⑵　生活習慣病の予防対策

生活習慣病、メタボリックシンドロームを中心とした健康教育の徹底、健康診断の定期的・継続的な受診及びメンタルヘルスも含めた健康相談、保健指導等の利用を促進するとともに、健康検査の結果や船員の健康状態を継続的かつ適切に把握し、作業環境の整備や適正配置を行うなどの健康管理対策を推進する。

特に、生活習慣病が原因となる心筋梗塞や狭心症といった循環器系疾患での死亡者数が多いことにより、その対策が求められているところである。

メタボリックシンドロームの抑制を図り、生活習慣病を予防するためには、早期診断・早期発見・早期治療といった検査や治療を中心とした対策に加え、食生活の改善、適度な運動、飲酒・喫煙の節制等日常的な生活における対策が重要であり、高年齢船員のみならず、年代を問わず船員一人一人が自己管理を徹底するとともに、組織的にも教育や情報提供等を通じてその取組を支援する。

このうち、食生活の改善については、船員の食事が船内で提供されることを踏まえ、船員災害防止協会が作成した「船でつくる四季のメニュー（あなたの健康を守るために）」、「からだにやさしい健康レシピ―生活習慣病・メタボ対策―」、平成17年６月に厚生労働省等が作成した「食事バランスガイド」の活用等多様な手段を用いて船内調理を前提とした上での栄養管理へ配慮したものとなるよう、船内で調理作業に従事する者に対する教育等を推進するとともに、船内における適正な調理業務に必要な知識及び技術を内容とする新たな教材について検討し、作成を図る。

また、訪船診療、巡回検診車等の積極的な利用を図るほか、体育・レクリエーション活動の実施、船内コミュニケーションの円滑化等、快適な船内生活環境の形成のために必要な措置を図る。

さらに、ＳＡＳ（睡眠時無呼吸症候群）についても、船員災害防止協会のホームページに掲載されている「睡眠時無呼吸症候群マニュアル」等を活用するとともに、その疑いがある場合には専門医の診察を受けるなど必要な措置を図る。

⑶　筋骨格系の疾患の予防対策

筋骨格系の疾患については、高年齢船員が約61％を占める状況であり、また、椎間板障害及び腰痛等が大半を占める状況から、作業前の準備運動を心がける、中腰・前屈みなどの姿勢を避ける、自らの体力等を適切に把握し慣れた作業も初心に立ち返って行う、作業場所に適切な照明や滑り止めの設置をする等の対策について、疾病予防という観点からも徹底する。また、船舶所有者等は船員災害防止協会のホームページに掲載された健康管理情報や、安全管理士、衛生管理士、安全技術指導員、衛生技術指導員等の効果的な活用を図り、教育等の予防対策を実施する。

⑷　熱中症の予防対策

熱中症については、近年の気象状況により増加傾向にある。熱中症となる要因としては高温下や高湿度での活動の他、急な気温変化、休み明けの急な活動などがあげられる。

特に暑い日の甲板上での作業では、自覚症状がなくとも水分・塩分を補給するよう心がけ、めまい、失神、頭痛、吐き気、気分が悪くなる等の異常を感じたら無理をせず、管理者に申し出て日陰で休む等の対応をする。

また、睡眠不足や、高血圧・糖尿病などの生活習慣病の者は熱中症になりやすくかつ重症化しやすいため、十分な睡眠を取るとともに、食生活の改善、適度な運動、飲酒・喫煙の節制等日常的な生活における生活習慣病対策についても、熱中症予防の観点からも徹底することとする。

⑸　石綿（アスベスト）による健康被害対策

石綿による新たな健康被害の発生防止等を図るため、船内で石綿を取り扱う際の注意事項の周知、予防措置の徹底、船員で船内で石綿に関わる作業に従事している者及び船員又は元船員で過去に従事していた者に対する健康診断の確実な実施、医療機関による健康相談窓口の設置等の対策を推進する。

過去に石綿粉じんを吸引していたことが原因とみられる所見があると医師が証明した元船員に対しては、国が「船員健康管理手帳」を交付し、手帳受有者に対して、定期的な無料健康診断を実施しているが、さらに、平成20年度からは、一定の石綿作業従事歴のある船員も健康管理手帳の交付対象としたところであり、今後とも、本制度が有効に活用されるよう積極的な周知を図る。

