

労働災害事故防止活動フロントライン

「ゼロ災害で行こう！」

労災事故防止特集

第1回 衛生管理を強化し健康起因事故撲滅に取り組む 富山県小型運輸株式会社



外部講師を招いて行われる「事故防止・労災防止勉強会」

表1 平成26年に実施した「事故防止・労災防止勉強会」

- ▷ 1月4日 (第1回)
 - ・県内の交通事故発生状況、雪道や凍結道路における運転の心得、運転者が背負う交通事故の責任(講師:中部交通共済協同組合)
 - ・冬季の転倒災害の現状・事例および防止対策、労災事故の再報告
- ▷ 3月1日 (第2回)
 - ・休息・休憩の取り方など、健康管理を主とした安全運行に関する再確認
- ▷ 4月12日 (第3回)
 - ・無事故無災害表彰式
 - ・事故事例紹介
 - ・健康管理について
- ▷ 7月5日 (第4回)
 - ・運行・安全管理について
 - ・車両点検について
 - ・熱中症対策、心のケアについて
- ▷ 9月6日 (第5回)
 - ・事故事例から学ぶワークシートによるケーススタディ
 - ・これからの季節の健康管理(「秋バテ」の防止、体調管理の大切さについて)
- ▷ 12月6日 (第6回)
 - ・交通事故に関わる運転手の生理的・心理的要因と対処法
 - ・飲酒運転・薬などを服用しての運転の防止

富山県小型運輸は昭和26年に創業し、この10月で創業64年目を迎える。「富山の置き薬」として古くから知られている医薬品、また米や梨などの農作物やアルミ缶などを大型車で関東や関西

などに運んでいるほか、中・小型車による新聞輸送や家具輸送、学校給食の配達、家庭から出る空き瓶の回収やデータ輸送なども手がけており、地域に密着した業務を展開している。

度重なる労働災害に直面し 取り組み強化を決意

同社が衛生管理に本格的に取り組むようになったのは、5年ほど前からである。それ以前は、脚立に乗って洗車している時に足を踏み外し落下してケガをした、ホームで荷扱い中に足を滑らせて転倒した、トラックに乗車する際にステップを踏み外し

陸運業における、労働災害による平成26年の死亡者数は132人を数え、前年に比べて23.4%増加している。また、休業4日以上の死傷者数も依然として多いのが現状である(3面参照)。陸運業では多くの労働災害が発生しており、トラック運送業界には一層の労働災害事故防止への取り組み強化が求められている。

トラック運送業界は人手不足など多くの課題を抱えているが、経営環境に置かれてはいるが、業界で働く人々が健康で安全に働けることができる労働環境の整備は、

事業継続のためには決して欠かすことはできない。今号から始まる本連載では、労働災害防止対策を積極的に実施している富山県小型運輸(株)の取り組みを紹介し、陸運業における労働災害事故防止に資する内容を取り上げていく。今回は、従業員に対する衛生管理への施策を強力に推進し、健康起因事故撲滅を目指している富山県小型運輸(株)の取り組みを紹介する。



④点呼室には体重計と血圧計を備えてある⑤安全への意識付けに繋がる「一言コメントノート」

「体の病氣」のみならず 拡大する「心の病氣」への対策も

それでは、同社における安全衛生活動を細かく見ていきたいと思います。

①事故防止・労災防止勉強会の開催
同社では定期的に、全従業員を対象とした事故防止・労災防止勉強会を実施している。平成26年は6回実施(表1)。勉強会では、交通安全や労働災害の防

止について多彩な観点から取り上げており、従業員全員が学んでいくことで知識の浸透を図っている。また、夏は熱中症防止、秋は秋バテ防止、冬は当座で積雪があるため転倒事故防止を取り上げるなど、季節に応じた対策を講じている。

②メンタルヘルス対策の強化
同社の安全衛生活動の中で出ているのが、メンタルヘルス対策を強化していることである。これは、あるドライバーがふさぎ込みがちになって仕事への意欲を失ってしまったことなどがきっかけとなり、4年ほど前から始められた。

