



〒 8 3 9 - 0 2 4 2

柳川自校だより

柳川市大和町豊原1 0 0
TEL 0944-72-5371

令和 7 年
8 月 号

柳川自動車学校
FAX 0944-72-5373



災害級の猛暑が続いており、毎日「熱中症警戒アラート」が発令されています。
猛暑の中での運転は、思った以上にリスクが伴います。特に暑さ対策が不十分だと、車内の温度上昇や体調不良が原因で思わぬ事故につながることもあります。

猛暑の中でも安心して運転するためのポイント！

1. 車のエアコン点検

エアコンの効きが悪いと、車内の温度が上がリ集中力が低下します。

エアコンの冷却機能が正常か確認しましょう。ガスの補充やフィルターの交換も必要です。



2. 冷却水の確認

エンジンのオーバーヒートを防ぐために、冷却水のレベルをチェックします。

ボンネットを開けて、リザーバータンクの液量を確認し、必要であれば補充しましょう。

3. タイヤの空気圧チェック

高温時にはタイヤの空気圧が変動しやすく、バースト(破裂)のリスクも高まります。

運転前に適正な空気圧に調整し、タイヤの状態をよく確認してください。



4. 水分補給の確保

運転中の脱水症状を防ぐために、水やスポーツドリンクを常備しましょう。

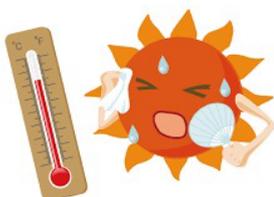
500mlのペットボトルを数本用意しておくで安心です。



5. 休憩の確保

疲れを感じたら無理せず休憩を取りましょう。

長時間の運転を避け、2時間ごとに10～15分の休憩を取ると、集中力を維持しやすくなります。



熱中症に気をつけましょう！

水分補給を しましょう 	日陰に移動 しましょう 	室内の温度管理に 気をつけましょう
涼しい服装を しましょう 	暑い時は マスクを外しましょう 	健康な体づくりを しましょう