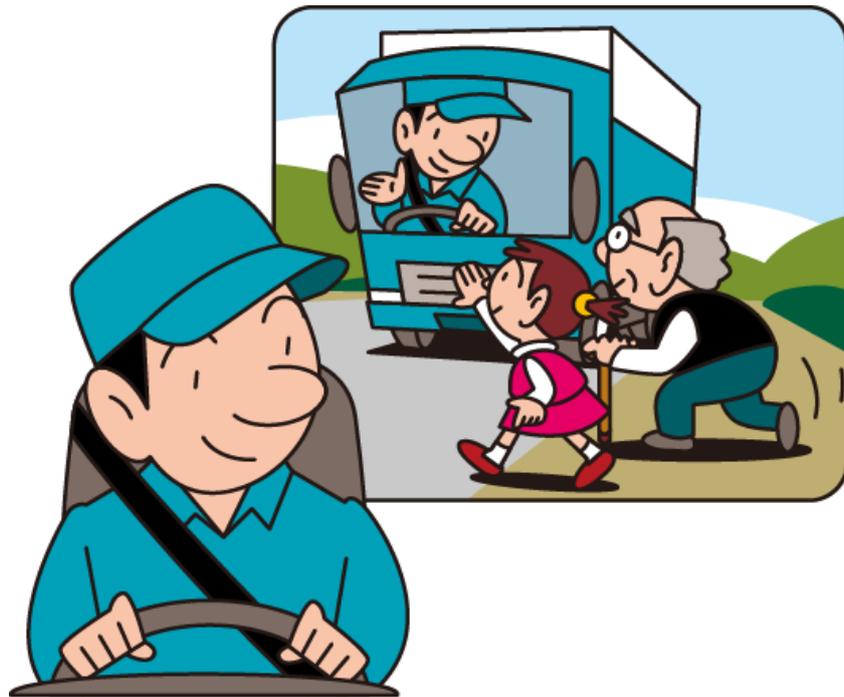


がいこくじん む
(外国人向け)

うんてんしゃ
トラック運転者をめざす人のための

がくしゅうよう

学習用テキスト



目次

だい1しょう	とらっくうんてんしゃ	きほん						
第1章	トラック運転者の基本		1					
1	ひとびと	せいかつ	しごと	ささ	人々の生活や仕事を支えるトラック	2		
1. 1		やくわり			トラックの役割	2		
1. 2		ゆそう	と		もしもトラック輸送が止まったら	3		
1. 3	うんてんめんきょ		じぎょうよう		じかよう	ちが	運転免許のしくみと事業用トラックと自家用トラックの違い	4
2		じこ	しゃかいてきえいきょう				トラック事故の社会的影響	6
2. 1		しゃかいてき	えいきょう	おお		じこ	社会的に影響の大きいトラック事故	6
2. 2		ついとつ	じこ	はっせいじょうきょう			追突事故の発生状況	7
2. 3		こうさてん	じこ	はっせいじょうきょう			交差点事故の発生状況	8
2. 4		けんこうきいん	じこ	ぼうし			健康起因事故の防止	9
2. 5		あんぜんかんり	きき			かつよう	安全管理機器（デジタコとドラレコ）の活用	10
3		うんてんしゃ		こころがま			トラック運転者としての心構え	11
3. 1		しゃない					社内でのあいさつ	11
3. 2		しゃがい					社外でのあいさつ	11
3. 3		み					身だしなみ	12
3. 4		しょくば		こころがま			職場での心構え	13

3. 5	ことば 言葉づかいの	きほん 基本	14		
3. 6	くるま 車の	せいりせいとん 整理整頓	15		
3. 7	トラックを	うんでん 運転する	うんでんしゃ 運転者のみなさんへ	18	
4	あんぜんうんでん 安全運転の	きほん 基本	19		
4. 1	にちじょう 日常・	きゅうじつ 休日の	けんこうかんり 健康管理	19	
4. 2	いんしゅうんでん 飲酒運転を	なくす	21		
4. 3	さいこうそくど 最高速度（	せいげんそくど 制限速度）	まも を守る	22	
4. 4	こうさてん 交差点の	つうこう 通行	24		
4. 5	しゃかんきょり 車間距離の	ほじ 保持	27		
4. 6	スマートフォンなどの	しやううんでん 使用運転の	きんし 禁止	28	
4. 7	ほこうしゃ 歩行者などの	ほご 保護	29		
4. 8	きんきゅうじどうしゃ 緊急自動車の	ゆうせん 優先	33		
4. 9	ふみきり 踏切の	つうこう 通行	34		
4. 10	こうそくどうろ 高速道路の	そうこう 走行	37		
4. 11	さかみち 坂道・	カーブ・	トンネルの	そうこう 走行	39
4. 12	しんごう 信号の	じゆんしゆ 遵守	42		
4. 13	どうろひょうしき 道路標識・	どうろひょうじ 道路標示の	じゆんしゆ 遵守	44	
4. 14	ちゅうしゃ 駐車・	ていしゃ 停車	47		

