

高速道路における交通安全啓発活動の実施について ～レッツ ブ레이크！（ひと息入れて安全運転）～

1 現状と課題

- (1) 高速道路では、平成22年から25年の4年連続で死亡事故件数、死者数が増加。
- (2) 『高速道路に入り走行距離100km未満、時間にして約1時間以内』の場所で死亡事故が約5割発生。
このうち、約27%が居眠り運転や考え事などの漫然運転によるもの。

図1：死亡事故件数・死者数の推移

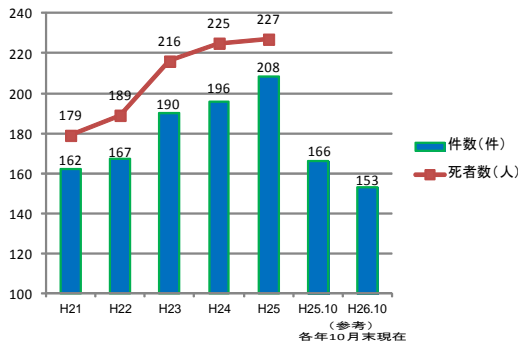
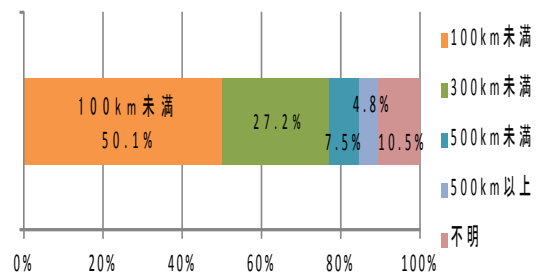


図2：第一当事者の高速道路走行距離別の死亡事故件数（過去5年累計）



2 対策

関係機関・団体の協力を得て、高速道路を利用する運転者に対し、高速道路に入ったら早目に休息をとり、心身のリフレッシュとともに利用する際のマナー、ルールへの遵守（車両及び積載物の安全確認等）を促し、高速道路における安全走行を呼び掛ける啓発活動を実施。

3 活動内容

『レッツ ブ레이크！（ひと息入れて安全運転）』をキャッチフレーズに全国実施

- (1) 期間
平成26年11月～平成27年12月
- (2) 参加機関・協力団体等
警察庁、国土交通省、高速道路株式会社（東日本・中日本・西日本・首都・阪神・本州四国連絡）、一般財団法人全日本交通安全協会、公益社団法人全日本トラック協会
- (3) 主な取組
ア キックオフイベントの開催（資料参照）
イ チラシ・ポスター等の配布（約30万枚）
ウ 主なサービスエリア等においてキャンペーン活動を実施

【問い合わせ先】

警察庁交通局交通企画課高速道路管理室 井上、吉住
TEL：03-3581-0141（内線 5090、5095）
FAX：03-3581-9337

【資料】

『レッツ ブレイク！』（ひと息入れて安全運転）
キックオフイベントの開催概要

1. 日時 平成26年11月29日（土）
午前10時30分～午前11時30分までの間
2. 場所 常磐自動車道上り線 守谷サービスエリア内
3. 内容
 - ① 啓発チラシ、ガム等の配布
 - ② 発炎筒着火体験
 - ③ 高速隊用パトカーの展示、乗車体験
 - ④ ミニコンサート
 - ⑤ マスコットキャラクターとの写真撮影
 - ⑥ 冬用タイヤの展示
 - ⑦ ラッピングトラックの展示
 - ⑧ 駐車枠適正利用についての呼び掛け
4. 参加機関
 - 警察庁
茨城県警察本部交通部高速道路交通警察隊
 - 国土交通省
 - 東日本高速道路株式会社
 - 公益社団法人全日本トラック協会
 - 一般社団法人茨城県トラック協会
 - 茨城県高速道路交通安全協議会

(協力)

- 警視庁高速道路交通警察隊
埼玉県警察本部交通部高速道路交通警察隊
- 一般財団法人全日本交通安全協会
- 茨城県立伊奈高等学校・同吹奏楽部
- 日本保安炎筒工業会
- 茨城県タイヤ商工業協同組合

