





# 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 5 年10月  
第 151 号

## 秋の全国交通安全運動の取組結果

本年9月21日(木)から30日(土)までの10日間、秋の全国交通安全運動が展開されました。

滋賀県高速道路交通安全協議会(会長 甲斐切 稔)では、期間中3回にわたり、高速道路のSA・PAで安全啓発を行いました。

9月22日(金)	名神高速道路	多賀SA	協会	7人参加
9月26日(火)	新名神高速道路	甲南PA	協会	10人参加
9月29日(金)	名神高速道路	草津PA	協会	7人参加

## 県内の交通事故発生状況

9月28日現在 概数

発生件数	1940件	(前年比	+ 5件)
死者数	31人	(前年比	+ 4人)
負傷者数	2367人	(前年比	- 57人)

## 事業用トラックの交通死亡事故発生

滋賀県ナンバーの事業用トラックの死亡事故はゼロでしたが、9月28日(木)、湖南市正福寺地先市道において、47歳男性(福井県敦賀市)が運転する大型トレーラーが対向車線にはみ出して横転し、道路脇の駐車場に駐車中の車10台に衝突して停止し、トレーラーの運転手が死亡しました。

本年8月末 県内事故数	
件数	1750(+46)
死者	28(+4)
負傷者	2137(+8)



# 高速しが

令和5年  
(2023)  
10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

## エコドライブのすすめ



行楽期はレジャーや帰省のため車を長時間運転する人も多く、車両も渋滞し交通事故も増えます。また、車の排出ガスに含まれるCO<sub>2</sub>などが大気汚染の原因の一つになっています。運転者一人ひとりが経済的で環境にやさしいエコドライブを心がけましょう。

### 車間距離にゆとりを持って

走行中は一定の速度で走ることを心がけましょう。

車間距離が短くなると、無駄な加速・減速の機会が多くなります。



### ぶんわりアクセル『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、10%程度燃費が改善します。



### 渋滞を避け余裕を持って出発しよう

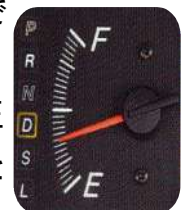
出かける前に、道路交通情報やカーナビなどを活用して、行き先やルート渋滞状況をあらかじめ確認しましょう。



### 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。





# リフレッシュして安全運転を

ドライバー自身が死亡する危険性が高い「居眠り運転」は、長時間の運転や交通量が少ない高速道路での単調な運転などにより陥りやすくなります。

- ・出発してから30分前後の地点
  - ・目的地まであと30分足らずの地点
- が要注意です。

気分転換し、安全運転を心がけましょう。

## 《居眠り運転の防止対策》

●眠気を感じたら無理せず休憩  
眠気を感じたときは無理せず早めにSA・PA等安全な場所に止めて休憩や仮眠を取ることが最良の対策です。居眠り運転のリスクが高まる連続運転の後半や、深夜の時間帯にはこまめに休憩して、疲労回復に努めましょう。



### ●良質の睡眠を確保する

良質の睡眠を確保することが、居眠り運転対策の基本となります。日頃から十分な睡眠を取り健康な生活を送るよう自己管理に努めましょう。



### 車内リフレッシュ体操

<p>●肩こりの予防</p> <p>・背筋を伸ばし、手の平で天井を押し上げるように伸ばす。 ・6秒から12秒続ける。</p>	<p>●肩と腕のだるさをとる</p> <p>・腕をブラリと下げてリラックスする。 ・肩を上下する。</p>	<p>●腰の疲労の改善</p> <p>・背の後ろを押し、3秒ほど体をぞらす。 ・息をはきながら、オヘソをのぞき込む。</p>
●イライラ解消ストレッチ		
<p>①腕を伸ばす</p> <p>手の指を細み、前に伸ばす。この姿勢を5秒ほど続ける。</p>	<p>②体側を伸ばす</p> <p>頭の後ろで片方の手首を握る。体を横に曲げるように引っ張る。(約5秒間)</p>	<p>③膝を抱える</p> <p>足首と膝を抱え、胸のほうに引く。太ももの外側をしっかり伸ばす。</p>
●目が疲れたら		
<p>①こめかみを揉む</p> <p>こめかみから徐々に耳の後ろのほうに数回揉んでいく。</p>	<p>②目のマッサージ</p> <p>目を軽く数回なでる。</p>	<p>③頬を指圧する</p> <p>人差し指で頬を指圧するようにグルグル押す。</p>

### ●ガムを噛む

居眠り防止には、窓を開けて車内の空気を入れ換えるとともにガムをかんだり、目を意識的に動かして運転の単調さを解消するなど、自分に適した眠気防止対策をしましょう。



161

# 国道161号 皇子山ランプ～国道1号合流部

## 終日高さ制限（3.8m）のお知らせ

国道161号 皇子山ランプ～国道1号合流部（大津市横木二丁目交差点）において、橋梁補修工事として終日高さ制限（3.8m）を行います。

御利用の皆さまには、御迷惑をお掛けしますが、御理解と御協力をお願いいたします。

■区 間： 国道161号 皇子山ランプ～国道1号合流部  
（大津市横木二丁目交差点）

■規制内容： 終日 高さ制限（3.8m）

■期 間： 令和6年1月上旬から令和6年4月下旬（予定）

※詳細な日程が確定した段階で、改めて周知いたします。

### 規制区間及び迂回路案内図

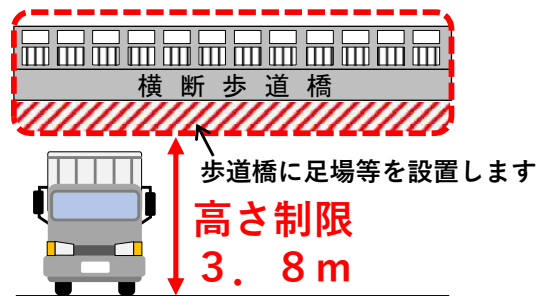
■迂回の際は、藤尾奥町、藤尾北、藤尾南ランプ周辺の道路状況を勘案し、皇子山ランプ以北での迂回を推奨します。



### 詳細図



### 高さ制限のイメージ



#### 【お問い合わせ先】

滋賀県 大津市役所 建設部  
道路建設課 計画・橋梁係  
TEL：077-528-2781