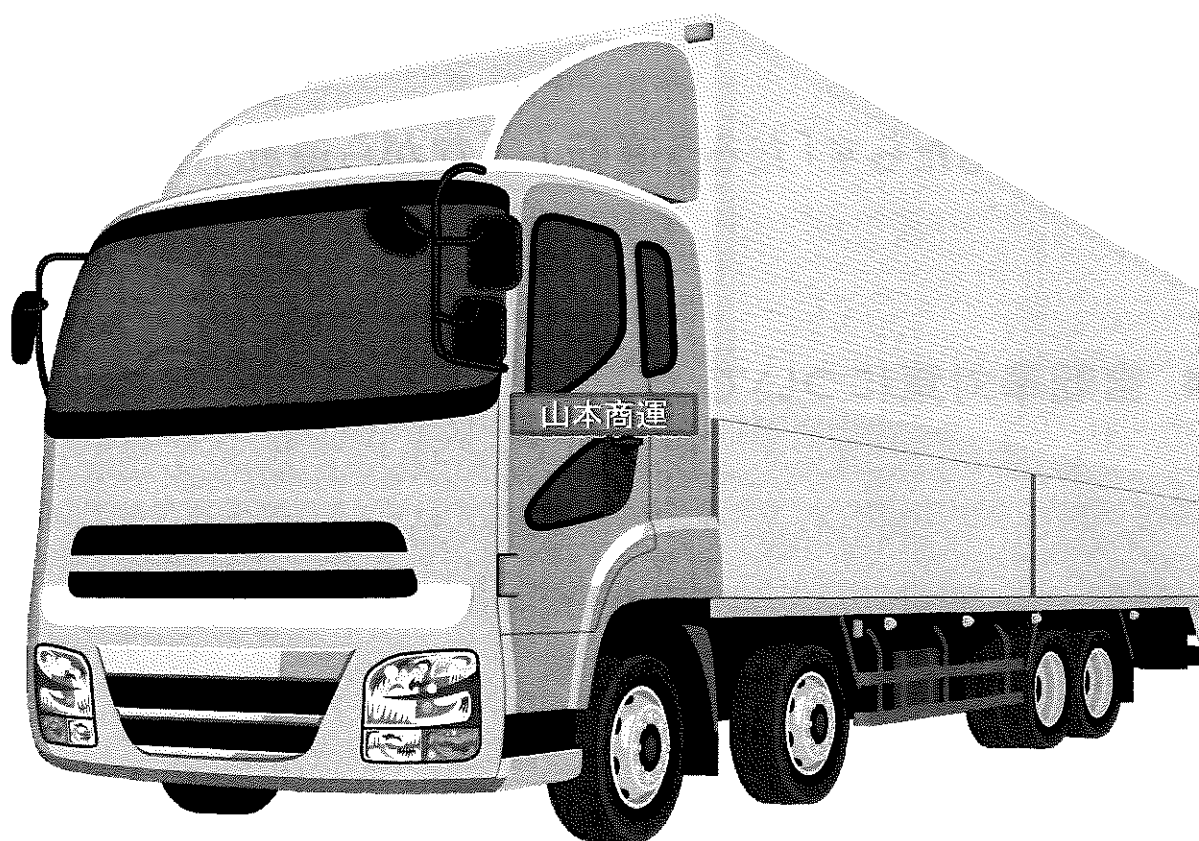


山本商運株式会社 様

# 安全運転講習会



有限会社やまと保険事務所  
あいおいニッセイ同和損害保険株式会社

2021年7月10日(土)

