

居眠り運転に要注意！

～楽しい思い出が**悪夢**とならないために～



一瞬の居眠りが
人生を暗転させる



交通事故を起こさないために・・・**体調を整えて、運転に集中!**

ポイント

- ・十分な**睡眠** ・こまめな**休憩、水分(塩分)補給**
- ・「あと少しでたどり着くから、運転を続けよう。」
は**危険**、すぐに休憩を



熊本県警察