

体調に応じた運転を！



4月から新生活が始まり、車両を運転する機会が増えてきた方も多いのではないのでしょうか？

起床後すぐに運転することや、体調を確認しないまま運転することは「危険」です。

運転前には、今の体調を確認して、体調に応じた運転をしましょう。



- ① 体調不良時には、無理に運転しない。
- ② 運転する前や疲れを感じた場合は、体操やストレッチを行う。
- ③ 早めに出発して、気持ちに余裕を作る。



令和5年4月1日から、自転車乗車時にヘルメットの着用が努力義務となります。

大人も子供もヘルメットを正しく着用し、交通ルールを守って運転しましょう。

