

## 交通安全だより第12号

### I. 12月の安全運転管理について

#### 1. 事業場における飲酒運転根絶を図ろう

##### ～生活を破壊する飲酒運転は絶対にやめよう～

新型コロナウイルス感染症の影響で、さまざまな活動が制限されてきましたが、徐々に会合等の機会が増えてきました。そのようななか、年末年始を迎えるにあたって注意しなければならないのが飲酒運転です。悪質な危険行為である飲酒運転には重い罰則が科せられます。また、免許の停止や取り消しといった行政処分により、車を運転することができなくなります。このほか勤務先からの懲戒処分もあるなど、飲酒運転のデメリットは計り知れず、安易な1杯が、生活を破壊することになりかねません。飲酒運転の危険性とデメリットをしっかりと理解して「飲んだら乗らない」という基本を徹底しましょう。



##### ～酒気残り運転に注意！～

摂取したアルコールは、体内で分解されるまで時間が掛かります。深夜まで飲酒したり、深酒をすると、分解しきれなかったアルコールが翌日まで体内に残り、その状態で運転をすると酒気残り運転となるおそれがあります。翌日、車を運転する予定がある場合は、飲酒を控えるように周知・徹底しましょう。

アルコールの1単位						
酒類	ビール	焼酎	清酒	ウイスキー	ワイン	缶チューハイ
アルコール度数	5%	25%	15%	43%	12%	7%
1単位の量	500ml	100ml	180ml	60ml	240ml	350ml

お酒の1単位とは、アルコール摂取量の基準とされる単位のことです。純アルコールに換算した時の20gにあたります。一般的な目安として、体重60kgの男性が1単位のアルコールを摂取した場合、分解に3～4時間かかると言われます。上の表はお酒の種類別の1単位の目安です。（分解時間は体質や体調などによって変化するので参考として下さい。）

#### 2. より一層の安全運転を心掛けよう

12月は1年の中で最も事故が多い月です。仕事納めなどで慌ただしくなり気が急くと運転ミスに繋がり、事故を起こす可能性があります。焦りながら運転することのないように、以下のことに気を付けましょう。

##### 【運転前】

- ゆとりある運転計画を立てる  
渋滞の発生などにより、予定通りに運行できなくなった時に焦らないためにも、事前にゆとりのある運転計画を立てておきましょう。
- 冬用タイヤやチェーンを用意する  
突然の降雪や路面凍結に焦ることのないように、事前に天気予報や道路情報を確認し、必要に応じて冬用タイヤやチェーンを用意しておきましょう。
- バッテリーの点検をする  
冬の運転は暖房を長時間にわたって使用するため、バッテリーに負担がかかりやすく、バッテリーが上がるおそれがあります。そうってから焦らないように事前に点検し、必要に応じて交換するなどの対処を取りましょう。

##### 【走行中】

- 自車以外の動きに注意する  
自分だけでなく他車の運転者も、年末には焦って運転していることが考えられます。他車の急な車線変更などに対応できるよう、周囲への注意を絶やさないようにして下さい。
- こまめに休憩をとる  
仕事納めの慌ただしい気持ちから、普段以上に早く仕事を終わらせたいと焦って休憩を省くことのないようにしましょう。

### 3. 車を狙った犯罪への対策

年末年始をはじめとする長期休暇は、窃盗などの犯罪が増えると言われています。車についても、車両盗難や車上荒らしの被害が考えられます。次の対策をとっておきましょう。

#### ①車両盗難対策

- ・人の目につきやすい駐車場を選ぶ
- ・必ず施錠する
- ・キーをつけたまま車から離れない

#### ②車上荒らし対策

- ・バッグや紙袋などを外から見えないところに置かない

これらの対策を行うことで、日頃から車を狙った犯罪に対する注意を高めておきましょう。

### 4. 長距離運転は事前の準備を万全に！

これからの時期は帰省や旅行などで長距離を運転する機会が増えます。事前の準備をしっかり行っておくことが大切です。

#### 準備① 点検・整備を疎かにしない



長距離運転の前には必ず入念な点検・整備を行いましょう。とくにタイヤの空気圧や溝はしっかりチェックしておきましょう。

#### 準備② 早めの給油を心がける



近年、ガソリンスタンドは減少傾向にあり、地域によっては給油が難しいケースがあります。出発前はもちろん、運転中にガソリンスタンドを見かけた時は、燃料に余裕があっても給油しておくことを心がけましょう。

#### 準備③ 飲料水等の携行品を積んでおく



渋滞や万一の故障に備えて、飲料水や携帯トイレなどの携行品を積んでおきましょう。また冬道走行が予想される場合は、チェーンや作業用の軍手に加えて毛布やカイロなども搭載しておきましょう。

## II. 運転マナーを大切に

マナーの良い運転は自分にも相手にも事故を起こさせないための重要なポイントとなります。基本や実践例について紹介します。

- ◆ 運転マナーの基本は、「思いやり」と「譲りあい」の気持ちを持ち、相手の状況や立場を考えた運転をすることです。そのためには、優先意識を抑えることが大きなポイントになります。自車が優先だからといって、脇道から合流しようとしている車や進路変更しようとしている車を無視した運転行動をとると、相手の強引な割り込みなどを招き、事故につながることもあります。優先意識からは「思いやり」や「譲りあい」の気持ちは生まれにくいものです。相手がどのような運転行動を望んでいるかを読み取り、お互いに気持ちよく通行できるよう配慮した運転を心がけましょう。
- ◆ 前方を初心運転者標識や高齢運転者標識などを表示した自動車が走行しているときは車間距離を十分にとり、学校や病院、介護施設がある道路では速度を落とす、スクールゾーンやゾーン30はできるだけ走行を避けるなど、道路交通状況に応じて、周囲の道路利用者に不安感を与えないような運転を心がけましょう。
- ◆ 狭い道路で対向車が接近しているときは、相手が止まるだろうとは考えずに、自分のほうが率先して左に寄って停止し、相手を先に行かせるようにしましょう。ただし、左に寄るときは、道路端に工作物などがないかどうかを必ず確認しましょう。また、車高の高い車は、上方にある看板やひさしなどに接触するおそれがありますから注意しましょう。

## III. 今月の交通ヒヤリハット

・事業場より提出されたヒヤリハットです。危険予知活動に利用してください。

いつ	通勤中	どこで	一般道路
何をしている時に	自転車で交差点の信号待ちをしていて青に変わったため走り出した		
どうなった	左後方から右折してきた車が近くまで来ていてヒヤリとした		