

步行方法

札幌冬季道路指南

向
您
介
紹
札
幌
冬
季
道
路
的
步
行
方
法
，
便
於
冬
季
步
行
的
服
裝
，
以
及
各
種
有
關
札
幌
冬
季
旅
行
的
便
利
資
訊
！



札幌的冬季。

您知道在降雪量大的札幌，存在著各種類型的冬季道路嗎？在冬季道路中，有許多容易造成滑倒事故的道路，即使是生活在札幌的當地居民，在經過易滑的道路以及場所時，也都小心謹慎地行走。此手冊將為您介紹札幌市民在冬季道路的步行方法、便於冬季步行的服裝，以及如何在冬季道路步行而不滑倒的訣竅等知識，請您參考。



請讓我這個土生土長的札幌人來為您介紹一下吧！

願此手冊能夠幫助您愉快地渡過札幌的冬季。

冬季生活推進協議會



下述類型的人容易滑倒。

1 著急匆忙者

著急匆忙者，容易分散腳下的注意力，因而滑倒。



2 雙手持有行李物品者

雙手持有行李物品時，無法及時保護自己，因此容易造成滑倒受傷等意外事故。



3 未穿著適合冬季道路的防滑鞋者

非冬季道路專用的鞋容易打滑，造成滑倒的可能性也相對增高。此外，未作好保暖措施會使身體因寒冷而僵硬，反應變差。



4 雙手插於口袋內的步行者

雙手插於口袋內步行時，無法立即應對突發的緊急情況，因此容易造成滑倒受傷等意外事故。



5 分心者

邊走路邊講行動電話等行為容易導致注意力集中於其他事情上，因而分散了腳下的注意力，容易滑倒。



6 飲酒者

飲酒會分散腳下注意力，使反應變慢，因而導致滑倒受傷等意外事故發生。



穿著一定要準備完善。

● 帽子

建議您使用能夠減緩衝擊力的厚毛線帽。

● 圍巾

圍巾可幫助您調節室內外的溫差。建議您選擇質地厚長、幅面較寬的款式。

● 毛衣

建議可穿搭兩件薄毛衣便於調節冷暖。穿著厚重衣物容易造成行動遲緩，無法應對突發的緊急情況。

● 手套

建議您使用質料較厚，且長短可保護住手腕的手套。

● 貼身衣褲

建議您將內衣褲與七分長內褲（貼身衣褲）套穿，較能保暖，而且萬一摔到腰部時，還有減輕疼痛的作用。



● 冬季道路專用防滑鞋、外裝式鞋用防滑裝備

建議您盡量使用冬季道路專用防滑鞋。如果未準備冬季道路專用防滑鞋的話，請使用可套於鞋上的防滑裝備。使用橡膠帶及尼龍扣帶等固定於鞋底即可，非常方便簡單。

【鞋尖型】

套於鞋尖部份使用的防滑裝備，適用於後跟部較窄的女鞋。



【鞋底全面型】

覆蓋整個鞋底的防滑裝備，適用於鞋底平坦、較寬的運動鞋，以及男鞋。



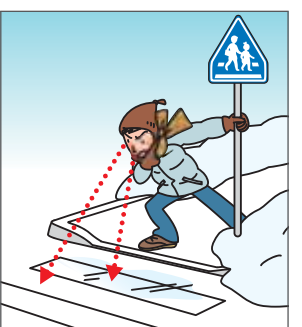
* 在札幌市內各鞋店等處均有出售冬季道路專用防滑鞋，詳情請洽各鞋店詢問。此外，在新千歲機場、札幌市內各鞋店，以及各便利商店等處均有出售外裝式鞋用防滑裝備。



