

INDEX

◆ 所長からのメッセージ ◆

全日空機の背面飛行事件から学ぶ一職場のリスクアセスとリスクマネジメント

◆ TOPICS ◆

【平成22年「労働安全衛生基本調査」の結果】

【「産業保健への支援の在り方に関する検討会」報告書の取りまとめ】

◆ お知らせ ◆

大分県の最低賃金が変わります。

◆ 新着図書情報 ◆

◆ 相談員の窓 ◆

「エクササイズガイド2006」について

◆ 研修・セミナーのご案内(10月・11月)◆

◆◇+.....+◇◆

◆ 所長からのメッセージ ◆

全日空機の背面飛行事件から学ぶ一職場のリスクアセスとリスクマネジメント

大分産業保健推進センター 所長 三角 順一

先月、9月6日、乗客乗員117人を乗せた那覇発羽田行き140便全日本空輸機ボーイング737-700が、高度約12500メートルを飛行中、約30秒間で約1800メートル急降下し、ほぼ背面飛行状態になるという事件が起こりました。

この事件の直接的な原因は、副操縦士が、ドアの解錠スイッチと方向舵の調整スイッチを間違えて操作したために起こった事故であることが報道されています。その背景には、機長が、コクピット(操舵室)の外にあるトイレに行き、用を済ませた後、コクピットに戻る際、副操縦士が、ドアの解錠スイッチと尾翼舵の操舵スイッチを取り間違えたことによると言われています。また、降下時の最高スピードは、国の定める最高スピードをはるかに超えており、機体が分解する可能性もあったとも言われています。

では、なぜ、副操縦士は、解錠スイッチと尾翼の方向舵のスイッチを間違えたのでしょうか。考えられる理由は、その二つのスイッチは、大きさは異なるものの、形状が、同じ円形であったことと、その二つのスイッチ間の距離が、10数センチしか離れていなかったことの2点が、挙げられます。とは言え、副操縦士は、38歳で、2000時間以上の飛行経験があったというから、少なくとも副操縦士は、新米でも、未熟でもないように思われます。では、なぜ、彼は、そのような

重大なミスを行ってしまったのでしょうか？

多分、その理由は、副操縦士の錯覚、又は、うっかりミスと言うことになるものと思われます。

このような錯覚やうっかりミスは、本人が注意する以外に防ぎようがないと言う事でこの事故を終わらせられる問題ではないように思われます。なぜなら、今回は、大事に至らずに済んだが、一歩間違えると数百人の人命に関わる重大な事故になる可能性があったからです。

この事件の背景と原因を素人ながら、職場におけるリスクアセスメントの視点から、考えてみたいと思います。では、このような事故はどうすれば防げるのでしょうか？

現場の状況や、操舵室の中のリスクマネジメントの実際がどうなっているか、マニュアルが、存在したのかなど不明であるので、現時点で、コメントすることは、独断と偏見とのそしりをまぬがれませんが、その点は、寛大な読者の皆様の御好意に甘えさせていただきます。

さて、考えられる対処すべき事項を列挙してみますと、

ソフト面について：

第一に、沖縄から羽田までの飛行時間は、2時間10分であるが、機長は、この間、操縦席から離れるべきではない。なぜなら、副操縦士に万一の事態が起こる可能性を否定できない。

第2に、機長は、ドアを自分で、開けるべきであった。

もし、仮に解錠を副操縦士に依頼するのであれば、誤操作の無いよう注意を喚起すべきである。

第3に、機長及び副操縦士の睡眠、飲酒、食中毒など体調管理は、十分であったのかどうか。

例えば、飛行業務につく前日のアルコール飲酒の量・搭乗時までの時間、呼気中アルコール濃度及び血中アセトアルデヒド濃度等並びに睡眠時間のチェックは、十分であったのかどうか。

ハード面について：

第一に、乗客の生命に係るスイッチとドアの解錠のスイッチとは、明確に区別ができる十分な配慮がなされているかどうか。

第二に、機長と副操縦士は、常にコックピット内に居るべきである。

なぜなら、機長が、コックピット外にいる時、副操縦士に、心筋梗塞やくも膜下出血などの緊急事態が、発生したら、機長は、直ちに、コックピット内に入ることが、出来るのか。等の凡る可能性が、洗い出されていたのかどうか。

人間は、起こって欲しくないことは、考えたくないという心理が働くのが人間の常であると言われています。ありとあらゆる事態に柔軟に、且つしなやかに対応できる応用力、人間力を常日頃から養う企業文化の構築が求められているように思われます。

◆◇+.....+◇◆

◆ TOPICS ◆

【平成 22 年「労働安全衛生基本調査」の結果】

厚生労働省より「平成 22 年度「労働安全衛生基本調査」の結果」が公表されました。

<http://www.mhlw.go.jp/toukei/list/49-22.html>

【「産業保健への支援の在り方に関する検討会」報告書の取りまとめ】

<http://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/2r9852000001qjfu.html>

