

居眠り運転防止の啓発活動

平成23年8月3日(水)、恵庭市、千歳警察署、恵庭交番、石狩振興局が合同で、恵庭市内の道の駅「花ロードえにわ」で居眠り運転の啓発活動を行いました。

総勢約15名で、道の駅を車で訪れた人たちにハッカおしぼりやティッシュ、啓発チラシなどを配り、居眠り運転の防止を呼びかけました。この日は晴天で気温27度。冷たいハッカおしぼりは、「スッキリする!」と皆さんに喜ばれていました。



道内の正面衝突、車両単独による死亡事故の約4割は居眠りまたは覚低走行※が原因とみられています。居眠りが原因と思われる事故で平成19年から21年までに124人が亡くなっています。

※覚低走行：目もパッチリして眠気も感じませんが、注意力のレベルが居眠り運転と同じくらい著しく低下した状態の走行のことです。ドライバーの自覚は低く、繰り返されると居眠り運転に至る危険性が高くなります。

居眠り運転が多発するのは午後1時台から3時台です。あくびが出る、視点が狭まっている、まぶたが重く感じる、運転席で動きたくなるなど、こんな症状は要注意です。

眠気を感じたら、15分程度の仮眠・休憩をとることが効果的です。睡魔は2時間サイクルで襲ってきますので、2時間おきに計画的に休憩をとりましょう。



〔道の駅 花ロードえにわ〕

寄せ植え、ハンギングフラワーなど色とりどりの花で彩られた道の駅。フラワーガーデンも楽しめます。疲れたら、ここでひと休みがお勧めです。

