

《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》

早朝6時半 岩内 国道229号

どちらかがはみ出したか？

軽乗用車と乗用車が正面衝突

軽乗用車を運転の男性、意識不明の重体で搬送され死亡

- ◇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◇
- ◇「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◇

2026/8/22(土) 10:03

22日午前6時半前、岩内町敷島内の国道229号で、40代男性が運転する軽自動車と80代男性が運転する乗用車が正面衝突しました。それぞれの車に同乗者はおらず、軽乗用車の男性が意識がない状態で病院に搬送され、その後、死亡が確認されました。乗用車の男性は会話可能な状態で病院に搬送されています。警察はどちらかの車が対向車線にはみ出したとみて事故の原因を調べています。

夜9時半 信号や横断歩道のない場所、横断していた女性

飼料運搬車にはねられ、意識不明の重体

- ◇夜間、早朝は、歩行者・自転車を見落としやすくなります◇
- ◇ヘッドライトをこまめに切り替え、遠目ライトで早期発見！ 事故防止◇

2026/8/21(金) 10:35

20日午後9時半ごろ、鹿児島県の県道の信号や横断歩道のない場所で、道路を横断していた女性（67）が、会社員男性（53）の飼料運搬車にはねられ、顔から出血しており、意識不明の重体。

夜11時 酒に酔って運転

交差点 信号無視で衝突事故、女性がけが

58歳男を危険運転致傷の疑いで逮捕

- ◇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？◇

2026/8/22(土) 7:45

20日午後11時ごろ、愛知県の信号交差点で、酒に酔い、正常な運転が困難な状態で乗用車を運転し、赤信号を無視して車に衝突、運転していた女性（21）にけがをさせた疑いで、危険運転致傷の疑いで58歳の男が逮捕されました。女性は軽傷とみられています。警察が、容疑者から酒のにおいがしたため検査したところ、基準値を超えるアルコールが検出されたということです。警察は、酒を飲んだ経緯などを調べています。