

令和2年中に発生した交通事故(309,178件)のうち、12月中の事故件数を次の中から選んでください。

- ①11,241件(年間の約4%)
- ②21,241件(年間の約7%)
- ③31,241件(年間の約10%) (答えは裏面)



TOKIO MARINE
NICHIDO

運転中の焦りやイライラであおり運転をしてしまう？

何かと慌ただしくなる年末ですが、つい「急がなきゃ」と焦って運転していませんか？ また、交通量の多さにイライラすることはありませんか？

今月は、「焦り」や「イライラ」がつのと「あおり運転」につながる危険性があることをふまえて、常に冷静な運転を行うためには、どうしたらよいのかをみてみましょう。

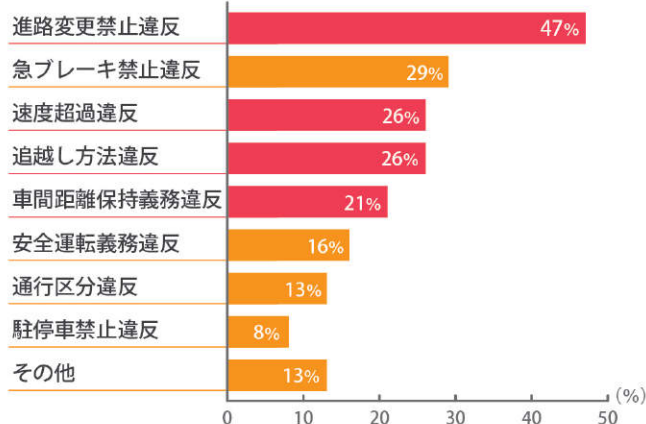


「焦り」や「イライラ」で、自覚が無いままに「あおり運転」してしまう？



ドライバーは、「予定の時間に間に合わない」「周囲の車が遅い」など、自分の思い通りに進まないことがあると、「焦り」や「イライラ」を感じます。このような状況が続いたり、重なったりすると、意識が不快な状態に囚われてしまうため周囲への注意が散漫になり、冷静に客観的な判断を行うことが難しくなります。その結果「先を急ぐ」ことを優先するあまり「あおり運転」に似た運転となり、事故が起きやすい状況をつくってしまいます。

あおり運転による死傷事故の調査をみると、事故当事者（加害者及び被害者）が行ったと考えられる道路交通法違反は、進路変更禁止違反が最も多く、速度超過違反、追越し方法違反、車間距離保持義務違反も多くなっています（図）。「時間に追われて焦っている」「色々な状況が重なってイライラする」ときこそ、冷静に交通状況を把握して、事故を防ぐ運転行動をとる必要があります。



図：事故当事者が行ったと考えられる道路交通法違反の割合【加害者側100%+被害者側100%】（2016～2017年）

※構成比は小数点第1位を四捨五入して表示しているため、合計が200%(100%+100%)にならない場合があります。

出典：公益財団法人国際交通安全学会 IATSS Review Vol.43 No.3 2019年2月 警察庁 矢武陽子著「日本におけるあおり運転の事例調査」より弊社作成



事故を起こさなくても「あおり運転」は妨害運転罪が適用される



令和2年6月から、他の車両等の通行を妨害する目的で、急ブレーキ禁止違反や車間距離不保持等の違反を行うと、次の通り妨害運転罪が適用されることになりました。

妨害運転罪

あおり運転をした場合 (一定の違反行為)

3年以下の懲役または
50万円以下の罰金
免許取消し

あおり運転のせいで、 危険が生じた場合

5年以下の懲役または
100万円以下の罰金
免許取消し

一定の違反行為

進路変更禁止違反

急な進路変更を行う

急ブレーキ禁止違反

急ブレーキをかける

追越し違反

危険な追越し

車間距離不保持

車間距離を極端に詰める

安全運転義務違反

幅寄せや蛇行運転

通行区分違反

対向車線にはみ出す

高速自動車国道等 駐停車違反

高速道路での駐停車

減光等義務違反

執ようなパッシング

警音器使用 制限違反

執ようなクラクション

最低速度違反 (高速自動車国道)

高速道路での低速走行



「焦り」や「イライラ」を抑え、冷静な運転を行うためには



「焦り」や「イライラ」がつのると自覚が無いまま「あおり運転」を行い、他車に不安や恐怖を与える可能性があると同時に、他車から悪質な「あおり運転」を受けるきっかけをつくってしまう危険性も潜んでいます。常に冷静な運転を行うためには、どうしたらよいのかをみてみましょう。

