

宇都宮中央 けいさつだより

令和7年秋号



編集・企画 宇都宮中央警察署 宇都宮中央交通安全協会 宇都宮中央地区防犯協会 宇都宮中央地区安全運転管理者協議会
協力 宇都宮市自治会連合会 (発行責任者 宇都宮中央警察署) TEL 028 (623) 0110



宇都宮中央警察署山岳警備隊訓練

全国地域安全運動

令和7年10月11日(土)～20日(月)まで

★ハイビーム大作戦★

夜間走行時は原則ハイビームで走行しましょう。

ロービーム=すれ違い用前照灯

ハイビーム=走行用前照灯



ハイビームにすると・・・

ロービーム
走行

ヘッドライトが下向き



照射距離 40メートル

ハイビーム
走行

ヘッドライトが上向き



照射距離 100メートル

※対向車や前を走る車がいるときはロービームに切り替えなければなりません。
また、歩行者が対向してくるときもロービームに切り替えましょう。

高齢ドライバー(70歳以上)による交通事故が社会問題化しています

加齢による「運転リスク」とは?

視野障害や身体機能低下、認知機能低下などにより、運転時の操作ミスが頻りやすくなります。
ハンドルやブレーキなど不適切な操作による交通事故の割合は、75歳以上の高齢者は一般ドライバーの約2倍!(2015年)

視覚障害の進行例



道路の状況が見えなくなっています

【視覚について】特に運転には目からの情報が重要です。安全運転のためには「良好な視力」だけでなく、「十分な視野(見えている範囲)」が必要です。加齢とともに「視野」が狭くなったり部分的に見えなくなる「盲点」になる人が増加しますが、自覚症状がほとんどなく、視力が悪くても視野が狭くなっていることがあります。

「こんな症状」が出た時が要注意!

- ☐ 右左折のウィンカーを間違えて出したり、忘れたりする
- ☐ カーブやスラッシュに曲がれないことがある
- ☐ 歩行者、乗客、他の車に注意がいかないことがある
- ☐ 車道入れの時、道を譲ることが増えた

そろそろ自主返納を
考えようかな?

「若い頃とちょっと違うな」「おかしいな」と感じたら、自主返納の時期です。

ニュースを見るたびに
次は自分が事故を
起こすんじゃないか

不安だ...

そう感じるようになったら!!
運転免許証の自主返納を!

全国地域安全運動

実施
期間

令和7年 10月11日(土)～20日(月)までの10日間

栃木県警察防犯アプリ

とちぎポリス

あなたや家族を守る情報や機能がいっぱい!



防犯ブザー機能!



防犯パトロール機能!



犯罪・交通事故発生等の
マップ機能!



現在地
送信機能!



現在地を家族や知り合いに連絡・共有する、
現在地送信機能もあり、安心!!

ルリちゃん安全メールや
SNSとも連携!



右のQRコードから
アプリをダウンロード!
※無料でダウンロードできます
(但し通信料がかかります)



QRコードは紙媒体でウェブ上で
公開されています



みんなでつくろう 安心の街

令和7年度 第1回宇都宮中央警察署協議会を開催

7月15日(火)、令和7年度第1回宇都宮中央警察署協議会を開催しました。
「真に効果のある特殊詐欺事件等に対する被害防止広報について」を諮問事項として、委員の皆様から多くのご意見をいただきました。

提 言

宇都宮中央警察署協議会から

- ◎「とちぎポリス」アプリの普及促進とタイムリーな情報発信。
 - ◎関係機関とも連携し世代別、あらゆる機会、コミュニティにおける被害防止活動の推進。
- との提言を受けました。



〔令和7年度宇都宮中央警察署協議会委員〕

- | | |
|-------------------------------------|-------------------|
| □ 会 長／高崎 英雄 | □ 副会長／松田 法子・木幡 英俊 |
| □ 委 員／木村 幸子・小池 史子・糸井 教子・名村 史絵・大島 広美 | |
| 細谷 裕久・原澤 直人・菊池 謙作 | |

山岳遭難を防止するポイント

- ◎ 登山する前に
 - ・事前にルートを確認し、無理のない計画を立て、複数で登山しましょう。
 - ・家族などに登山計画書や登山カードを渡しておきましょう。
- ◎ 登山中は
 - ・悪天候や体調不良の場合は、無理をせず勇気をもって中止しましょう。
- ◎ きのこと・山菜採りで入山する場合は
 - ・「どこの山に、どこから入るのか」を家族などに知らせてから出かけましょう。
 - ・崖や急斜面などには近づかないようにし、熊よけのため音の出る物を身につけましょう。



二セ警察詐欺に注意!!



**国際電話からの着信を止めて
犯人からの電話をストップ!!**

交通安全協会にご協力下さい。

入って安全! 使ってお得!

【会員特典ガイド】

ご入会いただくとお得なサービスを受けることができます。

ご入会費
3年／1,200円
4年／1,600円
5年／2,000円

●チャイルドシート無料貸出し!
チャイルドシートの貸出しを無料で行っています。

●協賛店掲載リーフレット
協賛店制ぼやサービスの詳しい内容を掲載しています。

【協賛店で割引サービス!】★入会するとお得なサービスが!



協賛店マーク

このマークのある525の協賛店で割引サービスが受けられます。ご利用の際は、会員証をご提示下さい。

- ★飲食店 ★温泉・ホテル ★レジャー施設 ★衣料品
- ★文具・事務用品 ★カー用品 ★ガソリンスタンド
- ★自動車整備、自動車用品販売店等
- ★レンタカー・レッカー、代行 ★自動車学校等