◆ お知らせ ◆

大分県の最低賃金が変わります。

大分県最低賃金は平成23年10月20日から1時間647円に変わります。

◆ 新着図書情報 ◆

【07 産業心理学・社会学】

07-164 対人関係療法でなおす ト라우マ・PTSD

07-165 ここが知りたい 職場のメンタルヘルスケア

【00 その他の図書】

00-78 産業医が法廷に立つ日-判例分析から見た産業医の行為規範-



◆ 相談員の窓 ◆

「エクササイズガイド2006」について

基幹相談員 田吹 好美

(翔労働衛生コンサルタント事務所 所長)

●はじめに

昨年、厚生労働省より事業者及び労働者による「定期健康診断における有所見率の改善に向けた取組みについて」強化するよう通達が出されました。

平成22年における定期健康診断の有所見率を見ても52.5%と年々増加しています。有所見の内容は血中脂質や血圧等、生活習慣病やメタボリックシンドロームに関連する項目が多く、これらの改善には「日常の運動」と「食生活」の見直しが必要です。そこで、生活習慣の改善を目指す一つのツールとして厚生労働省が2006年に発表した「エクササイズガイド2006」を紹介します。

●無理せず日常生活の中での身体活動量の増加を目指す

「エクササイズガイド2006」では運動の継続を重視し、無理せず日常生活の中で身体活動量を増やすことを推奨しています。

身体活動とは、骨格筋の収縮を伴い安静時より多くのエネルギーを消費する身体の状態です。体力の維持・向上を目的とした「運動」(ジョギングや水泳など)と日常生活における「生活活動」(掃除や荷物運搬など)の2つに分かれます。ただし、あまりに強度が低い運動(ストレッチングなど)や生活活動(オフィスワークなど)は除外して考え、3メッツ以上を対象とします。

●メッツとエクササイズ

「メッツ」とは身体活動の強さが安静時の何倍に相当するかであらわす単位で、運動強度が大きくなればそれだけメッツ数字も大きくなります。例えば、普通歩行や軽い筋トレは3メッツ、速歩や自転車は4メッツ、軽いジョギングや階段の昇降は6メッツ、ランニングや重量物の運搬は8メッツとなります。

「エクササイズ」は「メッツ×時間」で示し、身体活動の量を示す単位で、どの程度の強度の運動をどのくらいの時間実施したかで示します。従って、「3メッツ(普通歩行)を1時間実施すると、3×1で3エクササイズ」「6メッツ(ジョギング)を30分(0.5時間)実施しても同じく3エクササイズ」となります。

●健康づくりのための身体活動量・運動量は

生活習慣病予防の観点から、身体活動量の基準値は週に23エクササイズです。これは仮に歩行だけでの達成を考えると、一日約8,000～10,000歩に相当します。運動量の基準値は、週に4エクササイズです。これは仮に速歩で約60分に相当します。運動習慣のない人は徐々に増やし、運動習慣のある人は週10エクササイズ程度まで増やしましょう。

●メタボリックシンドロームの改善のためには

メタボリックシンドロームの改善を図るためには、週に10エクササイズ程度かそれ以上の運動量を増やすことで、1カ月1～2%近くの内臓脂肪が減少します。また、1カ月で体重1kg、腹囲を1cm減らすには、1日当たり約230kcal分を運動の増加や食事での摂取カロリーの減少で消費する必要があります。約230kcalは食品では、ご飯中茶碗1杯分、ビール500ml、運動ではジョギング30分程度に相当します。食事と運動を併行することが無理なく継続できると思います。(参考)エネルギー消費量の簡易換算式は、 $1.05 \times \text{エクササイズ} \times \text{体重(Kg)}$

●日常生活に負担にならない方法で身体活動量を増やしましょう

現在の身体活動量を評価し、日常生活を考えた上で、生活に負担にならない方法で身体活動量を増やしていきましょう。例えば、電車やバスでは座らない、少し遠回りして目的地へ行く、1つ手前のバス停から歩く、駐車場では入口から遠くに車を停める、なるべくエレベータは使わない、昼休み食事後に散歩するなどですが、「ながら運動」例えばテレビを見ながらの体操、家事での身体活動量を増やすなどもお勧めです。



◆ 研修・セミナーのご案内(10月・11月) ◆

日時・会場は変更する場合がございます。

変更はホームページに掲載いたしますので、ご確認下さい。



■産業医研修

★第19回「健康診断データの読み方・事後措置」

日時:11月11日(金)18:30～20:30

会場:大分産業保健推進センター

講師:谷口 邦子(社会保険診療報酬支払基金大分支部 医療顧問)

単位:専門2

★第20回「じん肺診断書の作成(演習)」

日時:11月29日(火)18:30～20:30

会場:大分産業保健推進センター

講師:津田 徹(霧が丘つだ病院 院長)

大神 明

(産業医科大学 産業生態科学研究所 作業関連疾患予防学研究室 教授)

単位:実地2

産業医研修のページ

<http://www.oita-sanpo.jp/New/study/doctor.pdf>

