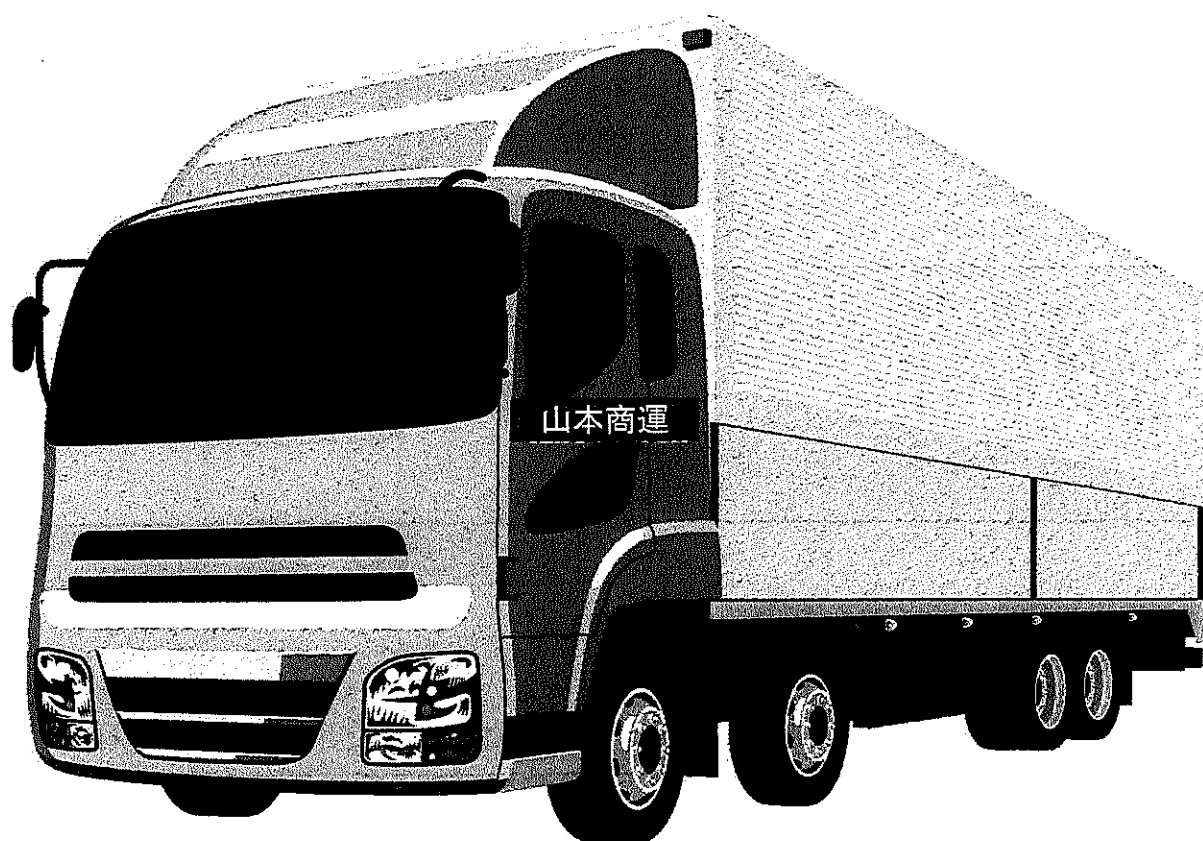


山本商運株式会社 様

# 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11月13日(土)

# 目次

1. おクルマの冬支度は、もうお済みですか？(その1)
2. おクルマの冬支度は、もうお済みですか？(その2)
3. 寒冷地での長時間駐車、車も凍ります
4. 雪道よりコワイ 凍結路
5. スタッドレスタイヤの限界

# 安全運転アドバイス

冬-1

## おクルマの冬支度は、もうお済みですか？ <冬の準備その1>

冬道の路面は夏場と違い非常に気まぐれです。天候・場所・時間帯等によって路面の状態が刻々と変化します。このような状況に対応して安全運転をするためにも、冬場に備えた自動車の準備が必要です。



