

《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**
 - 寝不足は、熱中症の最大のリスクです
 - 快適な室温で、深い睡眠をとる
 - 朝食を抜かず、3食、バランスをよく栄養をとりましょう

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》

トラックはみ出し、乗用車2台に衝突
トラックは電柱に衝突、トラック運転の男性は重傷、乗用車2台の2人は軽傷

◇「ぼーっと運転」、漫然運転は、死亡事故リスクが高い！◇
◇ながら(スマホ)運転、ナビを見ながら運転、わき見運転、重大事故◇

2026/8/17(月) 14:55

17日午前8時15分ころ、静岡県の国道で男性（76）が運転するトラックが、片側1車線の国道の緩い左カーブで右車線にはみ出し、対向車線の乗用車2台に衝突しました。さらに、トラックは国道右側の電柱に衝突し、前部を激しく損傷しました。この事故でトラックの男性運転手は重傷を負い、救急隊の到着時には意識がありましたが、その後意識がなくなり、ドクターヘリで病院に運ばれました。乗用車を運転していた男性（76）は右鎖骨打撲、もう一台の車を運転中に事故に巻き込まれた女性（49）が首の痛みを訴え、ともに軽傷ということです。

深夜11時 信号のない交差点
中型トラックと衝突、軽乗用車運転の男性死亡

◇一時停止しないことほど、恐ろしいことはない◇
◇タイヤが止まって、はじめて、「一時停止」◇
◇一時停止、停まらず、動きながらの確認は厳禁◇
◇相手が、一時停止でも、止まらない・・・かもしれない◇

2026/8/17(月) 12:00

16日午後11時半ごろ、兵庫県の県道の信号のない交差点で、軽乗用車と中型トラックが衝突しました。軽乗用車を運転していた男性は搬送先の病院で死亡が確認されました。

左カーブを登ってきた普通貨物車が、センターラインをはみ出したか？
カーブで普通貨物車と準中型貨物車が衝突、男女3人重軽傷

◇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！◇

2026/8/17(月) 20:09

17日午前11時ごろ、長野県の県道で、普通貨物車と対向から進行してきた準中型貨物車が衝突しました。この事故により普通貨物車を運転していた会社員男性（37）が左大腿骨骨折で重傷、同乗していた会社員の男性（31）が軽傷を負いました。また、準中型貨物車を運転していた会社員の女性（25）が軽いけがをしました。現場は勾配のあるカーブで、左カーブを登ってきた普通貨物車がセンターラインをはみ出したとみて調べています。