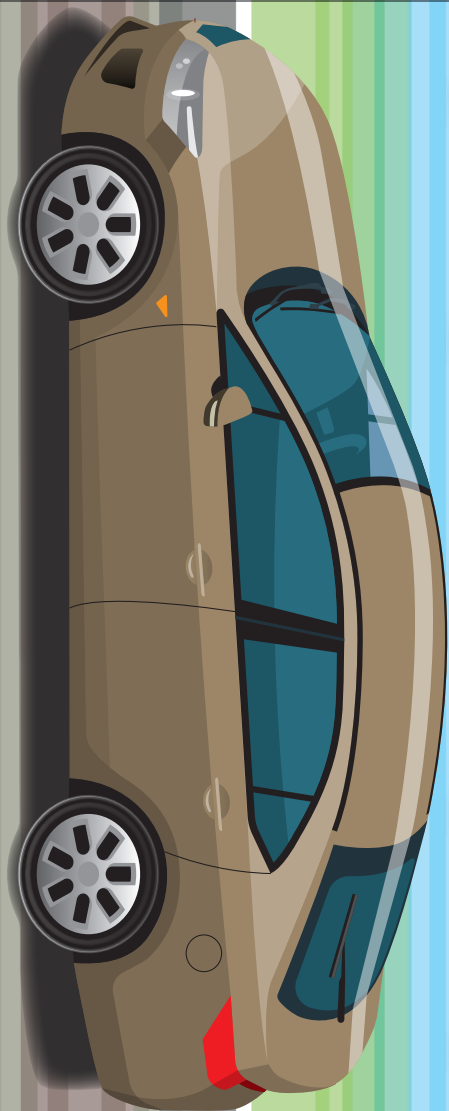


# SAFETY DRIVE

## セーフティドライブ

高速道路と上手につきあう方法

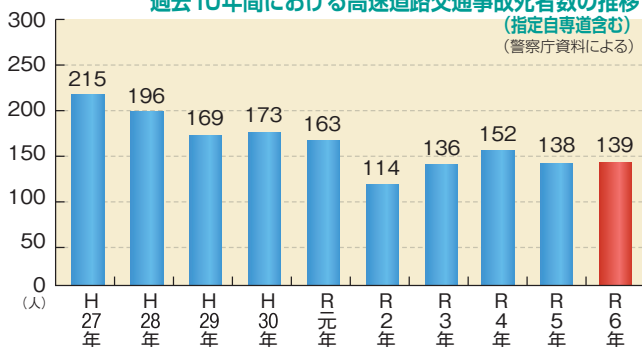


# 令和6年の高速道路等での 交通事故死者数は

# 139人

(警察庁調べ)

過去10年間における高速道路交通事故死者数の推移  
(指定自専道含む)  
(警察庁資料による)



## CONTENTS

### ◆緊急時に備えて

ページ

高速道路における緊急時の対処法 ..... 01

非常電話とは ..... 02

道路緊急ダイヤル（#9910）とは ..... 03

### ◆高速道路の通行について

高速道路の通行について ..... 04

高速道路への誤進入に注意 ..... 05

### ◆命を守るために

逆走をしないために ..... 06-07

命を守るシートベルト ..... 08-10

### ◆工事規制について

工事規制箇所での事故が多発! ..... 11

工事規制箇所通行時の注意点! ..... 12-13

### ◆高速道路でのルールとマナー

守ってください。5つの約束! ..... 14

安全走行のポイント ..... 15-20

 マークのある駐車スペースについて ..... 21

出発前に車をチェック! ..... 22

出発前に積み荷をチェック! ..... 23

トンネル内で火災が発生したら ..... 24-25

トンネル走行時のポイント ..... 26

トンネル内の情報はここでキャッチ!! ..... 27

快適ドライブは情報のキャッチから ..... 28-29

# 高速道路における 緊急時の対処法

## 1. 絶対に歩き回らない！

高速道路上で「人」がはねられる  
重大事故が多発しています。

こんな  
時に  
要注意！

- 車外へ避難中または待機中
- 路肩で修理中・タイヤチェーン脱着中
- 通報中
- 事故当事者同士で話し合い中



路上に立たない！  
路上を  
歩きまわらない！！

## 2. 後続車に合図！

後続車の運転者が気付いているとは  
限りません。

この  
3点で  
合図！

- 1 ハザードランプ点灯
- 2 発炎筒を着火
- 3 停止表示器材設置



設置する際は  
ガードレールの外側や  
中央分離帯に沿って  
後方へ移動して  
ください。

※発炎筒・停止表示器材は車の後方に設置をしてください。また、移動する際には、足元に十分注意してください。

## 3. 安全な場所へ避難！

車のまわりに立たない！  
車内に残らない！

運転者も同乗者も全員、通行車両に十分に注意し、自車より後方のガードレールの外側など、避難できる場所かどうか十分に確認のうえ、安全な場所にすみやかに避難をしてください。



車内は安全ではありません。

後続車に追突され、命を落とした事故が発生しています。

## 4. 避難してから通報！

通報  
手段は  
この3つ！

110番・119番

非常電話※1

道路緊急ダイヤル（#9910）※2



- ※1 本線上1kmおき、トンネル内は200mおきに設置。受話器を取るだけで道路管制センターにつながります。非常電話まで移動する際は、通行車両や足元などに十分注意し、ガードレールの外側などの安全な場所を歩いて移動してください。
- ※2 道路緊急ダイヤル（#9910）は携帯電話等からも発信できます。

# 非常電話とは

## どこにあるの？

非常電話は  
本線上（1kmおき）、トンネル内（200mおき）  
インターチェンジ、SA、PA、バスストップ、非常駐車帯  
に設置されています。

## どんな時に使うの？

事故・故障などの非常事態発生時に使用してください。



## どこにつながるの？

受話器を取るだけで道路管制センターにつながります。事故や故障の状況・負傷者の有無などを伝えてください。

## 会話が困難な場合には

事故・故障・救急・火災の状況を表示したボタンが設置されている非常電話では、あてはまるボタンを押してください。

※ボタンがないタイプでも受話器を上げただけでおおよその位置がわかりますのでご安心ください。会話などが困難な場合は、受話器を叩くなどの合図で緊急事態の発生をお知らせください。