□ チェック項目	備 考															
□ バッテリー	冬期はエアコンやワイパーの多用などにより、バッテリー上がりが起こりやすくなります。バッテリーは、寒さに弱く気温が低くなると性能も低下します。バッテリーの液量チェックだけでなく、古いバッテリーは思い切って交換しておくで安心です。															
□ ウォッシャー液	外の気温が非常に低い場合、薄めたウォッシャー液は凍結して噴射ができなかったり、フロントガラス上で凍結し、視界が悪くなったりする場合があります。ウォッシャー液の容器には原液の凍結温度が表示されています。購入の際には、よく確認しましょう。また、いつでも補充できるようにしておくで安心です。															
□ エンジンオイル	気温が低くなると、エンジンオイルは粘度が高くなるため、エンジンがかかりづらくなります。 エンジンオイルには、「10W-30」などの表記がされています。これは温度に対する始動性の強度を示しています。メーカー・車種により使用するオイルも定められていることが一般的です。購入の際は、お店の人とよく相談しましょう。															
□ 備品	<table border="0"> <tr> <td>□タイヤチェーン</td> <td>□ジャッキ</td> <td>□ブースターケーブル</td> </tr> <tr> <td>□懐中電灯・電池</td> <td>□解氷スプレー</td> <td>□袖まであるゴム手袋</td> </tr> <tr> <td>□古布、雑巾</td> <td>□長靴</td> <td>□牽引用ロープ</td> </tr> <tr> <td>□スコップ</td> <td>□ガムテープ</td> <td>□携帯電話用充電器</td> </tr> <tr> <td>□新聞紙</td> <td colspan="2">□針金・ペンチ（チェーン止め破損時に重宝）</td> </tr> </table>	□タイヤチェーン	□ジャッキ	□ブースターケーブル	□懐中電灯・電池	□解氷スプレー	□袖まであるゴム手袋	□古布、雑巾	□長靴	□牽引用ロープ	□スコップ	□ガムテープ	□携帯電話用充電器	□新聞紙	□針金・ペンチ（チェーン止め破損時に重宝）	
□タイヤチェーン	□ジャッキ	□ブースターケーブル														
□懐中電灯・電池	□解氷スプレー	□袖まであるゴム手袋														
□古布、雑巾	□長靴	□牽引用ロープ														
□スコップ	□ガムテープ	□携帯電話用充電器														
□新聞紙	□針金・ペンチ（チェーン止め破損時に重宝）															



### あいおいニッセイ同和損保からのアドバイス

- 自動車のトラブルを未然に防ぐために、車検・点検整備を任せている自動車整備工場・ディーラー等で冬のシーズン前に点検をしておきましょう。
- 万が一に備えて不足している備品があれば、補充しておきましょう。

あいおいニッセイ同和損害保険株式会社

本社 / 〒160-8488 東京都渋谷区恵比寿 1-28-1  
電話 03-5424-1121 (大代表)

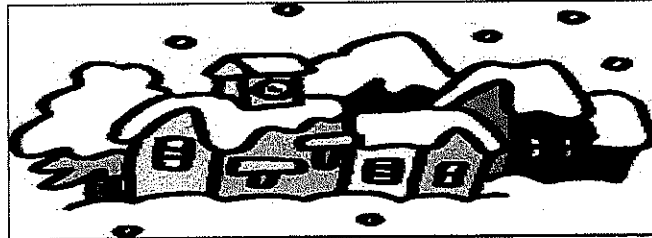
<お問い合わせ先>

# 安全運転アドバイス

冬-2

## おクルマの冬支度は、もうお済みですか？ <冬の準備その2>

冬道の路面は夏場と違い非常に気まぐれです。天候・場所・時間帯等によって路面の状態が刻々と変化します。このような状況に対応して安全運転をするためにさまざまな準備が必要です。