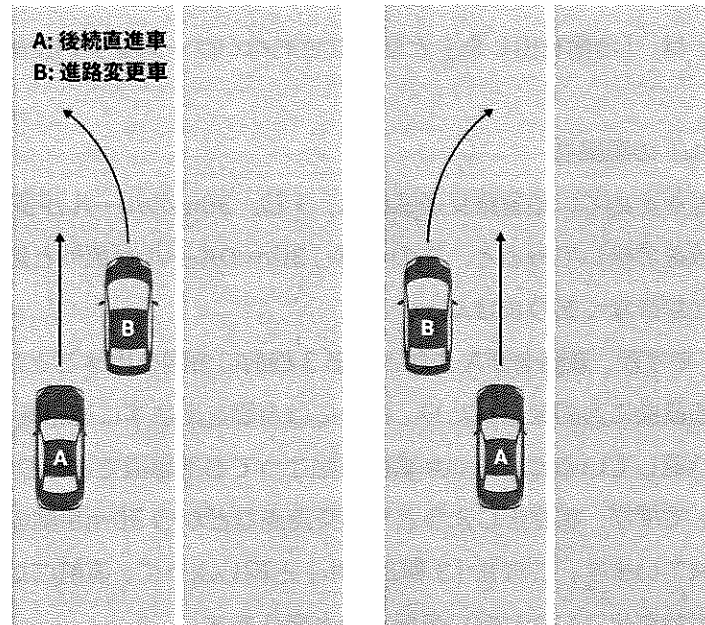
# 目次

1. 判例から読み解く過失割合
2. 居眠り運転対策について
3. 慣れがもたらす「だろて運転」「ながら運転」について
4. 自転車対策について

山本商運株式会社 御中

## 判例から読み解く過失割合

### ●進路変更により後続車が追突した事故の過失割合



2台の車両が同方向を走行中、進路変更した前方車両に後続車両が追突するケースです。

この場合の過失割合は、進路変更した車両：70%、後続車両：30%となります。

これが基本パターンとなります。

### ●基本的な考え方

進路変更は危険を伴うため、みだりに進路を変更してはならない規定があります（道交法26条の2第1項）。また、進路変更する際は、運転者は後続車両などに十分注意を払う必要があることから、後方から追突された場合は進路変更した車両側の過失割合が7割と高くなるのです。

## ドライバーの皆さまにご注意いただきたい点

●車両の運転者は、左折、右折、転回、徐行、停止、後退、または同一方向に進行しながら進路を変える場合には、方向指示器または灯火により「合図」をし、かつ、これらの行為が終わるまで当該「合図」を継続しなければならない規定があります（法 53 条 1 項、2 項、令 21 条）

今回ご紹介の事故例において、「合図」が無かった場合、判例上は進路変更車に、さらに 20%程度不利に修正されるのが一般的です。70：30 の過失割合が、90：10 程度になります。

また、直前の「合図」は、「合図を出した」とはみなされないケースが多いため、注意が必要です。

### ●「3 秒、30mルール」の意識を

車の走行ルールなどを定めている道路交通法には、3 秒、30mのルールが多くあります。

実際に発生した事故を分析してみると、この 3 秒、30mのルールが意外と遵守されていないために事故が起こっていることが少なくありません。

まず「3 秒ルール」ですが、進路を変えようとする 3 秒前に合図を出すことが求められていますが、多くの方は進路変更する直前に合図を出したり、なかには合図を出さずに進路を変える人もいます。

こうした運転を繰り返していると、いつか事故が起こっても不思議ではありません。

次は「30mルール」ですが、右左折しようとする交差点などから 30m手前の地点に達したときに合図を行うことが決められています。これも「3 秒ルール」と同じように、直前になってから合図を出す人を多く見かけますが、事故を起こしかねない運転行為と言えます。

今回ご紹介した事故例（進路変更車と後続の直進車との接触事故）は、過失交渉において最も難航するケースの一つです。安全運転の為のご参考になればと思います。

あいおいニッセイ同和損害保険（株）

大阪第一サービスセンター

伊藤 孝之

運転中の眠気は「居眠り運転」につながり非常に危険です。眠気を招く大きな要因の一つに「睡眠不足」があります。また、「睡眠時無呼吸症候群」などの睡眠障害も日中の眠気を招きます。そこで今回は、眠気の要因となる睡眠不足と睡眠障害を取り上げてみました。