生活在積雪地區的人們，特別注意步行方法。

1 步行時注意看路面

即使看上去是乾燥的路面，也可能結有薄冰或隱藏著被新雪覆蓋的易滑路面等危險，因此步行時需要格外留意。



提醒您 即使路面看上去並不滑，步行時也需留意！特別是夜間更需當心！

2 整個鞋底踩著路面步行

在易滑的路面上步行時，身體的重心略微前傾，盡量用整個鞋底踩著路面步行。



3 小步伐緩慢步行

經過看上去便很滑的道路，以及覆蓋著薄雪的結冰路面時，需將步伐放小緩慢步行。



提醒您 特別是經過容易滑倒的十字路口或人行穿越道時，此步行方法非常有效。

4 不急不躁，保持充裕的時間

即使您認為已經大致掌握了冬季道路步行方法的訣竅，在著急時還是難免容易忘記。請記得不急不躁，保持充裕的時間步行才是關鍵。



提醒您 手持行李物品時，最好使用可以空出雙手的後背包。

由札幌發信！提供有關冬季道路安全、舒適步行的綜合資訊網站

転ばない
おしえ
ます。
tsurutsuru.jp

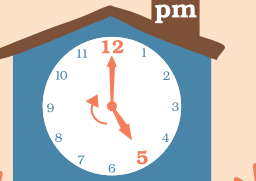


了解易滑路面形成的原因。

- 與嚴寒時期相比，-2℃左右時，更容易形成易滑路面。
- 人行穿越道等處，積雪路面的表面因汽車引擎的排氣余熱而融化，加上輪胎的磨擦，因而形成了易滑路面。
- 早上9點～10點以及傍晚5點以後氣溫急劇下降的時段，最容易發生滑倒事故，需要特別留意。