	□ チェック項目	備 考
走行前	□ タイヤ	スタッドレスタイヤは、必ず全ての車輪に、同じ種類・性能のものを装着して下さい。
	□ タイヤチェーン	事前に取り付け・取り外しの練習をして慣れておきましょう。取扱説明書を確認し、タイヤサイズに適合したものを装着して下さい。
走行直前	□ 自動車に積もった雪	フロントガラスやボンネットだけでなく、ストップランプ等のライト類に積もった雪も取り除きましょう。後続車がブレーキランプの点灯に気づくのが遅れると追突される危険が高まります。
走行後	□ ワイパー	状況に応じ、寒冷地用のワイパーブレードを装着しましょう。駐車の際は、ワイパーを立てておきましょう。ワイパーを立てられない自動車は、フロントガラスとの間にタオル等を挟んでおいてください。フロントガラスへの固着や雪の重みによる歪曲を防止できます。
	□ サイドブレーキ	長時間駐車する際、凍結を防ぐためサイドブレーキは避けましょう。状況に応じ、平坦な場所を選んでAT車はPレンジ・MT車は1速かバックにいれて駐車してください。
	□ タイヤハウス	走行後の駐車の際には、雪を落としておきましょう。雪道走行後、タイヤハウスにたまった雪が凍結してハンドルが切れなくなる恐れがあります。



### あいおいニッセイ同和損保からのアドバイス

#### ○滑り止め規制とチェーン規制の違いに注意しましょう

滑り止め規制	冬用タイヤ(スタッドレスタイヤ等)を全車輪に装着しているか駆動輪へチェーンを装着していれば走行できます。(※一部例外あり)
チェーン規制	駆動輪へチェーンを装着していれば走行できますが、冬用タイヤを装着しているだけでは走行できません。(※同上)

※各都道府県により積雪や凍結した路面での規制措置および規制の名称が異なりますので、出発前に目的地・経由地の日本道路交通情報センター等に問合せ確認してください。

あいおいニッセイ同和損害保険株式会社

本社 / 〒160-8488 東京都渋谷区恵比寿 1-28-1  
電話 03-5424-1121(大代表)

<お問い合わせ先>

# 安全運転アドバイス

冬-3

## 寒冷地での長時間駐車、車も凍ります

～スキー等へ出かける場合は要注意です～

### 【冷却水】

冷却水はサビや凍結防止のため、水に不凍液を混ぜたものを使用しています。この混合割合により凍結温度を調整することができます。凍結防止には濃度を40～50%程度に調節しておきましょう。薄いと凍結しやすく、濃いとオーバーヒートの原因となります。

### ディーゼル車の【軽油】

軽油には種類があり、凍結するものがあります。出発時は満タンにせず、目的地で給油をしましょう。寒冷地ではその地域の気温にあった軽油が販売されています。



### 【鍵穴】

車についた雪が凍結して、鍵穴を塞いでしまうことがあります。鍵穴をガムテープ等で塞いでおきましょう。

### 【ガラス】

ガラスに付着した雪や霜は、フロントガラスだけでなく、サイドガラスやリアウィンド、ミラー、ライト等に付着したのも取り除いてから出発しましょう。雪や霜が死角をつくってしまいます。

### あいおいニッセイ同和損保からのアドバイス

冬は解氷スプレーを1本用意しておきましょう。鍵穴やドア、ワイパーなどが凍結したとき、解氷するのに役立ちます。ただし解氷スプレーは車内に入れたまま駐車しないように注意しましょう。鍵穴やドアが凍ってしまったら取り出せません。

また寒冷地に限らず、フロントガラスに霜がおりている時にも、解氷スプレーを利用して霜を除去することができます。

寒くなったら、人間だけでなく、車も冬仕様に衣替えしましょう。

あいおいニッセイ同和損害保険株式会社

本社 / 〒160-8488 東京都渋谷区恵比寿 1-28-1  
電話 03-5424-1121(大代表)

<お問い合わせ先>

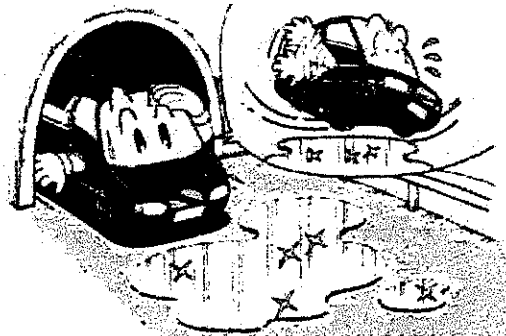
# 安全運転アドバイス

冬-4

## 雪道よりローイ 凍結路

積雪した路面は「積雪していること」がはっきりしていますが、凍結した路面は「凍結しているかどうか」が見分けにくく発見が遅れがちになります。しかも、凍結に気づいた時にはブレーキもハンドルもきかず、ちょっとした操作ミスでスリップする危険性が高くなります。

