

スクリーニング検査の申し込み方法

当センターではウェブサイトからお申し込みを承っております。

step 1



「SAS対策支援センター」で
検索し、サイトにアクセス。
「検査のお申し込み」をクリック

step 2



「検査お申し込みページ」から
「法人」または「個人」を選択

step 3

必要事項を記入して
お申し込みください。
後日担当者から連絡
させていただきます。



法人申し込み

スマホからでも
申し込みが可能です

QRコードをスマートフォンから読み取ると
申し込みページへ
直接アクセスいただけます。



個人申し込み

アクセス

東京メトロ丸ノ内線「四谷三丁目駅」より徒歩3分
東京メトロ丸ノ内線・南北線/JR中央線・総武線「四ツ谷駅」より徒歩10分

住所

〒160-0004 東京都新宿区四谷三丁目2番5号
全日本トラック総合会館2階



検査のお申し込み・お問い合わせ

一般財団法人運輸・交通SAS対策支援センター

☎ 03-3359-9010

土日祝日をのぞく 9:00~17:00 FAX. 03-3356-5454

<https://www.sas-support.or.jp/>

SAS 対策支援センター

検索



睡眠時無呼吸症候群による 交通事故をゼロに

スクリーニング検査を通して、安全で健康な日々を

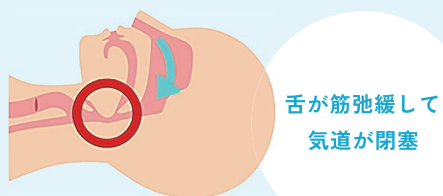


一般財団法人
運輸・交通SAS対策支援センター

睡眠時無呼吸症候群(SAS)とは？

睡眠時無呼吸症候群(Sleep Apnea Syndrome、SAS)は睡眠中に繰り返し呼吸が一時的に止まる病状を指します。主な種類には、以下の2つがあります。

1.閉塞性睡眠時無呼吸症候群 (OSA: Obstructive Sleep Apnea)



これは最も一般的なタイプで、喉の筋肉がリラックスしすぎて気道が一時的に閉鎖されることで呼吸が止まる状態を指します。

2.中枢性睡眠時無呼吸症候群 (CSA: Central Sleep Apnea)



脳が呼吸を制御する筋肉に適切な信号を送らないことで呼吸が止まる状態を指します。

SASがもたらす悪影響

SASは、単なる睡眠の問題ではなく、職場での生産性、仕事の安全性、さらにはキャリアへの意欲にまで影響を及ぼす深刻な症状です。



健康状態の悪化

無呼吸症候群は、心筋梗塞や脳卒中、心臓病、高血圧、糖尿病などのリスクを高める可能性があります。また、心臓の不整脈や心不全の原因ともなります。



人間関係の悪化

睡眠不足や低酸素状態は、うつ病や不安症のリスクを高め、疲れやイライラが積み重なることで、同僚や上司との人間関係に摩擦が生じる可能性があります。



集中力や生産性の低下

睡眠の質が低下により、日中の過度な眠気や疲れ、集中力の低下が生じ、作業効率や生産性が低下や、ミスや事故のリスクが増加する可能性があります。



その他の悪影響

睡眠時無呼吸症候群の患者は、夜間の頻尿や肥満、全身麻酔を伴う手術やある種の薬に対するリスクが高まることが知られています。

運輸・交通領域におけるSASの悪影響

また、運輸・交通の領域においてはさらにその影響は深刻です。運送業者や関連組織は、運転手の健康状態や睡眠の質を重視し、定期的な健康診断や教育を実施してSASの早期発見や治療を促進することが推奨されています。



