

# 今月の安全運転管理

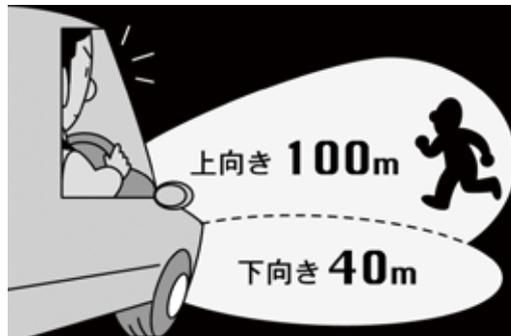
## 歩行者を守る気づかい 大切に

### ①歩行者を守る運転をしよう

- 横断歩道では歩行者優先
- ハイビームを積極的に使おう

### ②飲酒運転根絶に向けた取り組みを行おう

- アルコールが体から抜けるまでの時間を知ろう



#### 横断歩道では 歩行者優先を徹底しよう

十月に入り、日没時間が早くなりました。政府広報オンラインによると、日没前後時間を指す「薄暮時間帯」に発生した交通死亡事故を当事者別に見たところ、「自動車対歩行者」の事故がもっとも多く、そのほとんどが歩行者の道路横断中に発生しています。

そこで、歩行者の安全のために、横断歩道での歩行者優先を徹底しましょう。横断歩道を横断中、あるいは横断しようとしている歩行者がいるときは、その手前で一時停止し、歩行者の横断を優先させましょう。

また、道路上に表示されたひし形のダイヤマークは、その先に横断歩道または自転車横断帯があることを示しています。横断歩道の周囲に歩行者がいる可能性があるため、横断歩道の手前で止まれるように、速度を落として運転しましょう。

#### ハイビームを 上手に活用しよう

日が落ちて、周囲が薄暗くなると、歩行者等を発見しづらくなり、事故を起こす危険性が高くなります。

ヘッドライトをハイビームにすれば、ロービームと比べて二倍以上先を照らすことができます。つまり、ハイビームだと二倍以上遠くから歩行者を発見することができます。

薄暮時間帯・夜間に走行する際は、歩行者等を少しでも早く発見できるよう、原則ハイビームを使用しましょう。ただし、対向車と行き違わときは、対向車の運転者が眩しくないようロービームに切り替えましょう。前方の状況に応じてハイビームを積極的に活用し、事故を防ぎましょう。

#### アルコールの 分解スピードを理解しよう

アルコールが主に肝臓で分解され、体外に排出されるまでの時間を知っていますか？

アルコールの分解速度は、個人差が非常に大きいことが知られています。性別や年齢のほか、遺伝的な影響も大きいといわれています。アルコールの摂取量が増えると、分解にかかる時間も長くなります。また、睡眠中は分解スピードが遅くなるため、「お酒を飲んで、一晩寝たから運転しても大丈夫」と思っている人も、完全に分解されず、アルコールが体内に残っている場合もあり、その状態で運転することは危険です。

飲酒運転をしないために、アルコールの分解スピードを理解し、翌日に運転する予定がある場合は、酒量を抑え、早めに切り上げましょう。