

トラックドライバーの 追突事故防止のポイント



国土交通省

A3サイズで印刷し、点線に沿って折り込み、手帳などに入れて常に持ち歩いてください。

山折り

(2) 十分睡眠をとる

運転中に眠くならないよう、しっかり睡眠をとりましょう！



山折り

谷折り

(4) 車間距離をとる、わき見をしない

少し反応が遅れたり、先行車が急ブレーキを踏んだりしても対応できるよう、車間距離をとりましょう！わき見もいけません！



山折り

(6) 乗務後点呼では気づいたことを報告する

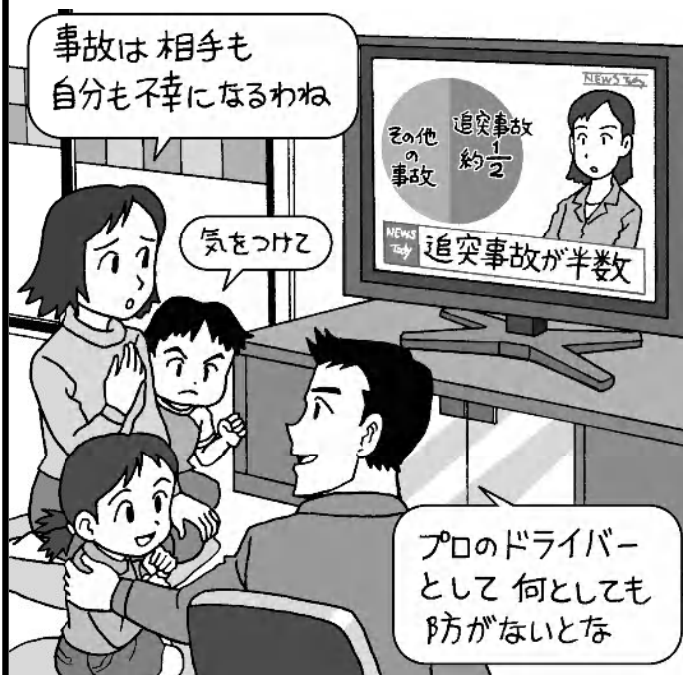
事故・渋滞といった道路情報や、疲れなどの自分の状態について、乗務後点呼できちんと報告しましょう！



谷折り

(1) 追突事故を起こさないと決意する

事業用トラックの交通事故の約半数が追突です。追突事故を起こさない決意をもちましょう！



山折り

(3) 乗務前点呼で運行管理者とよく話す

運転中に急いだり、焦ったりすることがないように、運行管理者と良く話しましょう！



谷折り

(5) きちんと休む

体調に異変を感じたら、運行管理者に相談しましょう。また、休憩中はしっかり休みましょう。(状況に応じて、軽く身体を動かして疲れをとったり、眠気を覚ましてください。)



山折り

(7) 同僚ドライバーとよく話し合う

同僚と話し合うことで、自分が気づかなかった危険に気づくことがあります。自分から情報提供するようにしましょう！



<セルフチェック>

プロドライバーとしての取り組みができているか、セルフチェックしましょう。

(1) 追突事故防止への決意

- トラックの事故で最も多い事故類型が、「追突」であることを知っている
- 追突事故の多くが、過失割合が100:0（追突した側の責任）であることを知っている
- 衝突被害軽減ブレーキなどの先進的な装置は、あくまでもドライバーの安全運転を支援するものであり、過信せずドライバーが責任をもって運転しなければならないことを知っている

(2) 業務前日、生活習慣

- 業務前日には、早めに就寝している
- 業務前日は飲酒せず、普段も控えめにしている
- テレビやラジオで交通事故のニュースがある場合、状況や原因を確認している
- 持病がある場合、会社に報告している