交通事故のリスク増加

SASによる昼間の過度な眠気や集中力の低下は、運転時のリアクションの遅れや判断ミスに繋がり、居眠り運転による重大事故のリスクを増加させます。



職業能力の低下

睡眠の質の低下により、作業効率や意欲の低下を招き、運転以外の業務にも影響を及ぼすことが考えられます。



社会的信用の喪失

事業者が社員の健康管理を怠ったことにより事故が発生した場合、「道路交通法」や「旅客自動車運送事業運輸規則」などの違反となる可能性があります。



経済的な損失

事故や健康問題のリスクの高まりにより、社員の長期的な休職や退職を余儀なくされることも。企業全体にも大きな経済的損失を与える可能性があります。

そのいびき、病気かも・・・

慢性的にいびきをかいている人はSASの危険性が高く、まだ発症していなくてもその予備軍かもしれません。

1. 息苦しく感じる、寝苦しい
2. 呼吸が止まる、または乱れる
3. 寝汗をかく
4. 夜中に何度も目が覚める
5. 夜中にトイレに行く回数が多い

あなたとあなたの家族は大丈夫？



SAS度セルフ診断

SASかもしれないと感じたらその兆候はちょっとしたことに表れているかもしれません。

最近の体の調子や生活習慣などから、SASのリスクがないかを調べてみましょう。

※このセルフチェックは病気の診断を行うものではありません。

チェックリスト

- ☐ いびきが大きい、大きいと言われる
- ☐ 朝までいびきがつづく
- ☐ 夜中に何度も目が覚めたり、よくトイレに行く
- ☐ 寝苦しいことが多い
- ☐ 寝起きが悪い、すっきり起きられない
- ☐ 起床時に頭痛がある
- ☐ 睡眠時間は十分なのに、日中眠気がある
- ☐ 運転中など重要な時でも眠くなることがある
- ☐ よく寝ているつもりでも疲れがとれない
- ☐ 生活習慣病がある

0個の方

引き続き健康な生活を心がけましょう。心当たらないこれらの症状が出始めたら、要注意。ここにはない症状もSASにはあります。また、SASは自覚がない人も多い病気です。周りの人で当てはまる人がいたら情報共有してみましょう。

1～2個の方

病み上がりや持病でなくこういった症状が出ていますか？ここにはない症状もSASにはあります。aaまた体型や骨格によりSASになりやすい人いるので、詳しくはパンフレット、ウェブサイトの情報も参照の上、気になる方は一度検査を。

3～4個の方

ちょっとお疲れでしょうか。睡眠中十分に休めていない可能性があり、予備軍といえます。ここにはない症状もSASにはありますので、より詳しく確認してみましょう。十分な睡眠は元気の源です。定期的な健康管理のためにも、一度検査をおすすめします。

5個以上の方

もしかしたら既にSASかも？SASは自覚しにくく、他の病気と診断されていたり合併症を伴ったりすること多い病気です。スクリーニング検査は一晚指に小型機器をつけるだけで、ご自宅で簡単に行えますので、まずは早めに検査してみることをおすすめします。

まずは自宅で手軽にスクリーニング検査

病状の 早期発見に つながる

SASは睡眠中に無意識に現れる症状なので、自覚することが非常に難しい病気でもあります。スクリーニング検査でSASの疑いがあるかどうかを判断することは、重要な一歩であるといえます。

自宅で 寝ている間に 手軽に検査

スクリーニング検査の測定は、パルスオキシメータのセンサー部分を指に装着して眠るだけなので、圧迫感などの違和感もほぼありません。睡眠を妨げることなく検査ができます。

最大 5,000円の 助成金適用

当センターでのスクリーニング検査費用は、法人と個人で異なります。法人でお申し込みの際は、トラック協会等の助成金が適用できる場合もございますので、各所属団体にご確認ください。

スクリーニング検査について

検査機器を指にはめて 睡眠時の呼吸状態をモニタリング

睡眠時無呼吸症候群の簡易検査として最も利用されているもののひとつで、当センターで提供している検査方法となります。
検査機器（パルスオキシメーター）を指に装着して寝ることで、睡眠時における動脈血酸素飽和度（SpO2）と脈拍数を測定し、睡眠時無呼吸症候群の可能性を判定する簡易的な検査です。検査機関や病院に出向く必要はなく、ご自宅等で測定が簡単にできます。検査にはリラックスした状態での連続した睡眠が4時間以上記録されることが必要です。検査後、受診者様のSAS傾向をA~Fの6段階で判定し、結果票を封書にてお届けします。