近年、うつ病などの精神疾患により医療機関にかかっている患者数が大幅に増加しており、17年以降は300万人を超えている。心の病氣、患者者本人のみならず、家庭や職場に与える影響も大きい。しかし、体の病に比べて、早い段階で適切な治療を受けるこ

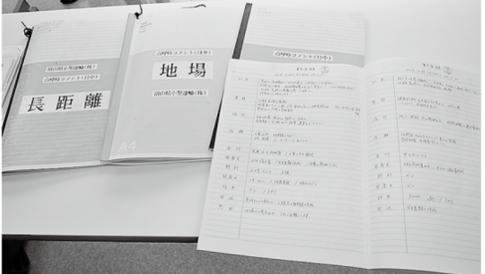
とが難しい。特に、一人が業務を行うことが多いトラックドライバーは、悩みを一人で抱え込んでしまい、心の不調を相談できる相手を見つけれないまま、深刻な状態に陥ってしまうケースもみられる。

心の健康維持について自ら意識し、周りも心のちよつとした変化に早めに気づいてあげることが、深刻化する前に適切な処置を受けることが可能となる(4面参照)。

事故防止・労災防止勉強会では、メンタルヘルス対策支援センターの促進員を招き、心の健康管

理の重要性について話をし、しっかりと休息を取らなければならない。疲労蓄積と過労運転の防止にも努めている。

さらに、事故のない作業を行ってほしいという願いから、点呼時に今日の作業における「一言コメント」をノートに書いてもらうことで、従業員一人ひとりの安全への意識付けに繋げている。



④点呼室には体重計と血圧計を備えてある⑤安全への意識付けに繋がる「一言コメントノート」

③産業医によるカウンセリングの実施
健康を維持するために、病気の早期発見・早期治療が欠かせない。同社は、日頃から健康に気を配るよう働きかけていくことで、メンタルヘルス対策の強化を図っている。

④インフルエンザ予防接種に対する補助
4年前に従業員2人がインフルエンザに感染した経験を経験し、インフルエンザ接種の実施に際しては、会社が補助を行うことで、従業員におけるインフルエンザ感染・流行を整えた仮眠室を整備

⑤日常の業務における対人関係の改善
職場の人間関係がギスギスしていると、毎日働いていくのが大変になる。同社は、過去の受診結果を基に、健康に注意が必要であることを従業員に伝えることで、対人関係の改善を図っている。

⑥社内人間関係の改善
同社は、過去の受診結果を基に、健康に注意が必要であることを従業員に伝えることで、対人関係の改善を図っている。

⑦定期健康診断の実施
労働安全衛生法では、一般従業員に対しては年1回、また夜間運行を行うドライバーに対しては年2回の定期健康診断を実施することを義務付けており、同社は全ての従業員を対象に定期健康診断を実施している。

⑧定期的健康診断の実施
労働安全衛生法では、一般従業員に対しては年1回、また夜間運行を行うドライバーに対しては年2回の定期健康診断を実施することを義務付けており、同社は全ての従業員を対象に定期健康診断を実施している。

⑨定期的健康診断の実施
労働安全衛生法では、一般従業員に対しては年1回、また夜間運行を行うドライバーに対しては年2回の定期健康診断を実施することを義務付けており、同社は全ての従業員を対象に定期健康診断を実施している。

⑩定期的健康診断の実施
労働安全衛生法では、一般従業員に対しては年1回、また夜間運行を行うドライバーに対しては年2回の定期健康診断を実施することを義務付けており、同社は全ての従業員を対象に定期健康診断を実施している。

⑪定期的健康診断の実施
労働安全衛生法では、一般従業員に対しては年1回、また夜間運行を行うドライバーに対しては年2回の定期健康診断を実施することを義務付けており、同社は全ての従業員を対象に定期健康診断を実施している。