※高速道路上は駐停車禁止です。非常電話は事故・故障でやむを得ず走行ができなくなった場合に使用してください。

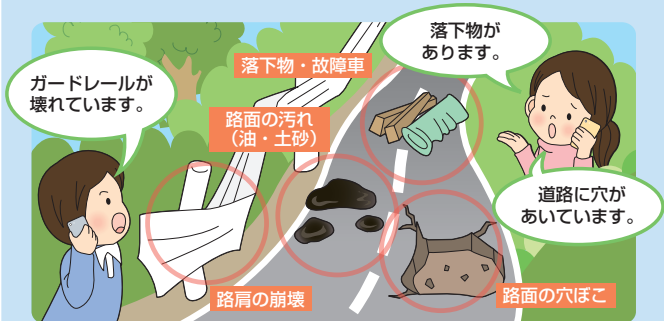
### 高速道路における緊急時の対処法

1. 路上を歩き回らない
2. ハザードランプ・発炎筒・停止表示器材で後続車へ合図
3. 走行車両に十分注意し、運転手・同乗者全員自動車より後方のガードレールの外側など安全な場所へ避難
4. 非常電話等で通報

# 道路緊急ダイヤル （#9910）とは

## どんな時に使うの？

落下物、人や自転車等の立ち入り、路肩の崩壊、路面の穴ぼこなど、車両の通行に支障となる道路の異状・緊急事態を発見した時に使用してください。



## どうやってかけるの？

携帯電話・スマートフォン、固定電話(NTT)などから  
【#9910】をダイヤルしてください

全国的高速道路・国土交通省が管理する国道はすべて対象となり、24時間、無料で利用できます。自動音声ガイダンスにしたがって道路名を選択してください。

高速道路を選択すると、道路管制センターにつながります。道路の異状や場所（道路名・上下線・キロポスト・車線 等）などを伝えてください。

LINE アプリによる通報も受付しています



友だち追加は  
二次元コードから

音声による通報が困難な方であってもLINEアプリによる通報が可能となります。

※LINEアプリによる通報についての詳細は国土交通省ホームページをご確認ください。

運転中の携帯電話等の使用は道路交通法により禁止されています。携帯電話等による通報は必ず同乗者の方からかけていただくか、**休憩施設など安全な場所に移動・停車しておかけください。高速道路は事故・故障でやむを得ず走行ができなくなった場合しか駐停車できません。**

# 高速道路の通行について

## 高速道路とは

高速道路とは、高速自動車国道と自動車専用道路をいいます。

これらは一般的に、自動車が高速で走れる構造で造られた自動車専用の道路を指します。

「高速自動車国道」及び「自動車専用道路」には、必ず、自動車専用であることを示す道路標識（青地に白の自動車マーク）が設置されています。



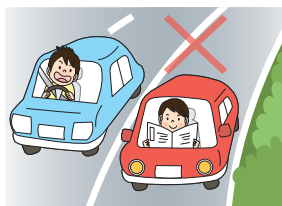
## 高速道路を通行できない車両

高速道路では、軽車両（自転車等）、総排気量125cc以下の普通自動二輪車、原動機付自転車、特定小型原動機付自転車は通行できません。

また、農耕用作業車のように構造上時速50km以上の速度のでない自動車や、ほかの車をけん引しているため時速50km以上の速度で走ることのできない車（けん引装置、被けん引装置のある車両は除く）も、高速自動車国道を通行することはできません。

## 高速道路上は駐停車禁止です

高速道路上は道路交通法により、危険防止や故障などの場合を除き駐停車禁止です。路肩での停車は、後続の車両から追突されるおそれがあります。ETC時間帯割引を受けるために料金所手前の路肩や料金所広場などに駐停車して時間調整をすることは、道路交通法違反の罰則対象になるだけでなく、非常に危険です。休憩は手前のSA・PAをご利用ください。



## 二輪車の二人乗り制限について

高速道路での自動二輪車（125cc超）の二人乗りは、改正道路交通法の一部施行に伴い、平成17年4月1日から、条件付きで可能となりました。

### ■条件

「年齢20歳以上」かつ「大型自動二輪車免許又は普通自動二輪車免許を受けていた期間が通算3年以上」

※高速道路、一般道路にかかわらず、「大型自動二輪車免許又は普通自動二輪車免許を受けていた期間が通算して1年未満の方」は、自動二輪車の二人乗りはできません。

※東京都内の首都高速道路の一部では、自動二輪車の二人乗りが全面的に禁止されています。

# 高速道路への誤進入に注意

## ナビアプリご利用時の注意点

原動機付自転車や自転車がナビアプリの誘導により、高速道路に誤進入する事案が増加しています。ナビアプリご利用時には以下の設定をしてください。

### 原動機付自転車の設定方法

高速道路を使わない経路オプションを設定してください。



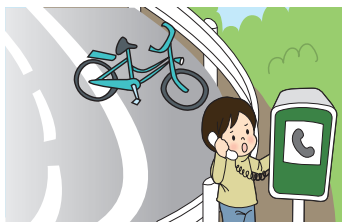
### 自転車の設定方法

自転車モードを設定してください。



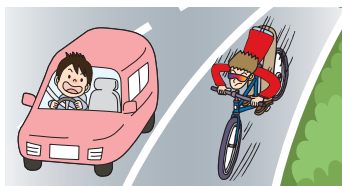
## 高速道路へ誤進入してしまったら

高速道路への誤進入に起因する重大事故が発生しています。誤進入してしまった場合は、ガードレールの外側など安全な場所へ避難し、非常電話や道路緊急ダイヤル（#9910）にて通報してください。



## 高速道路で誤進入を発見したら

原動機付自転車、自転車、歩行者等が高速道路に進入しているのを発見した場合は、道路緊急ダイヤル（#9910）への通報や、料金所スタッフ等への申し出をお願いします。



# 逆走をしないために



**逆走は命にかかわる危険行為です。**

—— 逆走しない、させない、事故にしない ——

## 高速道路は一方通行！

高速道路上で、逆走車に起因する重大事故が発生しています。  
高速道路は指定された方向にしか進めません。  
規制標識や案内標識、路面標示を十分に確認しましょう。

## 行き先を間違えた！行き過ぎてしまった!!

**高速道路上のバック・Uターン（転回）は法律で禁止されています。**これらの行為は道路交通法上の「通行区分違反」にあたります。

目的のインターチェンジを行き過ぎてしまった場合は、**そのまま走行し、次のインターチェンジで降りてください。**インターチェンジ出口では一般レーンをご利用いただき、係員にお申し出ください。

※料金所係員により目的のインターチェンジまでお戻りできるようご案内しますが、インターチェンジの構造等によっては対応できない場合がございますので、あらかじめご了承ください。

