

《人生がかかっているのだから》
酒を飲んだら乗るな！
乗ったらスマホ見るな！
わき見するな！
居眠りするな！

《体調管理の重要性》
安全運転は、心身の健康から
もう少し！ でも・・・がまんしないで すぐ休憩

- 熱中症対策・・・のどが渴いていなくても、15分～20分おきに水分・塩分補給
 - のどが渴いていなくても、定期的に、水分を補給しましょう
 - 不調を感じたら・・・直ちに停車しましょう
 - 不調感のない「隠れ脱水」に注意しましょう
- 命を守るハンドルさばきは、「早めの休憩」から、集中力維持⇒「呼称運転」
 - 漫然運転は、「見落とし」が増えます
 - 「ぼーっとしていた」、「考え事をしていた」・・・と気づいたときは、休憩の判断を
 - 集中力の維持には、危険を声に出す、「呼称運転」が有効です
- 十分な睡眠の確保、バランスの良い食事、朝食を抜かず、3食摂る

漫然運転、居眠りに注意しましょう **2時間走行15分休憩**！

《挟まれ・墜落・転落・下敷き 注意》

「少しなら大丈夫だと思った」
病院の職員が酒気帯び運転で事故
自宅で飲酒后、車を運転

◇自分の家族が犠牲になった！ あなたは、飲酒運転者を許せますか？◇
◇飲酒運転で仕事や家族を失う可能性もある！ あなたは、その覚悟はありますか？◇

2026/7/28(火) 7:00

本州の病院は、58歳の職員が酒気帯び運転の疑いで警察の捜査を受けていることを明らかにしました。病院によりますと、職員は25日の夕方、自宅で日本酒を約480ミリリットル飲んだ後に車を運転し、自宅から2キロほど離れた路上で縁石にぶつかる事故を起こしました。職員が自分で警察に通報して、呼気検査を受けたところ、基準値の2倍以上のアルコールが検出されたということです。職員は病院の聞き取りに対し、「少しなら大丈夫だと思った」と話していて、病院は今後、処分を検討するとしています。

午前11時半 ゆるやかなカーブ 軽ワゴン車がはみ出し
軽乗用車と中型トラックに衝突
軽ワゴン車運転の75歳男性が死亡

◇カーブ 遠心力で、車は外へ外へと流れやすくなります◇
◇カーブで曲がりきれず、対向車線にはみ出して◇
◇正面衝突や路外逸脱事故になる前に、スピードダウンを！◇
◇デイ・ライトで知らせよう・・・自分の存在 はみ出し、正面衝突事故防止◇

2026/7/29(水) 12:40

28日午前11時半すぎ、長野県の国道で、軽ワゴン車が、対向車線を走っていた軽乗用車と中型トラックに相次いで衝突しました。この事故で、軽ワゴン車を運転していた男性（75）が意識不明の状態です。病院に搬送されましたが、28日午後、死亡が確認されました。軽乗用車を運転していた男性（33）と、中型トラックを運転していた男性（52）にけがはありませんでした。現場は緩やかなカーブで、警察は、軽ワゴン車が何らかの原因で対向車線にはみ出したとみて、詳しく調べています。

夜8時 時差式交差点
右折の路線バスと直進のバイクが衝突、バイクの男性が重傷

◇右折は対向車を注視しがち！ 右折先を必ず良く見る！◇
◇交差点の右折は・・・十分に余裕を持って、直進車・歩行者に注意しましょう◇

2026/7/29(水) 13:05

28日午後8時頃、神奈川県道の時差式交差点で、右折しようとしていた路線バスと対向車線を直進していたバイクが衝突しました。この事故で、バイクを運転していた70代の男性が大ケガをしました。警察はバスの運転手を過失運転傷害の疑いで現行犯逮捕し、事情を聞くなどして、事故の詳しい状況を調べています。