

過労運転の防止と安全・健康対策の提案

作本 貞子

NPO 法人大阪ヘルスケアネットワーク普及推進機構 理事

産業保健分野における「疲労」は、「環境病」という言葉でも表わすことができるほど、その働き方と関連性が深いのではないだろうか。一般的な疲労対策としては睡眠・休養・食事・リラクゼーション、さらにオンとオフの切り替えなどが注目される場所であるが、特に職業ドライバーを視野に入れた場合は、企業の現状や個人の働き方を踏まえた、具体的で簡単にできる安全・健康対策が不可欠で、今後は業界全体のサポートも望まれる。

労働集約型産業といわれる運輸会社は中小規模事業者が多く、ドライバー不足や急激な高齢化に苦慮している。また荷主・元請け会社・協力会社という社会構造上の関係からは、「指定時間までに運ばなければならない時間の制約」、「予想もつかない常習化する待機時間」、中には「無理難題」を抱えるケースもあり、これらが業界特有のイライラやストレスさらに疲労を発生させていることも否めない。これらの対応については国土交通省や厚生労働省、さらに各協会団体などが現状を総合的に把握した上で、運輸関係者内外への働きかけや、サポート体制の構築と具体化に向けての方策検討が求められるところである。

しかしながら、企業としてのコンプライアンスや努力義務が回避できるというものではない。労働安全衛生法に基づく定期健康診断の完全実施、そのフォローから適正配置までの推進は極めて重要である。さらには、居眠り運転防止対策として（社）全日本トラック協会や（社）日本バス協会が助成事業として推進している睡眠時無呼吸症候群（SAS）対策は、良質な睡眠の確保による疲労回復や健康起因事故防止との観点からも、安全・健康確保の面で極めて有効な対策である。

企業が安全・健康対策を社内展開する上でのポイントとしては、「事故防止部門と健康（労務）管理部門の情報共有化」や「社員への啓発・教育」が挙げられる。しかし中小規模事業者の場合は、「分かりやすい・スグ・簡単」が必須条件となり、腰痛改善やリラクセス効果の高いストレッチ体操の紹介や、「見える化」としてのポスター掲示などは大変有効である。これらはすでに効果を上げているところも多く、簡単なところから積み上げていくことも重要であると言える。

今後は解明されてきた「疲労」を、職業ドライバーなどの現場にいかに関与し込んでいくか……しかし、なかなか難題である。