## 逆走車への対処方法

逆走車は追い越し車線を走行してくる傾向があります。

逆走情報を見聞きしたら速度を落とし、十分な車間距離をとって、前方車両の動向を注視しましょう。

逆走車の情報は、情報板やハイウェイラジオなどで直ちに情報提供をおこなっております。逆走車を前方に発見したときは、衝突を避けるよう注意して走行してください。



## 逆走車を発見したら

### 110番で通報を！

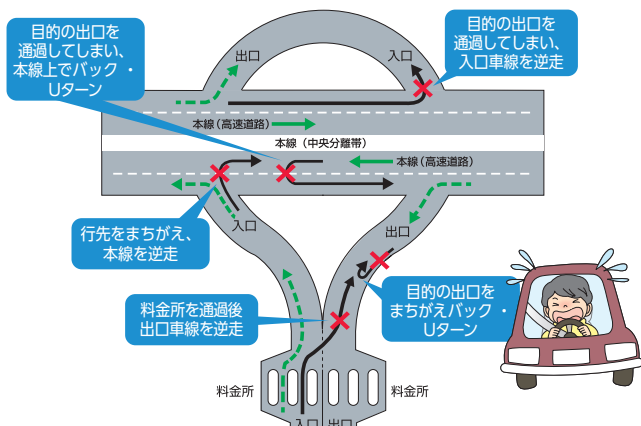
- 携帯電話・スマートフォンからもダイヤルできます！（携帯電話等からの通報は必ず同乗者の方から。）
- 料金所の係員／最寄りSA・PAの非常電話での通報も可

非常電話の詳細▶2ページ

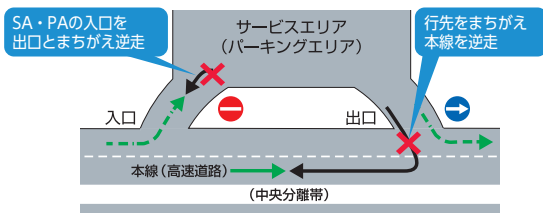


## 逆走はこんな所で起こりやすい！

### ◆インターチェンジ・料金所付近で



### ◆SA・PA付近で



## 逆走してしまったときは

- ①安全な場所に停車し、ハザードランプを点灯
- ②近くの安全な場所に避難（車内にとどまらない）
- ③110番や近くの非常電話で通報

## 注意看板・路面標示などで進行方向確認を！



逆走対策の詳しい内容は

無くそう逆走



# 命を守るシートベルト

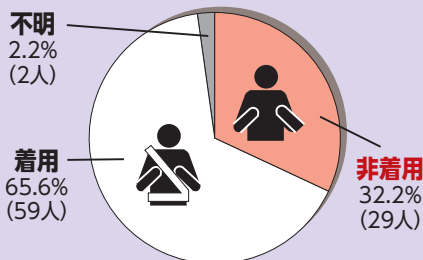
## シートベルトの着用状況について

高速道路を走行している時、乗っている人もまた同じ速度で進んでいます。車が急に止まれないように、体も急には止まりません。

衝突した際、シートベルトは、車内にてハンドルやフロントガラスに胸や頭をぶつける2次衝突や車外への放出を一定の範囲で防止する効果があります。令和5年の高速道路等（指定自専道含む）での交通事故死者の**約3人に1人**が、シートベルト非着用者です。さらにデータを見れば、非着用者の致死率は着用者の約**17.5倍**となります。シートベルトが、あなたを守ります。また、エアバッグはシートベルトを着用しないと十分な効果を発揮しません。

### ●高速道路等でのシートベルト着用・非着用死者数

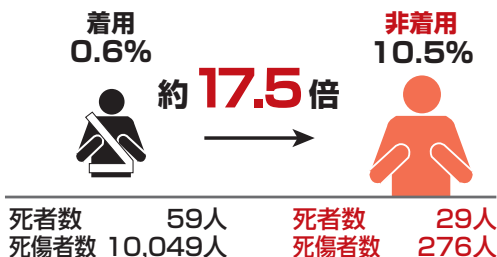
（令和5年・警察庁資料による）



※全死者138人から二輪車・歩行者が当事者となったものを除いた90人の構成

### ●高速道路等でのシートベルト着用・非着用致死率

（令和5年・警察庁資料による）



$$* \text{致死率} = \frac{\text{死者数}}{\text{死傷者数}} \times 100$$

## シートベルト非着用の危険性

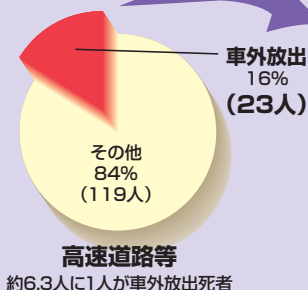
高速走行で衝突した場合、シートベルトをしていないと体が車内で振り回され、開いたドア、割れたガラス部分、場合によっては前や後のガラスを突き破って、車外放出されることがあり、車外放出されると、路面への落下時の衝撃や後続車にはねられるなど、死亡に至るケースもあります。またシートベルトをしている同乗者にもケガをさせてしまう可能性があります。

### ■高速道路等での死者の約6人に1人は車外放出

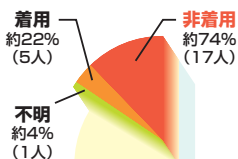
高速道路等で自動車乗車中の車外放出による死者は、約6人に1人の割合で発生しており（平成26年）、そのうち約7割がシートベルト非着用者です。

#### ●自動車乗車中の車外放出死者数

（平成26年・警察庁資料による）



#### 車外放出死者の約7割がシートベルト非着用



知っていますか？

### シートベルトの正しい使い方

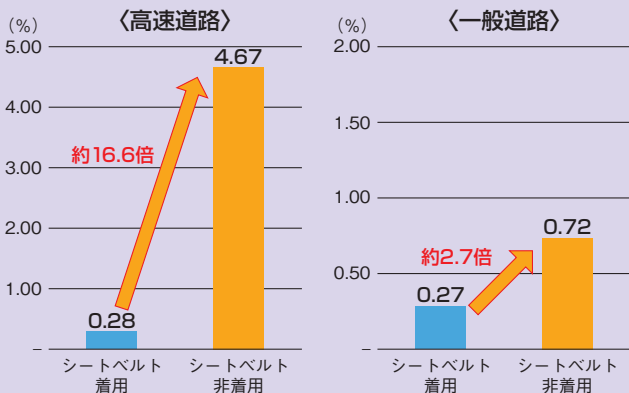
- 1 腰ベルトは腹部ではなく腰骨にかかるように
- 2 肩ベルトは肩の中心位置になるように
- 3 ベルトはねじれないように
- 4 バックルは「カチッ」の音を確認



## 後部座席もシートベルト着用！

### ●自動車後部座席同乗中死傷者のシートベルト着用・非着用別致死率

(過去5年(令和2年～令和6年)合計・警察庁資料による)



上のデータが示すように、高速道路等での後部座席におけるシートベルト非着用者の交通事故の致死率（死傷者数に占める死者数の割合）は、着用者に比べ**16.6倍**も高まるという結果が出ています。