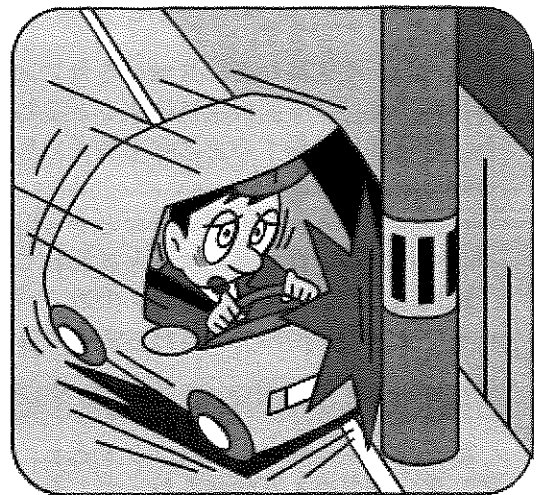
### 睡眠不足

◆認知・判断・操作の全てにわたって悪影響を及ぼす  
睡眠不足は「居眠り運転」の大きな要因となりますが、その状態にまでは陥らない場合でも、集中力や注意力が薄れる、持続力がなくなる、判断力が鈍る、操作が雑になるなど、認知・判断・操作の全てにわたって悪影響を及ぼし、事故につながりやすくなります。

実際、世界各国の研究をみると、睡眠時間が6時間未満の者では、7時間の者と比べて、居眠り運転の頻度が高いことや、交通事故を起こした運転者で、夜間睡眠が6時間未満の場合に追突事故や自損事故の頻度が高いことなどが示されています。

◆健康起因事故の引き金になるおそれもある

睡眠不足が続くと疲労も蓄積されて、死亡事故に係る違反で最も多い「漫然運転」につながるおそれがあります。また、睡眠不足が続くと、高血圧や心筋梗塞、脳梗塞といったリスクも大きくなると言われており、「健康起因事故」（運転中に心疾患や脳疾患などに襲われるなど健康状態に起因する事故）の引き金となるおそれもあります。



### 睡眠障害

睡眠障害の代表的なものとして「不眠症」、「睡眠時無呼吸症候群」、「過眠症」、「概日リズム睡眠障害」などがあげられます。

これらはいずれも日中に眠気をもたらすおそれがあり、睡眠不足と同様に運転に影響を及ぼす可能性があります。なかでも、眠っているときに呼吸が停止したり低呼吸の状態になり、日中に突然強い眠気を引き起こす「睡眠時無呼吸症候群」は、睡眠中に発生する症状であるため自分ではなかなか気づきにくいと言われており、事故を起こした後の検査で罹患が判明したというケースもあります。





## 適切で質の良い睡眠を確保するための留意点

### 毎日6時間～8時間の睡眠をとる

健康を保持し睡眠不足に陥らないための適切な睡眠時間は、個人差はありますが、6時間～8時間だとされています。睡眠不足を休日などの「寝だめ」で解消することはできません。また、睡眠不足が続くと、疲労の回復も難しくなりますから、毎日6時間～8時間の睡眠時間を確保しましょう。

### 就寝前の飲酒やカフェイン摂取等は避ける

眠りやすくするよう就寝前に飲酒をする、いわゆる寝酒は、一時的に入眠を促進しますが、途中で目が覚める頻度が増えて睡眠が浅くなり、熟睡感が得られないと言われています。

コーヒーや紅茶などに含まれるカフェインには覚醒作用があり、3時間程度持続すると言われていたことから、就寝前に摂取すると入眠を妨げたり睡眠を浅くするおそれがあります。

パソコンやスマートフォンなどから出る「ブルーライト」は睡眠の質を悪くすると言われています。

就寝前の飲酒やカフェインの摂取、パソコンやスマートフォンの使用はできるだけ避けましょう。

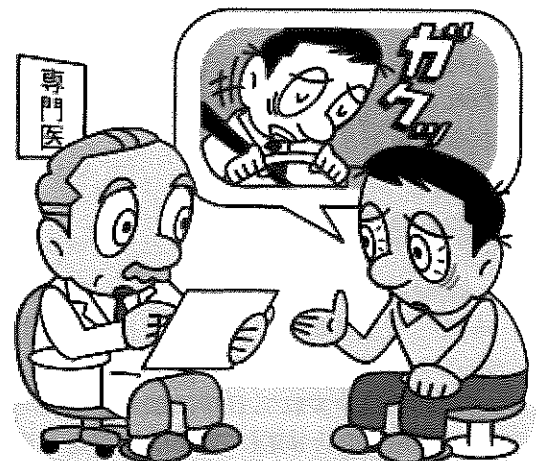
### 眠くなってから寝床に入る

眠くないのに無理に眠ろうとすると、眠りを意識してしまい頭が冴えた状態となって、かえって寝付きを悪くします。スムーズな眠りにつくために、寝る前に心身ともにリラックスした時間を作り、眠くなってから寝床に入るようにしましょう。

