



交通安全だより

第208号 令和6年7月発行 札幌市交通安全運動推進委員会 Tel211-2268

札幌市の交通安全 <https://www.city.sapporo.jp/kotsuanzen/>

交通安全
セーフティさっぽろ

飲酒運転は絶対にしない！させない！ 許さない！そして見逃さない！

お酒を飲んで運転をすることは、取り返しのつかない重大な事故につながります。

ハンドルキーパーを決めておく、公共交通機関を利用するなど、みんなの力で飲酒運転の根絶、交通事故ゼロを目指しましょう。

アルコール1単位のめやす

●ビール	500ml
●日本酒	180ml（1合）
●ウイスキー	60ml（ダブル1杯）
●ワイン	200ml（小グラス2杯）
●チューハイ	350ml
●焼酎	100ml（コップ半分）



飲酒運転は絶対にしない！！



人間の身体がアルコールを分解するには、一定の時間がかかります。アルコール1単位（純アルコールを20g含む酒量）を分解するのにおよそ4時間と言われており、これは性別・年齢・体重・体調などによっても変わります。

翌朝、アルコールが残った状態での運転も飲酒運転になりますので、十分注意しましょう！

交通事故防止のポイント

ドライバー

- お出かけ前に、車の状態をしっかり点検！全席シートベルトの着用を徹底しましょう。
- 疲れたら無理をせずに、車を停めてこまめに休憩を取りましょう。
- 歩行者や自転車が、車や建物の陰から飛び出してくれるかもしれません。スピードを落とし、車間距離を取って走行しましょう。

夏の旅行や帰省などを安全に楽しむために、とくに気をつけたい注意点を事前にしっかりと確認しておきましょう。

歩行者

- 道路を渡る際は、必ず横断歩道を渡りましょう。
- 信号が青になっても、車両が停止していることをしっかりと確認してから渡りましょう。
- 暗くなってくるとドライバーから見えにくくなります。明るい色の服装や夜光反射材を着用するなど、目立たせる工夫をしましょう。

札幌市交通安全運動推進委員会ではX（旧Twitter）で交通安全情報を発信しています。
ぜひフォローをお願いいたします。