前席と違い、衝突時に後部座席ではハンドルやフロントガラスに直接ぶつかることはなく、シートベルトは必要ないと考えがちですが、実際には車内で振り回され頭や体をうったり、車外に放出されるケースが少なくありません。

## 後部座席のシートベルト着用は義務です！

法律に基づき、運転席・助手席だけでなく**後部座席も必ずシートベルトを着用**してください。**また、6歳未満のお子様を同乗させる場合、チャイルドシートの使用も義務づけられています。**チャイルドシートは、お子様の体格と車に合った安全性の高いものを使用しましょう。

### ❗ 全席シートベルト着用義務により ❗

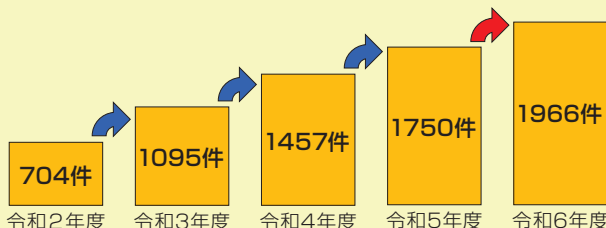
シートベルトを着用していない場合は違反となり、  
高速道路等においては、  
運転者に違反点数1点が付されることになっています。

# 工事規制箇所での事故が多発!

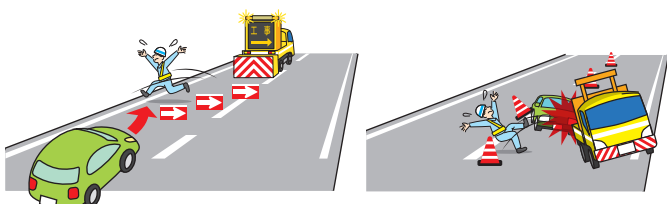
高速道路上での工事規制への**進入事故が多発**しています!

## ●高速道路での規制内進入事故件数の推移

(令和7年 NEXCO調べ)



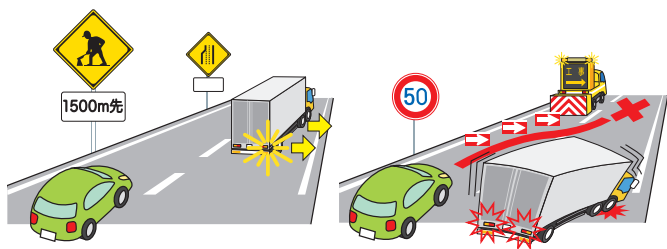
規制内進入事故の内容は規制先端部への衝突や接触、車線に並行する規制材への接触が主なものですが、**規制内に進入した車両により作業員等がはねられ死亡する重大事故も発生**しています。



## 工事規制情報の入手

工事規制情報は各種情報板や各高速会社の交通情報から入手できます。事前にご確認をお願いします。

## 工事規制箇所の確認



工事規制箇所手前約1kmから工事規制標識を設置しています。工事規制が行われていることを**しっかりと認識**、**規制速度にも注意**いただくとともに余裕を持って車線変更をしてください。また、規制先端部付近での**無理な車線変更は大変危険**ですのでおやめください。

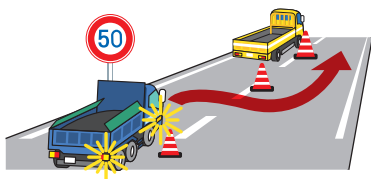
# 工事規制箇所通行時の注意点！

## 工事規制箇所通行時の**注意点**！

工事規制箇所を通行する際はハンドルを**しっかり握っていただく**とともに**前方をよく見て通行**ください。



また、工事**規制内から工事車両が入退出**する場合もあります。ご理解、ご協力をお願いいたします。



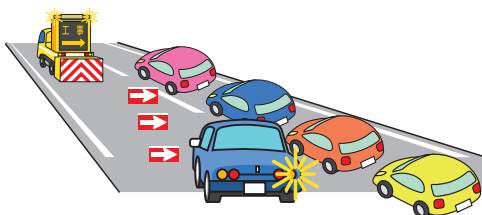
## **警告音**が聞こえる場合があります



前方で工事規制や作業を実施していることを周知するために警告音を発している場合があります。

## **工事渋滞**にもご注意を！

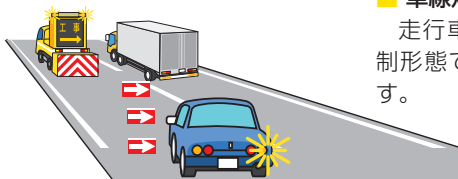
工事規制箇所付近では**渋滞が発生**する場合があります。渋滞後尾での追突にご注意いただくとともに**規制箇所では譲り合い**をいただき円滑な交通流の確保にご協力をお願いいたします。



## 工事規制の種類

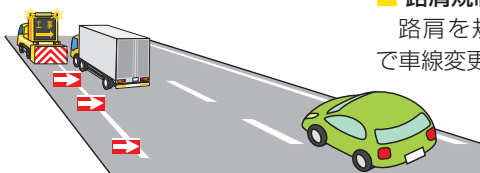
### ■ 車線規制

走行車線等を規制する規制形態で**車線変更が必要**です。



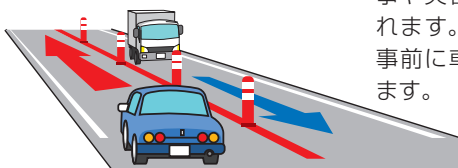
### ■ 路肩規制

路肩を規制する規制形態で車線変更は不要です。



### ■ 対面規制

片側2車線を対面運用する規制形態です。大規模工事や災害復旧工事で運用されます。対面規制手前では事前に車線規制が設置されます。



## 規制材に**接触**した場合

慌てずに最寄りの休憩施設、料金所で非常電話、緊急ダイヤルより事故申告してください。



# 守ってください。5つの約束！

高速道路は、ルールとマナーを守ることに  
よって、快適なドライブができます。

**5つの約束**を守って安全運転を！

## 1. 安全速度を守る

令和6年の高速道路等における死亡事故の**約12%**がスピードの出し過ぎによるもの（第一当事者・警察庁資料による）。天候や路面状況の悪い時は、速度が規制されることがあります。速度標識に注意して、道路状況にあった安全速度で走行しましょう。



## 2. 十分な車間距離をとる

路面が乾燥している場合は、時速100kmでは約100m、時速80kmでは約80mの車間距離をとる必要があります。路面が雨に濡れている場合には、この約2倍の車間距離が必要です。前の車との車間距離は十分にとりましょう。



