



高速しが

令和2年
(2020)
5月号

発行 茨城県高速道路交通安全協議会・茨城県高速道路交通警察隊

「高速睡眠現象」が危険な瞬間を招く!!

単調な高速道路では、疲労や睡眠不足でなくても意識が「もうろう」とすることがあります。これを「高速睡眠現象」といいます。この状態での運転は、居眠り運転につながり大変危険です。

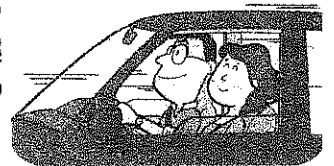
高速道路での死亡事故は、その約50%が走り始めてから100Km未満(60分以内)の場所で発生しています。

走行時間が短くても、油断は禁物! 疲れを感じる前に「危険な60分」間を乗り切るため、早めに最寄りのサービスエリア・パーキングエリアで休憩をとり、心身をリフレッシュしましょう。

交通事故防止のために

◆ スピードは控えめに、車間距離は十分にとりましょう。

柔らかな陽ざしを受けてのドライブでは、知らず知らずのうちにスピードを出し過ぎてしまいがちです。スピードの超過は前車との車間距離を詰め、ややもするとあおり運転につながる危険な状態を招きます。常に速度と車間距離に注意し、安全運転を心がけましょう。



◆ 疲れを感じる前に休憩を取りましょう。

渋滞の中や慣れない道路での運転は思った以上に疲れまゝす。疲れを感じていなくても「2時間走ったら休憩」をとりましょう。眠気を感じたら我慢しないで、速やかに最寄りのSA・PAに入り休憩を取りましょう。



◆ 道路交通情報を確認しましょう。

国道や高速道路など、利用する道路の事故や渋滞情報は出発前に確認し、余裕を持った計画を立てましょう。

◆ 車の点検は運行前に念入りに行いましょう。

燃料、ワイパー、ブレーキ、タイヤ、各種の灯火類、停止表示板、発煙筒など、しっかり点検しておきましょう。

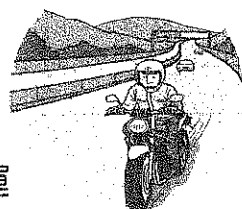


ライダーの皆さんに知っておいてほしい 高速道路での事故を防ぐポイント

走行車両の動きに注意！

高速道路における二輪車事故のうち、急ハンドル、急ブレーキを原因とする転倒事故が最も多く、次いでわき見運転、最高速度違反の順となっています。

わき見運転は、前車に急接近したことに気付くのが遅れ、慌てて急ハンドルや急ブレーキをかけて転倒する重大事故につながります。



無理な追い越しはしない！

連続走行中の車両や、渋滞中の車両の間を無理に追い越したり、追い抜きをすると、車両の急な車線変更に対応し切れず接触、衝突して転倒する事故となります。特に渋滞中の車両の間を追い抜くことや、路肩を走行することは絶対にやめてください。

車両には、必ず相手車両が見えない「死角」があることを認識し、常に走行車両の動きに注意して、安全な車間距離と、安全な速度で走行しましょう。



新型コロナウイルスへの対策を・・・

ウイルスの感染拡大が収まりません。ウイルスは、人が広げるものです。自分自身を守るため、そして周囲の方々を守るために、正しく恐れ、感染拡大を防止するため、以下の行動を守りましょう。

- ◎しっかり、こまめな手洗いをしましょう。
- ◎マスクの装着を心がけましょう。
- ◎次の「3つの密」の場所や行動を避けましょう。
 - 1 換気の悪い「密閉空間」
 - 2 多数が集まる「密集場所」
 - 3 間近で会話や発声する「密接場面」