

運行管理者用

トラックドライバーの 健康管理マニュアル

運転者の体調不良による交通事故を撲滅しよう



はじめに

運行管理者は、自動車の安全運行を確保するうえで重要な役割を担っています。点呼などの機会を通じて運転者の健康管理を行うことが大切な役目です。このマニュアル^{*}を参照して、運転者の健康管理に役立ててください。

健康管理を効果的に行うには、事業所内に運転者の健康状態を気遣う雰囲気を作り上げることも大切です。

また、健康管理は運転中の事故を防ぐだけでなく、運転者やその家族の快適な日常生活を守ることにもつながります。このことを運転者に伝え、運転者と協力して健康管理を行いましょう。

※本冊子は国土交通省自動車交通局（平成22年7月）資料を基に作成

運転者の体調が十分でないことが原因となって、重大な交通事故となる「健康起因事故」が起こっています。これらの事故の多くは、日常の健康管理が充実していれば防ぐことは十分に可能です。

本マニュアルに健康管理を効果的に進めるために必要な事項をコンパクトにまとめました。ぜひ、本書を参考に、事業者の皆さんには、運行管理とともに運転者の健康管理をしっかりと行ってほしいと思います。

運転者の皆さんが、日々よい体調でハンドルを握ってこそ、安全でプロに相応しい運転が実現します。元気よく、笑顔のたえない仕事で、荷主の皆さんからの信頼を勝ち得ていきましょう。

平成22年9月

社団法人 全日本トラック協会

目 次

- 1. 注意すべき疾病と健康起因事故のメカニズム…………… 4
- 2. 定期健康診断などの結果に基づく健康管理…………… 6
 - ① 定期健康診断などの実施…………… 6
 - ② 健康診断結果に応じた対処…………… 6
 - ③ 地域産業保健センター事業の活用方法…………… 8
 - ④ 医師の意見に応じた対処…………… 8
- 3. 点呼時における注意事項…………… 10
- 4. 「健康管理ノート」作成のすすめ…………… 11



健康管理の流れ

定期健康診断
などの結果に
基づく健康管理

定期健康診断の実施



点呼などにおける
乗務に係る判断・
乗務時の対処

体調は
どうですか？



1

定期健康診断などの実施（事業者）



2

診断結果などに異常があった場合は、
医師からの意見を聴取（事業者および医師）



3

運転者の就業上の措置
（事業者および運行管理者）



4

運転者の日常的な健康管理
（事業者、運行管理者および運転者）



5

乗務前点呼の実施（運行管理者）



6

乗務の判断（運行管理者）



7

乗務時の対処
（運行管理者および運転者）



注意すべき疾病と健康起因事故のメカニズム

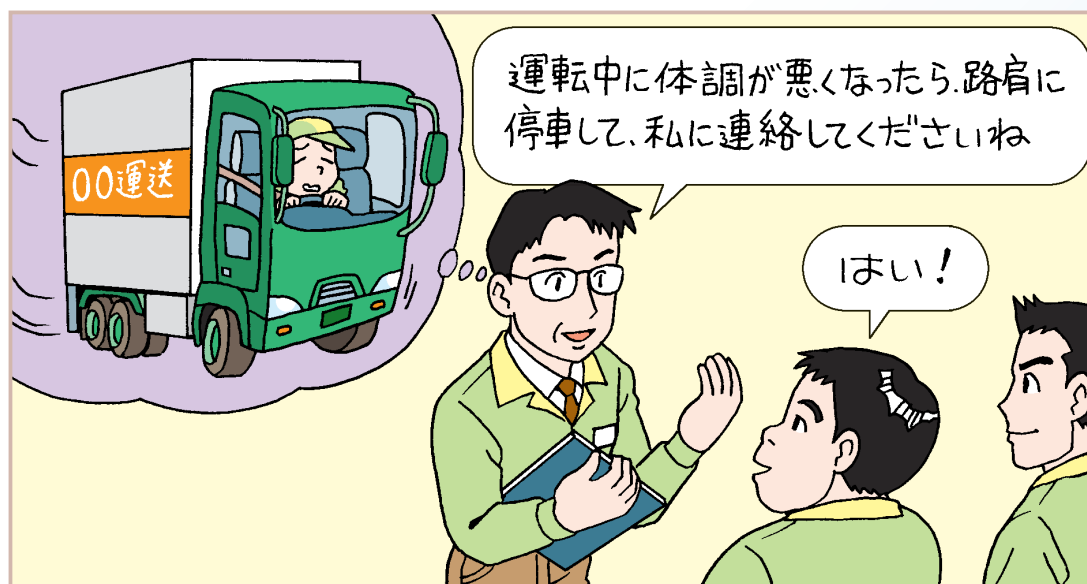
Q. 健康起因事故が多発しているとのことですが、具体的にはどのような疾病に注意すればよいのでしょうか。

