

# Monthly Report

## 2023年3月号

### 特集 花粉症と安全運転

春の訪れとともに花粉の季節が到来しました。今年は例年に比べてスギ花粉の飛散量が多いと言われています。\*花粉症が心配になりますね。花粉症は集中力や判断力を低下させ、仕事や家事などに影響を与えます。特に車の運転には、事故の要因になるなど重大な影響を与える場合があります。

そこで、今月は花粉症が運転に与える影響とその留意点について考えます。

※参考 日本気象協会「2023年春の花粉飛散予測」

<https://tenki.jp/pollen/expectation/>



## 1. 花粉症による運転への影響

2月～5月にかけてスギ花粉の飛散量が多くなる見込みであるため、新たに花粉症になる人が増えたり、花粉症の症状が例年より強めに出たりするかもしれません。花粉症になると、目のかゆみ、くしゃみ、鼻水、だるさなどの症状が出て、車の運転に以下のような影響を与えます。

- ・目をこすったり、くしゃみなどして、周囲への注意が疎かになる
- ・くしゃみをした反動で、ハンドル操作を誤ってしまう
- ・鼻をかんで、脇見運転になる
- ・目や鼻が絶えず気になり、運転に集中できない
- ・頭がぼーっとして、的確な判断ができない

※時速60キロで走行中に、くしゃみをして0.5秒間まぶたを閉じたとすると、車はその間に約8メートル進みます。



花粉症の症状が出ている状態で運転するのは、程度にもよりますが、過労状態や眠気がある状態で運転する行為に類似しており、危険性を伴います。過去には以下のような重大事故も発生しており、花粉症による運転への影響を過小評価することは禁物です。

### 【事故事例】

2017年4月、運転者は花粉症の症状により前方を注視しにくい状態で運転していた。くしゃみを連発した反動でハンドル操作を誤って対向車線にはみ出し、対向車と正面衝突した。その結果、対向車に乗車していた3名が死傷した。（松山地裁今治支部；禁固3年、執行猶予4年）

## 2. 薬の服用による運転への影響

花粉症の症状を抑える薬の服用は、以下のような副作用を起こし、車の運転に少なからず支障をきたすことがあります。複数の薬を服用している場合は、薬の副作用が増幅される危険性もあります。

**【副作用】** ・眠気、倦怠感  
 ・集中力や判断力の低下  
 ・吐き気、腹痛、下痢 など



薬の服用にあたっては、使用上の注意をよく読んで、眠気などの副作用の有無を確認しましょう。運転に支障をきたすような薬を服用した場合は運転を控えることが重要です。

※薬の副作用等によって正常な運転ができない状態で運転してはいけません。

道路交通法は「何人も、過労、病気、薬物の影響その他の理由により、正常な運転ができないおそれがある状態で車両等を運転してはならない。」(第66条)と定めており、違反した場合の罰則(第117条の2第3号、第117条の2の2第7号)もあります。

## 3. 運転にあたっての留意点

これからの季節、花粉症の人はもちろん花粉症でない人も花粉症への対策が必要です(花粉症は誰も発症する可能性があります)。花粉症への対策をきちんと行い、安全運転を心がけましょう。

### 【花粉症への対策】

- ・乗車前に花粉を払い落とし、花粉を車内に持ち込まないようにしましょう。
- ・エアコンを内気循環にして、花粉が入らないようにしましょう。
- ・車内をこまめに清掃して、花粉をできるだけ拭き取りましょう。

### 【運転中に花粉症の症状がひどくなったら】

- ・車間距離を長めにとり速度を落として運転するなどいつも以上に慎重な運転を心がけましょう。
- ・くしゃみを連発したり、目がかすんだりしてきたときは、車を止めて症状が落ち着くまで待ちましょう。
- ・つらいときは無理をせず運転を中断しましょう。  
 上司や同僚などに運転を代わってもらうなど助け合うことが大切です。



### 損害保険ジャパン株式会社

〒160-8338東京都新宿区西新宿1-26-1  
 <公式ウェブサイト><https://www.sompo-japan.co.jp>

### SOMPOリスクマネジメント株式会社

〒160-0023東京都新宿区西新宿1-24-1  
 <公式ウェブサイト><https://www.sompo-rc.co.jp>

お問い合わせ先