

～ ストップ！ 脇見 ぼんやり運転 ～



# 高齢者交通安全情報

## ネットワークみやざき



平成25年  
第 10 号  
平成25年11月15日発行  
■宮崎県警察本部交通企画課  
宮崎市旭1丁目8番28号  
TEL 0985(31)0110

# 早めの点灯と慎重な運転

～車のライトの照射距離～

自動車のライトは、  
**上向き 約100メートル**

**下向き 約40メートル**

先まで届くように作られています。



**「下向きは、40メートル先の足下しか見えません」**

上向きのライトは、頭から足下まで見えます。

**「時速60キロで急ブレーキ、止まるのは40メートル先」**

時速60キロで下向きの時は、少しでも遅れると**必ずぶつかります**。

年齢を重ねると反応時間が一般成人の**3割増**になると言われ、その分停止距離も延びます。  
速度は控えめにして、暗くなる前にライトを点灯させることが大事です。

	時速40キロ	時速60キロ
1秒間に移動する距離	約 11m	約 16m
急ブレーキ停止距離	最短 約20m	最短 約38m
(雨天・アスファルト時)	高齢者 約22m	高齢者 約42m



## 日没の安全運転ポイント



- ・夕方は早めにライトをつける
- ・上向きのライトが基本
- ・余裕を持って控えめな速度



夕暮れ時の「早めの点灯」・「ピカピカ」運動

～平成26年1月31日まで実施中～