

日の入りが早まります。早めのライト・オンを。
シルバーウィークは安全運転で楽しい休暇をお過ごしください。



マットのいたずらで冷や汗



この映像の訴求ポイントは…

- ◎こんなときはシフトをNに！
- ◎マットのズレや空き缶の有無など、出発前に足もとをチェック。



類似の事故防止にあなたが重要と考えられることを書き出してみてください。



信号は赤ですが！！



この映像の訴求ポイントは…

- ◎たとえ信号無視でも横断歩道上で事故が起きれば車に責任。
- ◎横断歩道の通過は徐行と再確認を。



類似の事故防止にあなたが重要と考えられることを書き出してみてください。



手を見ていたがヒヤリ



この映像の訴求ポイントは…

- ◎誘導員も人の子。間違ふこともあります。
- ◎誘導指示に目視確認と少々忙しい。急がないこともポイント。



類似の事故防止にあなたが重要と考えられることを書き出してみてください。



あわや死亡事故



この映像の訴求ポイントは…

- ◎夜道は制限速度を守り、上向きライトで走行しましょう。
- ◎歩行者は反射材をつけましょう。



類似の事故防止にあなたが重要と考えられることを書き出してみてください。



自分だったかも



この映像の訴求ポイントは…

- ◎シートベルトやチャイルドシートを忘れずに！



類似の事故防止にあなたが重要と考えられることを書き出してみてください。

この用紙は両面印刷でご利用ください。

(表)

【コラム】夕暮れ時は魔の時間！早めのライト・オンを

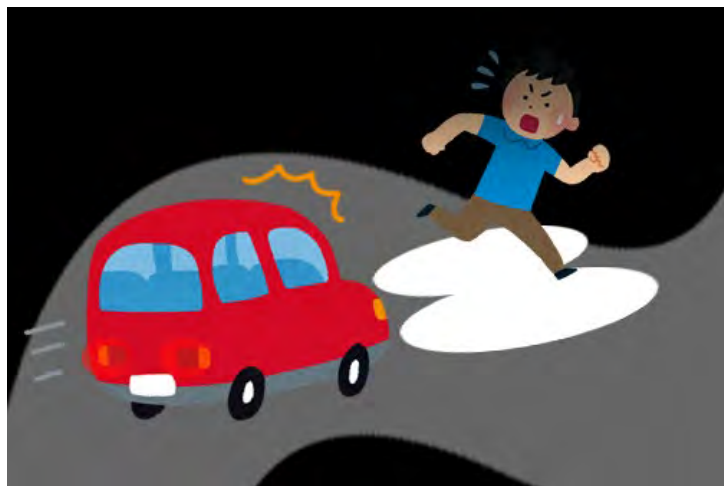
夏の暑さが和らぎ、心地よい涼しさに秋の訪れを感じさせる9月は、日没が急速に早まってく季節でもあります。例えば9月中旬の東京での日の入りは、8月中旬に比べるとおよそ1時間早まります。日没の少し前、きれいな夕焼けが見られる「薄暮」の時間帯は、自動車にとって魔の時間でもあります。

事故全体の件数は日中の方が多のですが、薄暮の事故は、死亡事故につながりやすいのが特徴です。夕暮れ時で明暗の区別がつきにくく、歩行者や自転車の発見が遅れてしまうことで、重大な事故になってしまうのです。

その対策のひとつが、早めのヘッドライト点灯です。ヘッドライトを点灯することで、ドライバーの視界が良くなり、飛び出しなどの急な事態にも対応できる余裕が生まれますし、他の車や歩行者・自転車などからも気づいてもらいやすくなります。

人間の目は、暗いところから明るいところへ目が慣れる（明順応）よりも、明るいところから暗いところへ目が慣れる（暗順応）方により時間がかかると言われています。薄暮時のように、急に暗くなっていく時間帯は、たとえ見えているように感じても、早めにヘッドライトを点灯するようにしましょう。

