレビでも数多くも紹介され、安全・健康をテーマに全国的に講演活動を行う。

#### ●著書

「睡眠時無呼吸症候群(SAS)ガイドブック」「睡眠時無呼吸症候群(SAS)早わかりガイド」「知って得する医療費のはなし(ジェネリックについて)」「睡眠ガイドブック」「睡眠ガイドマニュアル 13のチェック付き」「運輸業界のためのSAS対策Q&A50」他

#### ●連載

「労働安全衛生広報」短期集中連載:労働調査会

「労働の科学」6回連載:労働科学研究所

「国際交通安全学会会報誌(review)」「日本疲労学会誌」「安全と健康」:中央労働災害防止協会

三井住友海上 コンパスニュース 連載中 他多数

#### ●執筆

全日本トラック協会「健康起因事故防止マニュアル(改訂版とも)」「新型コロナウイルス感染予防対策マニュアル」

自動車事故対策機構(NASVA)「運行管理者一般講習用テキスト29年版」

国土交通省発出「SAS対策マニュアル」2015年8月、2025年7月8月(改訂版)の執筆に関わる。