【医学博士 平田 恭信 監修】

ここが便利！法人向けサービス

一度に約500人分と数が
多かったものの、必要な時期に
検査ができて助かりました



業界NO.1の保有台数！ ゆとりのある貸出期間

SAS対策支援センターのスクリーニング検査機器保有台数は業界NO.1！ 約1600台保有しており、お早めにお申し込みいただければ、数百台の同時貸出も可能です。

どこよりもスケジュールに余裕があり、
社内調整もしやすい



同業他社に比べ、スケジュールに余裕をもったお貸し出しをしています。万が一過ぎてしまう場合も、返却期日の再調整も承っておりますので、安心してご利用いただけます。

1人1台で使い回ししないのが
衛生的に安心だし、
社内手配も楽で良かった



1人1台確約で衛生的

SAS対策支援センターでは、安心、安全にご利用いただくことを第一に考え、使い回しはさせていません。そのため、1台で2名検査した場合に発生する検査結果の入れ違いも起きません。また企業内で使いまわし検査のためのスケジュールを別途組む必要もありません。

医療用で精度が高い機器を
借りられて良かった



高性能な 医療機器の貸出

保有機器は全て、厚生労働省認可の医療機器であるパルスオキシメーターであり、信頼性が高く高性能な精密機器です。よりズレにくいクリップタイプを全機器に付属させており、信頼性の高い検査結果を提供しています。

病院への紹介状が同封されており
精密検査がスムーズに受けられた



病院への紹介状 添付サービス無料

SAS対策支援センターでは医師と連携し、結果がD・E判定だった方には検査結果に加え専門病院への紹介状を同封しております。また全国の専門病院一覧がホームページに掲載されており、お近くの病院で精密検査を受けていただくためのサポートをさせていただいております。

検査について



●簡易検査(スクリーニング検査)費用



法人のお客様

助成金最大
5,000円

検査費用1人あたり

5,240円

(税込・発送料込み)

トラック協会やバス協会の会員の企業であれば、助成金が受けられます。

各所属団体にご確認の上、お申し込みください。

※判定不能による再検査は1,050円 ※返送料はお客様負担になります。



個人のお客様

検査費用1人あたり

5,240円

(税込・発送料込み)