また、夜間のヘッドライトは、特に郊外の街灯が少ない暗い道路では、原則として上向きで点灯します。下向きでの点灯では照射できる範囲が狭まり、急な飛び出しなどを発見できません。上向きライトは対向車や歩行者・自転車にとって眩しく迷惑ですので、対向車などが見えた場合は下向きに切り替えるようにして、原則として上向きのライト点灯で走行することを心がけましょう。



早めのライトオンとともに、暗い郊外道路では上向きライトで走行しましょう。

本州でも路面が凍結するところも出てきます。
標高の高い所へ行く際はスタッドレスタイヤに交換を。

この用紙は両面印刷でご利用ください。

(表)



鹿と衝突



この映像の訴求ポイントは…

- ◎「動物注意」の標識がある道路、特に夕方～朝方は要注意。
- ◎スピードを抑え気味に、上向きライトで早期発見が要です。



類似の事故防止にあなたが重要と考えられることを書き出してみてください。



想定外の行動でビックリ!



この映像の訴求ポイントは…

- ◎横断歩道の通過は徐行が鉄則です。



類似の事故防止にあなたが重要と考えられることを書き出してみてください。



命知らず!



この映像の訴求ポイントは…

- ◎横断歩道でスピードの遅い自転車は「渡る印」です。
- ◎併走する自転車を見かけたら、飛び出しに要注意です。



類似の事故防止にあなたが重要と考えられることを書き出してみてください。



無茶な割り込みした結果の事故?



この映像の訴求ポイントは…

- ◎車列や車線の無理な横切りは事故の元。
- ◎見えない場所に出る時は見えるまで待つべし。



類似の事故防止にあなたが重要と考えられることを書き出してみてください。



中年オヤジ驚きの信号無視



この映像の訴求ポイントは…

- ◎信号を見ない人はいませんが、見えているとは限りません。
- ◎運転中は運転以外のことを「考えてはならない」のです。



類似の事故防止にあなたが重要と考えられることを書き出してみてください。

【コラム】意識の脇見とは？

皆さんは「意識の脇見」という言葉をご存知でしょうか？

「意識の脇見」とは、目は前を向いていて、よく見えているはずなのに、脳が別のことに気を取られていて、目の前のことを認識できていない状態をいいます。

人間のように複数の作業を並行して行うことができる能力を説明する理論として「注意容量」という概念を用いた考え方があります。多くの人は、あることに注意できる一定の容量を頭の中に持っており、その容量全てをひとつの注意が占めることはありません。ただ、次々に移り変わる交通環境に応じて種々の運転操作を行う必要がある自動車の運転が注意容量の多くを必要とすることは、皆さんも納得していただけるでしょう。

おもしろいのは、人間の脳は経験や慣れによる学習によって、注意すべきことを減らしていけるということ。運転免許を取り立ての頃は、カチコチに身体をかたくして運転だけに集中していたという人も、数年の運転経験を積んだ後では、運転中に携帯電話のハンズフリーで会話もできるぐらい余裕のある運転ができるのはそのためです。しかし、そこには落とし穴があります。

運転中に何か別の作業——例えば考え事やハンズフリーでの会話——などを行うと、本来、クルマの運転に必要な注意容量が別の作業に取られてしまい、結果として運転に必要な注意が不足する状態が生じます。すると、ハンドルを握っていて前を見ていても肝心の信号を見ていない、といった「意識の脇見」が生じます。目では見ているのに脳が見ていないのです。

走行中のカーナビや携帯電話の操作は法律でかたく禁じられていますが、視線を動かさない会話や考え事については、特に禁じられているわけではありません。しかし、現実には、このような「意識の脇見」による事故は少なくないものと思われます。だからクルマを運転中は、運転以外のことをしたり、考えたりしてはいけません。



考え事をして前方に集中していない状態での運転がいわゆる「漫然運転」。

意識の脇見が生じています。

日没も早くなりました。
早めのライトオンを心がけましょう。

この用紙は両面印刷でご使用ください。

(表)



