

# 2024年 8月 重点目標 タイツウ運輸

## 過労運転の防止

### 全員で 安全と健康 二刀流

- ・漫然運転時、目は開いていても・・・見えていない！ 疲れを感じる前に、こまめに休憩をしましょう
- ・視線を固定しないで・・・漫然運転を防ぎましょう！ 緊張感のゆるみに注意しましょう
- ・十分な睡眠をとって、心と体の健康を持ち続けましょう



- 「ぼ〜っと」すると・・・目は開いていても、見えていません・・・「その運転、大変危険です」  
こまめに休憩をとりましょう（2時間走行 15分休憩）
- 運転中は、常に、危険です 緊張感のゆるみに注意しましょう
- 視線を固定しない・・・「ミラーを見る」、「歩道に目を向ける」、「情報表示板・標識を見る」
- 健康管理で、事故も病気も防ぎましょう