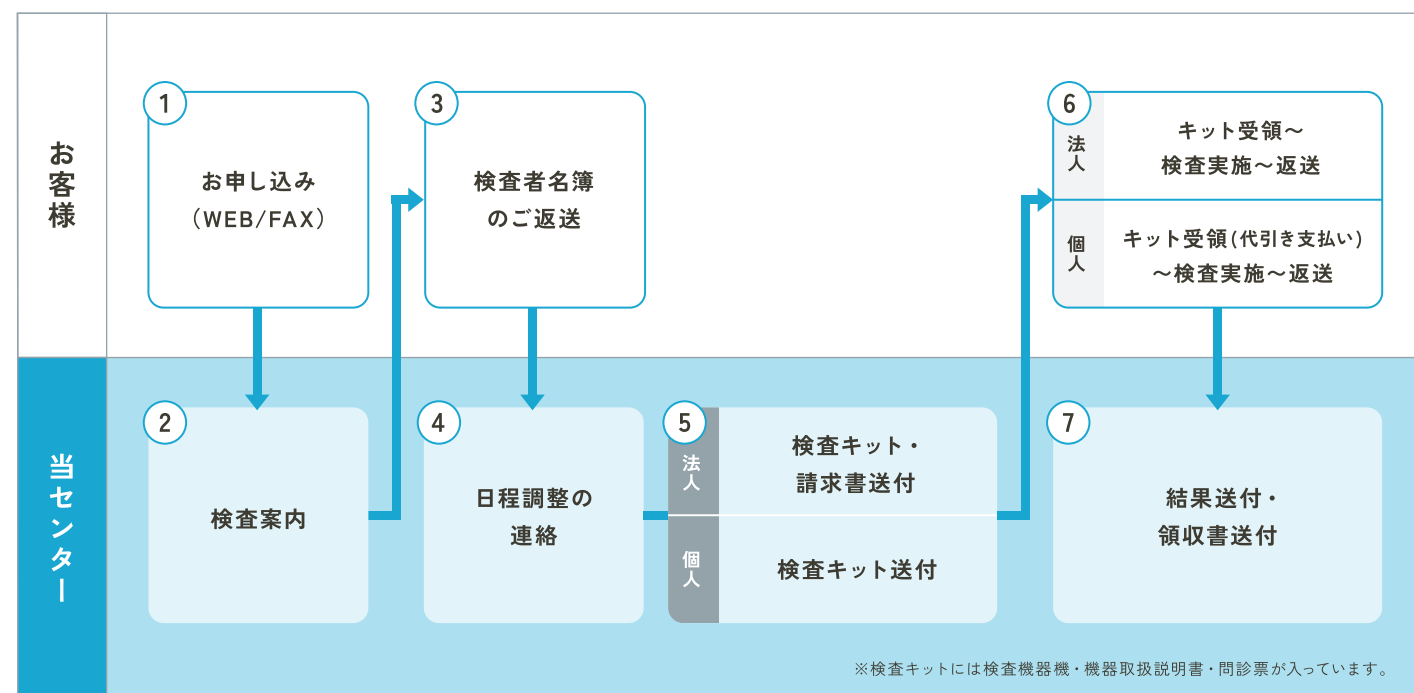


機器送料+代引手数料

(地域によって異なります)

