

初任運転者に対する特別な指導

	統括運行管理者	運行管理者
チ エ ッ ク	運転記録証明取得	初任診断
	年 月 日 取得	年 月 日 受診

事業所名 _____

運転者氏名 _____

※1～4については座学・実車を用いて総計15時間以上実施すること
 ※ページ番号は「一般的な指導及び監督の実施マニュアル」≪第2編本編：一般的な指導及び監督指針の解説≫令和4月3月改訂参照
 ◆新たに採用した運転者が65歳以上で緑ナンバー未経験者または3年以上ブランクがある者は、適齢診断を受診し、高齢者教育も併せて実施

1 トラックの安全な運転に関する基本的事項

□ (1) トラックを運転する場合の心構え (P1～9)

- ・輸送事業は物流やライフラインを支える公共性が高い仕事であることの認識
- ・トラックの交通事故による社会的損害と影響力の大きいことの認識
- ・トラック運転者の運転は他の車の運転者に与える影響が大きいことの認識
- ・トラック運転者は他の運転者の安全運転の模範となることの自覚
- ・交通事故統計を活用し事故の影響の大きさを認識

□ (2) トラックの運行の安全を確保するために遵守すべき基本的事項

① 運転者及び乗務員(同乗する作業員等)の遵守事項 (P10～15)

- ・疾病、飲酒、過労等により安全な運転ができないおそれがあるときは申し出る
- ・乗務の開始前、乗務途中(安全規則に定めのある場合)及び乗務終了時には、点呼を受け報告する
- ・乗務終了後に他の運転者と交替するときは、自動車、道路、運行の状況について通告する
- ・乗務記録を行う(運転者のみ)
- ・踏切内は変速装置を操作しない。踏切内で運行不能のときは速やかに列車に対して適切な防護措置をとる
- ・偏荷重が生じないように積載するとともに、荷崩れを防止するためロープやシート掛け等の措置をとる

② 義務を果たさない場合の影響の把握 (P16～20)

- ・運転者に対する刑事上(懲役・禁錮・罰金)及び民法上(損害賠償等)の責任を指導する
- ・会社及び運転者に対する行政処分(営業所・自動車の使用停止、免許取消等)を認識する
- ・被害者・加害者の手記等を活用して、加害者・被害者・遺族・家族の心理を自分の身に置き換えて認識する

□ (3) 過積載の危険性 (P43～48)

- ・過積載と異常積載の危険性
- ・過積載に対する荷主への禁止事項(道路交通法、貨物自動車運送事業法)
- ・運転者に対する罰則(違反金・違反点数)及び警察による措置

実施項目	実施日	時間	実施者
	年 月 日	時間 分	
	年 月 日	時間 分	
	年 月 日	時間 分	
合計		時間 分	

□ (4) 貨物の正しい積載方法(P34~42)

- ・荷崩れしない固縛方法の基本(ロープ掛け、シート掛け)
- ・偏荷重の危険性
- ・積載重量等の制限
- ・車体の前後へのはみ出し制限
- ・軸重に関する規定
- ・軸重違反を防止するための積載方法

2 トラックの構造上の特性と日常点検の方法

□ (1) トラックの構造・運転特性に潜む危険(P21~27)

- ・運転者の目の高さ(地上高)が高いことによる車間距離などの錯覚を認識する
- ・高い位置から見下ろす視線になるため、「流動刺激」による目の疲労や過労運転になりやすいことを理解する
- ・高い位置から見下ろすと、優越感を抱き、眼下の車や歩行者等の動向を軽視しやすいことを認識する
- ・運転席の下にエンジンがあるトラックは、その振動や音の影響により眠気に襲われやすいことを理解する
- ・運転者の目とライト(前照灯)の位置が離れていることによる歩行者等の発見遅れに注意する
- ・死角が大きいため、特に側方の安全確認に注意する
- ・内輪差が大きいため、左折時などに「巻き込み事故」に注意する
- ・制動距離が乗用車よりも長くなるため、「追突」事故を招きやすいことに注意する

□ (2) 日常点検(P15)

- ・日常点検のチェックポイント
- ・点検順序

□ (3) トレーラの車両特性(P28~32)

- ・トレーラのブレーキ
- ・制動時の挙動特性
- ・トラクタ及びトレーラ特有の日常点検
- ・緊締装置(ツイストロック)の重要性

□ (4) タンクローリーの車両特性(P53~54)

- ・積荷が動きやすい流体である
- ・積荷によって重心が高くなる

□ (5) 危険物を運搬する場合に留意すべき事項(P49~52,55)