A. 国土交通省に報告された健康起因事故のうち、脳出血や心筋梗塞などによる事故が約3分の2を占めています。したがって、運転者の健康管理にあたっては、特にこれらの疾患に注意する必要があります。**予防には、運転と休養、生活習慣の改善と自己管理が重要です。**



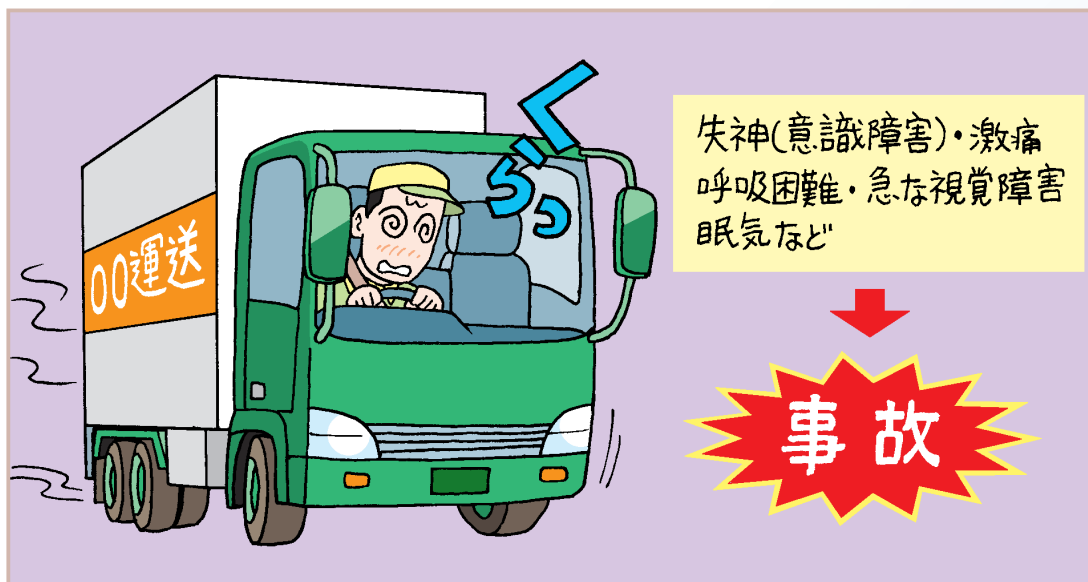
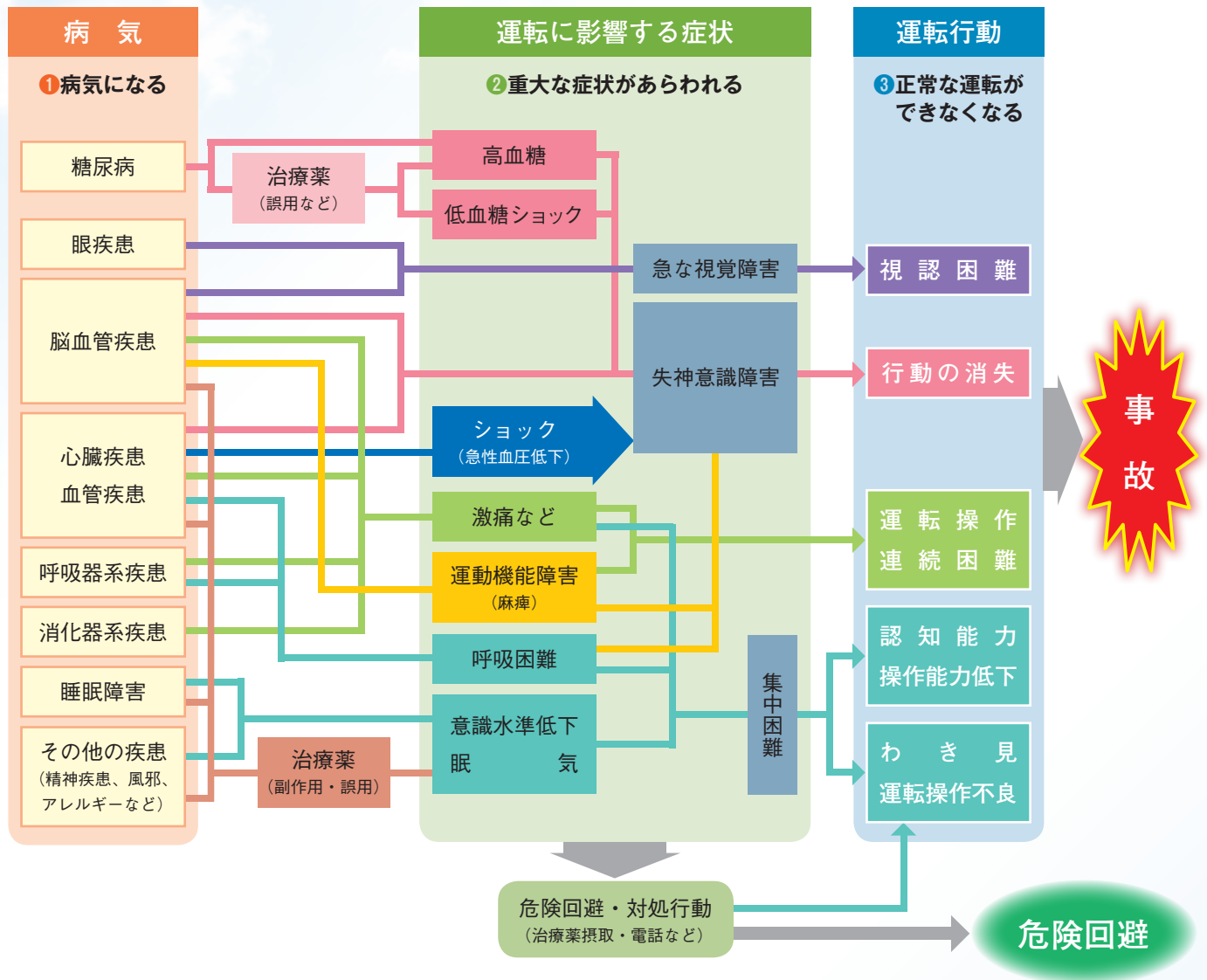
Q. 健康管理を行っていても、運転者が運転中に体調が悪くなる可能性もありますね。そのような場合はどうすればよいのでしょうか。

A. 運転者が運転中に体調が悪くなった場合に備え、「運転中、体調に異常を感じた場合どうすればよいのか」をあらかじめ運転者に伝えたり、運転中に体調が悪くなった場合の対応マニュアルを準備しておき、そうした場合には決して無理して運転を続けてはいけないことを運転者に周知しましょう。



健康起因事故のメカニズム

①病気のせいで、②運転に影響するような重大な症状が運転者にあらわれ、③正常な運転ができなくなったり、ものが見えなくなったりします。もう事故寸前です。これが健康起因事故です。



