８生環第１３７０号
８県交対協第６８号
令和８年１０月７日

福島県交通対策協議会委員　様

福島県生活環境部長
（公印省略）
福島県交通対策協議会長
（公印省略）

「ＰＭ４（ピーエム・フォー）ライトオン運動」の実施について（依頼）

本県の交通安全施策の推進につきましては、日頃より御協力をいただき、厚く御礼申し上げます。

日没時間が早まる時期の交通事故防止を図るため、本年度も別紙実施要綱により標記運動を実施いたします。

つきましては、効果的な運動の推進が図られますよう御協力をお願いします。

事務担当
福島県生活環境部生活交通課　主任主査　大和田
（福島県交通対策協議会事務局）
電話(024)521-1158・ＦＡＸ(024)521-7887
E-mail：koutsuu_anzen@pref.fukushima.lg.jp

別紙

令和8年度「PM4（ピーエム・フォー）ライトオン運動」実施要綱

1　趣　旨

例年、秋口から冬期にかけては、日没時間が早まるため交通事故が増加し、特に午後４時から午後８時の時間帯は、横断歩行者や自転車利用者等が被害者となる重大事故が多発する傾向がある。

また、日没前後は、下校、買い物、退社等により交通量が増加する時間帯であることに加え、視認性が低下して周囲の状況が確認しにくくなり、ドライバーも一日の疲れが蓄積し集中力が低下しがちである。

このような状況下で車両を安全に運転するためには、自車の存在をいち早く周囲に知らせるほか、交通の危険を早期に発見して回避することが重要である。

このため、下記２の期間の交通事故防止対策として、ドライバーに対し「午後４時を目安としたライトの早めの点灯」及び「対向車や先行車がいないときのライトの上向き点灯とこまめな上下切替え」による安全運転を促し、交通事故の防止を図るものである。

2　実施期間

令和８年１１月１日（日）から令和９年２月２８日（日）まで

3　主　唱

福島県、福島県交通対策協議会

4　推進機関・団体

福島県、福島県交通対策協議会構成機関・団体
地方交通対策協議会構成機関・団体
市町村、市町村交通対策協議会構成機関・団体

5　重点事項

(1)　午後４時を目安とした早めのライト点灯

ドライバーには、薄暮時にライトを早めに点灯し、自分の存在を周囲の車両や歩行者などに知らせるとともに、午後４時から午後８時にかけて交通事故が多発する時間帯であることの自覚を促す。

(2)　対向車や先行車がいない状況でのライトの上向き点灯とこまめな上下切替え

車のライトは、対向車や前方を走行する車両がいないときは「上向き」（ハイビーム）を使用して歩行者や自転車の早期発見に努めるとともに、「上下切替え」をこまめに行い幻惑防止を図る。

(3)　歩行者等は反射材用品・ＬＥＤライト等の活用

歩行者等には、反射材用品、ＬＥＤライト等を活用し、明るい目立つ色の服装を心掛ける等、交通事故に遭わないよう注意を促す。

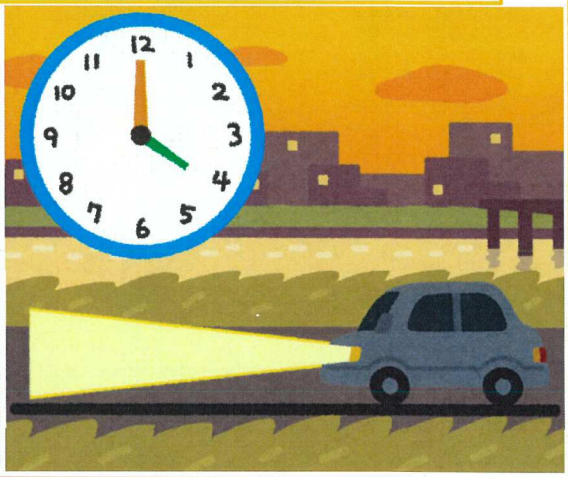
6　運動の進め方

推進機関・団体は、関係機関等と連携し、各種イベントや街頭啓発活動のほか、広報誌・ホームページ等あらゆる広報媒体を活用して本運動の周知徹底を図る。

令和8年度

ピーエム・フォー PM4ライトオン運動

期間 令和8年11月1日から令和9年2月28日まで



PM4ライトオン運動実施内容

午後4時を目安に、早めのライト点灯

ドライバーは、薄暮時にライトを**早めに点灯**することで、車両の存在を周囲の車両や歩行者に知らせることができ、交通事故の防止に大変有効です。
ライト点灯により、歩行者は車が近づいてくることに早く気づくことができます。