### 日中に強い眠気を感じたり、眠りに違和感を感じたら早めに専門医に相談する

日中に強い眠気を感じたり、周囲から激しいいびきを指摘されたり、就寝時に足にむずむず感がある、睡眠中の手足がびくつくなど、眠りに違和感を感じたときは睡眠障害のおそれがありますから、専門医に相談しましょう。特に「睡眠時無呼吸症候群」の場合は、高血圧や糖尿病などの生活習慣病や、心疾患や脳疾患の原因にもなると言われていますから、早めに対応することが大切です。

(参考文献:厚生労働省「健康づくりのための睡眠指針2014」)



## 「お問い合わせ先」

「習うより慣れよ」と言われるように、運転においても慣れるということは大切なことです。その一方で、慣れは油断や思い込みなどを生じさせ、「だろ<sup>う</sup>運転」や「ながら<sup>ら</sup>運転」の要因になることがあります。また、慣れることでいつのまにか悪い運転習慣がついてしまうこともあります。そこで今回は、慣れがもたらす危険な要素についてまとめてみました。



## 慣れがもたらす「だろ<sup>う</sup>運転」や「ながら<sup>ら</sup>運転」

### 危険を予測しない「だろ<sup>う</sup>運転」

「だろ<sup>う</sup>運転」とは、横断歩道の手前に横断しようとしている歩行者を認めても、「自車が接近しているから横断してこないだろう」と考えてそのまま走行を続けるなど、交通状況を自分に都合よく判断して、起こり得る危険を予測しない運転をいいます。運転に慣れてくると、運転経験による思い込みなどから、先に挙げた「横断してこないだろう」とか「この交差点では交差道路からの飛び出しはないだろう」といった「だろ<sup>う</sup>運転」に陥りやすい危険があります。「だろ<sup>う</sup>運転」が事故につながりやすいことは言うまでもありません。運転経験は貴重なものですが、それに捉われ過ぎるのは危険です。交通状況は常に変化しますから、「だろ<sup>う</sup>運転」ではなく、「横断してくるかもしれない」、「飛び出しがあるかもしれない」といった、常に危険を予測した「かもしれない運転」を実践していきましょう。



### 周囲の状況を見えなくさせる「ながら<sup>ら</sup>運転」

「ながら<sup>ら</sup>運転」とは、運転以外の行為をしながら運転することをいい、その典型的なケースはスマートフォンや携帯電話を使用（手で保持しての通話や画像の注視）しながらの運転です。この行為がいかに悪質で危険であるかは、2019年（令和元年）12月1日に施行された改正道路交通法で、走行中のスマートフォン等の使用に対する罰則が大幅に強化されたことにはっきりと示されています。走行中のスマートフォン等の使用は、周囲の状況を見えなくさせ危険の発見を遅らせるだけでなく、運転操作ミスも引き起こしやすいと言われており、重大事故の大きな原因となります。運転する前に、あらかじめ電源を切っておくなどして、走行中は使用しないことを徹底することが必要です。