●スクリーニング検査の流れ

お申し込み後に当センターより日程調整のご連絡をいたします。お申し込みから検査結果送付まで、おおよそ1ヶ月で完了いたします。



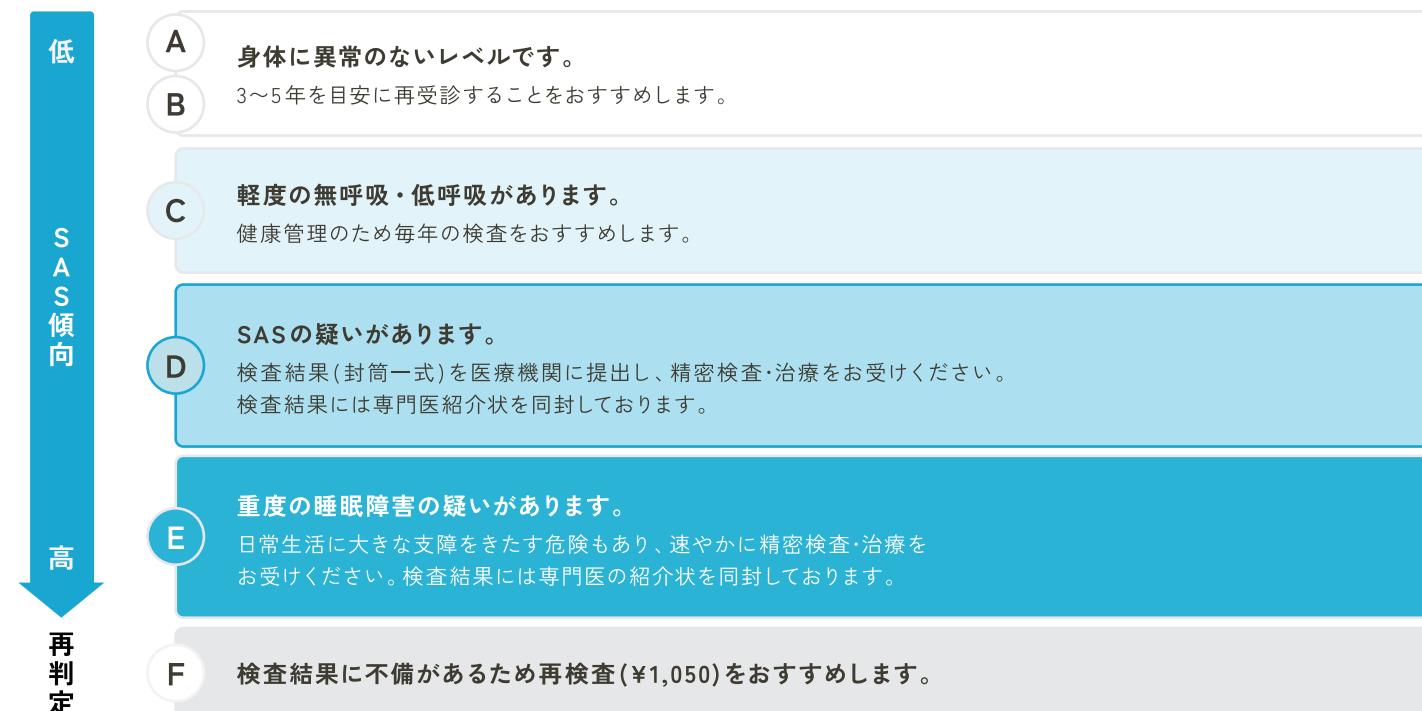
検査結果について



●SAS傾向6段階評価

検査を受けていただいたあとは、検査機器のデータと問診票を当センターを監修している医師が確認し、結果票を送付いたします。

検査結果はA～Fの6段階で評価しています。



●もしも結果がD・E判定だったら

当センターでは、結果がD・E判定だった方には検査結果に加え専門病院への紹介状を同封しております。

精密検査はポリソムノグラフィー(PSG)という方法で行われます。睡眠時無呼吸症候群の確定診断や重症度の診断に使われる検査方法です。通常一泊二日程度の入院を行い、夜間の就寝中に検査を行います。また、ホームページではSASの治療が行える全国の医療機関を都道府県ごとにご紹介しております。SASの疑いがある方は精密検査・治療の際にご活用ください。

よくあるご質問

Q. どのような治療方法がありますか？

A. 個々人の状態に応じて違いはありますが、主な治療方法としてマウスピース治療とCPAP(シーパップ)治療があります。症状によっては外科手術が必要な場合もあります。

Q. 精密検査はどのような医療機関に行けばいいのですか？

A. 総合病院の呼吸器科、循環器内科、耳鼻咽喉科、内科等で受診できますが、事前に問い合わせることをお勧めします。

Q. 支払い方法を教えてください。

A. 個人のお客様は機器がお手元に届いた際に代引でお支払いとなります。法人のお客様は請求払いにて銀行振込をしていただいております。

当センター20万人の検査データを分析して

2021年9月現在



「延べ20万名の方の検査を担当させていただきました。この機会に得られました検査結果を分析し、少しでも被検者の睡眠時無呼吸症候群（SAS）への対策になればと考えました。」

一般財団法人運輸・交通SAS対策支援センター専務理事
東京通信病院 名誉病院長

平田 恭信 医師

睡眠時無呼吸症候群の危険性

睡眠時無呼吸症候群が存在しますと、睡眠中の低酸素のため、眠っていると思っても脳も心臓もゆっくり休めていません。日中の眠気やだるさや頭痛などが主な症状です。そのためドライバーにとっても居眠り運転につながる危険性があります。重大な交通事故の原因の1/3は居眠り運転によることが判っています。また交通事故の発生は睡眠時無呼吸症候群の方はそうでない方より7倍も多いとの報告があります。さらに個人的にも睡眠時無呼吸症候群があると将来、心疾患を発生するリスクがそうで無い人より3倍も増えることが知られています。

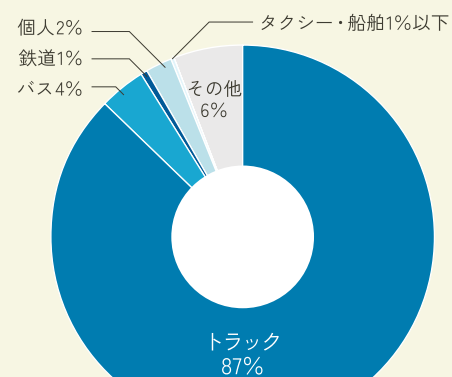
こうしたことよりご自分が睡眠時無呼吸症候群であるかどうかを知っておくことはとても大切です。

この10年間の受検者について

睡眠時無呼吸症候群の診断はどのようにするのでしょうか？当センターでは睡眠時無呼吸症候群の診断に、パルスオキシメーターを採用しています。パルスオキシメーターで指に装着して血中酸素飽和度と心拍数を調べるものです。

それでは当センターのデータの概要を見てみましょう。この10年間で202,203人の方が検査を受けられました。業種別にはトラック関連の方が87%を占め、その他にバス、鉄道なども含まれます。この約20万人の被検者のうち、男性が94%を占めます。

図1. 受検者の業種

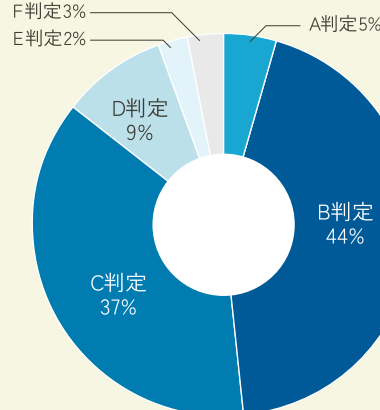


検査結果とその判定

図2に検査の判定結果を示します。無呼吸は10秒以上の呼吸停止と定義されています。この無呼吸や低呼吸が一時間に5回以上あると睡眠時無呼吸症候群と診断されますが、当センターは低酸素になる頻度、具体的には血中酸素飽和度が基準から3%以上低下した1時間あたりの回数（ODI3）で判定しています。

