# 北済協 安全情報 2019-25号

令和元年12月20日
北海道トラック交通共済協同組合
安全推進企画部

# 物流繁忙期『安全を最優先に』

**いよいよ年末繁忙期を迎えています。忙しさの中「焦り・急ぎ」の心理、「疲れ」からくる生理現象が運転中に現れます。**

## ☑前日の酒残りに注意！

お酒を飲む機会が増えますが、繁忙期は翌日の運行が早まったり、悪天候で早めに出社したりとイレギュラーが発生します。

■アルコールの1単位

**もしもアルコールチェックで運行NGは会社にとって大打撃！！**

**アルコール1単位20gの分解に要する時間は……**

**約4時間**

## ☑焦り・急ぎは不安全行動の引き金

年末はハレ商材などの取り扱い量も増え納品時間もタイト。悪天候も重なれば、心に負担が掛かり「急ぎ」の心理が働きます。

リスクの伴う運転での急ぎは厳禁

事前に連絡を入れることで心にゆとり

## ☑連続運転4時間・休息8時間以上

疲労の蓄積による健康起因（病気）、またはイライラによる不安全行動、漫然運転から覚低運転⇒居眠り事故など、
身体のコンデション管理はドライバーにとって重要な取り組み。

体調管理を行い運行中は常にゆとり（心と時間）をもち、年末繁忙を無事故で乗り切ろう！