事故を起こすと車ほど長時間が必要…



この映像の訴求ポイントは…

- ◎居眠り運転は、車を走る凶器にします。
- ◎眠い場合はタクシーを使いましょう！



類似の事故防止にあなたが重要と考えられることを書き出してみてください。



運転手から見た死角



この映像の訴求ポイントは…

- ◎携帯電話での通話は注意を散漫にします。
- ◎自車の死角に注意しよう。



類似の事故防止にあなたが重要と考えられることを書き出してみてください。



自転車の飛び出し



この映像の訴求ポイントは…

- ◎見通しの悪い交差点は出会い頭と一緒。
- ◎ゆっくり行きましょう。それが結果として一番の早道に。



類似の事故防止にあなたが重要と考えられることを書き出してみてください。



首都高分岐での急な車線変更

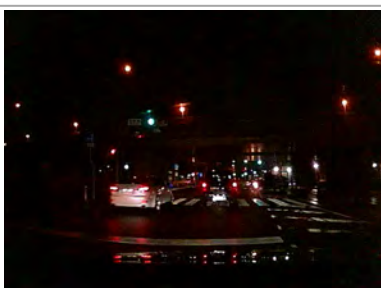


この映像の訴求ポイントは…

- ◎急な車線変更は事故の元。
- ◎相手の死角に入らない走行を心がけましょう。



類似の事故防止にあなたが重要と考えられることを書き出してみてください。



止まっている車列の横断は全て出会…



この映像の訴求ポイントは…

- ◎車線の横切りは、見通しの悪い出会い頭と心得るべし。



類似の事故防止にあなたが重要と考えられることを書き出してみてください。

【コラム】ガス欠にご用心…警告灯点灯時の残量は？

ドライバーの中には燃料の残量警告灯がつくと大慌てになる人と、どこ吹く風と平気な人もいます。では、燃料警告灯が点いてから、クルマはどのくらい走れるものなのでしょうか？

車種によって異なりますが、過去にJAFが行った実験結果では、ファミリーセダンなどでだいたい10リットル前後という結果が出ました。

ガソリン10リットルというと、燃費が5km/Lとしても走行距離にして50km。たとえば高速道路ならほぼ次のサービスエリアまではたどり着けます。最近のエコカーなどは、もっと長い距離を走れるのかもしれませんが、残量計の表示についての詳細は、取扱説明書にも記載がありますので、確認しておきましょう。

結局、残量警告灯がついても、あまり慌てる必要はないということですね。落ち着いて安全運転でガソリンスタンドを探しましょう。

とはいえ、あまり余裕を持ちすぎるのもガス欠の元なので禁物です。例年、行楽シーズンになると、高速道路など、思わぬ渋滞でガス欠になってしまうクルマは少なくありません。特にエアコンを使用していると、のろのろ運転で思いのほか燃料消費が早い場合があります。また、最近では地方を中心に、ガソリンスタンドの廃業も相次いでいます。カーナビでめぼしを付けたガソリンスタンドにようやくたどり着いたら廃業していた...なんてこともありますから、残量警告灯が点灯する前の早め早めの給油を心がけましょう。



最近セルフスタンドが増えてきたこともあり、給油時の“入れ間違い”も少なからず起きています。

ほとんどの軽自動車は、レギュラー・ガソリンで走ります。

あらかじめ乗るクルマの取扱説明書に記載の「油種」を確認しておきましょう。

12月は年間で最も事故が多い季節です。
 師走で忙しいですが、だからこそ余裕のある安全運転を！

この用紙は両面印刷でご使用ください。

(表)