運転前の予防策

❖ 安全な走行ルートを計画しましょう

出発前に、インターネット等で目的地までの道路情報を収集し、安全な走行ルート計画をしましょう。

道路情報を収集し、安全な走行ルート計画をする



❖ 時間に余裕をもって出発しましょう

時間に余裕があると、心にゆとりが生まれます。渋滞や工事などのアクシデントに見舞われても焦らず落ち着いた走行ができるように、時間に余裕をもって出発しましょう。

時間に余裕をもたせて出発する



事故が起きやすい交差点を通る場合は…

交差点での事故は多く、令和2年中に発生した交通事故のうち約56%※が交差点で起きています。一般社団法人日本損害保険協会が提供している「全国交通事故多発交差点マップ」では、事故が多発している交差点について、その特徴や予防策など安全に通過するためのポイントが記載されています。事故が起きやすい交差点を通過する場合は、参考にしましょう。

全国交通事故多発交差点マップ



<https://www.sonpo.or.jp/about/useful/kousaten/2020/>

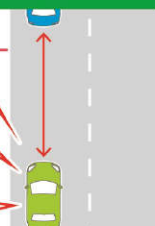
※出典：警察庁交通局 令和3年2月「令和2年中の交通事故の発生状況」より

安全な運転行動

❖ 法定速度を守り、十分な車間距離をとって、高速道路では走行車線を走りましょう

焦って速度を出し過ぎないように、法定速度を守りましょう。急な割り込みをされたとき、車間距離を十分にとっていれば、焦らず安全に対処することができます。十分な車間距離をとりましょう。また、高速道路で追越し車線を走り続けると、追越しをしたい他車の進路を塞いでしまい、あおり運転を受ける可能性があります。急いでいるときも安全のために、追越しが終わった後は走行車線に戻りましょう。

法定速度を守る
十分な車間距離をとる
高速道路では走行車線を走る



冷静になるために

❖ 呼吸を整え、気分を落ち着かせましょう

「焦り」や「イライラ」は、周囲に注意を払う余裕がなくなります。息を大きく吸ってゆっくり吐き出し、呼吸を整えて気分を落ち着かせましょう。

息を大きく吸って、ゆっくり吐き出し、呼吸を整える



❖ 道路は「自分だけのものではない」と考えましょう

ドライバーは、目前で起きている交通状況の捉え方次第で、「焦り」や「イライラ」などを感じることも、冷静に安全運転を考えることもできます。前車との間を「自分のスペース」と捉えていると、他車が割り込んできたときにムッとした腹を立ててしまいます。しかし、「道路は公共のスペースであって、自分だけのものではない」と考えを変えれば、相手に対するストレスが緩和され「お先にどうぞ」と、心にゆとりが生まれます。道路は譲り合い、お互いに気持ちよく走行しましょう。

お先にどうぞ



- ❖ 運転前に安全な走行ルート計画し、時間に余裕をもって出発しましょう。
- ❖ 走行時は、法定速度を守り、十分な車間距離をとって、高速道路では走行車線を走りましょう。
- ❖ 運転中、他車の行動に「焦り」や「イライラ」を感じたら、呼吸を整えて気分を落ち着かせ、道路は「自分だけのものではない」と考えて、お互いに譲り合い気持ちよく走行しましょう。

今月のクイズの答え

③31,241件(年間の約10%) (12月は、1年の中で交通事故が最も多くなります。)

出典：公益財団法人交通事故総合分析センター 交通事故統計表データ「都道府県別・発生月別 事故件数」より

ご用命・ご相談は…

株式会社スズキビジネス 保険事業部



〒431-0201 浜松市西区篠原町21339 (しのはらプラザ3F)

TEL:053-447-1718 FAX:053-448-5417

保険相談コーナー 篠原 土・日曜日営業中! (9:45~18:30)

平日 (8:45~18:30)



東京海上日動

企業営業開発部

URL www.tokiomarine-nichido.co.jp

担当営業課

053-454-8567

★保険相談コーナー袋井 TEL 0538-44-7000 土・日営業 (火・水定休) 10:00~18:00

★保険相談コーナー都田 TEL 053-488-5700 土曜日営業 (水・日定休) 10:00~18:00

★ネットで保険 [海外旅行保険・バイクの自賠責保険・団体自動車保険のご継続] スズキビジネスで検索

© 2021 東京海上日動火災保険株式会社