- ・危険物の法規を守る
- ・危険物の性質を必ず確認する
- ・出発前に積荷や車両を点検する
- ・出発前に備品、携行品(イエローカード等)を確認する

該当の車両を運行する場合のみ記入

必ず実車を用いて指導を行う

実施項目	実施日	時間	実施者
	年 月 日	時間 分	
	年 月 日	時間 分	
	年 月 日	時間 分	
合計		時間 分	

3 交通事故を予防するために留意すべき事項

□ (1) 適切な運行の経路及び当該経路における道路及び交通の状況 (P56～63)

- ・「事故事例」・「ヒヤリ」・「ハット」の活用
- ・適切な運行経路

□ (2) 運転者の運転適性に応じた安全運転(適性診断結果の活用) (P81～88)

- ・運転に対する態度について自覚する
- ・状況判断が適切か、正確な判断ができているか自覚する

□ (3) 安全運転に必要な心理的・生理的科学知識等 (P89～106)

① 過労運転防止のための留意点

- ・労働時間についての規定を理解する
- ・長時間の運転をせず、はやめの休憩をとる(休憩時間の確保)

② 飲酒運転の危険性

- ・飲酒運転による事故のほとんどは軽度の酒気帯びによる
- ・日本酒2合(ビール大瓶2本)の飲酒でも、その影響は7時間も持続する
- ・わずかな飲酒でも、注意力や目の働きは確実に低下する、[アルコール依存症の基礎知識及び対処方法](#)

③ 注意力の実態と限界

- ・一方に注意が向けば他の方向は必ず不注意となる
- ・自覚的な警戒心をもたなければ生きた注意にはならない
- ・注意力のレベルは一定せず、揺れ動き、途切れる

④ 注意力のレベル低下・消失・・・ 覚低走行、居眠り運転

- ・不調な体調・健康は注意力のレベル低下の大きな要因、体調等の自己管理が必要
- ・体調や健康状態が良好でも交通状況が単調になると注意力のレベルは必ず低下する
- ・出発後の30分前後と、あと30分足らずで目的地というときが危ない

⑤ 瞬間視の限界

- ・安全を確認するために見る時間は、せいぜい1秒程度の「瞬間視」
- ・肝心なものを見落とさないための「見るテクニック」

⑥ 錯覚と幻惑

- ・錯視の正しい理解を図る
- ・交通場面に潜んでいる錯視や幻惑現象の実例

⑦ 医薬品の服用時の注意点

- ・市販の風邪薬や花粉症の薬には眠気を招く成分が含まれていることを認識する
- ・眠くならない薬を処方してもらい、服用は必ず医師の指示に従う
- ・眠気を招く薬を服用したときは必ず報告する

⑧ 睡眠不足の要因

- ・良い睡眠が事故防止に不可欠である
- ・就寝前の飲酒、喫煙、カフェイン摂取、PC、スマホの使用は睡眠の質を低下させる
- ・運転中に眠気を感じたら運転を中止し安全な場所で休憩又は睡眠を取る
- ・健康づくりのための睡眠指針2014 睡眠12箇条を実践する

実施項目	実施日	時間	実施者
	年 月 日	時間 分	
	年 月 日	時間 分	
	年 月 日	時間 分	
合計		時間 分	

□ (4) 安全性の向上を図るための装置を備えるトラックの適切な運転方法(P113～118)

- ・ブレーキ制御を行う装置の性能及び留意点を認識する
- ・ハンドル操作の警告や支援を行う装置の性能や注意点を認識する
- ・運転支援装置に係る事故事例の原因を理解する
- ・勝手な判断で警告音、装置の切断等をしないように運転支援機能を正しく使用する
- ・運転支援機能の限界や注意点を理解し、機能を過信せず、責任を持った安全運転をする

□ (5) 健康管理の重要性(P107～112)

① 疲労防止のための日常生活での留意点

- ・できるだけ一定の時間に就寝し、最低6～7時間の連続した十分な睡眠をとる
- ・普段からできるだけ体を動かすようにするが、過度な運動は疲労の原因となるのでしない
- ・定期健康診断を必ず受診し、疾病等の早期発見に努める
- ・バランスの良い食事をできるだけ規則正しく取り、深酒や夜更かしをしない
- ・休日などには仕事を離れ、趣味などを積極的に活かしてストレスの解消を図る
- ・中高年ドライバーは、加齢による視力等の心身機能の低下に注意する

② 精神面の健康管理

- ・精神面の健康状態が交通事故の要因になりうることを理解する
- ・運転者の心の病気のサインについて認識する
- ・ストレスチェック等を活用し精神面の健康状態を把握する(労働者50名以上は必須項目)

③ 睡眠時に大きなイビキをかく場合は要注意・・・睡眠時無呼吸症候群(SAS)

