

気の里駐在所だより

伊那警察署 長谷警察官駐在所



夏の交通安全 とやまびこ運動



【期間】 7月11日（土）から7月20日（月）まで

横断歩道等における歩行者の安全確保

- ①横断歩道の手前では減速しましょう。
- ②歩行者がいるか確認しましょう。
- ③歩行者がいたら必ず止まりましょう。
- ④歩行者は横断歩道を渡りましょう。



自転車等利用時の交通ルールの理解・遵守とヘルメットの着用

- ①命を守るために、ヘルメットを着用しましょう。
- ②交差点では、一時停止や徐行をして左右の安全確認を確実にいきましょう。

高齢運転者の交通事故防止

- ①ハンドル・アクセル・ブレーキの確実な操作と丁寧な安全確認をしましょう。
- ②運転に不安を感じたら、家族や安全運転相談窓口（#8080）などに相談しましょう。
- ③道路横断時も安全確認を十分にしましょう。

飲酒運転の根絶と

- 「思いやり・ゆずり合い」運転の励行
- ①飲酒運転は重大事故の原因になり、多くの人の人生を台無しにします。絶対にやめましょう。
 - ②外出の機会が増える時期ですので、「思いやり」と「ゆずり合い」の気持ちを持って運転しましょう。

夏山シーズンの遭難防止

【登山計画書の作成と共有】

事前に自分の体力や技術に見合った計画を立てましょう。計画書はWEBやアプリで簡単に提出できます。必ず提出して、家族や友人などにも共有しましょう。

【もしもに備えた装備品の携行】

ヘッドライト、雨具、簡易シェルターは必需品です。里山登山にも必要です。

【体調管理は万全に】

登山はレジャーではなく、スポーツです。日頃から運動を習慣づけて、入山前は体調を整えましょう。

【適切な水分補給】

入山前、登山中はこまめな水分補給を心がけましょう。

少年の犯罪被害・非行防止と 有害環境浄化

【子どもが発するサイン（SOS）】

- ①帰宅時間が遅くなったり、無断外泊をする。
 - ②友達の名前や外泊先を言いたがらない。
 - ③服装や見た目が派手になった。等
- ※これらのサインがあればしっかり話し合しましょう。



【犯罪に巻き込まれないために】

- ①親子でインターネット、SNS等使用上のルールを決める。
- ②スマートフォン等は、必ずフィルタリングを利用する。
- ③知らないと連絡を取らない（個人情報をお教えしない）。
- ④SNS（オンラインゲーム）内で知り合った人に会わない。

※！！！！ニセ警察詐欺に注意！！！！※

警察を名乗る詐欺による被害が後を絶ちません。警察を名乗る電話があっても安易に信用せず、不審な場合は一度電話を切って警察署に電話してください。