1 定期健康診断などの実施

Q. 運転者の健康管理を行うために、まず行うべきことはなんですか。

A. 運転者には健康診断を必ず受診させる必要があります。法令によって義務づけられている健康診断は、①雇入時の健康診断、②雇用後の定期健康診断、③特定業務従事者（深夜業に従事する者など）の健康診断、の3つです。深夜業に従事する場合には、6か月以内ごとに1回以上定められた健康診断を行わなければなりません。



〈健康診断の法定検査項目〉

1	既往歴および業務歴の調査
2	自覚症状および他覚症状の有無の検査
3	身長、体重、腹囲、視力および聴力の検査
4	胸部エックス線検査および喀痰検査
5	血圧の測定
6	貧血検査
7	肝機能検査
8	血中脂質検査
9	血糖検査
10	尿検査
11	心電図検査

2 健康診断結果に応じた対処

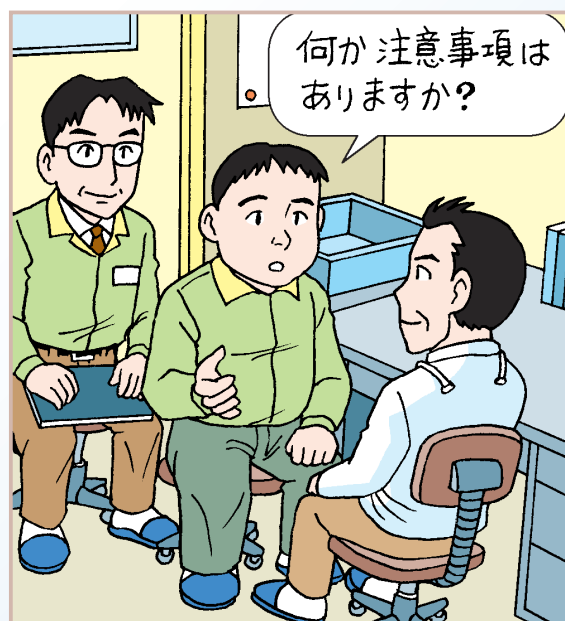
Q. 健康診断の結果に「異常の所見」がありました。どのように対処すればよいのでしょうか。

A. 健康診断の結果に「異常の所見」があった場合には、次のような対処をとってください。

- ① 事業者は、医師に対し、その運転者の乗務の可否、乗務させる場合の配慮事項などについて意見を求めなければなりません。
- ② 意見は、健康診断個人票の「医師の意見」欄に記入してもらうようにしましょう。
- ③ 健康上の問題点をはっきりさせるために、必要に応じて、さらに精密検査などを受けるよう運転者を指導することが大切です。

なお、医師から適切な意見を得るためには、次の事項を医師に伝えることをお勧めします。

- ・運転者は職業ドライバーであること
- ・運転者が想定される運行スケジュールについて
- ・乗務前の点呼で運転者の体調確認が行われること



Q. 健康診断で、脳血管疾患、心臓疾患に関連する一定の項目に異常の所見があった運転者については、どのように対処すればよいのでしょうか。

- A. このような運転者には、必ず二次健康診断を受けさせましょう。二次健康診断についても、やはり医師から、乗務の可否、乗務の際の配慮事項などについての意見を聞きましょう。

