

# 運送業界の健康支援を生きがいに

## ①7 春と居眠り運転

◆一瞬の居眠りが現行犯逮捕

に

また、「トラックドライバーの居眠り運転」による死亡事故のニュースが飛び込んできました。千葉市で起きたこの事故の発生時刻は午前5時過ぎ、信号待ちしていた車2台とバイクの後ろに、4台トラックが突っ込んだというものです。この事故で車両4台が玉突きとなり1人が死亡しました。ドライバーは現行犯逮捕され、「居眠り運転していた」と話しています。

前回、「うつらかな春を控えて、ドライバーには眠気と葛藤する辛い季節が到来する」と書いたばかりですが、このような事故事例に出会うと、真面目なドライバーが一瞬に「犯罪者」にも化してしまいかねない、居眠り運転の恐ろしさをますます感じ

ずにはいられません。

◆花粉症と薬

3月から4月は花粉症がピークを迎えますが、特に注意したいのが薬による眠気です。私はタクシーに乗ると、「ドライバーさんに「景気はどうですか」から始めて「体調はどうですか」花粉症は大丈夫ですか」などよく話しかけます。たいていのドライバーさんは、「花粉症は辛

いですね。くしゃみや鼻水、目の痒みは集中力がなくなり、わき見運転につながりますから。でも薬を飲むと眠くなりますからね」と答えます。その際には、「医師から眠くなりやすい薬を処方してもらうことができますよ」とお伝えするのですが、今年の花粉の飛散量は昨年より1.5倍とか。ますます花粉症の方を悩ましていますが、悩むよりも前に、医療機関で眠くなりやすい花粉症の薬をもらってください。そして必ず、職業がドライバーであることを告げて

ください。

**あなたの薬は眠くならない？**  
気付きにくい能力ダウンが事故につながる！

どうしても眠気が強い！  
成分のチェックは？

薬の服用について医師・薬剤師に相談しましょう！

① 副作用を軽減することをしっかり伝え、眠くなりやすい薬を処方してもらいましょう。  
② 自身の体調が不調な人は、車のインジカで薬を飲むのは避け、アドバンスを服用しましょう。  
③ 眠くなりやすい薬と上手に付き合って、居眠り事故を予防しましょう！

管理者の方へお願いしたいのは、事故につながりかねない薬の副作用などについての安全教育です。OCHISでは「イキイキ健康管理で事故防止」シリーズに、薬の注意喚起を示したドライバー向けのポスターをHPでご案内していますので、ぜひ、ご活用ください。



《全日本トラック協会 SAS 検査受託機関》  
NPO 法人 ヘルスケアネットワーク (OCHIS)  
副理事長 作本 貞子  
「安全と健康を推進する協議会(両輪会)」代表  
TEL : 06-6965-3666  
FAX : 06-6965-5261  
東京オフィス TEL : 03-3295-1271  
E-mail sakumoto@ochis-net.com  
HP <http://sas.ochis-net.jp/>

第16回「安全と健康を推進する協議会(両輪会)」は18日、「急増する居眠り運転の背景を探る」事例による事故原因の究明と「対処法」をテーマに、大阪府トラック総合会館で開催します。(今回は4月13日号に掲載)