- ・睡眠時無呼吸症候群(SAS)の症状

実施項目	実施日	時間	実施者
	年 月 日	時間 分	
	年 月 日	時間 分	
	年 月 日	時間 分	
合計		時間 分	

4 危険の予測及び回避

□ (1) 危険の予測及び回避並びに緊急時における対応方法(P64～80)

① 危険予測運転の必要性

- ・事故防止のために常に危険を予測し、回避する運転が大切であることを理解する

② 危険予測のポイント

- ・危険予測運転のためには歩行者や自転車などの行動特性、天候などに潜む危険を把握しておく必要があることを認識する
- ・大雪、暴風雪、天災、災害時に遭遇した際には、安全運行に必要な指示を運行管理者等に適時確認する

③ 危険予知訓練

- ・強風等の悪天候が運転に与える影響
- ・右左折時における内輪差
- ・視界の制約、ジャックナイフ現象

④ 緊急時における適切な対応

- ・交通事故や車両故障の発生時に取るべき適切な対応を理解する

実施項目	実施日	時間	実施者
	年 月 日	時間 分	
	年 月 日	時間 分	
	年 月 日	時間 分	
合計		時間 分	

項目1～4実施時間総計
時間

※総計15時間以上必要

5 安全運転の実技

・添乗指導 **※20時間以上実施すること**

	添乗指導日時	実施時間	総計	添乗指導者コメント
1回目	年 月 日 : ~ :			
2回目	年 月 日 : ~ :			
3回目	年 月 日 : ~ :			
4回目	年 月 日 : ~ :			
5回目	年 月 日 : ~ :			
6回目	年 月 日 : ~ :			
7回目	年 月 日 : ~ :			
8回目	年 月 日 : ~ :			
9回目	年 月 日 : ~ :			
10回目	年 月 日 : ~ :			
11回目	年 月 日 : ~ :			
12回目	年 月 日 : ~ :			
13回目	年 月 日 : ~ :			
14回目	年 月 日 : ~ :			
15回目	年 月 日 : ~ :			
16回目	年 月 日 : ~ :			
17回目	年 月 日 : ~ :			
18回目	年 月 日 : ~ :			
19回目	年 月 日 : ~ :			
20回目	年 月 日 : ~ :			

※実施した項目には、□に✓点を入れてください。
乗務員添乗指導チェックリスト活用可

～ メモ ～

代表者	所長	運行管理者

乗務員添乗指導チェックリスト

添乗指導日時	年 月 日 : ~ :	実施時間	時間
指導コース			
運転者氏名	(初任運転者[20時間以上] ・ 事故者 ・ その他)		
添乗指導者名			

番号	項目	評価
1	発進時に前後左右の安全を確認し、他車への合図を確実に実施したか	良 ・ 否
2	後退時に前後左右の安全を確認し、他車への合図を確実に実施したか	良 ・ 否
3	シートベルトを着用して運転しているか	良 ・ 否
4	自車の車高・車幅・車長に対する注意力が完全に掌握されているか	良 ・ 否
5	急加速、急発進がなく法定速度および社内速度を守っているか	良 ・ 否
6	安全な車間距離に留意しているか	良 ・ 否
7	標識指示に従って走行しているか	良 ・ 否
8	進路変更は前後左右を確認し、必要な場合のみ行ったか	良 ・ 否
9	必要な追い越しをする場合、対向車および先行車への注意力は適切か	良 ・ 否
10	転回する場合、他車および通行人に対する安全確認と場所の選定は適切か	良 ・ 否
11	狭路通行時の速度と対向車・駐停車車両に対する注意力は適切か	良 ・ 否
12	フットブレーキは余裕をもって使用し、過度の使用は無いか	良 ・ 否
13	状況に応じて徐行する判断は適切か	良 ・ 否
14	駐車の際、前後左右の確認・停車位置の選定、方向指示器の時期は適切か	良 ・ 否
15	状況に応じた輪止めの実施をしたか	良 ・ 否
16	運転席のドアを開けるときの左右確認はしたか	良 ・ 否
17	交差点進入前の信号遵守と発進時の信号遵守は正確か	良 ・ 否
18	交差点進入前の直進・右左折に対する事前運行が確実に他車への注意力は完全か	良 ・ 否
19	交差点内横断歩道は必ず一時停止または徐行し、左右の安全を確認して通過したか	良 ・ 否
20	歩行者自転車に常に注意し、危険を回避する行動、操作はしているか	良 ・ 否
21	幼児、老人に常に注意し、危険を回避する行動・操作をしているか	良 ・ 否
22	踏切通過前の一時停止は確実に行って左右確認し、新進後変速操作をしていないか	良 ・ 否

添乗指導者コメント