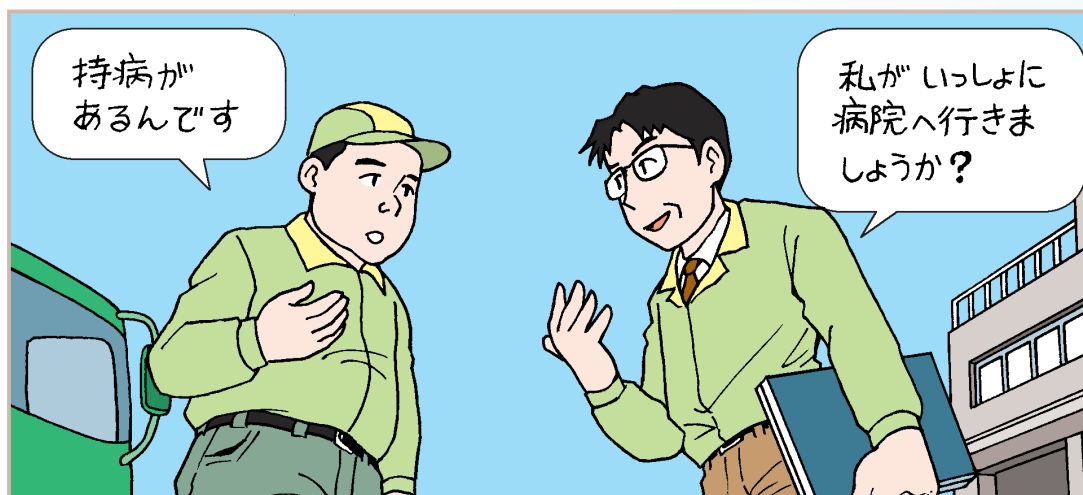


Q. 運転者が持病をもっており、自分で医師にかかっています。運行管理者としては、病状を把握した方がよいのでしょうか。

- A. 運転者が疾病のために医師の治療を受けている場合、病状と乗務に与える影響については、運行管理者としても把握しておいた方がよいでしょう。したがって、運転者に「健康状態に配慮した運行管理」のために活用すること、また「それ以外の目的で情報を利用しないこと」を説明し、本人の同意を得たうえで、次のような方法で情報を入手することが考えられます。

- ・ 運転者が医師から聞いて書きとめたメモをもらう。
- ・ 運転者が医師からもらってきた診断書（有料）を入手する。
- ・ 産業医などが、運転者の診断・治療をした医師から入手した意見書や診療情報提供書（有料）を入手する。
- ・ 運行管理者が運転者の受診に同行する。

なお、健康に関する情報は個人情報ですから、健康管理の目的以外に利用したり、第三者に提供してはいけません。取り扱いや保管には十分に配慮してください。また、医学用語などの難しい言葉は、勝手に解釈せずに医師、保健師、看護師などに尋ねてください。



3 地域産業保健センター事業の活用方法

Q. 当社は営業所が1カ所で、労働者が50人未満であるため、産業医を選任していません。健康診断の結果、運転者に異常の所見があったとしても、相談すべき医師がいません。このような場合、どうしたらよいですか。

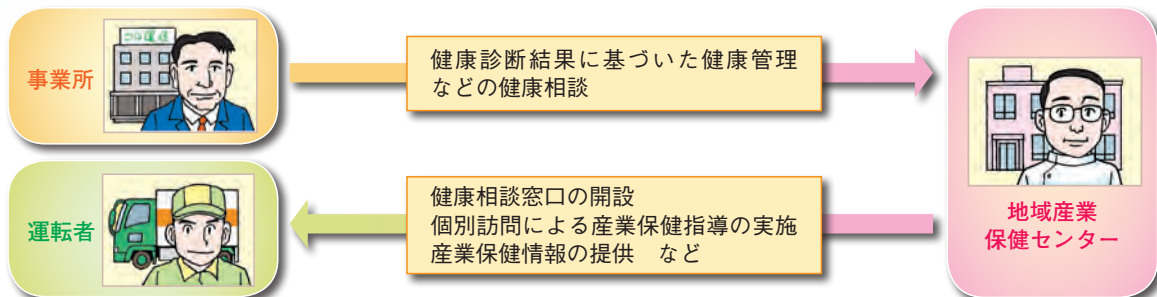
A. 産業医の選任が義務づけられておらず、相談すべき医師がわからない事業者については、地域産業保健センター事業を有効に活用するのがよいでしょう。健康診断の結果において、異常の所見が見られた運転者に対する措置などに関する意見をもらうことができます。