労災ひとくちメモ ①毎日測ろう！体重と血圧

体重は、毎日測定し増減をチェックすることで、肥満を予防する意識をもつことができます。食べ過ぎや運動不足の日々が続き、体重が増加して肥満を招き、糖尿病や高血圧などの生活習慣病を発症する恐れがあります。また、血圧は心臓や血管への負担、臓器の障害の危険を知らせる貴重な情報になります。高血圧を放置すると、自覚症状のないまま動脈硬化が進行し、脳卒中や心臓病などの病気を引き起こします。毎日体重と血圧を測定し、健康づくりに役立てましょう！

■体重を知ることで分かる BMI 値～25 以上は肥満

デジタル式の100g単位表示の体重計を使用すると、詳細な変化を把握することができます。

体重と身長を測定することで、BMI(ボディマスインデックス: 体格指数)を知ることができます(表1)。これは国際的にも広く普及している体の大きさの指数で、疾病が最も少ないとされているのは「BMI値22」です。

BMI 値と適正体重の計算方法

$$BMI = \frac{\text{体重 (kg)}}{(\text{身長 (m)})^2}$$

$$\text{適正体重 (kg)} = \text{身長 (m)} \times \text{身長 (m)} \times 22$$

表1 BMI 判定基準 ※成人対象(判定基準:日本肥満学会)

BMI	判定	コメント
18.5未満	やせ	体重を減らさないよう気を付けましょう
18.5～25未満	ふつう	バランスがよいです。維持するよう心がけましょう
25～30未満	肥満(1度)	食生活や運動習慣を見直し体重コントロールするよう心がけましょう
30～35未満	肥満(2度)	
35～40未満	肥満(3度)	
40以上	肥満(4度)	

BMI 判定 25 以上の人は肥満傾向にあります。今後体重が増加しないよう、体重コントロールをしましょう。

■心臓への負担や臓器の障害の危険を知らせてくれる血圧

血圧は身体や心臓の状態、測定の条件によって変化しますので、何回か測定しましょう。家庭で測定した場合、最高血圧135mmHg、最低血圧80mmHg以上が高血圧です。高血圧の人の血管は敏感で、血圧変動が大きくなりやすいため、注意が必要です。様々な条件のもとでの自分の血圧を知っておくとよいでしょう(表2)。

⑫定期的健康診断の実施
労働安全衛生法では、一般従業員に対しては年1回、また夜間運行を行うドライバーに対しては年2回の定期健康診断を実施することを義務付けており、同社は全ての従業員を対象に定期健康診断を実施している。

⑬定期的健康診断の実施
労働安全衛生法では、一般従業員に対しては年1回、また夜間運行を行うドライバーに対しては年2回の定期健康診断を実施することを義務付けており、同社は全ての従業員を対象に定期健康診断を実施している。

⑭定期的健康診断の実施
労働安全衛生法では、一般従業員に対しては年1回、また夜間運行を行うドライバーに対しては年2回の定期健康診断を実施することを義務付けており、同社は全ての従業員を対象に定期健康診断を実施している。

⑮定期的健康診断の実施
労働安全衛生法では、一般従業員に対しては年1回、また夜間運行を行うドライバーに対しては年2回の定期健康診断を実施することを義務付けており、同社は全ての従業員を対象に定期健康診断を実施している。

⑯定期的健康診断の実施
労働安全衛生法では、一般従業員に対しては年1回、また夜間運行を行うドライバーに対しては年2回の定期健康診断を実施することを義務付けており、同社は全ての従業員を対象に定期健康診断を実施している。

⑰定期的健康診断の実施
労働安全衛生法では、一般従業員に対しては年1回、また夜間運行を行うドライバーに対しては年2回の定期健康診断を実施することを義務付けており、同社は全ての従業員を対象に定期健康診断を実施している。

⑱定期的健康診断の実施
労働安全衛生法では、一般従業員に対しては年1回、また夜間運行を行うドライバーに対しては年2回の定期健康診断を実施することを義務付けており、同社は全ての従業員を対象に定期健康診断を実施している。

⑲定期的健康診断の実施
労働安全衛生法では、一般従業員に対しては年1回、また夜間運行を行うドライバーに対しては年2回の定期健康診断を実施することを義務付けており、同社は全ての従業員を対象に定期健康診断を実施している。