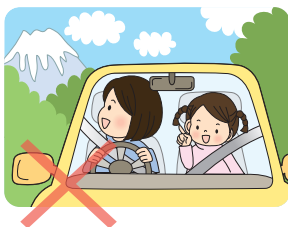
## 3. 割り込みをしない

割り込みをされた車が、急ハンドルを切ったり、急ブレーキをかけることで、事故の原因になります。車線変更をするときは後続車を気遣う余裕をもちましょう。



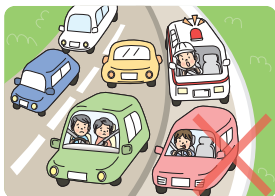
## 4. わき見運転をしない

考えごとや景色に気をとられて、わき見運転をしていませんか？時速100kmでは1秒間に約28mも車は進みます。わき見運転は、追突や玉突き事故の原因となる場合があります。



## 5. 路肩走行をしない

渋滞している時でも路肩の走行は絶対にやめましょう。路肩がふさがっていると、緊急時の救急活動等の妨げとなります。





# 安全走行のポイント

ETCレーンは**時速20km以下**に減速し、**徐行**！

ETCレーンではカードの挿し忘れや、誤って進入した車両などにより開閉バーが開かず、前の車が停止する場合があります。安全のため**時速20km以下**に減速し、十分な車間距離をとって、ETCレーンは徐行してご通行ください。**また、スマートインターチェンジでは一旦停止となっています。**



切れていませんか？ ETCカードの**有効期限**

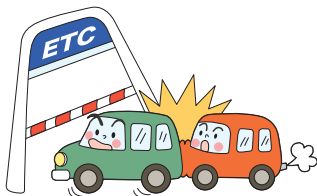
有効期限の切れたETCカードでは、開閉バーは開きません。有効期限切れのETCカードを車載器に挿入しても、車載器本体が期限切れの警告を発しない場合もあります。走行前にカードの有効期限確認をお忘れなく。

ETCクレジットカードの場合



もし、開閉バーが開かなかったら…

車載器へのカードの挿し忘れや通信異常などにより開閉バーが開かなかったときは、後続車に追突されるおそれがあるため、絶対に車を**バックさせないでください**。また、追突事故防止のため**ハザードランプを点灯**して、レーンに設置されているインターホンや呼び出しブザーで係員に連絡し、係員の案内に従ってください。



渋滞後尾では、**ハザードランプ**で後続車に合図を！

渋滞の中や後尾では、追突事故が発生しやすい状況になります。特にカーブの先などは渋滞状況が見えない為、事前に情報板などで情報を収集し注意して走行しましょう！渋滞を発見し低速走行や停止する場合は、ハザードランプを点灯し後続車に合図しましょう。



# 安全走行のポイント

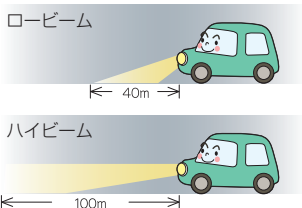
## ライト点灯はお早めに

雨天時や夕暮れ時には事故が多発します。早めにライトを点灯し、自分の車の存在を他の車両に知らせましょう。また、トンネルの中や濃霧、雨天時など**200m先**（一般道では50m）が見えない場合は、たとえ昼間であってもライト点灯を励行してください。

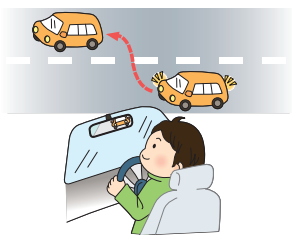


## ヘッドライトは上向き・下向きと、**こまめに切り替え**を

ロービームの照射範囲は**40m**、ハイビームなら**100m**です。高速道路を夜間走行するときは、**原則ヘッドライトを上向き**にして、落下物や交通事故などにより停止した車を少しでも早く発見するようにしましょう。ただし、対向車と行き違うときや他の車の直後を通行しているときは、他の車両の妨害とならないよう、こまめに下向きに切り替えましょう。



## 進路変更をするときは**ウィンカー**で必ず合図を！

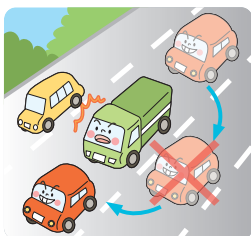


安易な進路変更は事故のもとですが、やむを得ず進路変更するときは、バックミラーや目視で前後の安全を確認し、ウィンカー（方向指示器）を点灯させて、合図をしてから変更しましょう。また、進路変更が終わったら速やかに合図をやめましょう。

※進路変更する3秒前にウィンカーを出すことが道路交通法施行令に規定されています。

## **左側**からの追越はやめましょう！

道路交通法により追越をする時は右側の車線を通ることと定められています。



## 守っていますか？キープレフト

高速道路の追越車線は追越のための車線です。追越を終えたらすみやかに走行車線に戻り「キープレフト」を守りましょう。

◆高速道路では、トレーラー、大型貨物自動車等の通行帯が指定されています。

### ■トレーラー

原則として、一番左側の車線を走行。

### ■大型貨物自動車・大型特殊自動車

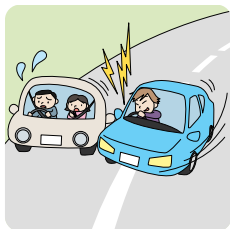
右の標識が設置されている指定区間では、原則として一番左側の車線を走行。



## 危険！あおり運転

いわゆる「あおり運転」等は、重大な交通事故に繋がる悪質・危険な行為です。

車を運転する際は、周りの車の動きなどに注意し、安全な速度での運転を心掛け、十分な車間距離を保つとともに、**無理な進路変更や追越し等は絶対にやめましょう。**



万が一、妨害運転を受けるなどした場合は、SA・PA等、交通事故に遭わない場所に避難するとともに車外に出ることなく、ためらわずに110番通報をしてください。

相手の立場に立って思いやりの気持ちを持って、ゆずり合いの運転をすることが大切です。

### ◆妨害運転罪の創設

道路交通法の改正により妨害運転罪が創設され、他の車両等の通行を妨害する目的で、急ブレーキ禁止違反や車間距離不保持等の違反を行うことは、厳正な取締りの対象となり、最大で懲役3年の刑に処せられることとなりました。

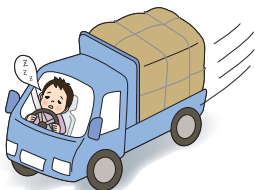
また、妨害運転により著しい交通の危険を生じさせた場合は、最大で懲役5年の刑に処せられることとなりました。

