

安全運転のための マイルール運転シート



年齢とともに、体や気持ちに少しずつ変化が出てきます。

このまま運転を続けていいのか？大丈夫なのか？

不安を感じたことはありませんか？

「マイルール運転」は、自分に合った安全な運転のしかたを
自身や家族と一緒に決め守り、安全運転に繋げるものです。

無理のない範囲で、安心して運転を続けるための

“自分だけのルール”をつくりましょう。

大分県では、運転免許自主返納もあわせて応援しています！

自分勝手な
ルールは×



☐ 夜間の運転は控える（ ）

☐ 雨天時の運転は控える（ ）

☐ 通学時間帯は運転しない（ ）

☐ 高速道路の使用は控える（ ）

☐ 駐車場ではアクセルとブレーキに注意する

☐ 長距離運転は避ける（ ）

☐

このシートは□に✓の記入や、（ ）に自分なりの理由などを記入して、
マイルール運転の作成にお役立て下さい。