⑹　適正な衛生管理の推進

飲用水の管理については、船舶所有者に年１回以上の水質検査が義務づけられているが、水質検査の結果、飲用に適さないと判定される場合があることから、㈠タンク内の飲用水の交換等の措置の実施、㈡当該措置実施後の再確認、㈢月１回の遊離残留塩素の検査等について改めて指導徹底を図る。

また、調理業務については、㈠当該作業に従事する者に清潔な衣服を着用させ、手を洗浄させる等衛生上必要な措置の実施、㈡厨房用器具・食器等を清潔に保つこと、㈢当該作業に従事する者以外の者がみだりに調理場所に立ち入らないこと等について改めて指導徹底を図る。

⑺　疾病予防及び健康増進に係る情報提供

船員等が疾病予防や健康増進について的確な情報を入手し、自らの対策に活用することができるよう、生活習慣病、メタボリックシンドローム、感染症等の予防対策、メンタルヘルスケア等について船員行政ニュース等により情報提供を行う。

⑻　震災に伴う放射線情報の収集

平成23年３月の東日本大震災の発生に伴う東京電力福島第一原子力発電所の事故を受け、現在、同原発周辺海域においては、航行警報により警戒区域が設定され、航行が制限されている状況にある。国土交通省ホームページにおいても、海上交通に関する各種放射線情報の提供を行っているので、船舶所有者は、周辺海域の航行等に当たっては、これらの情報を収集・活用する等、船員の健康管理を含めた適切な対応を図る。

４．外国人船員に係る安全衛生対策の推進

外国人船員との混乗が進展している中で、言葉の違いによる意思伝達や指示の行き違い、あるいは習慣等の相違等に起因する死傷災害を防止するため、外国人船員とのコミュニケーションの充実に努める。

特に、外国人船員に対する船員法等関係法令の周知、安全衛生教育の徹底を図るとともに、外国語による安全作業マニュアルの活用、作業基準の見直し、外国語による危険等に関する標示、レクリエーション設備や相談体制の整備等の安全衛生対策を推進する。

５．海難防止対策等による死傷災害の抑制

平成22年度における死傷災害をみると、海難によるものが全体の約２％であるが、特に死亡災害については全体の約26％に上っている。このため、運輸安全マネジメント評価による安全管理体制の構築や重大事故発生時の再発防止対策の実施、運航労務監理官による監査の充実等の海難防止対策を引き続き着実に実施するとともに、ソフト・ハードを総合した効果的な海難防止対策を推進する。

また、海難が発生した場合においても、死傷災害の発生をできる限り抑制するため、操練の実施や船員災害防止協会の実施する生存対策講習の受講などを積極的に推進する。

６．船内における労働・生活環境の整備・改善

⑴　船内環境の整備・充実

船員の死傷災害・疾病予防を図ることのみならず、安定的に若年船員を確保・育成していくためには、船内における快適な労働・生活環境を整備・改善していく必要があることから、船内作業の設備、機械器具、用具等の整理整頓や換気、温度、照明にも注意を払うなど作業環境の整備・船内衛生の保持に努めるとともに、居住区域内も常に清潔にし、健康で豊かな食事を提供するなど生活環境の改善を推進する。

また、衛生管理者による船内衛生及び船舶料理士による船内の調理の管理を推進すること等により船内の労働・生活環境を充実させる。

さらに、心室細動等の発生時に使用されるＡＥＤ（自動体外式除細動器）の整備・活用についても、必要に応じて考慮する。

⑵　メンタルヘルスケアの推進

不安やストレス等から生じる心の健康問題は様々な身体疾患等を引き起こすほか、船内作業の安全確保にも支障を及ぼすおそれがある。特に、長期間陸上の日常生活から隔離されるという海上労働の特殊性から、船員のメンタルヘルスケアが重要であり、その必要性等について周知するとともに、必要に応じて健康相談、保健指導等を推進する。

⑶　適正な労働時間の遵守及び休息時間の確保

長時間労働、業務の多重化による疲労及びストレスの蓄積等がヒューマンエラーによる海難事故、死傷災害や脳・心臓等の疾病の発生要因となる場合もあることから、海難事故、死傷災害・疾病の発生を予防するため、労働時間規制を遵守し、休息時間を適正に確保する。