



# 高速しが

平成28年  
4月号

発行 滋賀県高速道路交通安全協議会・滋賀県高速道路交通警察隊

## 春の全国交通安全運動が始まります

◇ 運動の期間：4月6日(水)から4月15日(金)までの10日間

\* 4月10日(日)は「交通事故死ゼロを目指す日」です

◇ 運動の基本：子供と高齢者の交通事故防止

◇ 運動の重点

### 1 自転車の安全利用の推進

(特に、自転車安全利用五則の周知徹底)

- ・ 自転車も車両の仲間です。正しい交通ルールとマナーの手本となる「自転車安全利用5則」を守って、安全運転に努めましょう。



#### 自転車安全利用五則

- ① 自転車は、車道が原則、歩道は例外
- ② 車道は左側を通行
- ③ 歩道は歩行者優先で、車道寄りを徐行
- ④ 安全ルールを守る
  - ・ 飲酒運転・二人乗り・並進の禁止
  - ・ 夜間はライトを点灯
  - ・ 交差点での信号遵守と一時停止・安全確認
- ⑤ 子供はヘルメットを着用

### 2 後部座席を含めた全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底

- ・ 車に乗ったら前席はもちろん、後部座席もシートベルト・チャイルドシートを必ず正しく着用しましょう。



### 3 飲酒運転の根絶

飲酒運転は  
絶対禁止



- ・ 飲酒することが予想される会合等の席には、車を運転していかないことが飲酒運転を防止の基本です。
- ・ ハンドルキーパー運動に積極的に参加しましょう。

運動期間中、高速道路交通警察隊では、重大事故に直結する悪質・危険性の高い速度超過、車間距離不保持、シートベルト非着用、携帯電話使用等の違反を重点にした交通指導取締りを強化します。

# あなたの体調は万全ですか？



近頃、持病や体調不良を原因とする悲惨な交通事故が頻発しています。体力に自信がある人ほど自らの体調管理をおろそかにする傾向が見られ、運転前、体調不良を感じていても、これくらいなら大丈夫、と運転を強行してしまいがちです。車は生活に欠かせない便利な道具ですが、操作する人の意思が働かなくなれば車は暴走し、一瞬にして他人を巻き込む凶器と化するものでもあることを絶対に忘れてはいけません。病気や体調不良が交通事故につながることを十分理解し、日頃から体調にも気を配り、安全運転に心がけましょう。

## 安全運転を実践するための心がけ

- ①一定の時間に就寝し、睡眠は最低7～8時間とりましょう。
- ②ふだんから適度に運動をしましょう。
- ③バランスの良い食事を規則正しくとりましょう。
- ④休日は趣味等でストレスを解消しましょう。



### 運転計画書



- ⑤定期的な健康診断で病気の早期発見に努めましょう。
- ⑥特に中高年ドライバーは、こまめに身体機能をチェックしましょう。
- ⑦大きないびきをかく人は、居眠り運転の危険があります。
- ⑧体調不良を感じた時は、運転を控えましょう。

## 平成28年滋賀県交通安全スローガン

- ☆ どの道も 滋賀ではみんなが ゆずりあい
- ☆ ちょっと待て 自転車乗るとき ヘルメット
- ☆ 身につけて！ ベルトとマナーと思いやり！