さらに、妨害運転をした者は運転免許を取り消されることとなりました。

# 安全走行のポイント

## 大型車の運転は疲れやすい!?

高い運転席から見下ろすトラックの走行中の視界は、大部分が路面で占められます。強烈な勢いで後ろに流れていくような路面を見続けると、目の疲労や運転疲れを引き起こします。さらにキャブオーバーのトラックのエンジンは運転席の真下に搭載されているため、エンジンの音や振動が子守唄となり、ぼんやり運転や居眠り運転につながります。**疲れを感じる前に、早めにSA・PAで休憩しましょう。**また、車体が大きく重い大型車は、車高とともに重心位置も高くなります。カーブでは強い遠心力が働き走行が不安定になりやすいため、カーブやインターチェンジの手前では**スピードを十分に落として**安全な速度で走行し、ハンドル操作やブレーキ操作を慎重に行ってください。



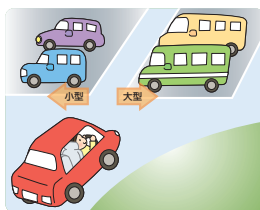
## バイクと自動車は違います！

バイクは自動車とは違い、雨や風など天候による影響を受けやすく、事故の際に体を守るものがないため、重大事故に繋がります。出発前や休憩の際にはこまめに天候をチェックし、走行時には道路状況に応じた安全な速度で走行しましょう。また、**路肩や自動車の間をすり抜けての無理な追越走行は非常に危険です。絶対にしないでください。**二人乗り（タンデム走行）時は、バランスを崩しやすく制動距離も長くなるため、特に注意して走行してください。さらに、バイクは長時間にわたり同じ姿勢で冷たい風に晒されるので、疲労がたまりやすくなります。**意識してSA・PAに立ち寄り、定期的な休憩を取るようにしましょう。**



## 駐車マスに正しく駐車しましょう

SA・PAで駐車の際は、駐車マスの枠のなかに正しく停めてください。**小型車は小型車の駐車マスに、大型車は大型車の駐車マスに停めましょう。**定められた場所に正しく駐車していただき、他の車両の迷惑にならないよう心掛けてください。また、エリア内では路面標示に従って一方通行でのご利用にご協力をお願いいたします。



## 携帯電話・スマートフォンの使用はSA・PAで！

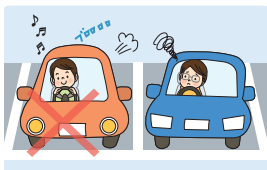
運転中の「ながらスマホ」による交通事故が増加傾向にあるなか、道路交通法が改正され、「ながらスマホ」などに対する罰則が強化されました。運転中に携帯電話等で通話したり画面を注視したりすると、周囲の交通状況等への注意が不十分となったり、また片手運転のため運転操作が不安定になり事故につながります。**路肩や導流標示(ゼブラゾーン)があるところに停車しての使用も厳禁です。**使用する際は、SA・PAで車を停めてからにし、歩きながらの操作も大変危険ですのでおやめください。



## アイドリングストップで地球にやさしく

SA・PAで同乗者を待っている場合や仮眠時などにエンジンをかけっぱなしにしていますか？ 停車時にエンジンがかかっている状態をアイドリングといいます。

が、 unnecessary アイドリングは二酸化炭素を撒き散らし、地球温暖化の原因となるほか、燃料の無駄遣いや騒音のもとになります。条例でアイドリングの禁止を定める自治体も増えています。SA・PAでの駐停車時にはアイドリングストップを合言葉に！



## ドクターヘリが着陸することがあります

交通事故による負傷者救助のため、医師や看護師が同乗し、医療機器を装備したヘリコプター（＝ドクターヘリ）が高速道路本線やSA・PAなどに離着陸することがあります。ドライバーのみなさまは慌てて急ハンドルを切ったり、急ブレーキやわき見運転をせずに必ず現地の交通規制に従い落ち着いて走行してください。なお、必要に応じて通行止めとなる場合があります。



# 安全走行のポイント

## 動物にご注意！

高速道路にシカやクマなどの動物が入り込み、車との衝突事故が発生しています。NEXCOでは柵のかさ上げなどの対策をすすめていますが、もし高速道路上で動物を見かけたときは非常電話や道路緊急ダイヤル（#9910）でご通報ください。



非常電話の詳細 ▶ 2ページ    道路緊急ダイヤルの詳細 ▶ 3ページ

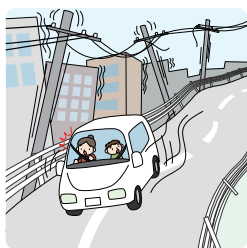
## 屋根の雪を落としてから走行を！



車の屋根の上に雪を高く積もらせたまま走行すると、高速道路を走行中に落下して後続車が乗り上げるおそれがあります。また、雪の塊を避けようとして事故につながることもあるため、走行前には必ず屋根の雪を落としてください。

## 走行中、地震を感じたら……

もし高速道路を走行中に地震が発生したら、**決して急ブレーキをかけず**にゆっくりと減速し、**左側路肩に停車**してエンジンを止めてください。大きなのり面（山を削った斜面等）の下やトンネルの出入り口付近では、震度によっては崩落の危険もありますので、極力その場所を避けて停車しましょう。なお、SA・PAで強い地震に遭遇した場合は、係員の避難誘導に従ってください。



### 【参考】地震発生時の高速道路

高速道路では、**計測震度5.0（震度5強に相当します）以上で通行止め**を行い、道路の点検を行います。大地震の場合、本線車道は緊急車両が通行することになります。

※区間によっては、通行止め基準が異なる場合があります。



# マークのある 駐車スペースについて



高速道路のサービスエリア・パーキングエリアに設置している障がい者等用駐車スペースは、お身体の不自由な方の専用駐車場です。

このスペースは、

**車いすをご使用されている方**

**ケガをされている方**

**目や耳が不自由な方**

などの障がいのある方や

**高齢者の方**

**妊娠中の方** もご利用いただけます。

**一般の方は障がい者等用駐車スペースに駐車されないよう  
ご協力をお願いいたします。**

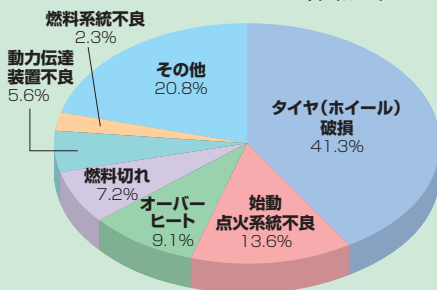


# 出発前に車をチェック！

故障トラブルが原因の死亡事故が多発しています！

## ●高速道路での故障原因内訳

(令和6年 NEXCO調べ)



