



高速しが

令和6年
(2024)
1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

冬の高速道路は要注意！

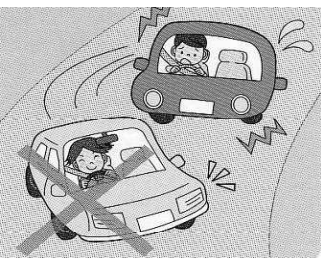
冬の高速道路は、ゲリラ雪・凍結等予期せぬ悪天候によって道路状況が刻一刻と変化します。交通事故や除雪作業、車両集中による渋滞の発生を原因とする雪道の事故は、多重事故に発展する可能性が高くなります。次のことに十分注意し、事故に遭わないよう、起こさないよう十分注意して運転してください。

① 交通規制を確かめてから進入する

冬の高速道路は、除雪作業により渋滞が発生するほか、降雪などの状況によっては、速度規制や通行止めになることもあります。インターネットや情報板などで高速道路情報を確かめ、時間に余裕を持って進入しましょう。



② 急加速・急減速・急ハンドルは事故に直結



積雪や凍結によって、加速(減速)車線と本線道路では路面状況が異なるため、「急」の付く動作はスリップなど招く危険性が高くなります。加速車線ではアクセルを緩やかに踏み込み、減速車線に入るときは急減速せず、余裕を持った運転をしましょう。

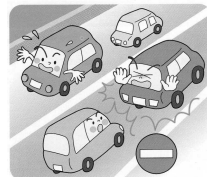
③ 自分の判断だけで運転するのは危険

自分のペースが基準ではありません。

車の流れや速度の変化による車間距離の急激な詰まりや、無理な車線変更によって生ずる他車への危険を予測するなど慎重な運転を心がけることで事故を防げます。



高速道路は一方通行です！



【高速道路での逆走事故を防ぐポイント】

✓ 進行方向をしっかりと確認する！

インターチェンジやサービスエリアなどから本線に流入する時は、案内標識や道路標示で進行方向をしっかりと確認しましょう。

✓ 本線での U ターンや後退は絶対禁止！

インターチェンジを通り過ぎた時は、次のインターチェンジまで行き、高速道路を降りてから再度利用しましょう。

《ながら運転、危険です！！》

- 運転中、スマートフォンの画面を見たり操作する、いわゆる「ながらスマホ」が原因で追突した事故が発生しています。運転中に通話やメールなどを見ながらの運転はとても危険です。一瞬のスマホ操作が命取り！運転に集中しましょう。



～キモチのリセット！高速乗ったらコマメな休息を～

高速道路は単調な運転を強いられるため、漫然運転に陥りやすくなってしまいます。長距離移動する場合には、疲れを感じてもあと少し距離を伸ばそうと先を急ぐ気持ちが勝って無理をしてしまいがちです。少しでも疲れを感じたときには早めの休憩をとり安全運転を心がけてください。



- ◆ 手を開いたり、指先を動かす。指先の運動は、脳を刺激します。
- ◆ 窓を開放して、深呼吸する。新鮮な空気が脳の酸欠を防ぎます。
- ◆ 歯を磨いたり、顔を洗う。車外に出ることでリフレッシュできます。
- ◆ 車外でストレッチ体操をする。血行が良くなり、スッキリします。
- ◆ 目覚め効果のあるガムをかむ。脳の血流量が増え、目が覚めます。
- ◆ 仮眠は長くしっかりとる。中途半端では脳は目覚めません。