

## 冬の道路

### 急ブレーキ、急ハンドルは命とり

雪道や凍った道路で車を運転するのは、危険でやっかいなものです。  
真つすぐ走っているつもりでも、車体が左右にふらついたり、ちよつとハンドルを切つても、急に直角的に曲がつてしまふなど、普通の道路では考えられないようなことが起こります。  
氷雪路を運転するときのABCを覚えておくことで、「ころばぬ先のツエ」にしましょう。

### 知っておきたい 氷雪路での運転チエック

急ブレーキは、普通の道路でも、しばしば事故につながります。まして、滑りやすい氷雪路は、どこもかしこも危険がいっぱいです。氷雪路を走るときは、次の点に注意しましょう。

- ① スノータイヤ、スパイクタイヤ、チェーン付きタイヤは、雪質、積雪量、氷結の状態それぞれで、タイヤの特性が違います。条件に合ったタイヤを選びましょう。
- ② トラックやライトバンで荷物を積む場合、重さの配分、とくに左右のバランスに注意しましょう。
- ③ 整備不良によるブレーキの片効きが起これないように事前に調整しておきましょう。
- ④ タイヤの空気圧も、左右均一にしておきましょう。
- ⑤ 車間距離は十分に。
- ⑥ 急ブレーキは絶対にかけない。
- ⑦ ブレーキを踏む場合は、小さみに。
- ⑧ 歩行者や自転車などのそばを通るときは十分注意し、最低一以上離れて通過しましょう。
- ⑨ 止まるときは十分余裕をみて減速し、早めにブレーキを踏むを始めてみましょう。

### 氷雪路

## 時速40キロは高速と同じ

氷雪路と普通の道路の大きな違いは、なんといっても滑りやすいことです。ブレーキの踏み方とハンドル操作ひとつで、自動車は運転者の意思通りには動かなかくなり、「鉄のかたまり」と化してしまうのです。

警察庁科学警察研究所の調査によると、たとえば走行時速40キロで急ブレーキを踏んだ場合、乾いたアスファルト道路なら一七・三秒で停止しますが、アイスバーン

## 思わぬうしろに落とし穴

冬の道路は、降雪、凍結をはじめ、日なたと日陰、走る時間などによって状態は刻々と変わり、思わぬところに「落とし穴」がでます。  
なかでも、トンネルの出口、日陰の道路、橋の上などは、日照の

関係や風の影響で凍結しやすくなつており、横滑りやハンドルがとられるといった危険が待ちかまえています。  
このような場所では、事前にスピードを落とすなど、十分に注意して走りましょう。

### 雪道運転七つ道具



- ① 砂袋・スノーブラシ
- ② 不凍液・バッテリーアイスタ
- ③ ロープ
- ④ サングラス
- ⑤ スコップ
- ⑥ ブラシ
- ⑦ ブラシ

## 健康

### インフルエンザの 予防と注意

今年もまた、インフルエンザの流行期を迎えました。たかが風邪ぐらいなどと、あなどらないで、予防と感染時の治療には十分な配慮が必要です。

●ふだんから体に抵抗力を  
インフルエンザに感染しても、発病しないようにすることが大切です。そのためには、ふだんから体の抵抗力を養っておくことです。まず、運動などで体を鍛えることとのほか、乾布まさつや薄着の習慣をつけて皮膚を鍛練し、体温の保持をよくします。また、食事は、栄養のバランスをよく考えてください。流行時には、規則正しい日常生活で体調を保ち、過労にならないように注意してください。

### ●こわい余病誘発

インフルエンザには、体の抵抗力の弱い年代（子供と老人）が最もかかりやすいのです。インフルエンザがこわいのは、抵抗力が弱くなつて肺炎などの余病を誘発するからなのです。インフルエンザで命を落とすことは、比較的少ないものの、肺結核や心臓病が再発したり、ジン炎などを起こすことがありますから、注意が必要です。