



豊平交通安全情報

～令和8年度第2号～

令和8年4月21日

豊平警察署

交通第一課

GW間近！長距離運転の際は、 居眠り運転に注意！！



気温の上昇により、居眠り運転による事故の発生が懸念されます。

居眠り運転は、スピードが乗った状態で事故が発生するため、重大事故に直結します。

長距離・長時間運転の際は、居眠り運転をしないよう注意して運転しましょう。

【安全運転のポイント】

- **無理のない運行計画で、こまめな休憩をとりましょう！**

長距離・長時間の運転は眠気を生じさせます。

無理のない運行を計画し、サービスエリア、パーキングエリア等を活用してこまめな休憩をとりましょう。

- **体調管理を徹底しましょう！**

疲労や寝不足は、居眠り運転の原因となります。

長距離・長時間運転の前は、疲労を溜め込まず、十分な睡眠時間を確保し、運転に集中できるように体調を整えましょう。