⑳定期的健康診断の実施
労働安全衛生法では、一般従業員に対しては年1回、また夜間運行を行うドライバーに対しては年2回の定期健康診断を実施することを義務付けており、同社は全ての従業員を対象に定期健康診断を実施している。

⑳定期的健康診断の実施
労働安全衛生法では、一般従業員に対しては年1回、また夜間運行を行うドライバーに対しては年2回の定期健康診断を実施することを義務付けており、同社は全ての従業員を対象に定期健康診断を実施している。

㉑定期的健康診断の実施
労働安全衛生法では、一般従業員に対しては年1回、また夜間運行を行うドライバーに対しては年2回の定期健康診断を実施することを義務付けており、同社は全ての従業員を対象に定期健康診断を実施している。

㉒定期的健康診断の実施
労働安全衛生法では、一般従業員に対しては年1回、また夜間運行を行うドライバーに対しては年2回の定期健康診断を実施することを義務付けており、同社は全ての従業員を対象に定期健康診断を実施している。

㉓定期的健康診断の実施
労働安全衛生法では、一般従業員に対しては年1回、また夜間運行を行うドライバーに対しては年2回の定期健康診断を実施することを義務付けており、同社は全ての従業員を対象に定期健康診断を実施している。

㉔定期的健康診断の実施
労働安全衛生法では、一般従業員に対しては年1回、また夜間運行を行うドライバーに対しては年2回の定期健康診断を実施することを義務付けており、同社は全ての従業員を対象に定期健康診断を実施している。

㉕定期的健康診断の実施
労働安全衛生法では、一般従業員に対しては年1回、また夜間運行を行うドライバーに対しては年2回の定期健康診断を実施することを義務付けており、同社は全ての従業員を対象に定期健康診断を実施している。

㉖定期的健康診断の実施
労働安全衛生法では、一般従業員に対しては年1回、また夜間運行を行うドライバーに対しては年2回の定期健康診断を実施することを義務付けており、同社は全ての従業員を対象に定期健康診断を実施している。

㉗定期的健康診断の実施
労働安全衛生法では、一般従業員に対しては年1回、また夜間運行を行うドライバーに対しては年2回の定期健康診断を実施することを義務付けており、同社は全ての従業員を対象に定期健康診断を実施している。

㉘定期的健康診断の実施
労働安全衛生法では、一般従業員に対しては年1回、また夜間運行を行うドライバーに対しては年2回の定期健康診断を実施することを義務付けており、同社は全ての従業員を対象に定期健康診断を実施している。

㉙定期的健康診断の実施
労働安全衛生法では、一般従業員に対しては年1回、また夜間運行を行うドライバーに対しては年2回の定期健康診断を実施することを義務付けており、同社は全ての従業員を対象に定期健康診断を実施している。

㉚定期的健康診断の実施
労働安全衛生法では、一般従業員に対しては年1回、また夜間運行を行うドライバーに対しては年2回の定期健康診断を実施することを義務付けており、同社は全ての従業員を対象に定期健康診断を実施している。

㉛定期的健康診断の実施
労働安全衛生法では、一般従業員に対しては年1回、また夜間運行を行うドライバーに対しては年2回の定期健康診断を実施することを義務付けており、同社は全ての従業員を対象に定期健康診断を実施している。

㉜定期的健康診断の実施
労働安全衛生法では、一般従業員に対しては年1回、また夜間運行を行うドライバーに対しては年2回の定期健康診断を実施することを義務付けており、同社は全ての従業員を対象に定期健康診断を実施している。

㉝定期的健康診断の実施
労働安全衛生法では、一般従業員に対しては年1回、また夜間運行を行うドライバーに対しては年2回の定期健康診断を実施することを義務付けており、同社は全ての従業員を対象に定期健康診断を実施している。

㉞定期的健康診断の実施
労働安全衛生法では、一般従業員に対しては年1回、また夜間運行を行うドライバーに対しては年2回の定期健康診断を実施することを義務付けており、同社は全ての従業員を対象に定期健康診断を実施している。