故障の大半が**基本的な点検**で防げるものです。特に、**燃料、タイヤ、オイル、冷却水**の点検を忘れずに！

## 大切なドライブ前の点検・整備

- |                     |                     |
|---------------------|---------------------|
| ① ブレーキランプの点検、燃料も十分に | ⑤ エンジンオイルのチェック      |
| ② ペダル類のチェック         | ⑥ ファンベルトのチェック       |
| ③ クラッチ・ブレーキ液点検      | ⑦ 水漏れはないか点検         |
| ④ タイヤ空気圧のチェック       | ⑧ ヘッドライト、方向指示器のチェック |

## 発炎筒・停止表示器材は必ず車載しましょう

事故・故障などでやむを得ず停止した場合、ハザードランプ・発炎筒・停止表示器材による後続車への合図が必要です！三角表示板等の停止表示器材は標準装備品でないことが多いため、別途準備をしておくことが必要です。

※高速道路上でやむを得ず停止した場合は、停止表示器材の表示義務が道路交通法で定められています。

## 発炎筒はおもに助手席の足元にあります

① ケースとキャップをにぎる



② 発炎筒のキャップをひねりながら抜く



③ ケースにキャップ底栓を差し込む



④ 白いキャップを抜く



⑤ すり薬でこすり着火する



⑥ すばやく道路に置き安全な場所に避難



※万が一の時に備え発炎筒の設置場所や使用方法、有効期限などを確認しておきましょう！

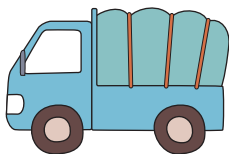


# 出発前に積み荷をチェック！

落下物は**落とし主の責任**です！

## 《シートをかけ、ロープで固定》

長距離・長時間走行の場合は、  
途中のSA・PAで  
再点検をお忘れなく



## 落下物ワースト3 (令和6年度 NEXCO調べ)

1. プラスチック・ビニール・布類  
(毛布／シート類)
2. 自動車部品類 (タイヤ、自動車付属品等)
3. 木材類 (角材、ベニヤ等)



実際に高速道路上で回収された落下物

落下物を**発見したら**

## 道路緊急ダイヤル#9910で通報を！

- 携帯電話・スマートフォンからもダイヤルできます！  
(携帯電話等からの通報は必ず同乗者の方から。)
- 料金所の係員／最寄りSA・PAの非常電話での通報も可

非常電話の詳細▶2ページ 道路緊急ダイヤルの詳細▶3ページ

## 落下物情報は…

情報板による情報提供をおこなっています。

『落下物あり』の表示を確認したら、速度を落とし、特に注意して走行しましょう！

# トンネル内で 火災が発生したら

- (1) すみやかに車外へ避難して下さい。なお、車を離れるときは車を左に寄せ、サイドブレーキをかけ、エンジンは止める。キーはつけたまま、ドアのロックはしないでください。

※スマートキーなどの場合は、ダッシュボードの上などにわかりやすく置いてください。

- (2) 押しボタン式通報装置か非常電話で通報して下さい。



トンネル内には、

**押しボタン式通報装置 (50mおき)**

**非常電話 (200mおき)** が設置されています。

押しボタン式通報装置はランプがつくまで押すと自動的に火災が通報されます。

- (3) 消火器で初期消火に努めて下さい。

50m間隔に2本ずつ消火器を設置しています。

消火器は、油類の初期消火に一番有効です。

- (4) 消火栓の設置されているトンネルでは**消火栓**を利用して消火に努めて下さい。

- (5) 火災が拡大して手に負えなくなったら、すみやかに**安全な場所へ避難**して下さい。

トンネル内のスピーカー、ラジオ再放送を通じて情報や指示が流れるので、そのとおりに落ち着いて行動して下さい。また、煙は温度が下がると降下します。煙にまかれないよう煙の流れを見て非常口の方を確認して下さい。



## 消火器 使用手順

① ボックスの扉を開け、消火器を取り出す。

② 消火器のホースをはずす。

③ レバーの安全ピンを引き抜く。

④ ホースを火元に向けてまっすぐ持ち、レバーを強く握る。

⑤ 粉末消火剤が約20～30秒間噴出。火元へ直接消火剤がかかるように吹きつける。



## 消火栓 使用手順

① ボックスのハンドルを手前に引いて、扉を手前にあける。

② 消火ノズルを止め具からはずして、手に持つ。

③ 右の赤いレバーを手前に倒しノズルを両手でしっかり持つ。

④ 水が出たら、ホースを引き出す。



消火ノズル レバー

# トンネル走行時のポイント

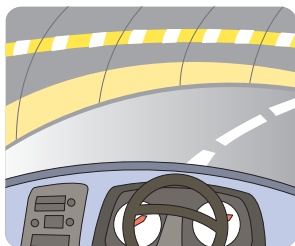
ライトを点灯する。スピードを出し過ぎない。車間距離を守る。無理な車線変更・追い越しをしない。これだけで、トンネル事故の大半は防げます。あなたの心のモラルが、安全に直結します。

## ●気がつきにくいトンネルの勾配

勾配を感じさせる対象物が少ないため、知らないうちにスピードが出過ぎたり、落ちたりしています。勘に頼らず、スピードメーターで確認しながら走りましょう。

## ●感覚のズレに注意

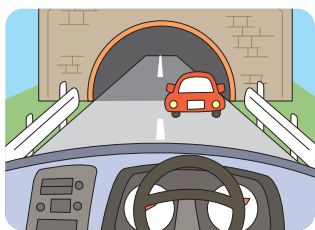
トンネル内では、走っている車が止まっている車か、とっさに判断しにくくなるときもあります。その感覚のズレによる判断の遅れが、事故に結びつくことがあります。



## ●トンネル出口の横風に注意

トンネル出口は横風にあおられハンドルをとられることがあります。出口に近づいたらスピードを落とすなど十分注意して走りましょう。

## ●ブラックホール現象とは



外の明るさとの対照で、トンネルに入っていく前の車が、黒い陰に吸収されて見えにくくなる現象。そのため、ドライバーは不安になってスピードを落とし、スピードの落ちた車に後続車が追突するケースがあります。

## ●危険物積載車両の通行制限

NEXCOが管理する道路では、関越トンネル（関越道）、東京湾アクアトンネル（東京湾アクアライン）、恵那山トンネル（中央道）、飛騨トンネル・袴腰トンネル（東海北陸道）、名東トンネル・守山トンネル（名二環）、阪奈トンネル（第二阪奈道路）、肥後トンネル・加久藤トンネル（九州道）及び関門トンネルが危険物を積んだ車両の通行が禁止または制限されています。