 <p>北海道の田舎道は怖い</p>	<p>この映像の訴求ポイントは…</p> <ul style="list-style-type: none"> ◎雪道では不意のホワイトアウトに要注意。 ◎急ブレーキは厳禁。対向車が見えたら先に速度を抑えましょう。 <p>類似の事故防止にあなたが重要と考えられることを書き出してみてください。</p> <hr/> <hr/> <hr/>
 <p>妻、絶叫！！恐怖のアイスバーン…</p>	<p>この映像の訴求ポイントは…</p> <ul style="list-style-type: none"> ◎凍結路でスピンしたら後は運任せ。スピンしない運転が重要。 ◎雪道での急ブレーキ、急加速、急ハンドルは厳禁です。 <p>類似の事故防止にあなたが重要と考えられることを書き出してみてください。</p> <hr/> <hr/> <hr/>
 <p>子供は飛び出すものと思え！</p>	<p>この映像の訴求ポイントは…</p> <ul style="list-style-type: none"> ◎ガードレールがなければ、子供は飛び出してきました。 ◎子供がいたら、ブレーキを踏み込める姿勢をとりましょう。 <p>類似の事故防止にあなたが重要と考えられることを書き出してみてください。</p> <hr/> <hr/> <hr/>
 <p>一刻一秒を急いでいることもあります</p>	<p>この映像の訴求ポイントは…</p> <ul style="list-style-type: none"> ◎走ってくる相手が必ず停まるとは限りません。 ◎師走の忙しい時期、無理な運転をしまいがち？ <p>類似の事故防止にあなたが重要と考えられることを書き出してみてください。</p> <hr/> <hr/> <hr/>
 <p>一時停止無視の車にあわや衝突の危機</p>	<p>この映像の訴求ポイントは…</p> <ul style="list-style-type: none"> ◎こちらがよく見えていても、相手も見えているとは限りません。 <p>類似の事故防止にあなたが重要と考えられることを書き出してみてください。</p> <hr/> <hr/> <hr/>

【コラム】雪道では「急」のつく運転をしてはいけません

冬になりました。スキーや温泉にいかれる方も多いかと念います。冬はスタッドレスタイヤという方も多いでしょう。雪道でもよく制動が効き、凍える手でチェーンの着脱をすることも必要ありません。スタッドレスタイヤだけで、クルマにチェーンを載せていない人も少なくないようです。

しかし過信は禁物です。山の上にあるスキー場などでは、勾配のある場所も多く、スタッドレスタイヤでは登り切れないこともあります。また、1年中、スタッドレスタイヤを履いている場合は、肝心の溝がすり減っていることに気が付かず、実際に雪道や凍結路に来たときにスリップしてしまうこともあります。雪のありそうな地方に出掛けるときは、あらかじめスタッドレスタイヤの溝を確認し、念のために必ずチェーンも載せていくようにしましょう。

雪道や凍結路での運転で特に注意すべきなのがスリップです。いったんスリップしてしまうと体勢を戻すことは至難です。対向車線や歩道にはみ出してしまうと、重大事故にもつながります。スタッドレスタイヤでも滑るときは滑るので、スリップしづらい運転を心がけるようにしましょう。

具体的には、1) 速度を抑え気味にして、2) 車間距離も多めにとり、3) 「急」のつく運転(急ブレーキ・急発進・急ハンドル)をしない、ことです。



雪道・凍結路対策を万全に。“滑りづらい運転”を心がけて、無事故で年末年始をお迎えください。

さあ、新しい一年が始まりました。
今年も良い年でありますように…。気分も新たに安全運転で！

この用紙は両面印刷でご利用ください。

(表)