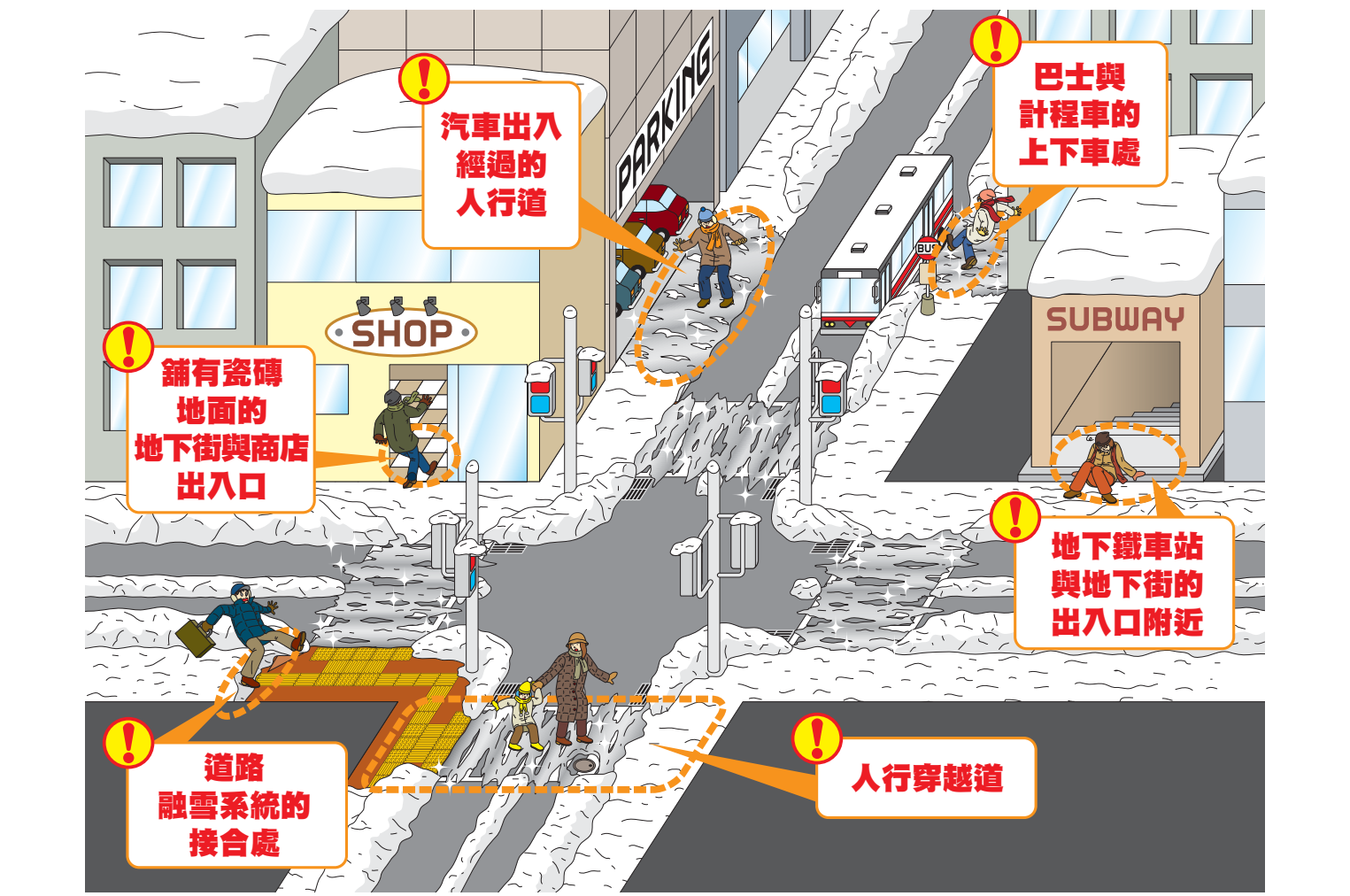


早上9點～10點，
滑倒事故的
發生率最高！



傍晚5點以後
路面狀況
會急劇變化！

經過易滑處時，我們也是非常小心。



- 汽車出入經過的人行道
- 鋪有瓷磚地面的地下街與商店出入口
- 道路融雪系統的接合處
- 人行穿越道
- 巴士與計程車的上下車處
- 地下鐵車站與地下街的出入口附近



人行穿越道

人行穿越道的兩端，容易因路面凹凸不平或高低起伏，而非常容易滑倒。此外，白色斑馬線處極易形成薄冰，需要特別留意。



道路融雪系統的接合處等

在設有道路融雪系統地段與未設此系統地段的接合處，以及建築物的地下出入口附近容易因高低起伏而形成易滑狀態。



鋪有瓷磚地面的地下街與建築物

卡在鞋底以及外裝式鞋用防滑裝備上的冰雪，在進入地下街及建築物時，容易滑倒，需要特別留意。



巴士與計程車的乘車處

巴士與計程車的上下車處，由於人與車的踩壓，使地面積雪變得很硬，因而容易滑倒。

在冬季道路上的滑倒事故很多！ ～札幌市滑倒事故的現狀～

札幌市內頻繁發生因在冬季道路上滑倒，而緊急送往醫院的事故，在2012年度，冬季緊急運送人數已超過1300人次。據資料顯示，發生多起滑倒事故的日期，如2014年12月21日發生163人，以及隔日22日發生84人因滑倒而被緊急送往醫院的事故。

所刊載的照片為12月21日的人行道路面狀況。除了像這樣出現非常容易滑倒的路面情況之外，平時也應該掌握不容易在冬季道路滑倒的訣竅，以及步行時應身著即使滑倒也不易受傷的服裝。



積極有效利用路邊設置的沙箱！

積極有效利用路邊設置的沙箱！在札幌市中心經常能看到這種箱子。這是置放具有冬季道路防滑功能沙子的「沙箱」。一般設於較寬廣的十字路口等處，任何人均可自由使用。您不妨試著體驗一下「撒沙子」來作為札幌觀光的特別回憶？



保特瓶裝沙子



袋裝沙子

如果您發現了較滑或較危險的地方，請將沙子撒於該處。



使用方法

① 取出「沙袋」。



由此取出



② 將沙子撒於路面。



③ 將空袋放回。

放入此處



凡例

- 地下通道
- 與地下通道等相連的建築
- 地上⇄地下電梯
- JR
- 地下鐵南北線
- 地下鐵東西線
- 地下鐵東豐線
- 市營電車

★著急匆忙時請利用地下街。

