



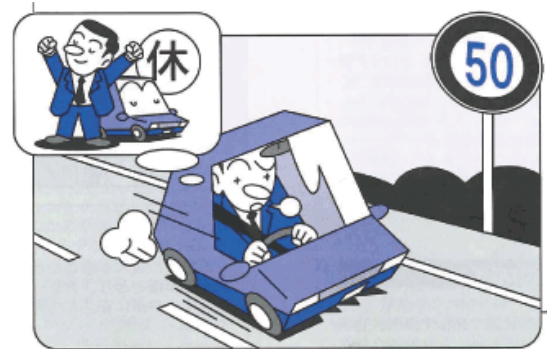
## 集中力と運転

ぽかぽか陽気がうれしい春。でも温かな日差しについついボンヤリしながら運転していませんか？今回は集中力と運転について確認していきましょう。

車の運転に影響を及ぼすものは交通環境ばかりではありません。ドライバーの身体の状態も運転にさまざまな影響を及ぼします。

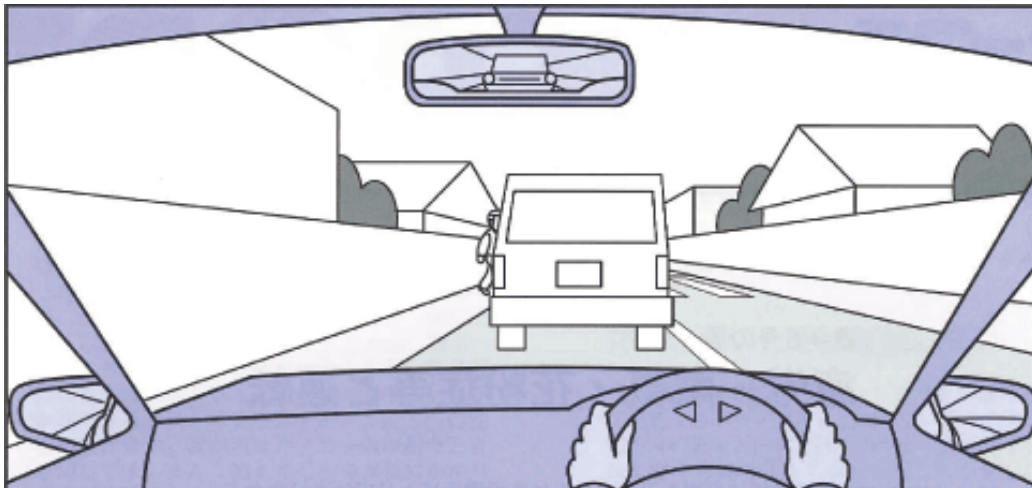
とくに、疲労や花粉症などの体調不良による注意力や集中力の低下は漫然運転につながります。

集中力が低下した状態で運転をおこなうとどのような危険が予測されるか、次の例題で詳しく考えてみましょう。



### 集中力が低下した状態での運転

集中力が低下した状態で前方に横断歩道のある道路を走行しています。下図のような場面では、どのような危険があるか予測してみましょう。



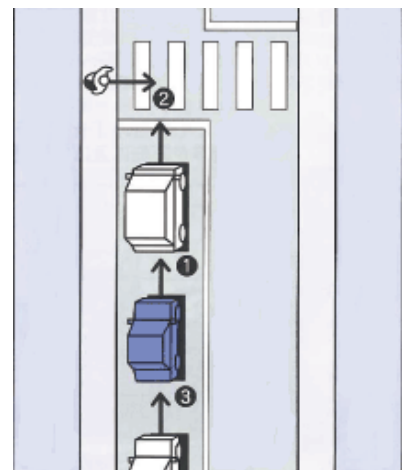
#### 危険予測のポイント

##### (1) 横断歩道の手前で停止した前車に追突する

前方に横断歩道があり、歩行者が横断してくる可能性があります。したがって、この場面では前車の減速・停止を予測する必要がありますが、集中力が低下した状態のときはそうした的確な予測ができず、前車の減速・停止に気づくのが遅れたり、前車の減速・停止に気づいてもブレーキ操作が遅れて追突する危険があります。

##### (2) 横断歩道を渡ってきた歩行者と衝突する

注意力や集中力が低下しているときには、周囲の状況に対する目配りも不十分になります。そのため横断歩道にいる歩行者を見落として、前車が通過した直後に横断してきた歩行者に気づくのが遅れて衝突してしまう危険があります。



### (3) 急停止をして後続車に追突される

前車の減速・停止に気づいてあわてて急ブレーキをかけると、後続車に追突される危険があります。

#### 安全運転のポイント

- (1) 集中力が低下した状態で運転すると、見落としが増えたり、反応が鈍くなり的確な操作ができなくなるので、できるだけ運転は控えるか、疲れがとれるまで待ってから運転をする。
- (2) 運転中に疲れを感じたときは、いつも以上に車間距離をとり、スピードも落とすとともに、すみやかに安全な場所に車を止めて休憩をとる。
- (3) 前方に信号機のない横断歩道があるときには、横断歩道付近に歩行者がいないかどうかを必ず確認し、歩行者がいるときは、横断してくるかもしれないと予測する。

新年度が始まりました。気持ちを新たに、今年度も安全運転第一を心がけましょう。

(2009年4月作成)