 <p>恐怖！凍結路でスリップ自損事故・路外逸脱</p>	<p>この映像の訴求ポイントは…</p> <ul style="list-style-type: none"> ◎スピンしたら、後は運任せ。体勢を戻すのは至難です。 ◎雪道ではスピード出し過ぎと「急」のつく運転操作は厳禁。 <p>類似の事故防止にあなたが重要と考えられることを書き出してみてください。</p> <hr/> <hr/> <hr/>
 <p>道路右側からの飛び出し</p>	<p>この映像の訴求ポイントは…</p> <ul style="list-style-type: none"> ◎右側車線が混雑していれば飛び出しを警戒せねばなりません。 ◎車列の間と車列の末尾が要注意ポイント。 <p>類似の事故防止にあなたが重要と考えられることを書き出してみてください。</p> <hr/> <hr/> <hr/>
 <p>狭い道はスピードダウンが鉄則</p>	<p>この映像の訴求ポイントは…</p> <ul style="list-style-type: none"> ◎接触して怪我するのは生身の自転車や歩行者です。 ◎追い越しは広めの場所で。 <p>類似の事故防止にあなたが重要と考えられることを書き出してみてください。</p> <hr/> <hr/> <hr/>
 <p>なんで出てくるのかな・・・</p>	<p>この映像の訴求ポイントは…</p> <ul style="list-style-type: none"> ◎こちらから良く見えていても、相手も見ているとは限りません。 ◎「出てきそうだな…」と感じたら、どうすべきでしょう？ <p>類似の事故防止にあなたが重要と考えられることを書き出してみてください。</p> <hr/> <hr/> <hr/>
 <p>接触寸前！見てへんやろ！</p>	<p>この映像の訴求ポイントは…</p> <ul style="list-style-type: none"> ◎高速道路の料金所付近は事故多発地帯です。 ◎レーン選びに注意が向いて、後続車に気が付かなかった？ <p>類似の事故防止にあなたが重要と考えられることを書き出してみてください。</p> <hr/> <hr/> <hr/>

【コラム】雪道でなくても危険な“ブラックアイスバーン”

冬になりました。スキーや温泉にいかれる方も多いかと思いますが、冬はスタッドレスタイヤという方も多いでしょう。雪道でもよく制動が効き、凍える手でチェーンの着脱をすることも必要ありません。スタッドレスタイヤだけで、クルマにチェーンを載せていない人も少なくないようです。

しかし過信は禁物です。山の上にあるスキー場などでは、勾配のある場所も多く、スタッドレスタイヤでは登り切れないこともあります。また、1年中、スタッドレスタイヤを履いている場合は、肝心の溝がすり減っていることに気が付かず、実際に雪道や凍結路に来たときにスリップしてしまうこともあります。雪のありそうな地方に出掛けるときは、あらかじめスタッドレスタイヤの溝を確認し、念のために必ずチェーンも載せていくようにしましょう。

ところで、冬のドライブでは、雪道走行も十分注意が必要ですが、実は雪がないところでも危険は存在しています。たとえば都心でも、冬の晴れた日の早朝、橋の上を走るときは要注意です。前日に雪はもちろん、雨も降ったわけでもないのに、橋の上が凍結していることがあるからです。

これは「結露凍結」という現象。大気中の水蒸気や霧が橋の路面で冷やされ凍結してしまうのです。放射冷却が起こりやすい晴れた無風の朝に起きます。すこし時間が経てばお日さまによって融けてしまいますが、スキーなど行楽地に向かうときは朝早く出発することもあり、結露凍結に遭遇する可能性があります。ぱっと見は、雪もなく、路面も黒く見えますが、薄い氷の膜でツルツル…という状況です。寒さが身に堪えるような晴れた無風の朝は、橋の上ではスピードを落として走りましょう。



路面は黒いけど、止まれない！「ブラックアイスバーン」とは…？

ブラックアイスバーンでは、制動距離もグンと伸びます。写真は北海道で実験を行った時の様子です（写真は3パターンの合成）。スタッドレスタイヤを装着したABS機能付きの乗用車で、時速40kmからフルブレーキをかけたときの制動距離を比較しました。①が圧雪路（20.2m）、②がウェット路（11.0m）、③がブラックアイスバーン（69.5m）です。見た目はウェット路と変わらないものの、ABSが作動しながらズルズルと進んでいってしまいました。ブラックアイスバーンの動画（JAFユーザーテスト）はJAFホームページでご覧いただけます。

厳しい寒さが続きます。突然の降雪や路面凍結にご注意を！

この用紙は両面印刷でご使用ください。

(表)