A判定はODI3が1未満の正常状態を意味します。B判定はこれが5未満で正常範囲内ですが、少し無呼吸が混じる状態です。一時間に5～15回の場合を軽症睡眠時無呼吸症候群としてC判定、15～30回を中等症睡眠時無呼吸症候群としてD判定、さらに30回以上を重症睡眠時無呼吸症候群としてE判定としています。

図2. 検査結果の割合



残念ながら充分な時間の測定ができていない場合はF判定として再検査をお願いしています。これらのうち、C判定は要注意状態で、まだ医療機関への受診は必要ありませんが、治療の必要な睡眠時無呼吸症候群の予備軍としての心構えは持っていただきたいと思います。そのため翌年の検査もお勧めしています。D判定は立派な睡眠時

無呼吸症候群をお持ちと考えられます。日中の眠気や倦怠感などがあればぜひ、医療機関を受診してください。

E判定は重症の睡眠時無呼吸症候群の存在が疑われ、現在、自覚症状がなくとも脳や心臓は無理をしていますので、専門医を受診してください。

睡眠時無呼吸症候群は どのように治療するのでしょうか？

現在では、睡眠時無呼吸症候群は重症度に応じた治療法が簡便に利用できるようになっています。重症例には持続陽圧呼吸療法（CPAP）という持続的に陽圧をかけて気道の閉塞を生じさせないような呼吸補助装置が利用出来ます。ご自分に睡眠時無呼吸症候群があることが判明した場合は、自身の健康や仕事上の懸念を一掃できるチャンスがあるというべきでしょう。

しかしCPAPを装着すると毎月、病院に通う必要が出てきます。程度の軽い方はマウスピースなどの器具を付けるだけで症状が改善することが期待できます。先に述べましたように肥満のある方は痩せることで睡眠時無呼吸症候群は軽快する可能性が高いことも認識しておきましょう。

私共はD判定で眠気などの症状がおありの方、ならびにE判定の方は全員、専門医療機関を受診していただきたいと考えています。当センターからの紹介状を持って医療機関を受診していただいた場合は医師からの受診報告が必ず届きます。それによりますますもう少し受診率が増えるよう我々のさらなる努力やご自身の自覚が必要と感じています。

睡眠時無呼吸症候群は最初に述べましたように、交通事故との関係ばかりで無く、受検者の生活の快適さが低下し、将来の心臓病や脳卒中の発症に悪影響を及ぼしますことをご自分のためとよく認識していただきたいと思います。また睡眠時無呼吸症候群はなにも不治の病気という訳ではなく、治療法の確立した疾患です。このこともご自分の状態をよく把握しておくことが大切な理由の一つです。

コンプライアンスの 遵守は企業の 社会的責任です

2003年2月、JR山陽新幹線岡山駅での運転士による居眠り運転がきっかけとなって、SASが注目されるようになりました。それまで居眠り運転は事故を起こしたドライバーの責任とされてきましたが、現在では企業・運輸交通業界全体の責任とみられるようになっていきます。

このことからSAS対策は生産性の向上やコンプライアンスの遵守だけでなく、より高次の社会貢献や配慮を果たしていくために重要だと考えられています。

加害者がSASと診断された事故事例

関越道藤岡ジャンクションでツアーバスが防音壁に衝突(※右図)

2012年4月29日乗客約40名を乗せたバスが群馬県藤岡市の関越道で防音壁に衝突。乗客7名が死亡する大事故になった(日本の高速道路上の事故で、最多の死亡者)。鑑定留置の結果、運転手はSASと診断された。



●「自動車運送事業者における睡眠時無呼吸症候群対策(SAS)マニュアル」が改訂されました

強化された健康管理義務



運送会社

運転者

義務

定期健康診断による疾病の把握

・要再検査 ・要精密検査 ・要治療
・要注意 ・要観察

- ・医師の診断を受診させる義務
- ・その結果を把握する義務
- ・医師から診断結果に基づく運転者の乗務に関する意見を聴取する義務
- ・運転者の日常生活に対する注意義務
- ・健康維持のために医師などの意見を参考にして、運転者の生活習慣の改善に務める義務
- ・気になることや症状等あれば医師へ受診させる義務

