

# 運送業界の健康支援を生きがいに

## 64 SASと疲労・ストレスの新対策

10月21日、中之島センター(大阪市)で第5回OCHISセミナーを開催します。OCHISはSAS検査において、全ト協の調査やSAS対策検討会の事務局受託など全国ナンバーの信頼と実績を持ち合わせていますが、本セミナーでは疲労やストレスにもスポットを当て、SASとの関連性等についての調査研究をご紹介します。

◆病気にもトレンド?  
産業衛生の分野では、働く人の健康管理対策にもトレンドがあると言われています。約10年前までは成人病が注目を浴び、次に生活習慣病、メタボリックシンドロームと続き、現在は疲労・メンタルヘルスという流れがあります。1年前は「お腹周りを測定するメジャーが品切れ」など、メタボリックシンドロームが盛り上がりつつあり

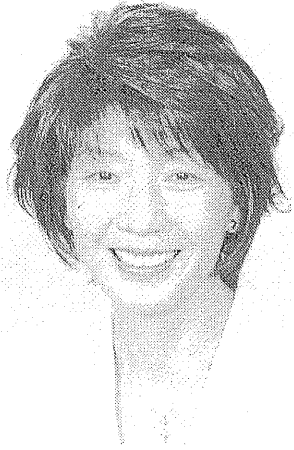
た。これらの対策は現在も健康対策の根底にあるべきですが、先月の本連載でも触れたように、「疲労・メンタルヘルスは労災認定」という社会情勢がある以上、本対策も企業に不可欠なトレンドとして押さえる必要はなりません。

◆疲労研究者とのコラボレーションを公開  
OCHISでは、疲労研究の第一人者である医師や研究所、当法人理事長である武田(大阪大学名誉教授)をはじめとした大阪大学関係者医師等とのコラボレーションで、SASと疲労・ストレスの関連性等について研究調査をしています。そこで本セミナーでは、新たな疲労やストレス対策の評価方法を先行公開し、今後の企業における健康対策のあり方をご提案させていただきますこととしました。

◆SAS検査で疲労やストレスも分かる?  
良質な睡眠は、成長ホルモンを出す、免疫力を高める、心身に栄養や休養を与えるなどをパフォーマンスに行う「働きもの」です。SASによる睡眠中の呼吸停止は良質な睡眠を困難にし、呼吸停止による酸素不足は身体へのあらゆるところに悪影響をもたらします。OCHISがSAS検査で使用しているパルスオキシメータ(パルちゃん)は、これらに関連すると推測できる重要な情報を保有していますので、今回の調査研究で疲労やメンタルヘルスと関連性が見えてくれば、企業の健康対策が大きく飛躍すると思われま

す。OCHISでは3万人弱のパルちゃんデータを蓄積しております。

◆旬の健康情報が満載  
セミナーでは、全ト協労働部長の高安様、国交省の「事業用自動車運転者の健康管理マニュアル」作成を担当された、労働科学研究所所長の酒井様、両輪会の立ち上げ人のお一人である梅田運輸倉庫常務取締役の岩崎様が講演されます。旬のテーマのため、すでに全国各地からお申し込みをいただいております。ホームページからもお申し込みが出来ますので、皆さまのご参加をお待ちしております。(次回は11月8日号に掲載)



《全日本トラック協会・大阪府トラック協会 SAS検査受託機関》  
NPO法人 大阪ヘルスケアネットワーク 普及推進機構(OCHIS)  
理事 作本 貞子  
TEL : 06-6965-3666  
FAX : 06-6965-5261  
E-mail sakumoto@ochis-net.com  
HP <http://sas.ochis-net.jp/>