

原 議 保 存 期 間 1 年  
(平成20年12月31日まで)

警察庁丁運発第32号、丁交企発第39号  
平成19年3月28日  
警察庁交通局運転免許課長  
警察庁交通局交通企画課長

警 視 庁 交 通 部 長  
各 道 府 県 警 察 本 部 長 殿  
各 方 面 本 部 長  
(参考送付)  
各 管 区 警 察 局 広 域 調 整 部 長

睡眠障害と安全運転に関する調査研究結果を踏まえた安全対策の推進について

みだしの件については、警察庁において平成18年度国費事業として実施した「睡眠障害と安全運転に関する調査研究」の結果、運転免許保有者の中に睡眠時無呼吸症候群(以下「SAS」という。)に罹患している疑いのある者が相当数存在しており、これらの者は、総じて運転中に眠気を催す頻度が高く、一般人よりも高い割合で居眠り運転、居眠り事故等を経験しているにもかかわらず、運転を控えていない様子が伺われることが明らかになった。

また、運転適性相談及び病状申告制度に対する認識度が低いことも明らかとなったところである。

このため、本調査研究の結果を踏まえて、下記のとおり、運転免許保有者に対する安全対策を推進することとしたので、対応に遺漏のないようにされたい。

なお、調査研究の詳細については、別途送付する「睡眠障害と安全運転に関する調査研究報告書」を参照されたい。

## 記

### 1 更新時講習における広報啓発

更新時講習においては、SAS が運転に与える影響や治療の有効性等に関する内容が盛り込まれた運転者講習用ビデオ「交通事故 その実態」(警察庁企画)を活用していると承知しているが、運転者に対して安全面での自覚を促すとともに、SAS に罹患している者が病気を治療するきっかけになるよう、今後も引き続き同ビデオ等を活用した広報啓発を推進すること。

### 2 SAS の診察や治療を促進するための取組み

エプワース眠気尺度(別添参照)は自己申告方式の眠気の評価法であり、合計点11点以上で病的過眠領域とされ、SAS に罹患している場合は治療を要するレベルと評価される。

SAS の診察や治療を促進するため、更新時講習修了後に自分が SAS ではないかと思っている受講者が、自ら眠気を測定することが可能になるよう、講習会場等にエプワース眠気尺度の検査用紙を備え付け、任意に持ち帰ってもらうなどの取組みを推進すること。

なお、この際、SAS を自覚した者が早期に診断を受けることが可能となるよう、以下の内容を記載した資料を併せて備え付けることにも配意されたい。

合計点 11 点以上が、治療を要するレベルであるが、11 点未満であっても慢性的ないびきをかく人、睡眠時に呼吸が止まる人、日中頻繁に眠気を感じる人も SAS の可能性があること。

検査方法が極めて容易である反面、検査時点に眠気を過小評価し、得点が低くなることが多いことから、客観的に本人の眠気を評価できる家人に協力してもらって検査することが望ましいこと。

検査により SAS の疑いを持った場合は、専門医の検査、診断を受けるべきであること。

最寄りの日本睡眠学会の認定機関、認定医の連絡先一覧（別途送付する調査研究報告書の付録 3 参照）

### 3 運転適性相談及び病状申告への適切な対応

現在、睡眠障害に係る運転適性相談及び運転免許証の更新申請時等の病状申告に際しては、エプワース眠気尺度による検査を実施し、免許の行政処分の観点から、検査結果（合計点 16 点以上）に応じて臨時適性検査等を要する旨の判断をしているが、検査の結果、臨時適性検査等の必要性が認められない場合であっても、一般に病的過眠領域とされるのは上記のとおり、合計点 11 点以上であることに留意し、SAS が運転に与える影響について説明した上で、専門医の診断を受けることを勧めること。

### 4 運転適性相談及び病状申告制度についての広報の推進

SAS に罹患した運転者が病気を自覚し、治療を開始するきっかけとなるよう、各都道府県警察のホームページの掲載内容の見直しを図るなど、これまで以上に効果的な運転適性相談及び病状申告制度に関する広報を推進すること。

### 5 安全運転管理者等講習における広報啓発

安全運転管理者等講習においては、SAS が運転に与える影響や治療の有効性等に関して広報啓発を推進するとともに、管理下にある運転者が SAS に罹患していないか把握に努め、罹患しているおそれがある場合には診察や治療を促すよう教示すること。

## 別 添

### Epworth sleepiness Scale ; ESS

お名前：                      ご年齢：(        ) 歳                      ご記入日        年    月    日

あなたの最近の生活の中で、次のような状況になると、眠くてうとうとしたり、眠ってしまうことがありますか、下の数字でお答えください(    で囲む)。

質問のような状況になったことがなくても、その状況になればどうなるかを想像してください。

- 0 = 眠ってしまうことはない。
- 1 = 時に眠ってしまう。
- 2 = しばしば眠ってしまう。
- 3 = だいたいいつも眠ってしまう。

|                                     |   |   |   |   |
|-------------------------------------|---|---|---|---|
| 1. 座(すわ)って読書中 -----                 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 2. テレビを見ているとき -----                 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 3. 人の大勢いる場所(会議や劇場など)で座しているとき -----  | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 4. 他の人の運転する車に、休憩なしで1時間以上乗っているとき --- | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 5. 午後に、横になって休憩をとっているとき -----        | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 6. 座って人と話しているとき -----               | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 7. 飲酒をせずに昼食後、静かに座しているとき -----       | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 8. 自分で車を運転中に、渋滞や信号で数分間、止まっているとき --- | 0 | 1 | 2 | 3 |

|  |
|--|
| 合計点：                      点(    0 ~ 10        11 ~ 15        16 ~ 24 ) |
|--|