〈地域産業保健センター事業〉

労働者が50人未満の産業医の選任義務のない事業者や労働者を対象として、健康相談などの保健サービスを無料で提供している事業です。

<http://www.mhlw.go.jp/new-info/kobetu/roudou/gyousei/anken/dl/080123-2a.pdf>

地域産業保健センターは、平成22年3月現在、全国に347カ所あります。各地にある地域産業保健センターが、厚生労働省の都道府県労働局のホームページで公開されているので、活用を検討する場合はご覧ください。



4 医師の意見に応じた対処

Q. 医師からの意見で、「乗務させる際に配慮が必要」と言われました。どのように対応したらよいのでしょうか。

A. 医師からこのような意見があった場合には、事業者はその運転者について、乗務時間の短縮、夜間乗務の回数の削減などの適切な措置（「就業上の措置」と言います）を検討する必要があります。

これらの措置を最終的に決めるのは、医師ではなく事業者です。しかしながら、医師が「乗務させない方がよい」という意見であるときには、乗務させるべきではありません。また、運転者の健康状態が回復し、運転業務に戻す前に、必ず医師に相談しましょう。

また、糖尿病の運転者に対して、「食事の時間、内容や投薬の時間を指示されたとおりにし、血糖値をコントロールすること」という意見があった場合など、日常生活に対する保健指導を受けている運転者については、点呼の機会などに注意を払うようにしてください。



Q. 運転者の数が多いので、運転者一人ひとりの健康状態に十分に目が届きません。効率的に管理するよい方法はありませんか。

A. まず、運転者の健康情報をきちんと記録しましょう。例えば、次のような事項は、運転者台帳（貨物）に記録して整理する必要があります。

- ① 運転者の健康状態（疾病、治療、服薬など）
- ② 点呼時に確認すべき事項
- ③ 乗務中に注意すべき事項および乗務中に健康状態が悪化した場合の対処方法

点呼記録簿に印をつけておくのもよい方法です。例えば、健康診断の結果で、異常の所見があった運転者や就業上の措置を講じた運転者の氏名の横に、疾病に応じて決めたマーク（*、△など）を付けておくのです。こうすると、点呼を行うときに見落とすことなく、適切な注意喚起ができます。

なお、健康情報は個人のプライバシーを含むので、その取り扱いには十分注意してください。



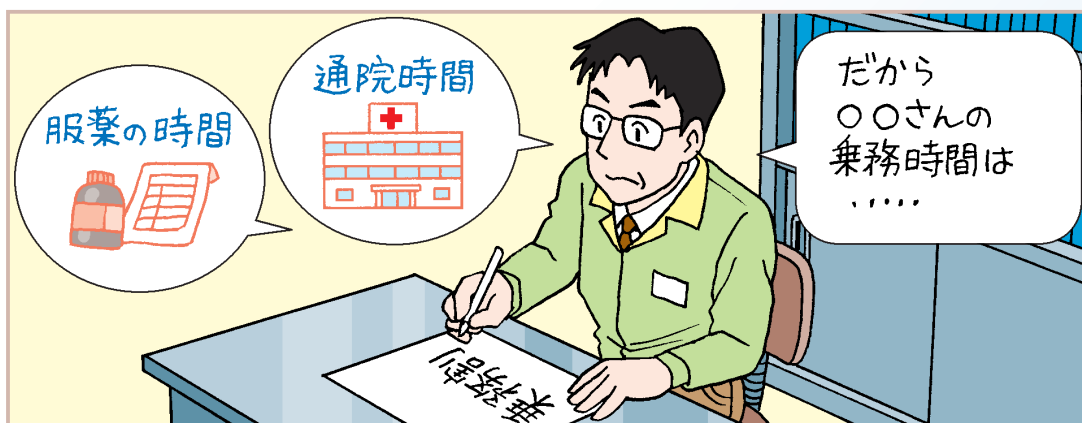
Q. その他、運転者の健康管理に関して、運行管理者として注意すべきことはありますか。

