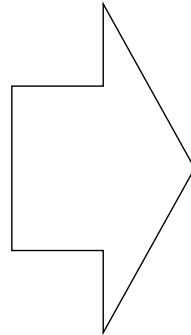


☆設備破損事故に繋がる疲労面と心理的要因☆

集中力が保てない…



- 夏バテ
- 食欲不振
- 睡眠不足
- ストレス



☆ バランスの良い食事の摂取



☆ 適度な運動を心掛ける



☆ 十分な睡眠時間を確保する



※生活習慣を見直し、規則正しい生活を心掛けましょう！

～ 心理的要因 ～

- ① 漫然 … 危険感受性を高めずにいつもの感覚。
- ② 油断 … 日頃から慣れている納入先だから大丈夫。
- ③ 過信 … 自分は運転が上手だから。
- ④ 怠慢 … やっぱり下車確認は面倒だ。
- ⑤ 焦り … 時間に追われて余裕がない。