また「雪がない」あるいは「雪が少ない」場合でも路面が凍結していることはよくありますから、積雪地域だけの問題ではありません。冬道走行では路面の凍結に対する注意が重要です。

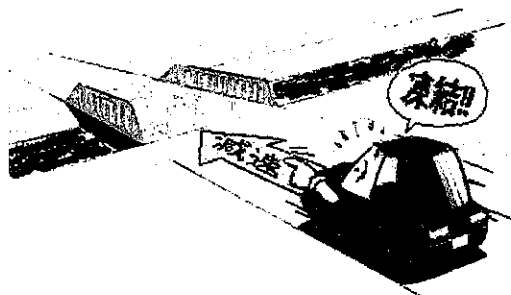


### こんな場所が凍結しやすい!!

- 橋の上
- トンネルの出入口\*
- 交差点やカーブの手前
- 切通しや、一日中、日陰になっている場所

(特に山間部)

\*積雪地域では、トンネル内であっても、走行車両が落とした雪によって路面が凍結していることがありますから油断できません。



### その他にも!!

凍結路は、寒冷地、豪雪地帯だけの危険ではありません。交差点の手前やカーブの手前などブレーキをよく踏むところは、雪が踏み固められてアイスバーンのようにになっていることがあります。

また、放射冷却により気温が低下する地域では、夜間の降雨などで、早朝に路面が凍結することもあります。

### あいおいニッセイ同和損保からのアドバイス

早めに凍結路面を見つけて、速やかにスピードを落とします。凍結路面上でブレーキを踏むとスリップするおそれがありますから、必ず手前で減速します。また、凍結路面上を走行しているときは、ハンドルやブレーキ、アクセルの操作をできるだけ避けてください。特に、ハンドルとブレーキ、またはハンドルとアクセルの同時操作は、非常に危険です。

あいおいニッセイ同和損害保険株式会社

本社 / 〒160-8488 東京都渋谷区恵比寿 1-28-1  
電話 03-5424-1121(大代表)

<お問い合わせ先>

冬道の味方!!

## スタッドレスタイヤの限界

積雪路や凍結路は非常に滑りやすく、スリップする危険性が高いだけでなく、車の停止距離もかなり長くなり、ブレーキを踏んでもなかなか車は止まりません。こうした冬道をできるだけ安全に走行するためのタイヤが「スタッドレスタイヤ」です。スタッドレスタイヤは、柔らかい素材を使用したり、摩擦力を高めるなど冬用タイヤとして工夫されているものですが、決して万能タイヤではありません。特に次の点には十分留意する必要があります。

### スタッドレスタイヤを過信しない

スタッドレスタイヤを装着していても、積雪路や凍結路では、停止距離はかなり長くなります。また、ブレーキを強く踏み込むとスリップする恐れがありますから、乾燥路と同じ感覚でブレーキ操作を行うのは危険です。

車間距離を長くするとともに、ブレーキの踏み込みは半分程度にし、ゆっくり、ソフトに踏みます。

### 磨耗したタイヤを使用しない

タイヤが磨耗すると摩擦力が低下して十分な制動効果が得られません。スタッドレスタイヤの場合、タイヤの溝の深さが新品時の50%未満になると冬用タイヤとしての使用限度を示す「プラットホーム」が出てきます。

プラットホームが現れたタイヤは、冬用タイヤとしての機能を十分発揮できないため、走行前にタイヤをチェックし、必要に応じて新しいタイヤに交換します。



### タイヤを混用しない

前輪はスタッドレスタイヤ、後輪は夏用タイヤといった混用はせずに、全て同じ種類、性能を有するタイヤを使用してください。

### あいおいニッセイ同和損保からのアドバイス

新品のスタッドレスタイヤと、交換前のタイヤとの性能差に慣れるために「慣らし走行」をしましょう。「慣らし走行」の目安は、「時速60キロ以下の速度で、200キロ以上の走行」が適切とされています。また、スタッドレスタイヤでもタイヤチェーンが必要な場合がありますから、冬期は必ずタイヤチェーンを携行しましょう。

あいおいニッセイ同和損害保険株式会社

本社 / 〒160-8488 東京都渋谷区恵比寿 1-28-1  
電話 03-5424-1121 (大代表)