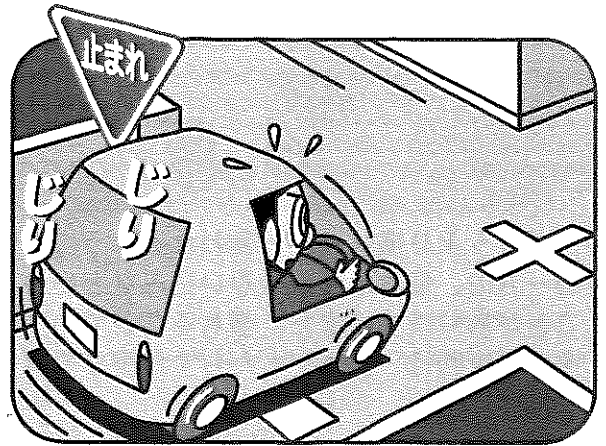




## 慣れがもたらす悪い運転習慣

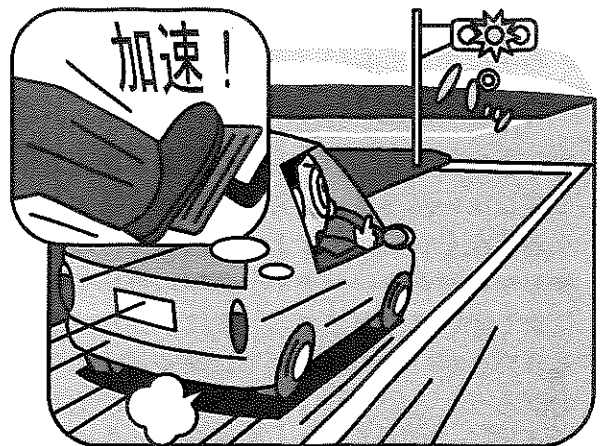
### 一時停止場所で完全に停止しない

一時停止の標識や標示のある交差点や踏切など一時停止が義務づけられている場所で、速度を落として減速はするものの、完全には停止せずにじりじりと交差点や踏切に進入する車が少なからず見受けられます。一時停止が義務づけられている場所は、完全に停止して十分な安全確認が必要とされる場所であり、たとえ徐行程度に速度を落としたとしても動きながらの安全確認では、確認漏れが生じやすくなります。タイヤの回転をいったん完全に止める、そしてしっかり安全確認をするという運転習慣をつけましょう。



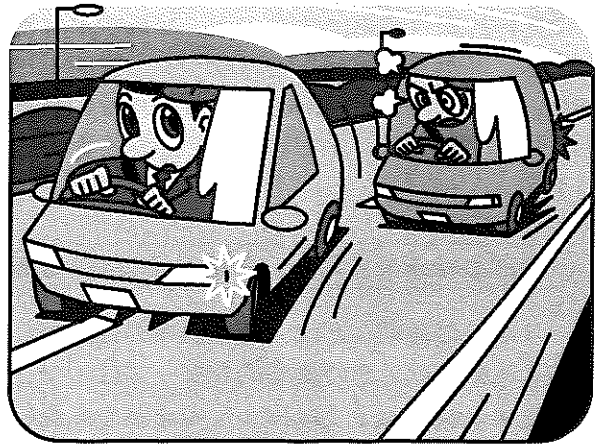
### 黄信号になると加速して交差点へ進入する

黄信号のときは、交差点に接近していて停止位置で安全に停止できない場合以外は、交差点の手前で停止しなければなりません。しかし、実際には黄信号になると加速して強引に交差点に進入する車も少なくありません。黄信号で交差点へ進入しようとする、停止した前車に追突したり、右折を開始した対向車と衝突するなどの危険があります。黄信号時は無理をせず交差点の手前で停止するという運転習慣をつけましょう。



### 進路変更の合図を直前まで出さない

進路変更時の合図は、進路を変更しようとする3秒前に行うことが定められていますが、進路を変更する直前で合図を出す車も見受けられます。3秒前に合図をするというのは、自車がこれからどのような運転行動をとろうとしているかを周囲の車に確実に伝え、それに対応するための準備をしてもらうためですが、直前の合図では、周囲の車は適切な対応をとる余裕もなく事故につながる危険があります。また、場合によっては強引な割り込みと受け取られ、トラブルになるおそれもあります。進路変更の合図は3秒前に出し、確実に周囲の車に伝えるという運転習慣をつけましょう。



上記に掲げた悪い運転習慣はいずれも違反行為に該当しますが、その運転習慣が身につけてしまうと、違反行為であるという意識も薄れてくるおそれがあります。ときどき自分の運転を振り返り、悪い運転習慣がついていないか、意識しないまま違反行為を繰り返していないかをチェックしてみるとよいでしょう。

「お問い合わせ先」



自転車は、買い物や通勤、レジャーなど日常生活におけるさまざまな場面で幅広く利用されています。そのため、車の運転時に自転車と遭遇しないということはほとんどないといっただけでしょう。ドライバーには自転車を保護する義務があります。そこで今回は、自転車を保護し事故を防止するためのポイントをまとめてみました。

