



# 交通安全ニュース

(一社) 滋賀県トラック協会 安全環境委員会

令和 7年 8月

第173号

## 酷暑の夏を安全に乗り切ろう



今年の夏も酷暑が続き熱中症などが増えています。暑さに負けないように、運転者には早めの休憩を促して、十分な体力と気力の余裕をもって運転するように指導しましょう。

また、8月は夏休みの帰省・レジャー目的のため、高速道路における走行車両が増えて、渋滞や車両停止が発生しやすいことから、追突事故や佇立した歩行者との事故などが多発します。

停止車両近くへの歩行者への衝突は死亡事故に結びつきやすいので運転者への指導を特にお願いします。

健康面では、水分・塩分補給と適度な冷房で熱中症を防ぐとともに、冷房により自律神経のバランスを崩さないために、涼しい場所での運動習慣をつけるよう熱中症対策を徹底しましょう。

### 疲労のサインは居眠運転のサイン

なお、身体に疲労のサインが現れてきた場合、実はかなり疲労がかさんでいて居眠運転一歩手前の場合もあるので、注意が必要です。

たとえば高速道路走行中などに次のような兆候が現れたときは、すぐに最寄りのパーキングエリアで休憩して、可能であれば15分から20分の仮眠をするようにしてください。

- まばたきの回数が増えて、目がショボショボする → マイクロスリープが始まる寸前
- ぼんやりしてきて、あつたはずのサービスエリアをいつのまにか通過している → すでに短い居眠運転が起こっている
- あくびをして、無意識に肩や首を回している
- 前車が減速したことに気づくのが遅れて、ヒヤリとしてブレーキを踏む
- 足が重くなり、アクセルペダルを踏むのが面倒になってくる

居眠運転事故を起こした運転者の供述では、「疲れを感じていたけれど、もう少し我慢して次のサービスエリア（休憩場所）まで頑張ろうと思った」という言葉が繰り返し聞かれます。

「もう少しなら、大丈夫」は「もうすでに、危険」です。

### 前車との車間距離確保が、停止車両の見落としを防ぐ

高速道路で前方の車が急に進路変更をするときには、事故の停止車両や故障による低速走行車両を避けようとしている場合があります。

漫然と前車に追従していると、前車が避けた停止車両に追突する危険があります。

高速道路であっても、常に「停止している車があるかも知れない」という考えを持っていると、前車との車間距離を確保するようになり、前車の前方への危険予測意識が働くようになります。

運転者には、高速道路での停止車両への衝突が悲惨な事故に結びつくことを指導し、警戒するように促しましょう。

### 故障車は、できるだけ惰力走行で安全を図る

なお、高速道路で自車が停止することは死亡事故に結びつくおそれが高いため、不具合や事故で停止せざるを得ない場合も、安易に路肩に止めないことが大切です。

惰力などを使って低速でもできるだけ路肩を前進し、広い場所や非常駐車帯を探して、被追突事故の防止を図ることを指導しましょう。

目が、ショボショボしてきたら………  
すでに、居眠運転の一歩手前です！





# 高速しが

令和7年  
(2025)  
8月号

発行 滋賀県高速道路交通警察隊：滋賀県高速道路交通安全協議会

## あおり運転は厳罰!

### あおり運転 10 の違反行為

- 1 対向車線にはみ出しての接近
- 2 不必要な急ブレーキ
- 3 車間距離不保持
- 4 急な車線変更
- 5 幅寄せや蛇行運転



- 6 不必要なクラクションの反復
- 7 最低速度違反
- 8 左側からの追越し
- 9 ハイビームの継続
- 10 高速自動車国道等での駐停車

### あおり運転行為を受けたときは

- ☆相手にせず速やかに進路を譲りましょう。
- ☆ドアロックをし挑発されても決して外に出ないようにしましょう。
- ☆十分な距離をとり安全な場所に退避し、110番しましょう。
- ☆ドライブレコーダーやカメラ等を有効に活用しましょう。

思いやり  ゆずりあい で安全運転を

# エコドライブのすすめ

いよいよ夏休み・お盆の帰省・海、山へのレジャー等の楽しみが多い季節を迎えます。この季節の移動には車を利用することが多く、長距離運転や車両集中に伴う交通渋滞に遭遇するなどしてストレスが溜まり、疲れはピークに達します。イライラが急加速・急減速の荒い運転となり、交通事故を招きます。時間に余裕を持って早めの休憩を取りながら、穏やかな運転に心がけることがエコドライブや安全運転につながります。



## 自動車の燃費を把握しよう

日々の燃費を把握することで、エコドライブ効果が実感できます。

また、タイヤの空気圧が適正值より不足すると燃費が悪化します。



## ふんわりアクセル「エコスタート」

穏やかにアクセルを踏んで発進しましょう。

やさしい発進を心がけるだけで、燃費が改善し、安全運転にもつながります。



# ゲリラ豪雨に注意！

近年、異常気象を要因とする線状降水帯の発生や、突然の局地的な豪雨、いわゆる「ゲリラ豪雨」等、これまでに経験したことのない大雨によって、土砂崩れや洪水等が発生し、生活基盤に甚大な被害をもたらします。山間部を通過する高速道路では、ラジオ放送や地域情報に注意し、警報等が発信された時は直近のPA・SA等の安全な場所へ早期に避難しましょう。



## びわこ大花火大会に伴う渋滞情報

今年も恒例の花火大会が8月8日（金）に開催されます。

当日、大津IC料金所の通行は可能ですが、大津SAは午後3時には閉鎖されます。（花火見学はできません。）花火当日は、例年、大津IC付近で渋滞が発生しますので、車の利用を控えるなど、渋滞緩和に御協力をお願いします。