<お問い合わせ先>

## 【画像付】簡単なトラックチェーンの付け方を詳しく解説。これで雪道は安心！

トラックのチェーンの巻き方（付け方）はご存知でしょうか？

実はドライバーでも経験が浅かったり、長い人でもつけ方を知らない人って意外に多いんですよね。



トラ男

ベテランでもたまに知らない奴いるから困っちゃうよな！

トラ男！その人はベテランじゃないわ！

ちなみに今回使用する車両は大型車両ですが、

2tから10tまで、あらゆる重量のトラックの付け方は、ほぼ一緒なので全てカバーできるんじゃないかと思います。

### まず装着するタイヤの「場所」はどこ？

原則としてチェーンを付ける位置は「駆動輪」です。

① 2軸のトラックなら後ろのタイヤ

② 3軸のトラックなら後ろから2番目

③ 4軸のトラックも後ろから2番目

#### ★ PICKUP

ここで気を付けたいのが「ツーデフ車」の場合。

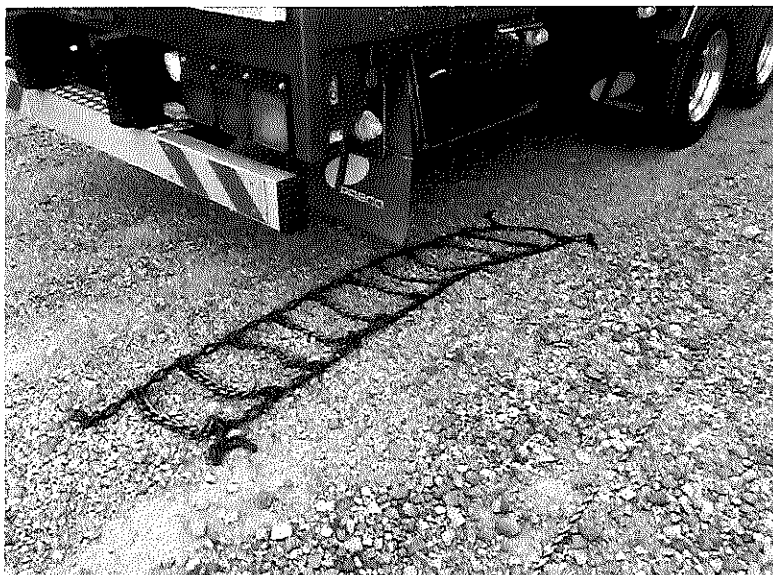
ツーデフだと装着位置が一番後ろである場合があります。

外見の特徴から見分けるのは困難なため、トラックの「型式」などで判断するしかありませんが、一番いいのはメーカーに問い合わせること、もしくは整備工の人に「どこに装着すべきか」聞いてみてください。また、トラック備え付けの説明書に書いてある場合もあります。

