

福 運 整 第 4 2 8 号  
福 運 輸 第 3 2 7 号  
平成 2 7 年 9 月 1 1 日

県内運送事業者 各位

東北運輸局福島運輸支局長  
(公印省略)

「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  
～S A S 対策の必要性と活用～」について

居眠り運転や眠気に起因した漫然運転による事故の防止を図るためには、適切な運行管理により過労防止を図るとともに、点呼等において、安全な運転ができないおそれがあるような疲労や睡眠不足状態がないかを常に注意していく必要があります。

一方、居眠りに至る過度な眠気をきたす様々な病気があることが知られており、これらに起因した居眠り運転を防止するためには、病気の早期発見・早期治療が重要となります。

その中で「睡眠時無呼吸症候群」(Sleep Apnea Syndrome : S A S。以下「S A S」という。)については、「事業用自動車の運転者の健康管理マニュアル」(平成 2 2 年 7 月 1 日策定、平成 2 6 年 4 月 1 8 日改訂。以下「健康管理マニュアル」という。)において、S A S スクリーニング検査を推奨検査とし、また「「睡眠時無呼吸症候群」に注意しましょう！」(平成 1 5 年 3 月策定。平成 1 9 年 6 月改訂。以下「S A S マニュアル」という。)というマニュアルにより、その周知と早期発見・早期治療に努めてきたところです。

今般、S A S マニュアルが改訂されて 8 年が経過し、この間に得られた知見をもとに、当該 S A S マニュアルの全面的な見直しを行い、題目も標記題目と改められました。

つきましては、別添の「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～S A S 対策の必要性と活用～」(以下「改訂 S A S マニュアル」という。)及び下記事項について了知し、S A S 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ようお願いします。

記

1. 別添「改訂 S A S マニュアル」を活用し、S A S の早期発見・早期治療の重要性について、運転者、運行管理者及び人事・労務担当者等全ての関係者に周知すること。

2. SASは生活習慣と大きく関係のある疾病であることから、日頃からの健康管理教育の徹底を運行管理者等に促すこと。
3. SASであっても日中に強い眠気を感じない人がいることが様々な研究でわかっており、SASの早期発見のため、日中に強い眠気を感じない運転者も簡易なスクリーニング検査を受診するよう努めること。
4. スクリーニング検査でSASの確定診断のための精密検査が必要と判断された場合には、精密検査を受けるとともに、SASと診断された場合には、適切な治療を受けるよう当該運転者を指導すること。
5. SASであっても、早期に発見し適切な治療をすれば、SASでない者と全く同様な乗務が可能であることを理解し、SASと判明したからといって乗務からはずすなどの差別的な扱いをしないこと。差別的な扱いを避けるためにSASであることを隠し、治療を受けずに運転業務を続けることが最も危険な状態であることを理解すること。
6. SASと診断された運転者の就業上の措置の決定や点呼時の乗務可否判断の目安に関しては「健康管理マニュアル」を併用するとともに、担当医及び産業医等と密に情報共有を行うこと。
7. なお、SAS以外にも、居眠り運転や眠気に起因した漫然運転と関連した様々な病気があることが知られており、原因不明の過度な眠気がある場合には、これらの早期発見・早期治療の観点からも、専門医療機関への受診が重要であることを理解すること。

# 「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対策の必要性を活用～」の概要

(平成15年3月策定、平成19年6月改訂、平成27年8月改訂)

## 【ポイント】

- SASスクリーニング検査及び精密検査に係る一連の流れを図示しました。
- スクリーニング検査前、検査後、精密検査、治療へ至る過程の各所で、事業者が注意すべき点を具体的にしました。
- 日常の健康管理について運転者への教育内容を充実させました。

## これまでの記載内容

### (1) SASとは

- 原因：睡眠時に舌の沈下により気道が閉塞
- 症状：睡眠中の呼吸停止  
日中の強い眠気  
高血圧、脳卒中等の合併症の要因
- SAS患者の事故率は健常者の3倍

### (2) SAS早期発見のための簡易検査 (スクリーニング検査)

- フローセンサ法
- パルスオキシメトリ法

### (3) 精密検査

- PSG検査による重症度の判定
- 判定に基づく適切な治療の実施

### (4) 治療

- CPAP：鼻にマスクを付け空気を持続的に送り込む
- マウスピースによる気道の確保
- 減量・禁煙・適正飲酒

### (5) 事業者が果たすべき役割

- 事業者には、運転者や家族と一体となって、SASの早期発見・早期治療に取り組む社会的責任がある
- SASであることを隠し、治療を受けずに運転業務を続けることが最も危険な状態であり、避けるべきこと

### (6) 医療機関

- 産業医や地域産業保健センター、定期健康診断委託先の医療機関などに相談
- 最寄りの医療機関でも可能

## 新たに追加した内容

### (1)

- \* 日本の男性トラック運転者の約7-10%、女性の約3%が中等度の睡眠呼吸障害であることを明記しました。
- \* SASは生活習慣と大きく関連のある疾病であるため、バランスのとれた食事、運動、休養などの重要性を強調しました。

### (2)

- \* 精密検査及び治療への流れをフローチャートに示すとともに、治療への判断基準を明確化し、各項目における注意事項を充実させました。

### (3)、(4)

- \* CPAP治療について、最近の医療取扱の発展を踏まえ、内容を見直すとともにフローチャートに示しました。

### (5)

- \* 管理者・点呼者の役割の詳細を明記するとともにSASの重要度分類を明示し、判断基準を明確化しました。
- \* 睡眠時間の確保等、睡眠教育の重要性に関する記述を追記しました。

### (6)

- \* 医療機関の予約方法、持参物を明記し、診断から治療までの流れをフローチャートに示しました。

### (新規)

- \* 良質な睡眠に係る環境及び機器を紹介しました。