※詳細はお近くのNEXCO各社へお問い合わせください。

# トンネル内の情報は ここでキャッチ！！

## (1) トンネル入口

トンネル入口情報板やトンネル入口用信号機に注意してください。進入禁止の表示や赤信号の時は、ハザードランプなどで後続車に合図しトンネルの外側で停車してください。

### ■トンネル入口情報板

「進入禁止火災」など、安全走行に欠かせないトンネル内の情報を表示し、警告しますのでその表示に従ってください。



### ■トンネル入口用信号機



長大トンネル等の入口に設置されています。赤信号の場合は進入禁止です。

◆トンネルが進入禁止となった場合は緊急車両の通行の妨げにならないよう、道路の左側に寄せてトンネルの手前で停車してください。

## (2) トンネル内

トンネル内情報板やラジオ再放送に注意し、火災を知ったらその指示に従い、ハザードランプなどで後続車に合図し停車してください。トンネル内のスピーカー、ラジオ再放送の指示に従って、避難してください。



### ■トンネル内情報板

長大トンネル等に設置されています。「火災とまれ」など前方の情報を表示し警告しますので、その表示に従ってください。

### ■トンネル内ラジオ放送

トンネル入口に右の写真の表示があるトンネルでは、AMラジオのスイッチを入れてください。火災発生などの緊急時には、ラジオ放送を中断して緊急放送を行います。

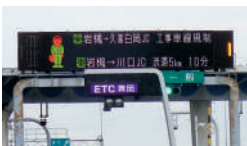


# 快適ドライブは 情報のキャッチから

## 走行中にチェック

### ■IC入口情報板

各インターチェンジ手前の一般道にあり、本線上の道路情報を表示しています。



### ■料金所情報板

料金所にあり本線上の道路情報を表示しています。



### ■本線情報板

本線上のインターチェンジ手前にあり、当該インターチェンジから先の道路情報を表示しています。



### ■広域情報板

ジャンクション手前など、本線上の主要ポイントにあり、広範囲の道路情報を表示しています。



### ■所要時間情報板

本線上にあり、主要目的インターチェンジまでの所要時間を表示しています。

5 加須まで Kazuo	15分
7 佐野藤岡まで Sano-Fujisaka	30分
10 宇都宮まで Utsunomiya	60分



### ■VICS

VICS対応のナビゲーションを搭載していれば、走行箇所の道路情報が無料で得られます。

### ■ハイウェイラジオ 1,620KHz

左の標識の箇所でカーラジオAM1,620KHzにあわせると、情報板より詳細な情報（渋滞・事故・工事など）が聞けます。



## SA・PAでチェック

(サービスエリア) (パーキングエリア)

### ■情報ターミナル (北海道・東北・東海・北陸エリアを除く)

主要なサービスエリア・パーキングエリアでは、路線図のパネルやテレビ画面にて、より広いエリアの道路情報を表示しています。



### ■インフォメーション

サービスエリア内にて、道路情報や通行料金などに関するお問い合わせを受け付けています。



## 出発前にチェック

### ■ 携帯・スマートフォンからでも交通情報

- 全国の高速道路の交通情報や料金検索ができます。

■ NEXCO東日本

**ドラぷら** E-NEXCO  
Drive Plaza

<https://www.driveplaza.com/>



■ NEXCO中日本



<https://c-ihighway.jp/>

■ NEXCO西日本



<https://ihighway.jp/>

- 各高速道路会社のX(旧ツイッター)でも、高速道路情報をお知らせしています。
- 情報提供は無料です。(別途パケット通信料はお客さまのご負担となります。)
- 道路交通法により運転中の携帯電話等の使用は禁止されています。ご利用は出発前や休憩施設での駐車時、もしくは同乗者の方による操作をお願いいたします。

### 各高速道路会社の交通安全の取り組み

■ NEXCO東日本



**HEARTFUL HIGHWAY**

HEARTFUL HIGHWAYプロジェクトとは、高速道路を利用されるすべてのお客さまに、知ってほしいルールや気づいてほしいマナーをお伝えすることにより、お客さまとともに高速道路をもっと安全・快適な場所にしていける取り組みです。



■ NEXCO中日本

出張講座



**NEXCO中日本**  
“高速道路交通安全セミナー”

NEXCO中日本「高速道路交通安全セミナー」は、「いつでもどこでも」をモットーに、安全運転のポイントをご説明する出張講座です。写真やデータを織り交ぜながら、社員がご説明します。参加人数30名程度から、会場はお申込者様でご用意ください。



■ NEXCO西日本



**STOP!**  
**NAGARA DRIVING**  
**PROJECT**

交通事故をゼロにするための危険運転撲滅プロジェクト

「STOP! NAGARA DRIVING PROJECT」(通称「SNDプロジェクト」)は、ながら運転に代表される交通事故につながる危険運転を撲滅し、高速道路における交通事故ゼロを目指す交通安全啓発プロジェクトです。



## 緊急時通報先

事故や故障などの際は、安全な場所に避難してから  
下記にご一報ください。(通話料無料)  
110番・非常電話・道路緊急ダイヤル(#9910)

## 高速道路情報案内

快適な高速道路のご利用を24時間係員がサポートいたします。高速道路をご利用の際、通行料金やETC割引、経路など高速道路情報の確認にご活用ください。

### NEXCO東日本お客さまセンター



ナビダイヤル  
または

0570-024-024

03-5308-2424

### NEXCO中日本お客さまセンター



0120-922-229

PHS・IP電話のお客さま 052-223-0333

### NEXCO西日本お客さまセンター



0120-924-863

PHS・IP電話のお客さま 06-6876-9031

## 日本道路交通情報センター

道路交通情報がインターネットで見られます。

<https://www.jartic.or.jp/>

最新の道路情報についてお問い合わせを受け付けています。

- 全国・関東情報…050-3369-6600
- 北海道高速情報…050-3369-6760
- 東北高速情報…050-3369-6761
- 東北・常磐・関越高速情報…050-3369-6762
- 東名・新東名高速情報…050-3369-6763
- 中央・長野高速情報…050-3369-6764
- 新潟地方高速情報…050-3369-6765
- 東海地方高速情報…050-3369-6766
- 北陸道・東海北陸道情報…050-3369-6767
- 近畿地方高速情報…050-3369-6768
- 中国地方高速情報…050-3369-6769
- 四国地方高速情報…050-3369-6770
- 九州地方高速情報…050-3369-6771
- 沖縄情報…050-3369-6647

● 全国共通ダイヤル…050-3369-6666

● 携帯短縮ダイヤル…#8011

※最寄りのセンターに接続します。(通話料お客さま負担)

東日本高速道路(株)/中日本高速道路(株)/西日本高速道路(株)/(一財)道路厚生会

疲れを感じたらSA・PAでひとやすみ

(サービスエリア) (パーキングエリア)