### ①チェーンの”ゆがみ”を直そう

こんな感じで広げて、





チェーンに“ゆがみ”や“ねじれ”がないか調べます。

ちなみにこの画像のチェーンだとゆがみはありませんが、ゆがみがどういふものかという変に「よれたり、ねじれたり」していないかを見ます。



トラ男

特に縦横が交差する「クロス」の部分はしっかりと見よう！

## ②エアサスを上まであげる

「エアサス」が装備されている車両なら、限界まで上げてしまいましょう。



後の作業のやりやすさがだいぶ変わってきます。

## ③チェーンの構造をよく見る

なぜ構造をよく見るかというと、「いつ」「どのような状況で」チェーンを付けることになるかは、わからないからです。

暗い場所で付けることになるかもしれません。

ちなみに私は吹雪の中、暗いローソンの駐車場でつけることになったこともあります。

ローソンさんありがとう…。

### フックの留め方は装着を始める前に必ず記憶しよう！

最後にフックをかける時は、タイヤの裏側に手を回して付けることになります。

なので、目視で確認することは状況によって厳しいので、先に覚えておきましょう。

#### ③-①輪の中に通す



#### ③-②通したら回す



#### ③-③1周させ金具を引ける位置まで持ってきたらスライドさせる



③-④完成



#### ④タイヤにかぶせる

フックの留め方を記憶したら、1度外してこのようにしてタイヤにかぶせます。

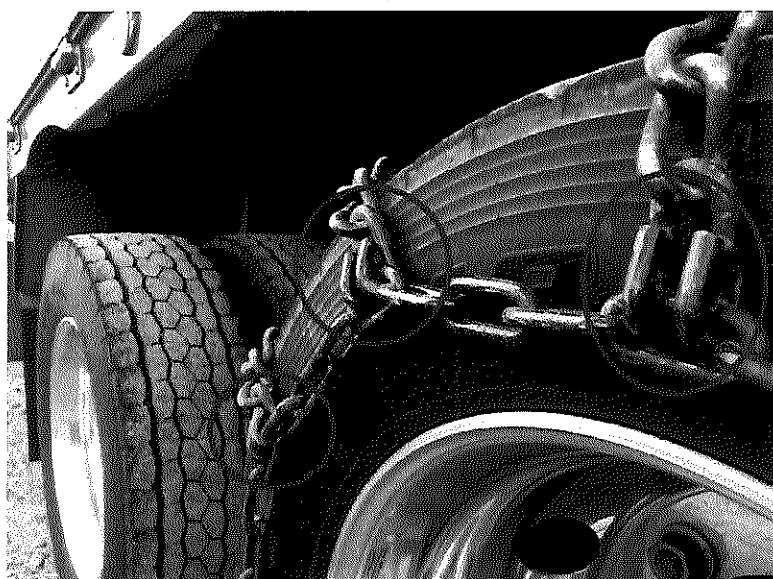


この段階で均等にチェーンを引っ張り、内側もしっかりと伸ばしておきましょう。

気をつけてほしいポイントはタイヤにかぶせる際に、「赤丸のフック部分」はタイヤに対して外側に向くように付けてください。



この部分を「クロス」と呼びます



ここは確実に「外側」に向けてね！

タイヤは側面からの衝撃には弱いから最悪パンクしちゃうよ！

### ⑤外側だけフックをかける

被せたまま「外側」のフックだけかけてください。

ここで「内側」もかけようとする奴がたまにいるが、結構難しいぜ！



トラ男



こんな感じで※「チェーンのコマ」が余っていますが、問題ありませんので「引っ張れるところ」まで引っ張ってください。



トラ男

「コマが余っていい理由」は後述するから安心してくれ！

## ⑥トラックを少し前に出す

内側のフックを引っ掛けるために、トラックを「外側のフックをかけた状態で」少し前に出します。

### とにかくゆっくり進む

このポイントは、とにかく「ゆっくり」進ませてください。「デフロック」がついてる車両なら、空転を回避するためにONにしとくとです。

ゆっくり！とにかくゆっくりね！

## ⑦内側のフックをかける

少し前に進ませたらこのような状態になります。



トラ男

ぐちゃぐちゃだな！

「赤丸」で囲った部分に「内側のフック」が隠れています。こちらを外側のフックをかけた手順で、チェーンを引っ張りながら、内側も装着してください。

#### チェーンの長さが足りず届かない場合は？

まずは「思いきり力を入れて」チェーンを上手に引っ張りながら伸ばしてみてください。

#### それでもダメだった場合は？

先ほど「外側にかけたフック」を1度外し、再びよく伸ばしてから、内側のフックをかけて、外側のフックをかけてみてください。

それでだいたいつきます。

#### 長さが足りず届く気配がない場合は？

そもそもチェーンのサイズが違う可能性があります。

管理が適当な会社だとたまにあるわよ！

### ⑧もう一度確認しチェーンを引っ張る

こんな感じです。



このようにたるんでいる状態だと危険なので、再びチェーンを引っ張りながら「コマ」が詰められるかよく確認して、詰められるようなら詰めてください。

### ⑨たるみが少ないことを確認したら最後の部品を装着

これくらいのたるみなら大丈夫です。



目安としては「ホイール」にチェーンがかからないくらいが理想です。



そしてチェーンの付属部品を付けて完成。



トラ男

付属部品は等間隔で装着しよう！

## ⑩装着完了

作業終了です。



## 補足情報

### ※コマが余っている理由

トラックは乗用車と違い、タイヤの「溝がかなり深い」ので新品と中古ではかなり大きさが違います。

