

📌 今月のポイント

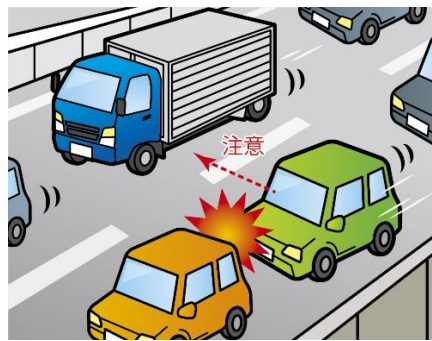
# 高速道路の渋滞との正しい付き合い方

～渋滞時の事故回避ポイント～

停止や発進を繰り返す渋滞道路では、走行速度が遅いため、油断が生じて脇見運転をしたり、先を急いでいるときなどはイライラが生じて車線変更を繰り返したりすることがあります。また、前方の渋滞に気づくのが遅れて最後尾に停止している車に追突することもあります。そこで今回は、とくに高速道路における渋滞時に潜む危険と対策についてまとめてみました。

## 運転時の注意ポイント

渋滞で停止や発進を繰り返していると、停止中に脇見運転となり、隣車線の車に目を向けることがあります。このとき、隣車線の車が動き出したのを見て、自車もアクセルを踏むと、まだ動き出していない前車に追突する危険があります。



先を急いでいるときに渋滞に巻き込まれると、イライラや焦りが生じます。そのため、少しでも先に行こうとして、頻りに車線変更をしたり、追越しを繰り返すと、隣接車線の車や後方からのバイクと衝突する危険があります。また、あおり運転と受け取られて、他車のドライバーとトラブルになるおそれもあります。



「この先渋滞」をいうハイウェイラジオや情報版を見たとき、「まだまだ先のことだろう」と軽く考えていると、いつのまにか目の前が渋滞していて、あわててブレーキを踏んでも間に合わず、渋滞最後尾に追突する危険があります。



## 安全運転アドバイス

渋滞しているときは緊張感が薄れ、脇見運転や漫然運転に陥りやすくなります。発進するときは必ず前車が動き出したかどうかを確認しましょう。前方等の安全確認をしてから発進する、という基本動作ができているかどうか、再確認してください。

少しでも速く走ろうとして進路変更や追越しを繰り返しても、それほど早く先へ行けるわけではありません。むしろ、事故を起こすリスクのほうが大きくなりますから、先を急いでいるときでも、むやみに車線変更をしたり追越しをするのはやめましょう。

渋滞があることを示す情報版などを見たら、「まだ先」と軽く考えず、前方の状況にしっかり目を向けて走行しましょう。とくに、見通しの悪いカーブの先が渋滞しているときは、渋滞の発見が遅れて最後尾に気づかずに追突する危険があるので注意しましょう。

【ご参考】弊社のご支援メニュー

<自動車事故防止>

1. 安全運転セミナー（基本的な運転動作）
2. ペーパー式適性検査（KM式・DOCCS）
3. PCによる社員安全運転教育（e-ラーニング）・適性診断（e-診断）
4. 自動車事故防止のビデオ・DVDの視聴
5. タブレット端末、スマートフォンを活用した危険予測トレーニングツール（セーフティトレーナー）

<ニュース・チラシの提供>

1. 安全運転のポイント（毎月定例発行の具体的なニュース）
2. 社内講習会用冊子（ザ・メッセージ等）