ライトの上向き点灯と、こまめな上下切替え

対向車や前方を走行する車両がいないときは、「**上向き**」(**ハイビーム**)を使用しましょう。
ライトの「**上下切替え**」により、歩行者や自転車を早めに発見して交通事故を防止しましょう。

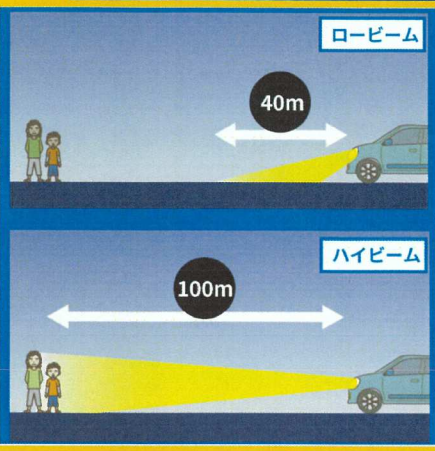
歩行者等は反射材用品、LEDライト等を活用

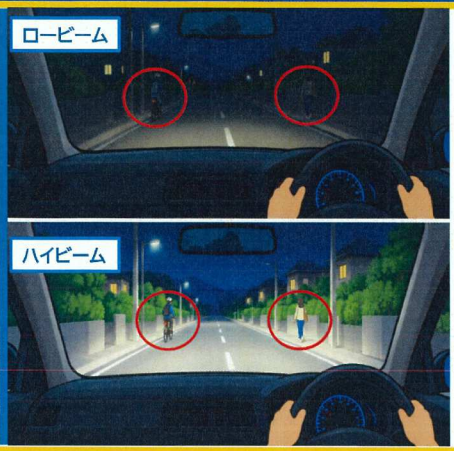
反射材用品を着用すれば、車のライトに反射して、自分の存在をドライバーにアピールすることができます。
歩行者等は、明るい**目立つ色の衣類**を着用し、衣類や履物、持ち物等に**反射材用品**を取り入れ、**LEDライト**等も活用しましょう。

主唱 福島県・福島県交通対策協議会

夜間の交通事故防止のポイント

ドライバーはスピードダウン！　ライト切り替え！





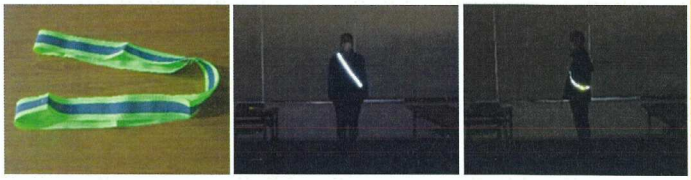
道路運送車両の保安基準で、照射距離はロービームが40m、ハイビームが100mと定められています。ロービーム時は、危険を察知してからブレーキをかけても間に合わないため、速度を落として走行することが重要です。ハイビームとロービームをこまめに切り替えるとともに、速度を控えて安全運転に努めましょう。

歩行者等は反射材用品、LEDライトを活用！

反射材用品の一例

反射材用品等を着用し、自分の存在を車に早く発見してもらうことが重要だ。
夜間は車のスピードが予想以上に出ている場合が多く、思っているより早く車が接近するため、事故にあいやすいと考えられるぞ。

◎タスキ型



◎ウィンドブレーカー型

9月16日に、とうほう・みんなの文化センターで開催した令和8年秋の全国交通安全運動出動式の中で、今泉服飾専門学校生徒による「反射材ファッションショー」が行われました。キレイな衣装の中にも暗闇の中でキラリと光る反射材の有効性が確認できました。ぜひ、普段の生活の中に反射材用品や、LEDライト等を取りこみ、暗い夜道も華やかに、安全に御通行ください。

問合せ先　福島県交通対策協議会（福島県生活環境部生活交通課）　TEL024-521-1158（直通）