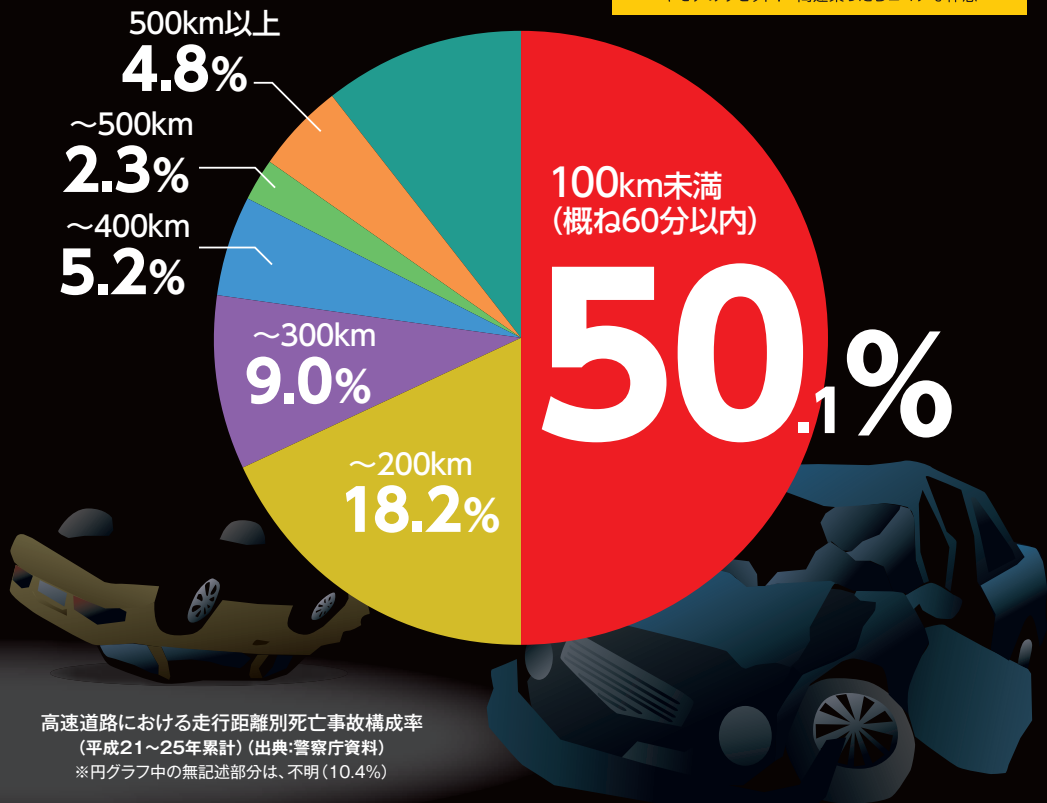
高速道路での
死亡事故は

約**50%**が
高速道路に入ってから
100km未満
(約**60分以内**)
の場所で発生!

走り始めの60分間が 危険な時間!

レッツブレイク! キャンペーン

～キモチのリセット! 高速乗ったらコマメな休息～



高速道路における走行距離別死亡事故構成率
(平成21～25年累計) (出典:警察庁資料)
※円グラフ中の無記述部分は、不明(10.4%)

走行時間が短くても、油断は禁物!

早めに“キモチのリセット”をして
危険な60分間を乗り切ろう!

高速道路に入ったら、サービスエリア・パーキングエリアで
心身をリフレッシュし、車両や積荷等の安全を確認しましょう。

キモチの
準備体操
だね!



「高速催眠現象」が、危険な瞬間を招く!

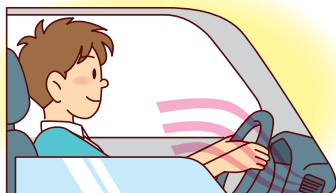


単調な高速道路では、疲労や睡眠不足でなくても意識が「もうろう」とすることがあります。これを、「高速催眠現象」といいます。この状態での運転は、居眠り運転につながり大変危険です。疲れを感じる前に、最寄りのサービスエリア・パーキングエリアで休憩をとりましょう。

居眠り運転を予防するには

1 窓を開放して、深呼吸する。

新鮮な空気が脳の酸欠を防ぎます。



2 目覚め効果のあるガムをかむ。

ガムをかむと脳の血流量が増え、目が覚めます。



3 手を開いたり、指先を動かす。

指先の運動は、脳を刺激します。



4 歯を磨いたり、顔を洗う。

車外に出ることで、リフレッシュできます。



5 車外でストレッチ体操をする。

全身の血行が良くなり、すっきりします。



それでも
眠いときには

無理せず仮眠をとる。

中途半端な仮眠では、脳が目覚めていない状態で走り始めることとなりますので、できるだけ長く仮眠をとりましょう。

