

## 議題③

## 花粉症がバイクの運転時に引き起こしかねない3つのリスク

## 1 運転に集中できない

花粉症の症状が出ていると、運転中の判断力や集中力が低下してしまう可能性がある。

- ・ 例えば、鼻水が出ている場合鼻水を拭おうとして気を取られる。
- ・ 鼻づまりによる呼吸のしにくさは、不眠の原因にもなる。→居眠り運転を誘発

## 2 視界不良

- ・ 目のかゆみを感じたとき無意識に目をこすり視界を遮る→一瞬の空白が事故につながる
  - ・ ・ ・ 目の前の障害や危険に築くのが遅れる
- ・ 目のこすり過ぎ → 涙目やかすみを引き起こす→視界不良
  - ・ ・ ・ 障害物・道路標識・信号等に対する判断遅れ

## 3 くしゃみによる運転の誤動作や事故

- ・ くしゃみが出ると1回につき0.5秒瞼を閉じる・ ・ ・ 障害物や信号を確認できない
- ・ くしゃみの反動で、ハンドル、アクセル、ブレーキ操作を誤る

## 花粉症対策をするうえで知っておくべき花粉の種類と特徴

### スギ花粉

- ・・・ 2月上旬から4月下旬、3月をピークに全国的に飛散  
北海道や沖縄には杉がないので飛散しないが、関東地方では6月初旬まで飛散量が多い。

### ヒノキ花粉

- ・・・ 飛散時期は3月中旬から5月中旬まで。  
3月下旬から4月頃をピークに飛散  
関東地方など地域によっては大量に花粉が飛散するケースもある

### イネ花粉

- ・・・ 花粉症の原因となる花粉として注意が必要  
飛散時期は5月から夏前にかけてピーク・・・スギやヒノキとは飛散時期が異なる

## バイクの乗車時におすすめの花粉症対策5選

- ・マスクを着用する
  - ・・・バイク向けに特化したマスクもある
- ・サングラスを着用する
- ・フルフェイスのヘルメットを着用する
- ・花粉を落としやすいウェアを着用する
- ・鼻孔薬を使用する

## 花粉症対策をしても油断は禁物！バイク運転時の注意点

花粉症の薬は眠気をとまなうケースがある

運転中に症状が悪化した場合

- ・・・なるべく速やかに安全な場所に駐車して対処  
運転中の対処は避けるべき（集中力の低下による誤操作や、不注意による事故を誘発）