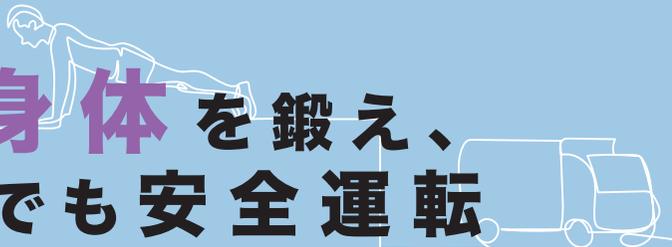




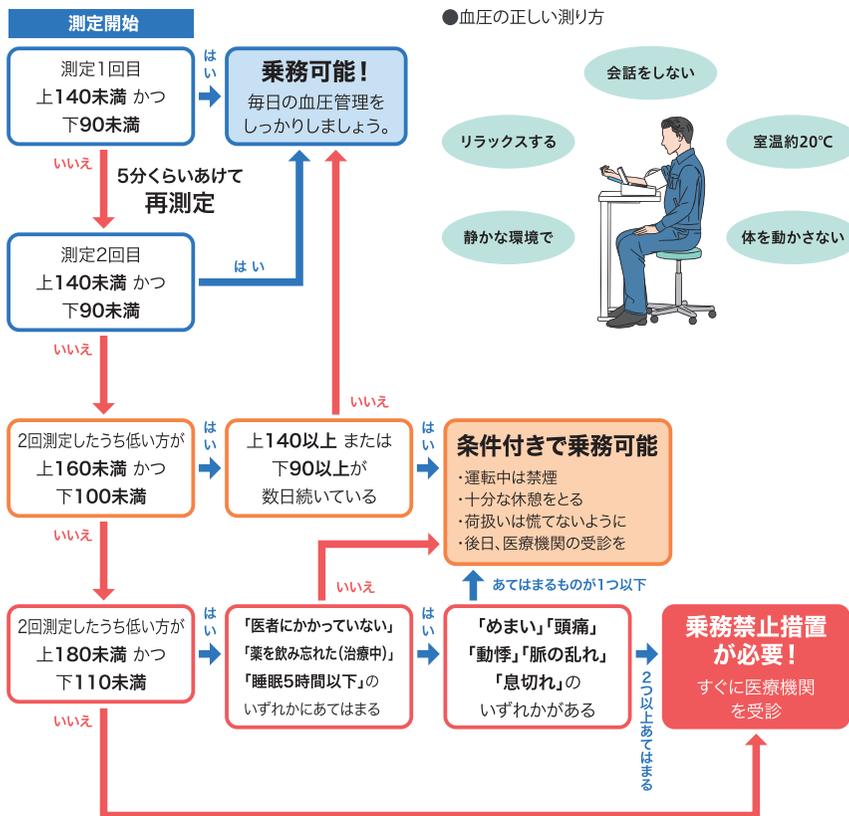
心と身体を鍛え、 いつまでも安全運転



安全運転で、ドライバー人生を少しでも長く続けてもらうために、心や身体の鍛え方を紹介していきます。

● 血圧を正しく測り乗務判断を厳格に ●

運送業務に従事する方は、長時間労働や運動不足などにより、生活習慣病を発症しやすい傾向にあります。「高血圧」は脳・心臓疾患の一因であり、その判断には血圧の正しい測定が欠かせません。今回は測定結果による乗務可否判断の流れを紹介します。



(注) 乗務可否判断については、産業医がいる事業場では産業医に意見を求めることとなりますが、いない場合、主治医に意見を求めてください。この場合、会社による一方的な判断にならないようにするために主治医、会社、個人による十分な話し合いが不可欠です。