なのでチェーンも大きめに作られていて、タイヤの摩耗具合でコマが余ったりします。

また余ったコマは、針金やゴムで固定しておきましょう。

装着してからしばらく走行した後に再びゆりみを点検して、締め直すと尚良いぜ！





トラ男

### チェーンをあらかじめ敷いて装着するのはどうか？



このように敷いてから装着する方法は、オススメできません。

今出てるほとんどのトラックは、2t車も含め「ダブル（後軸のタイヤが片側2本）」が多いです。

なので正確に敷いたとしても、かなりの確率で内側のタイヤが踏んでしまいます。

私も敷いて一生懸命頑張ってた時期もあったけど、結局片側ずつやるこのやり方が一番早いと思うわ！

### 木を踏ませ、タイヤを浮かせたほうが楽では？

その通りなんですけど、今回は「いつ」「どんな状況で」「誰でも」できる付け方を想定して書かせてもらいました。

また、大型にもなるとタイヤを浮かせるための木は「そこそこの高さ」が必要なのと、「相応の重量」に耐えられるものではないといけなないので、常に持ち歩くのはと思います。

### チェーンを付ける目安は？

チェーンを付けたほうが良い状況は、

- 「路面が雪で見えない」
- 「スリップした（あるいは空転した）」
- 「積雪した日の後日（深夜、明朝など）」
- 「交通量が少ない積雪地域を通る」

また、チェーンを装着していない状態での、雪道は充分気をつけてください。

特に、勾配のある場所などの、坂の途中では絶対に停車しないように。

最悪登ることも下がることもできずに、動けなくなります。

## 何キロで走ればいい？

装着状態の時速は「～30Km」が理想とされています。



トラ男

たまに50～60Kmで走っている奴いるが、本当に危ないぞ！切れて自分の泥除けが破損するくらいならいいが、切れた部品が飛んでしま...

## チェーン装着時があると便利なアイテム

### ゴム手袋は一つ持っておきたい



ショウワグローブ【防寒手袋】No282防寒テムレス Lサイズ 1双

ショウワグローブ(Showaglove)

👉 [Amazonの商品レビュー・口コミを見る](#)

Amazonで探す

楽天で探す

Yahoo!ショッピングで探す

雪が降る日というのは基本的に寒いですね。

なので軍手や普通の手袋で作業していると、手がかじかんでしまい、思うように装着できないことがあります。

あまり装着に慣れてない人や、時間がかかる人は一つは絶対に持っておきたいアイテムですね。

ちなみに私は手がかじかむ前に装着できる自信がありますが、手袋が濡れるのと、汚れてしまうのが嫌なので普通に持ってます(笑)

## ヘッドライトは夜間装着の際に便利



WAQ LED ヘッドライト センサー 防水 (300ルーメン/実用点灯115時間/ワイド/乾電池/軽量) 防災 登山 釣り キャンプ ランニング ヘッドランプ WAQ-HL1

WAQ

👉 [Amazonの商品レビュー・口コミを見る](#)

Amazonで探す

楽天で探す

Yahoo!ショッピングで探す

チェーンって実は夜間に装着することが多いの知ってますか？

道路を走るトラックを見て頂ければわかりますが、多くの人は日中に働いていますよね。

例えばその日中に雪が降っても、夜に比べると気温も高いし、走行している車も多いので、大雪と呼べるレベルじゃなければ滅多に積もらないんです。（あくまで首  
ただ、降り続けると夜に積もります。

だから多くの人は次の日の明朝に備えて夜のうちに…だったり、当日の運行を終えてから付ける、という事が多いんですよ。

## まとめ

1. チェーンのゆがみを直す
2. エアサスを上まで上げる
3. チェーンの構造をよく見る
4. タイヤにかぶせる
5. 外側のフックだけかける
6. トラックを少し前に出す
7. 内側のフックをかける
8. チェーンを引っ張りコマを詰める
9. 付属部品を等間隔に装着
10. 作業完了

乗用車の場合は、いちいち前に出す必要もなく、そのままかけられたりしますが、トラックで同じことをやろうと思うと難しいです。

また、運送会社に勤務している人や現役で働いているドライバーでも、「木を噛ませないと上手につけられない」という人も多かったので今回の記事を作りました。