



高速しが

令和3年
(2021)
10月号

発行 滋賀県高速道路交通安全協議会・滋賀県高速道路交通警察隊

自分と大切な人を守るために！！

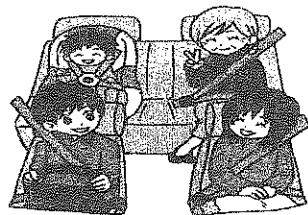
高速道路は、ルールとマナーを守ることによって、快適なドライブが待っています。時間に余裕がないといらいらが募り思わぬ交通事故に発展します。安全運転のポイントを守り、交通事故を起こさない、交通事故に遭わない高速ドライブを楽しみましょう。

速度を守る

速度が早くなればなるほど停止するまでの距離が延びるほか、雨天時などスリップの原因にもなります。

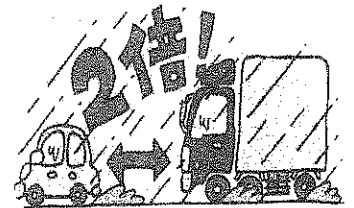
全席シートベルト着用

高速道路は車の速度が早く事故の衝撃で車外放出される危険性が高いことから、前席はもちろん、後部座席の乗員も必ずシートベルトを締め、自分の身を守ることが大切です。



車間距離をとる

十分な車間距離をとっていないと、前車が危険回避のため急ブレーキをかけた場合など、とっさの対応ができず事故に至る危険が増します。



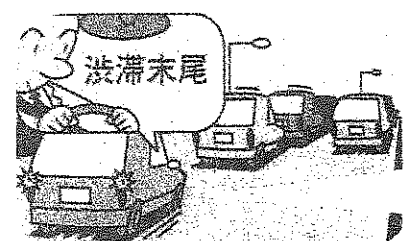
携帯電話を使用しない

携帯電話を保持しての通話等は重大な事故に直結しています。携帯電話に集中してしまい、前方の安全確認ができません。携帯電話を使用するのはSA・PAをお願いします。



ハザードランプの活用

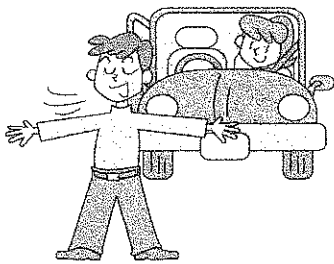
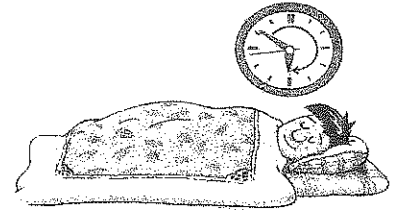
渋滞が発生すると急激に速度が落ちることで、追突事故が発生しやすい状況になります。前方車両の渋滞を発見し低速走行や停止する状況に遭遇した場合は、速やかにハザードランプを点灯して後続車に合図をし、追突事故の未然防止に努めましょう。



《居眠り運転の防止対策》

●良質の睡眠を確保する

良質の睡眠を確保することが、居眠り運転対策の基本となります。コロナ禍、日頃から十分な睡眠を取り、健康な生活を送るよう自己管理に努めましょう。

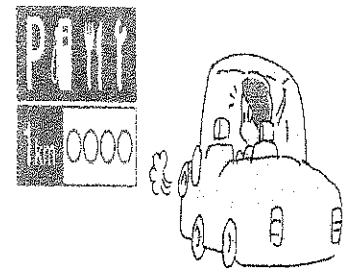


●運転の単調さを変える

居眠り防止には、窓を開けて車内の空気を入れ換えるとともに、ガムをかんだり、目を意識的に動かして運転の単調さを解消するなど、自分に適した眠気防止対策をしましょう。

●眠気を感じたら無理せず休憩

眠気を感じたときは無理せず早めにSA・PA等安全な場所に止めて、休憩や仮眠を取ることが最良の対策です。居眠り運転のリスクが高まる連続運転の後半や、深夜の時間帯にはこまめに休憩して疲労回復に努めましょう。



リフレッシュして安全運転を

ドライバー自身が、死亡する危険性高い「居眠り運転」は長時間の運転や交通量が少ない高速道路での単調な運転などにより陥りやすくなります。

- ・出発してから30分前後の地点
- ・目的地まであと30分足らずの地点が、要注意です。