目は見えていても気付いていないことも



この映像の訴求ポイントは…

- ◎こちらが見えていても、相手が気付いているとは限りません。
- ◎ “コリジョンコース現象” を検索してみてください。



類似の事故防止にあなたが重要と考えられることを書き出してみてください。



バカヤロータクシー

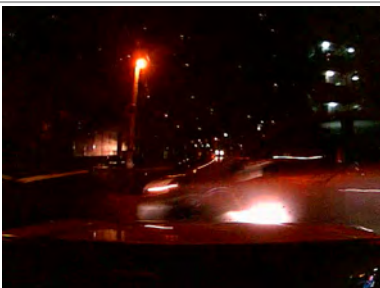


この映像の訴求ポイントは…

- ◎前走車が教習車やタクシーの場合は車間距離を多めに。



類似の事故防止にあなたが重要と考えられることを書き出してみてください。



一時不停止によるもらい事故



この映像の訴求ポイントは…

- ◎もらい事故は避けられませんが、被害を最小にはできます。
- ◎シートベルトやチャイルドシートを忘れずに。



類似の事故防止にあなたが重要と考えられることを書き出してみてください。



おいおい



この映像の訴求ポイントは…

- ◎信号待ちなどでも、絶えず、ミラーなどで周辺確認しましょう。
- ◎発進時にチラッと左右のミラーを確認するのも有効です。



類似の事故防止にあなたが重要と考えられることを書き出してみてください。



ハイビームの意味分かりますか？



この映像の訴求ポイントは…

- ◎車列の隙間や末尾からは人や自転車が出てきます。
- ◎車列の通過時は徐行が鉄則です。夜間はハイビームも併用。



類似の事故防止にあなたが重要と考えられることを書き出してみてください。

【コラム】“エコ運転”でおサイフにも社会にも優しい運転を

エコカーの普及で、一昔前に比べて燃費が格段に良くなっています。ハイブリッド車や自動アイドリングストップ機能の付いた軽自動車だと、カタログ上の燃費性能が1リッターあたり走行可能距離30km以上、街中での実燃費でも20km以上というコストパフォーマンスの良さです。ガソリン代の負担が軽くなり、家計にプラスになりますね。

とはいえ、燃費の基本性能が大幅に向上したエコカーといえども、エコな運転を行わないと、実際の燃費は下がってしまいます。

JAFも加盟しているエコドライブ推進協議会が提唱するエコ運転のポイント。下記の10箇条を心がけてみませんか？

1. ふんわりアクセル「eスタート」…発進時はギュッとアクセルを踏み込むのではなく、ふんわりやさしくアクセルを踏み込みます（最初の5秒で時速20km程度が目安）。

2. 車間距離にゆとりをもって、加速・減速の少ない運転…適切な車間距離で加減速が少なくなり、燃費も向上。事故の危険も下がります。

3. 減速時は早めにアクセルを離そう…アクセルペダルから足を離すとエンジンブレーキが作動し、燃費が向上します。

4. エアコンの使用は適切に…暖房のみ必要なときはエアコンスイッチをOFFに。冷やしすぎも禁物です。

5. ムダなアイドリングはやめましょう…昔は“暖機”が推奨されましたが、現在の乗用車は基本的にエンジンをかければすぐに出発して問題ありません。

6. 渋滞を避け、余裕をもって出発しよう…最近はスマートフォンのアプリなどでも手軽に渋滞情報が取得できます。行き先やルート・出発時間を工夫して、エコでストレスのない運転を。

7. タイヤの空気圧から始める点検・整備…タイヤの空気圧不足は燃費の悪化とトラブルの元です。定期的にチェックしましょう。

8. 不要な荷物をおろそう…スキーキャリアなど、空気抵抗でも燃費は悪化します。冬が終わったら、スタッドレスタイヤの交換と一緒にスキーキャリアなども外しましょう。

9. 走行の妨げとなる駐車はやめましょう…迷惑駐車は渋滞や事故の原因にもなります。道路は皆で使うものですから、ルール・マナーを守りましょう。

10. 自分の燃費を把握しよう…日々の燃費を把握すると、自分のエコ運転の効果が実感できて、運転にも変化が出ます。

エコ運転を実施すると、余裕のある運転＝安全運転につながります。燃費の良い運転はおサイフだけでなく、人にも社会にも優しい運転なのです。