4. 15	夜間の運転 <small>やかん うんてん</small>	51
5	運転マナーの基本 <small>うんてん きほん</small>	52
5. 1	他の車のお手本となるような安全でマナーの良い運転を心がける <small>た くるま てほん あんぜん よ うんてん こころ</small>	52
5. 2	トラックは走る「広告塔」 <small>はし こうこくとう</small>	52
5. 3	運転マナーの基本は「思いやり」と「譲りあい」 <small>うんてん きほん おも ゆず</small>	53
5. 4	相手を思いやる運転を <small>あいて おも うんてん</small>	54
5. 5	狭い道路ですれ違うときは相手に進路を譲る <small>せま どうろ ちが あいて しんろ ゆず</small>	54
5. 6	車の外へ物を投げ捨てない <small>くるま そと もの な す</small>	55
6	エコドライブの実践 <small>じっせん</small>	56
7	適切な運行経路 <small>てきせつ うんこうけいろ</small>	61
7. 1	安全性に配慮した選択 <small>あんぜんせい はいりょ せんたく</small>	61
7. 2	経路情報の事前把握 <small>けいろじょうほう じぜんはあく</small>	62
だい 2 しょう	運行業務 <small>うんこうぎょうむ</small>	63
1	トラック運転者の仕事の流れとルール <small>うんてんしゃ しごと なが</small>	64
2	運転者が守ること <small>うんてんしゃ まも</small>	67
2. 1	トラック運転者としての責任 <small>うんてんしゃ せきにん</small>	67
2. 2	運転者が守らなければいけない項目 <small>うんてんしゃ まも こうもく</small>	68

3	にちじょうてんけん ほうほう ないよう 日常点検の方法と内容	71
4	てんこ う 点呼を受ける	72
4. 1	ぎょうむまえてんこ う ころがま 業務前点呼を受けるときの心構え	73
4. 2	ぎょうむまえてんこ えんかつ う ようてん 業務前点呼を円滑に受けるための要点	74
4. 3	ぎょうむまえてんこ ほうこく おも こうもく 業務前点呼で報告する主な項目	74
5	うんこうかんり 運行管理とは	75
6	うんこうちゅうぎょうむ 運行中業務	77
6. 1	こうつうじ こ お たいおう 交通事故を起こしたときの対応	77
6. 2	た うんてんしゃ ちゅうい その他に運転者が注意すること	80
6. 3	くるま こしょう たいおう 車が故障したときの対応	82
7	うんこう おく たいおう 運行が遅れたときの対応	85
7. 1	おく げんいん おう たいおう 遅れの原因に応じた対応	85
7. 2	かいしゃ ほうこく しじう 会社への報告と指示受け	85
8	ひじょうしんごうようぐ しょうかき と あつか 非常信号用具、消火器の取り扱い	87
8. 1	ひじょうしんごうようぐ 非常信号用具	87
8. 2	しょうかき 消火器	88
9	いじょうきしょうじ そち 異常気象時の措置	89
9. 1	いじょうきしょう 異常気象とは	89

9. 2	<small>おおあめ たいおう</small> 大雨の対応	91
9. 3	<small>じしんはっせい じ たいおう</small> 地震発生時の対応	92
9. 4	<small>おおじしん はっせい</small> 大地震が発生したとき	93
10	<small>とくせい あ うんてん</small> トラックの特性に合わせた運転	95
10. 1	<small>くるま たか うんてん</small> 車の高さ と運転	95
10. 2	<small>くるま なが うんてん</small> 車の長さ と運転	100
10. 3	<small>くるま はば うんてん</small> 車の幅 と運転	103
10. 4	<small>しかく うんてん</small> 死角 と運転	105
11	<small>そくど うんてん</small> 速度 と運転	107
11. 1	<small>そくど うんてん あた えいきょう</small> 速度が運転に与える影響	107
11. 2	<small>そくど ちょうせつ</small> 速度をコントロール(調節)する	109
12	<small>ぎょうむとちゅう てんこ ちゅうかんでんこ</small> 業務途中の点呼(中間点呼)	110
13	<small>うんこう ごぎょうむ</small> 運行後業務	111
13. 1	<small>せいそう せんしゃ</small> 清掃、洗車	111
13. 2	<small>ぎょうむ ごてんこ</small> 業務後点呼	112
13. 3	<small>ぎょうむ きろく</small> 業務の記録	113

