

冬道を走行中 困った事が起きた時の連絡先

道路・交通情報を知りたいとき

日本道路交通情報センター

※プッシュボンの**#8011**で管轄エリアのセンターに通じます

北海道地方・札幌方面情報	050-3369-6601	旭川方面情報	050-3369-6652
北海道地方高速情報	050-3369-6760	釧路方面情報	050-3369-6653
函館方面情報	050-3369-6651	北見方面情報	050-3369-6654

事故を起こしたり、発見したとき!

■最寄りの警察署	■消防署
110	119

雪崩や落下物、道路の破損を見つけた!

■道路緊急ダイヤル
#9910 (24時間・全国共通・無料)

気象情報

■釧路地方気象台
177 (※各地の天気は「市外局番+177」)

車の故障

■JAFロードサービス
#8139 0154-51-2167
通話料は有料。ダイヤル回線の固定電話、一部のIP電話等からはご利用になれません。

救急医療情報

■救急医療情報案内センター
0120-208-699 (011-221-8699)

釧路建設業協会は運転中の携帯電話の運転中の使用禁止キャンペーンを行っています。安全な場所に停車後携帯電話を使用して下さい。

ラジオ局周波数 ラジオでも定期的に道路情報を聞くことが出来ます。

■AM放送 NHK第1 HBC STV	釧路周波数 585kHz 1404kHz 882kHz	根室周波数 1584kHz 801kHz 1062kHz
■FM放送 NHK-FM FMAIR-G' FM NORTH WAVE FMくしろ FMねむろ FMはな	釧路周波数 88.5MHz 86.4MHz 80.7MHz 76.1MHz	根室周波数 85.6MHz 76.3MHz 87.0MHz

このプレートマークを見ましたらご協力下さい…1

釧路建設業協会は海外旅行者ドライバーを対象に掲示プレートをレンタカーカーに配布し、ドライバーの注意喚起と安全なドライブが出来るように運動をしています。リヤウインドウに掲示していますので見かけましたらご協力下さい。



このプレートマークを見ましたらご協力下さい…2

近年、携帯電話をしながらの運転による事故が大きな社会問題となっています。釧路建設業協会はリヤウインドウに掲示し、安全啓発運動をしています。



北海道新聞
保存版

冬道を走る

ドライブにお役立てください。

釧路建設業協会は
冬道の安全運転の啓発運動をしています。

出発する前に準備したいもの

ドライブは計画的に!

- できるだけ明るいうちに目的地に到着するよう余裕を持った予定を立て、予定到着時刻や予定ルートを家族や訪問先にあらかじめ知らせておきましょう。
- 目的地までの天気・道路状況を、テレビ・ラジオ・新聞・インターネット・携帯電話などで確認しましょう。
- 大雪や地吹雪で視界が悪く、運転が困難だと思う時は、出発時間の変更や公共交通機関の利用を検討しましょう。

しっかりチェック! ✓

- 自動車の点検を行い整備不良がないようにしましょう。燃料は十分か、バッテリーは弱っていないか、ウォッシャー液は十分かどうか注意しましょう。
- 冬道走行の為の備品（けん引ロープ、ブースターケーブル、スコップ、タイヤチェーン等）を確認しましょう。
- 万が一に備え、水や食料、防寒具などを携行するようにしましょう。
- 携帯電話は充電しておきましょう。予備バッテリーがあるといざというとき困りません。

もしもの時のため車に常備しておきましょう!

□用意のため燃料は満タンに	□携帯電話の充電を確かめる
□ブースターケーブル	□懐中電灯
□けん引ロープ	□長靴
□軍手	□スコップ
□身体をあたためるもの（防寒具・カイロ等）	□非常用の水・食料

走行中でも道路の情報やお天気情報を確認できます！

運転中はラジオ・VICS(道路交通情報通信システム)のほか、道路情報板や路側放送などで、行く先々の天気や道路情報に注意を払いましょう。また、天気が悪い時にはこまめに休憩をとり、ラジオ・テレビ・インターネット・携帯電話などで天気や道路の情報を確認しましょう。

道路情報板



路側放送



道路沿いに周波数 1620kHz の電波を発信し、道路状況などの交通情報を知らせる放送を流しています。

この標識が目印！

一般社団法人 釧路建設業協会

〒085-0832 北海道釧路市富士見1丁目3番2号
TEL 0154-41-7447 FAX 0154-41-7202
<http://www.senken.org/index.html>

もし動けなくなったら…

車から離れない！

避難できる場所や救助を求める人が確実に確認できる時以外は、**車を離れてはいけません**。不用意に車を離れると吹雪の中で自分の位置を見失い、遭難するおそれがあります。

また、車道では後続車が走行してくる場合がありますので、**交通事故に十分注意する必要があります**。



救助を求めるときは…

ハザードランプを点滅させると同時に停止表示板や旗（明るい色の布）を揚げて**停止していることが他車にわかるように**します。

警察・消防やロードサービスに電話で救助を求めるときは、出来るだけ自分の位置を正確に伝えてください。

国道番号と位置は、道路わきに1km毎に設置された地点標（キロポスト）に示してあります。



救助を待つ間は…

監修：医療法人 豊和会 豊和会札幌病院 診療科理事・院長 森 和久氏

濡れた服は着替えて、あらゆる防寒具を利用して体温の保温につとめ、低体温症や凍傷、及び排気ガスによる一酸化炭素中毒にならないように注意しましょう。

低体温症になると最初に体がふるえ、歯がカチカチ鳴るなどの症状が現れます。体温がさらに下がると震えは止まり、動きが緩慢となり物事に対して反応するのに時間がかかり、頭がぼんやりして正常な判断ができなくなります。



凍傷になると手足の感覚がなくなり冷たく硬くなります。

凍傷または低体温症の予防としては、毛布などでじっくりと体を暖め温かい飲み物を補給します。

救助までには長時間を要する場合があるので、燃料切れやバッテリーが上がりないように注意し、エンジンを時々つけて車内を暖めましょう。



救助待っている間は、**排気口が雪に埋まる**と車内に排気ガスが逆流して、一酸化炭素中毒になり意識がもうろうとなります。マフラー付近が埋まらないよう定期的に除雪し、窓を少しだけ開けて換気を行ってください。除雪が追いつかず、排気ガスが車内に入るのが心配される際は、エンジンを切り、むやみに車外には出さずに、毛布や防寒着で体を暖めつつ、救助を待ちましょう。

同乗者がいる場合は交代で睡眠をとり、一人は必ず起きて救助が来ていないかを確認しましょう。



◀疲れた時や、もしも?の時も安心!! ▶

道の駅

「道の駅」には 24 時間利用可能な駐車場・トイレ・電話の基本的な休憩施設があり、売店や飲食店などがある「道の駅」もあります。また、道路情報・道路カメラ画像・気象情報などを見ることができる「道の駅情報端末」が設置されています。運転中の休憩や車の不調を感じた場合などにもご利用下さい。