自転車の側方通過時は安全な間隔をとるか徐行する

自転車は車道通行が原則です。そのため、車道の左端に「自転車ナビマーク」が表示されている道路も少なくありません。この「自転車ナビマーク」は法令に基づく道路標示ではなく、自転車の走行ポジションを示すために設けられているものです。したがって、「自転車専用通行帯<sup>※</sup>」とは異なり、自動車以外の車両が通行しても違反行為にはなりません。自動車のドライバーには自転車を保護する義務があります。追越しや追抜きなどのために自転車の側方を通過するときは、自転車のふらつきなどを予想して、安全な間隔を空けるか徐行する必要があります。

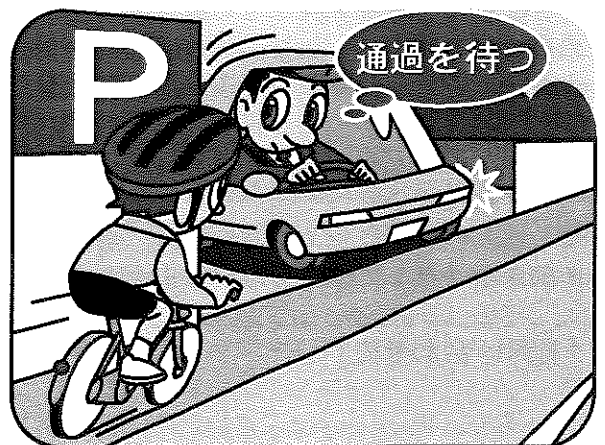
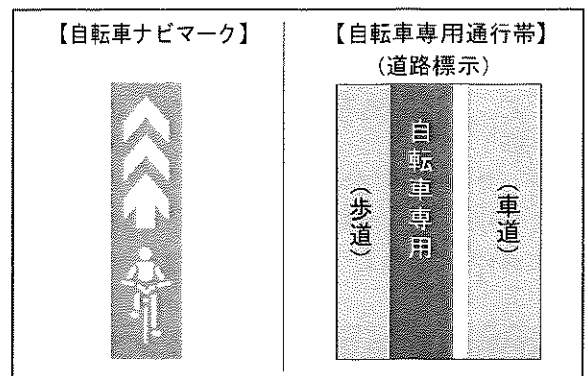
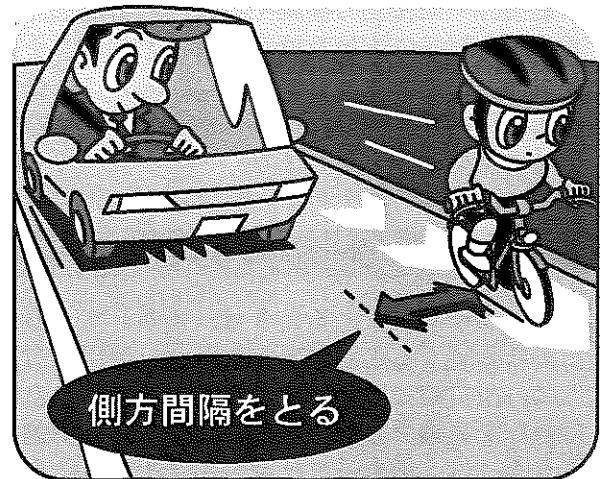
特に、次のような自転車はふらつくおそれがありますので、十分な注意が必要です。

- ・子どもを乗せた二人乗りや三人乗りの自転車
- ・前後に荷物を積んだ自転車
- ・スマートフォンやヘッドフォンを使用している自転車
- ・高齢者の乗った自転車
- ・犬を散歩させている自転車

※「自転車専用通行帯」とは、自転車以外の車両（軽車両を除く）の通行が禁止されている通行帯をいいます（道路標識、区画線及び道路標示に関する命令・規制標示109の6）。したがって、道路外施設に入るために右左折するなどやむを得ない場合を除いて、自動車の通行は禁止されています（道路交通法第20条第2項）。