(3) 乗務前点呼

- 運行管理者の指示でわからない点や不安な点があれば、必ず相談している
- 体調が万全でないときは、乗務前点呼で運行管理者に伝えている

(4) 運転動作

- いつも十分な車間距離をとるように心がけている
- 地図やナビは、運転中は見ない（操作しない）ようにしている
- 落とし物をしても、運転中には拾わないようにしている
- 駐車する際は、後続車に追突されないよう、安全な場所を選んで（やむを得ず、一時的に路肩に停める場合は、必ずハザードランプをつけたり、停止表示機材を置いている）

(5) 休憩

- 運転中に体調が悪くなったり、疲れや眠気を感じたりして休憩の必要性を感じたら、運行管理者に相談するようにしている
- 休憩時間中は、いつもきちんと休んでいる（運転以外の業務をしたり、疲れを増やすことをしていない）
- 自分なりの、疲れをとる方法をもっている

(6) 乗務後点呼

- 乗務後点呼では、運行中に気づいたことを運行管理者に伝えている（道路状況、車両の状況、病気・疲れ、ヒヤリハット 等）
- （導入済の場合）デジタコ・ドラレコのデータを活用し、自分の運転を振り返っている

(7) 同僚とのコミュニケーション

- 同僚と、事故やヒヤリハットについて頻繁に話し合いをしている

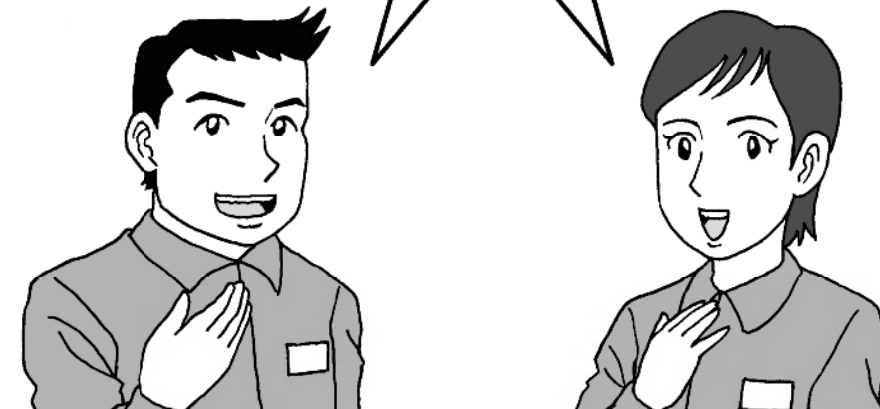
<追突防止宣言>

「追突防止宣言」をしよう！

「今後、特に気をつけよう」ということを宣言しましょう。
会社に対して宣言するとともに、
あなたの安全を願う大切な人に対して誓いましょう。

私 _____ は、追突事故を起こさないよう

_____ ことを、
私の大切な _____ に誓います！



【ポイント】

- ・できる限り、具体的な行動を記載しましょう。
（「いつも安全運転を心がける」のような、振り返りにくい目標は避けましょう。）
- ・自分で実行できる目標にしましょう。
- ・立てた目標は、出来ているか定期的に振り返り、出来るようになったら、より安全な運転をするために次の目標を考え、宣言しましょう。

【宣言の例】

- ・勤務前には必ず〇〇時間の睡眠時間をとるように努力する
- ・一般道では、いつも車間距離を「走行速度引く15」メートル（※）という基準でとり、割り込まれたとしても、割り込んだ車両に対して同じ基準で車間距離をとる
- ・デジタコの点数が〇〇点を下回らないような安全運転を続ける
- ・常にエコドライブを心がけ、1ヶ月の平均燃費をリッターあたり〇キロメートル以上で走行する。そのために、〇〇ごとに、燃費を報告する
- ・運転中はもちろん、信号待ちの停車中であっても、書類や携帯電話を見ない
- ・渋滞の最後尾に追突しないために、テレビ・ラジオなどで交通情報を確認する

※【参考】(社)全日本トラック協会
「事業用トラックドライバー研修テキスト」