

## マイカー運転 油断と慣れが 事故を呼ぶ

### ①マイカーの安全運転を推進しよう

- 休日の安全運転を指導しよう
- マイカー通勤経路を見直そう

### ②メンタルヘルス向上に取り組もう

- 従業員のストレス状態に気を配ろう



#### 連休中の安全運転を アドバイスしておこう

四月末からゴールデンウィークが始まります。帰省やレジャーでマイカーを使用する従業員も多いと思われます。そこで連休が始まる前に、連休中のマイカーでの安全運転をアドバイスしておきましょう。

普段から運転しているマイカーは「慣れている」という油断から、長時間運転となったり、安全確認が疎かになったりしがちです。従業員にはゆとりあるスケジュール設定やこまめな休憩、安全確認の徹底を指導しておきましょう。

また、休日であるという開放感から飲酒運転をしてしまうケースがあります。飲酒運転の罰則を周知するなどして飲酒運転根絶を呼び掛けてください。

#### マイカー通勤経路を 見直そう

マイカー通勤者に対し、通勤経路マップの提出を義務づけている事業所でも、「一度提出したらそれっきり」ということが少なくありません。

しかし、通勤ルート上に大型ショッピングモールがオープンしたり、バイパスなどの新しい道路が開通したりするなど、交通事情は絶えず変化します。また、たとえ交通事情の変化はなくても、毎日同じ通勤ルートを走行することで油断が生じたり、注意力が散漫になったりするおそれもあります。

そこで、定期的に通勤経路マップを更新するようにして、通勤経路上の危険箇所を再チェックと通勤経路の見直しを行いましょう。

新しく見つかった危険箇所については、慎重な運転を指導するとともに、必要に応じ

て通勤経路の変更を指示しましょう。

#### 従業員のストレス状態に 気を配ろう

春は気温や気圧の変化が大きくなることで、それに適応しようとする体の緊張状態が続くと、人事異動・転勤引越など、生活環境の変化が自律神経を乱すことから、メンタル不調を招きやすくなります。

従業員がストレス等を抱えたまま運転していると、事故のリスクが高くなるので、しっかりケアしておきましょう。

まず、ストレス等によるメンタルヘルスの不調がもたらす危険を周知して、従業員本人のセルフケアを勧奨しましょう。

同時に労働時間や作業方法、組織、人間関係などの職場環境改善に取り組み、従業員のメンタルヘルス不調を予防しましょう。