㉟定期的健康診断の実施
労働安全衛生法では、一般従業員に対しては年1回、また夜間運行を行うドライバーに対しては年2回の定期健康診断を実施することを義務付けており、同社は全ての従業員を対象に定期健康診断を実施している。

㊱定期的健康診断の実施
労働安全衛生法では、一般従業員に対しては年1回、また夜間運行を行うドライバーに対しては年2回の定期健康診断を実施することを義務付けており、同社は全ての従業員を対象に定期健康診断を実施している。

㊲定期的健康診断の実施
労働安全衛生法では、一般従業員に対しては年1回、また夜間運行を行うドライバーに対しては年2回の定期健康診断を実施することを義務付けており、同社は全ての従業員を対象に定期健康診断を実施している。

㊳定期的健康診断の実施
労働安全衛生法では、一般従業員に対しては年1回、また夜間運行を行うドライバーに対しては年2回の定期健康診断を実施することを義務付けており、同社は全ての従業員を対象に定期健康診断を実施している。

㊴定期的健康診断の実施
労働安全衛生法では、一般従業員に対しては年1回、また夜間運行を行うドライバーに対しては年2回の定期健康診断を実施することを義務付けており、同社は全ての従業員を対象に定期健康診断を実施している。

㊵定期的健康診断の実施
労働安全衛生法では、一般従業員に対しては年1回、また夜間運行を行うドライバーに対しては年2回の定期健康診断を実施することを義務付けており、同社は全ての従業員を対象に定期健康診断を実施している。

㊶定期的健康診断の実施
労働安全衛生法では、一般従業員に対しては年1回、また夜間運行を行うドライバーに対しては年2回の定期健康診断を実施することを義務付けており、同社は全ての従業員を対象に定期健康診断を実施している。

㊷定期的健康診断の実施
労働安全衛生法では、一般従業員に対しては年1回、また夜間運行を行うドライバーに対しては年2回の定期健康診断を実施することを義務付けており、同社は全ての従業員を対象に定期健康診断を実施している。

㊸定期的健康診断の実施
労働安全衛生法では、一般従業員に対しては年1回、また夜間運行を行うドライバーに対しては年2回の定期健康診断を実施することを義務付けており、同社は全ての従業員を対象に定期健康診断を実施している。

㊹定期的健康診断の実施
労働安全衛生法では、一般従業員に対しては年1回、また夜間運行を行うドライバーに対しては年2回の定期健康診断を実施することを義務付けており、同社は全ての従業員を対象に定期健康診断を実施している。

㊺定期的健康診断の実施
労働安全衛生法では、一般従業員に対しては年1回、また夜間運行を行うドライバーに対しては年2回の定期健康診断を実施することを義務付けており、同社は全ての従業員を対象に定期健康診断を実施している。

㊻定期的健康診断の実施
労働安全衛生法では、一般従業員に対しては年1回、また夜間運行を行うドライバーに対しては年2回の定期健康診断を実施することを義務付けており、同社は全ての従業員を対象に定期健康診断を実施している。

㊼定期的健康診断の実施
労働安全衛生法では、一般従業員に対しては年1回、また夜間運行を行うドライバーに対しては年2回の定期健康診断を実施することを義務付けており、同社は全ての従業員を対象に定期健康診断を実施している。

㊽定期的健康診断の実施
労働安全衛生法では、一般従業員に対しては年1回、また夜間運行を行うドライバーに対しては年2回の定期健康診断を実施することを義務付けており、同社は全ての従業員を対象に定期健康診断を実施している。

㊾定期的健康診断の実施
労働安全衛生法では、一般従業員に対しては年1回、また夜間運行を行うドライバーに対しては年2回の定期健康診断を実施することを義務付けており、同社は全ての従業員を対象に定期健康診断を実施している。

㊿定期的健康診断の実施
労働安全衛生法では、一般従業員に対しては年1回、また夜間運行を行うドライバーに対しては年2回の定期健康診断を実施することを義務付けており、同社は全ての従業員を対象に定期健康診断を実施している。