※国土交通省「事業用自動車の運転者の健康管理マニュアル」の概要より作成

●事業者が健康管理を怠ったことにより事故が発生した場合に課せられるリスク

運輸業界において、SASスクリーニング検査が更に普及するとともに、適切な治療がなされることによって、「安全と健康」が一層向上するよう、国土交通省から関係団体あてに通知がなされました。

道路交通法違反

- 第1条 (目的)
- 第27条 (輸送の安全等)
- 第66条 (過労運転等の禁止)等

旅客自動車運送事業 運輸規則違反

- 第21条第5項 「2疾病等による乗務」
- 第38条第1項 「運転者に対する指導義務違反大部分不適切」

労働安全衛生法違反

- 第66条 (健康診断) (健康診断の結果についての病状等からの意見聴取)等

労働基準法違反

- 第40条 (労働時間及び休憩の特例)
- 第27条 (安全及び衛生)等

当財団が貢献できるSDGsの目標

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT GOALS

3 すべての人に
健康と福祉を



安全かつ健康ですこやかな未来へ向けた事業活動

清潔に管理されたスクリーニング検査機器の貸与提供により、睡眠時無呼吸症候群の早期発見と事故防止に努めています。またSASに関する情報提供や啓蒙を行うことで、一人でも多くの方にSASを知っていただけるよう、安全かつ健康ですこやかな未来へ向けた事業活動を続けていきます。

16

平和と公正を
すべての人に



一貫した透明性を 確保した運営

財団法人として活動や収支報告を一般公開しており、定期的な評議会にて適切な意思決定をするなど、一貫した透明性を確保した運営を行っています。



Pマークも取得しています

17

パートナーシップで
目標を達成しよう



パートナーシップ 強化を図り、 相乗効果で社会貢献

当財団は設立当初より産官学連携の事業設計であり、スクリーニング検査は国土交通省指導のもと多くの業界団体にて助成金対象となっています。これまでも医療系Pマークの取得や医師監修統計データの公表など各種取り組みも行っており、今後も一層のパートナーシップ強化を図り、相乗効果で社会貢献できるよう努めていく所存です。

11

住み続けられる
まちづくりを



日々の業務では 一丸となって 環境への配慮を意識

貸与機器は使い捨てではないため、廃棄物が大変少ない事業です。事業活動においても紙類は全て再生紙を使用、環境推進トナーを利用するなど、日々の業務では一丸となって環境への配慮を意識しています。また業務システムの最適化を毎年行っており、新システムへの移行も進めているため、今後一層の資材削減が予定されています。なお、当財団のビルは太陽光発電を利用しており、さらなる脱炭素への取り組みも実践しています。

12

つくる責任
つかう責任



事業活動においても 環境に配慮した持続可能な 取り組みを日々推進中

スクリーニング検査は助成金が毎年度交付されるなど、業界により持続可能な連携が続けられております。当財団でも、検査機器は消毒・清掃の上、貸し出ししていることを謳って持続可能性を伝えており、また上記でも述べた通り、事業活動においても環境に配慮した持続可能な取り組みを日々推進中です。さらに10thにあたって策定したビジョンと企業理念、行動指針を起点に、すこやかな未来への持続可能性を財団全体で模索し取り組んで参ります。

8

働きがいも
経済成長も



20代から70代まで 幅広い層が日々の 業務を支えています

労働集約型産業として、一層の安全管理と経済生産性向上のため、随時業務設計の見直しやシステム改修に取り組んでいます。同一労働同一賃金は既に達成済でシニア人材が活躍しているほか、若者の積極採用も行っており、20代から70代まで幅広い層が日々の業務を支えています。労働者の権利を守り、安心・安全な労働環境づくりを促進しています。

5

ジェンダー平等を
実現しよう



環境も評価も 男女平等

当財団の業務に男女差はありません。環境も評価も男女平等に整えており、男女比率は半々で、役職者も男女共にいる平等な職場です。今後も双方がより働きやすくなるよう検討を続けます。