

2024年5月

# 丸徳グループ

## 車両分科会

だ よ り

Vol.15

丸徳グループ各社従業員の皆様  
毎日の業務、ご苦労様です。

今月の記載内容は・・・

- ・ 春は漫然運転に注意！
- ・ ドライブの際の注意点！！
- ・ 愛知県警からのリーフレット

# 春は**漫然運転**に注意！

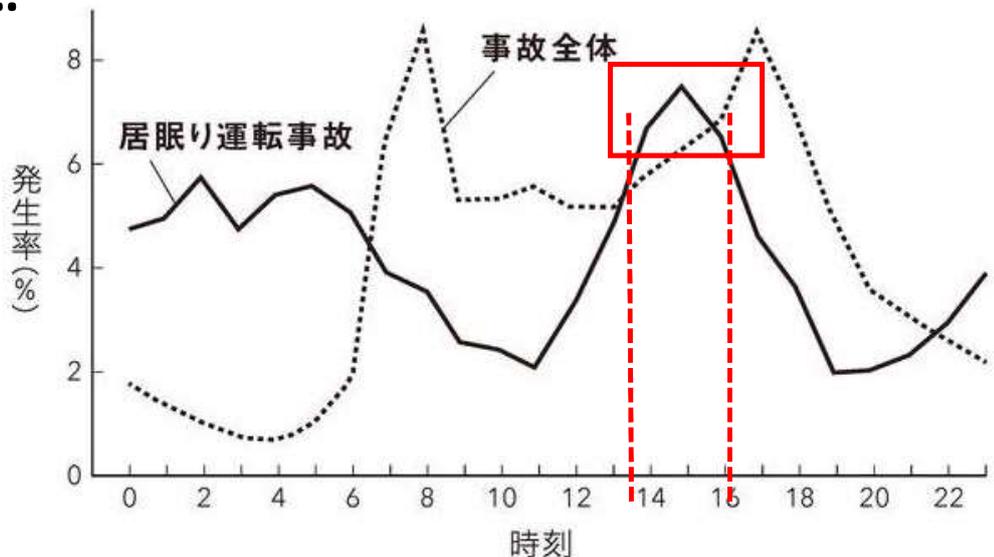
～居眠り運転の原因と防止対策～



居眠り事故の時間帯別発生率

## 居眠り運転の原因...

- ・睡眠不足
- ・疾病
- ・薬
- ・不規則な生活習慣
- ・
- ・
- ・



### ★時間帯

14：00～16：00の時間帯で居眠り運転による事故発生率が高い

普段生活していてもお昼過ぎによく眠くなることがあります。それは居眠り運転に関しても同じことが言えます。居眠り事故の時間帯別発生率では、深夜～早朝にかけてと14時～16時にかけて発生率が高くなっていることがわかります。

### ～交通事故全体と居眠り運転事故の発生時間帯～

一般的な交通事故：

交通量が多い時間帯（朝と夕方の会社・退社時間）に発生しやすい

**居眠り運転事故：**

交通量が比較的少ない時間帯（深夜～早朝と、お昼過ぎ）に発生しやすい

春は花粉症による疲労や睡眠不足、陽気により居眠り運転を引き起こしやすい季節です！！

# 春は**漫然運転**に注意！

～居眠り運転の原因と防止対策～



## 居眠り運転の防止対策...

### 1. 仮眠をとる

10分～15分程度でも想像以上の効果があります。



### 2. 体を動かす（ストレッチや散歩等）

車から降りて数分間歩いたりストレッチをするのも効果的です。

### 3. 顔を洗う・目薬をさす

冷たい水で顔を洗うのも眠気対策になります。

目薬をさす事は一時的ではありますが、すぐに実践できる対策です。

### 4. 窓を開ける

車内の二酸化炭素濃度を下げる為にも新鮮な空気を取り入れましょう。

### 5. 居眠り防止アラームの活用

耳にかけるタイプのセンサーで、装着した状態で頭が一定以上傾くと、センサーが作動してバイブや音で起こしてくれるものです。万が一の対策になります。



居眠り防止アラーム

**眠気が襲ってきた場合には、無理に運転を  
続けずに休むようにしましょう！！**

# 5月16日は旅の日！ 大人数でドライブする際の注意点

## ①カーブ道の運転

車がカーブ道を曲がる際は、遠心力によって車が外側に押し出されやすい。

カーブ道に差し掛かる際にはスピードをしっかりと落とす必要がある。



## ②制御距離

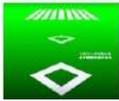
車種	1人乗車の制動距離	4人乗車の制動距離
軽自動車	28.3m	30.3m
セダン	26.9m	30.6m
ミニバン	27.2m	31.5m



制動距離の長さを意識できていないと、車が停止しないことで焦って強めにブレーキをかけてしまいがち。

## ドライブや車旅行で意識しておくべきポイント

- ①適度な休憩 … 交代して疲労軽減
- ②体調管理 … 薬の服用も避ける
- ③飲酒運転の危険性 … 飲んだら運転しない



このマークの先には  
必ず横断歩道がある

# 交通事故防止のPOINT 5月

大型連休は、高齢者に注意しましょう。



## 《過去5年 大型連休（※）の交通事故発生状況》



※大型連休は、4月27日～5月6日として集計

5月は、飲酒運転（※）による死亡事故が年間最多月

## 《過去5年 飲酒運転（※）・事故類型別死亡事故件数》

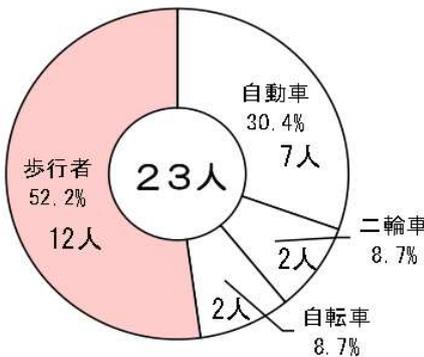
※原付以上第1当事者

（件） □横断中 □出合頭 □単独 □正面衝突 □右左折時 □追突 □その他



## 【過去5年 大型連休（※）の死者23人の実態（人）】

《当事者》



《事故類型》



《年齢》



Check!



5月は、初夏を迎え爽やかで過ごしやすい季節となり、大型連休を中心に多くの方がレジャーや散歩などで外出する機会が増える月です。

特に高齢者の方が当事者となる傾向が高いため、高齢者の方を見かけたら、速度を落とし安全な距離を保つなど、思いやりを持った運転をお願いします。

※ 各表は、過去5年間（R元～R5）に愛知県内で発生した交通死亡事故等を分析した結果です。