だい しょう にはやくぎょうむ	第 3 章 荷役業務	115
1	どうして荷物を正しく積む必要があるのか	116
2	荷物の形や大きさ	117
2. 1	荷物の種類と形	117
2. 2	袋物	118
2. 3	ダンボール	119
2. 4	缶類	121
2. 5	バラ積み荷物	122
2. 6	荷扱い指示マークに従った荷物の扱い	123
3	パレットの種類と利用	125
3. 1	パレットの役割	125
3. 2	パレットへの荷物の積み付け方法	127
4	トラックへの積み込みと荷崩れ防止	130
4. 1	荷崩れはなぜ起きるのか	130
4. 2	荷崩れを防ぐためには	132
4. 3	荷崩れしにくい積み付け方法	133
4. 4	荷崩れしないように荷物を積載するための資材や機材	138
4. 5	荷崩れしない固縛の方法	141

5	^{へんかじゆう きけんせい} 偏荷重の危険性	144
5. 1	^{へんかじゆう はっせいよういん きけんせい} 偏荷重の発生要因と危険性	144
5. 2	^{へんかじゆう つこ} 偏荷重にならないように積み込むためには	146
5. 3	^{かせきさいうんてん} 過積載運転をしない	148
5. 4	^{うんこうきろくけい} 運行記録計・ ^{かつようほうほう こうか} ドライブレコーダの活用方法と効果	149
6	^{かせきさい} 過積載	151
6. 1	^{かせきさい} 過積載による ^{じこ} 事故の ^{よういん} 要因と ^{しゃかいてきえいきょう} 社会的影響	151
6. 2	^{どうろ} 道路などへ ^{あた} 与える ^{えいきょう} 影響	156
6. 3	^{かせきさい} 過積載を防ぐために ^{ふせ} ^{うんてんしゃ} トラック運転者に ^{もと} 求められること	157
7	^{ろうどうさいがい} 労働災害の ^{ぼうしさく} 防止策	158
7. 1	^{つみおろ} 積卸し作業時の ^{さぎよう} 注意 ^{ちゆういてん} 点	158
7. 2	^か ロープ掛け・ ^と ロープ解き ^{さぎよう} 作業	163
7. 3	^か シート掛け・ ^{はず} シート外し ^{さぎよう} 作業	164
7. 4	^{しゃ} バンボデー車の ^{つみおろ} 積卸し ^{さぎよう} 作業	166
7. 5	^{とりあつか} ロールボックスパレットの取扱い	167
8	^{とりあつか} フォークリフトの取扱い	170

第 4 章 危険予知トレーニング 174

K Y T シート 1 しんごうき こうさてん させつ
 信号機のある交差点の左折 175

K Y T シート 2 きしんごう こうさてん せつきん
 黄信号の交差点への接近 178

K Y T シート 3 みとお わる こうさてん せつきん
 見通しの悪い交差点への接近 181

K Y T シート 4 どうろ そうこう
 センターラインのない道路の走行 184

K Y T シート 5 くだ ざか そうこう
 下り坂のカーブの走行 187

K Y T シート 6 ぜんぼう おうだんほど どうろ そうこう
 前方に横断歩道のある道路の走行 190

K Y T シート 7 ちゅうしゃじょう うせつ しゃどう しんにゆう
 駐車場から右折して車道へ進入 193

K Y T シート 8 ふみきり つうこう
 踏切の通行 196

K Y T シート 9 あめ こうそくどうろ そうこう
 雨の高速道路の走行 199

K Y T シート 10 じゅうたい こうそくどうろ そうこう
 渋滞している高速道路の走行 202

K Y T シート 11 ゆき ふ どうろ そうこう
 雪の降る道路の走行 205

K Y T シート 12 じてんしゃ どうろ そうこう
 自転車レーンのある道路の走行 208

K Y T シート 13 かもつしゃせんようろじょうちゅうしゃたい はっしん
 貨物車専用路上駐車帯からの発進 211

K Y T シート 14 しんごうき こうさてん うせつ
 信号機のある交差点の右折 214

K Y T シート 15 しんごうき こうさてん させつ
 信号機のある交差点の左折 217

K Y T シート 16 じゅうたくがい どうろ そうこう
 住宅街の道路の走行 220

K Y T シート 17 やかん こうそくどうろ そうこう
 夜間の高速道路の走行 223

K Y Tシート 18	バスの ^{ていりゅうじょ} 停留所のある ^{どうろ} 道路の ^{そうこう} 走行 226
K Y Tシート 19	片側 ^{かたがわ} 2車線 ^{しゃせん} の ^{どうろ} 道路の ^{そうこう} 走行 229