A. 乗務割を作成する際は、運転者の服薬の時間、体調のリズム、通院する時間などに配慮するなどして、運転者自身が健康管理しやすい環境を作るように気をつけましょう。

また、普段から運転者に対して、病気などで医師にかかる際には、次のことに注意するよう徹底しておくとういでしょう。

〔運転者が医師にかかる時の注意事項〕

- ・ 運転者自身が職業ドライバーであることを医師に伝える。
- ・ 処方薬に、運転に支障を及ぼす副作用（眠気などの症状）の可能性がないか、医師に確認する。
- ・ 運転者の勤務時間が不規則であることを伝え、服薬のタイミングなどについて、医師から指導を受ける。





点呼時における注意事項

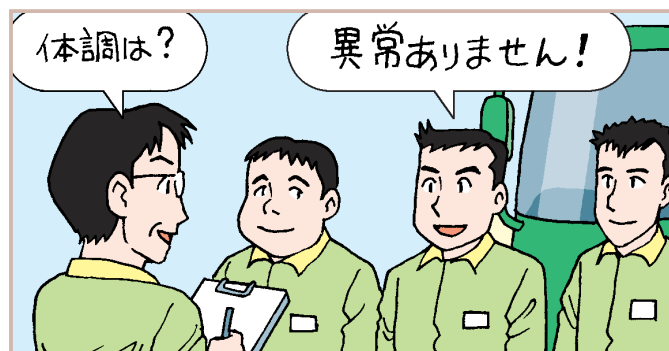
「トラックドライバーの健康管理のポイント」の中にある、「健康管理自己診断シート」を活用して、各自の自己管理に役立てましょう。

Q. 法令では、運行管理者は、「点呼時に、運転者の疾病などによる安全運転への影響などについて確認すること」とされています。具体的にどのようにすればよいのでしょうか。

A. 乗務前の点呼では、次のようにして運転者の健康状態を確認します。

(1) 乗務前点呼

- ① 運転者の立ち位置を足マークなどで明示し、至近距離で点呼する。
- ② 必ず運転者の顔を見ながら行い、運転者に声を出させる。
※健康状態が悪いと声に兆候が現れやすいため、必ず運転者に声を出させる。



(2) 次の事項について運転者に確認する

- ・ 熱はないか
- ・ 気分が悪くないか
- ・ 眠気を感じないか
- ・ 運転に悪影響を及ぼす薬を服用していないか
- ・ 疲れを感じないか
- ・ おなかをこわしていないか
- ・ 腹痛・頭痛を我慢していないか
- ・ そのほか健康状態に関して何か気になることはないかなど

(3) 運転者台帳、点呼記録簿などを参照しつつ、疾病などを治療中の運転者に対しては、次の事項を確認する

- ・ 疾病を治療するために定期的に通院しているか
- ・ 医師に処方された薬をしっかりと飲んでいるか
- ・ 医師に指示された事項を守っているか など

(4) 疾病に応じて次の事項も確認する

〈高血圧症〉

- ・ めまいはないか
- ・ 頭が重い、あるいは痛くないか
- ・ 動悸がしないか
- ・ 脈が乱れることはないか

〈心血管系疾患〉

- ・ 動悸がしないか
- ・ 脈が乱れたり、極端に遅くなることがないか
- ・ 息切れはしないか
- ・ めまいはないか
- ・ 胸痛はないか
- ・ 気分はどうか



〈糖尿病〉

- ・ のどが異常にかわくことがないか
- ・ だるさ、疲れがひどくならないか
- ・ 目立って痩せてきていないか
- ・ 頻尿・多尿ではないか
- ・ 冷や汗が出る感じがいないか（低血糖の恐れあり）
- ・ めまいがしたり、著しい倦怠感があることはないか
- ・ 頭が重い、あるいは痛くないか
- ・ 動悸がしないか
- ・ 脈が乱れたり、極端に遅くなることがないか
- ・ 息切れはしないか
- ・ 気分はどうか
- ・ 胸痛はないか