歩道等を横切るときは一時停止して自転車の有無を確認する

駐車場などの道路外施設に出入りするために、歩道や路側帯を横切るときは、その直前で一時停止して、左右の安全を確認しましょう。なお、道路外施設から車道に出ようとする際に、一気に歩道等を横切って車道の手前まで進行してから停止するという車も見かけられますが、これは違反行為となるだけでなく、自転車の進路を妨害する危険な行為であり、事故やトラブルの要因にもなります。



### 見通しの悪い交差点からの自転車の飛び出しに備える

警察庁交通局が公表した「令和2年中の交通事故の発生状況」によると、自転車が当事者（第1・第2）となった交通事故発生件数は67,673件、そのうち「出会い頭事故」は32,695件で全体の48.3%、ほぼ半数を占めています。「出会い頭事故」の多くは、見通しの悪い交差点で発生していると考えられますから、生活道路などを走行するときは、スピードを抑えるとともに、路面の十字路や丁字路の標示にもよく目を配って、小さな交差点を見逃さないようにし、自転車の飛び出しに備えましょう。

また、一時停止の標識や標示のある交差点では一時停止して自転車の有無を確認するとともに、そうでない交差点でも左右の見通しのきかない場合には徐行が義務づけられていますので、そうした交差点では徐行して自転車の有無を確認しましょう。

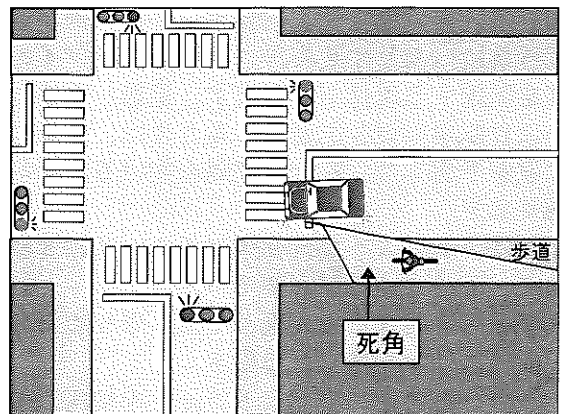


### 交差点左折時は同一方向からの自転車を見落とさない

交差点を右左折するときは、横断してくる自転車をしっかり確認する必要がありますが、特に、右図にあるように、左折時は同一方向から進行してくる自転車が死角に入って見落としやすくなりますから、交差点に接近するときには、前もって車道の左端や歩道に自転車がいないかどうかを確認しておくようにしましょう。また、交差点の右左折時は徐行が義務づけられていますから、必ず徐行して横断自転車の有無を確認しましょう。

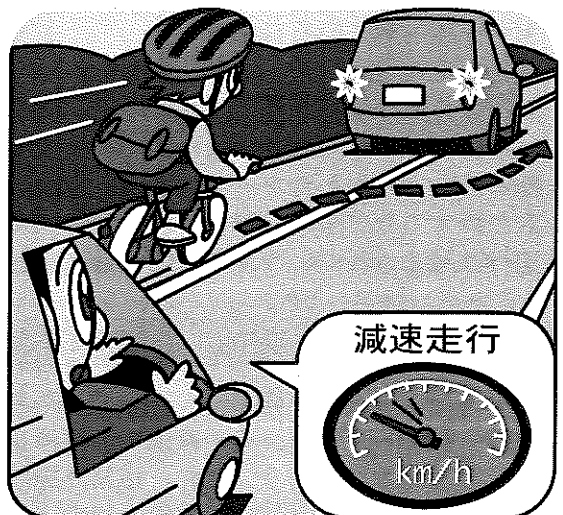
なお、自転車を確認しても、自車のほうが先に行けると判断して事故につながるケースがあります。交差点に接近した自転車は加速することもよくありますから、決して自車のほうが先に行けるとは判断せず、自転車が通過するのを待つようにしましょう。

【左折時の左側方・後方の死角】



### 自転車の動きを予測した運転をする

自転車は、駐車車両などの障害物を避けるために道路の中央に進路変更したり、歩道を通行していた自転車が歩行者を避けるために、歩道から車道に進路を変更してることがあります。自転車の進路の先の状況に注意を払わず、漫然と運転していると自転車の動きが予測できず、進路変更に気づくのが遅れてしまいますから、自転車の前方の状況にもよく目を配り、進路変更など自転車の動きを予測した運転を心がけましょう



### 「お問い合わせ先」