

交通安全情報

健康起因事故の防止を！

令 2. 10. 30
千代田運輸(株)
安全管理部

運転中にドライバーが突然けいれんを起こしてハンドル操作が不能となり、重大事故が発生！
(関東交通共済組合加入の乗務員)

【 以下の前兆や自覚症状があったら、早急に病院で検査を受けましょう 】

- ◆ 左胸・左肩から背中にかけて、痛みや圧迫感、締め付けられる感じがある
- ◆ 息切れ、呼吸がしにくい、脈が飛ぶ、胸部の不快感、動悸、めまいなどがある
- ◆ 片方の手足、顔半分の麻痺、しびれを感じる
- ◆ 強い頭痛がある

※ 出典 国土交通省自動車局「事業用自動車の運転者の健康管理マニュアル」より抜粋

健康起因による事故防止のポイント

バランス良い
食事



- 定期健康診断は必ず受診し、自身の健康状態を正しく把握する
- 毎日10分程度の適度な運動とバランスの取れた食生活を維持する
- 運転中、体調に異変が生じたら運転を中止して、管理者に連絡する

適度な運動