Q. 点呼時に、体調が悪そうな運転者がいた場合にはどうすればよいのですか。

- A. 運行管理者は、運転者が安全に乗務できる健康状態かどうかを判断し、乗務の可否を決定します。運転者の体調が優れない場合は、乗務させてはいけません。

なお、点呼の結果、乗務できなくなった場合に代わりの運転者をどうするかは、あらかじめ決めておく必要があります。具体的には、代わりの運転者をすぐ手配できる手続きを決めておく、他の運送事業者へ運送を依頼できるようにしておくなどが考えられます。代わりの手段がないために、体調が悪い運転者が無理をして乗務するようなことがないようにしてください。

4 「健康管理ノート」作成のすすめ

Q. 事業者として運転者の健康管理をきちんと行うために、運転者自身もしっかり自己管理を行ってもらう必要があると思います。

運転者の健康管理をサポートするよい方法はありませんか。

- A. 運転者の健康管理の支援ツールとして、「健康管理ノート」を活用することをお勧めします。下記の①～⑤の内容に加え、運転者自身の健康情報⑥を書き込めるページを追加したノートを作成し、運転者一人ひとりに配ります。

- ① 生活習慣の改善の重要性
- ② 運転に支障を及ぼすおそれのある疾病にかかわる基礎知識
- ③ 定期健康診断の活用方法
- ④ 運転者が事業者に対して報告すべき事項
- ⑤ 運転中に身体の異常を感じた場合の処置
- ⑥ 運転者自身の健康状態の記入欄
 - ・ 健康診断結果
 - ・ 就業上配慮すべき結果
 - ・ 医師のコメント など



お近くの地域産業保健センターをご紹介します

地域産業保健センターは、全国347カ所に設置しています。(平成22年7月現在)

お近くの地域産業保健センターについては、最寄りの都道府県労働局の労働衛生課または安全衛生課にお問い合わせください。

都道府県労働局	電話番号
北海道労働局	011-709-2311
青森労働局	017-734-4113
岩手労働局	019-604-3007
宮城労働局	022-299-8839
秋田労働局	018-862-6683
山形労働局	023-624-8223
福島労働局	024-536-4603
茨城労働局	029-224-6215
栃木労働局	028-634-9117
群馬労働局	027-210-5004
埼玉労働局	048-600-6206
千葉労働局	043-221-4312
東京労働局	03-3512-1616
神奈川労働局	045-211-7353
新潟労働局	025-234-5923
富山労働局	076-432-2731
石川労働局	076-265-4424
福井労働局	0776-22-2657
山梨労働局	055-225-2855
長野労働局	026-223-0554
岐阜労働局	058-245-8103
静岡労働局	054-254-6314
愛知労働局	052-972-0256
三重労働局	059-226-2107

都道府県労働局	電話番号
滋賀労働局	077-522-6650
京都労働局	075-241-3216
大阪労働局	06-6949-6500
兵庫労働局	078-367-9153
奈良労働局	0742-32-0205
和歌山労働局	073-422-2173
鳥取労働局	0857-29-1704
島根労働局	0852-31-1157
岡山労働局	086-225-2013
広島労働局	082-221-9243
山口労働局	083-995-0373
徳島労働局	088-652-9164
香川労働局	087-811-8920
愛媛労働局	089-935-5204
高知労働局	088-885-6023
福岡労働局	092-411-4798
佐賀労働局	0952-32-7176
長崎労働局	095-801-0032
熊本労働局	096-355-3186
大分労働局	097-536-3213
宮崎労働局	0985-38-8835
鹿児島労働局	099-223-8279
沖縄労働局	098-868-4402



〒163-1519 東京都新宿区西新宿1丁目6番1号
新宿エルタワー19階 TEL.03(5323)7626(労働部)
ホームページ <http://www.jta.or.jp>