



ที่ อว ๐๖๕๑.๑๐๑(๒)/๓๐

ถึง หน่วยงานในสังกัดมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลตะวันออก

พร้อมหนังสือนี้ กองกลาง มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลตะวันออก ขอประชาสัมพันธ์ กิจกรรมรณรงค์ในสถานศึกษา “วันความปลอดภัยของผู้ใช้ถนน” ระหว่างวันที่ ๑๕ - ๒๑ มกราคม ๒๕๖๗ เพื่อดำเนินการรณรงค์ป้องกันและลดอุบัติเหตุทางถนนอย่างเข้มข้นและต่อเนื่อง โดยมุ่งเน้นการลดอุบัติเหตุทางถนนครอบคลุมทุกปัจจัยเสี่ยง เพื่อให้บุคลากรและนักศึกษาเดินทางสัญจรอย่างปลอดภัย และร่วมสร้างวัฒนธรรมความปลอดภัยทางถนนให้เกิดขึ้นอย่างยั่งยืน รายละเอียดดังแนบมาพร้อมนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ



กองกลาง

โทร.๐๓๓-๑๓๖๐๙๙ ต่อ ๑๑๖๓

ไปรษณีย์อิเล็กทรอนิกส์ saraban@mutto.ac.th

แผ่นพับ เรื่อง เดินถนนระว่างรถ ขับรถระว่างคน

ข้ามถนน “ปลอดภัย”



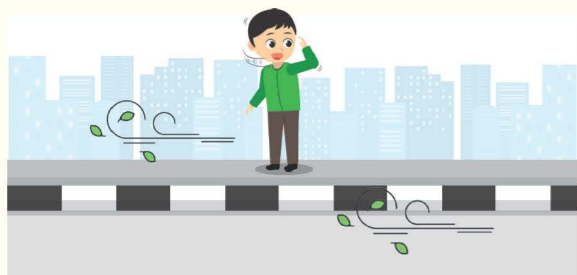
ข้ามถนนในบริเวณที่เป็นทางข้าม

อาทิ ทางม้าลาย สะพานลอย อุโมงค์ทางลอด บริเวณที่มีสัญญาณไฟหรือเจ้าหน้าที่อำนวยความสะดวกสำหรับคนข้าม



หยุดรอข้ามถนนบนทางเท้า

พร้อมมองด้านซ้ายและขวาจนมั่นใจว่าไม่มีรถขับผ่าน หรือรถอยู่ในระยะไกล จึงค่อยเดินข้ามถนน



เดินเร็วในลักษณะทางตรง

ไม่เดินทแยง ไม่วิ่งข้ามถนน ไม่วิ่งตัดหน้ารถในระยะกระชั้นชิดเพราะอาจสะดุดหกหล้ม ทำให้ถูกรถชนได้

กรณีข้ามทางม้าลาย

ให้หยุดยืนรอนทางเท้า มองด้านซ้ายและขวาจนมั่นใจว่ารถอยู่ในระยะไกล หรือรถที่วิ่งผ่านมาหยุดสนิท ค่อยเดินข้ามถนน พร้อมเพิ่มความระมัดระวังรถที่อาจขับแซงขึ้นมา



กรณีข้ามทางม้าลายที่มีสัญญาณไฟ

ให้รอสัญลักษณ์รูปตัวคนเป็นสีเขียวเท่านั้นจึงข้ามถนนได้

กรณีข้ามถนนบริเวณจุดสัญญาณไฟอัจฉริยะ

ให้กดปุ่มสัญญาณไฟ และยืนรอนทางเท้าเมื่อสัญลักษณ์รูปตัวคนเป็นสีเขียวจึงสามารถเดินข้ามถนน ไม่วิ่งข้ามถนนในช่วงที่ใกล้หมดเวลา อาจเสี่ยงต่อรถเฉี่ยวชน



กรณีข้ามถนนที่มีเกาะกลาง

ควรเดินข้ามทีละครึ่งถนนโดยหยุดยืนรอนบริเวณเกาะกลางถนนแล้วค่อยข้ามไปต่อเมื่อรถอยู่ในระยะไกล

คำเตือน อันตรายในการข้ามถนน



เพิ่มความระมัดระวังรถที่วิ่งย้อนศร รถที่ไม่หยุดให้คนข้ามถนน บริเวณทางข้าม



ไม่ข้ามถนน บริเวณที่เป็นมุมอับ และจุดที่มีสิ่งกีดขวางตัวคนข้าม



ควรข้ามถนน บริเวณที่มีแสงสว่างเพียงพอ



ไม่ประกอบกิจกรรมอื่น และไม่หยอกล้อเล่นกัน ขณะข้ามถนน



กองเผยแพร่และประชาสัมพันธ์ กรมป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย

3/12 ถนนอุทงนอก แขวงดุสิต เขตดุสิต

กรุงเทพมหานคร 10300

โทรศัพท์/โทรสาร 0-2243-0674, 0-2243-2200



www.disaster.go.th



ป้องกันภัยเชิงรุก บรรเทาทุกขเมื่อเกิดภัย

เดินทาง “ระวังรถ” ขับรถ “ระวังคน”



คนเดินเท้า เป็นกลุ่มที่มีความเสี่ยงต่อการประสบอุบัติเหตุ หากถูกรถชนจะมีโอกาสเสียชีวิตมากกว่า ผู้ขับขี่และผู้โดยสารรถ โดยส่วนใหญ่มีสาเหตุจากพฤติกรรมเสี่ยงของคนเดินเท้า ทั้งความประมาท การตัดสินใจผิดพลาด การไม่ข้ามถนนในบริเวณที่ปลอดภัย ประกอบกับผู้ขับขี่ขาดวินัยจราจรและไม่ปฏิบัติตามป้ายเตือน ทำให้มีความเสี่ยงต่อการเกิดอันตรายมากขึ้น เพื่อความปลอดภัย ขอแนะข้อควรปฏิบัติในการเดินทาง การขับรถผ่านทางข้ามและการข้ามถนนอย่างปลอดภัย ดังนี้



“พฤติกรรมเสี่ยง” ของคนเดินเท้า!



• **ไม่ข้ามถนนในบริเวณที่ปลอดภัย**
 อาทิ สะพานลอย ทางม้าลาย และจุดที่มีสัญญาณไฟสำหรับคนข้ามถนน

• **ความประมาท** อาทิ วิ่งข้ามถนน ทำให้สะดุดล้ม วิ่งตัดหน้ารถในระยะกระชั้นชิด ไม่มองเส้นทางให้รอบด้านก่อนข้ามถนน

• **การตัดสินใจข้ามถนนผิดพลาด** ขาดทักษะในการกะระยะห่างความเร็วของรถ ความลังเลและการตัดสินใจข้ามถนนที่ไม่แน่นอน

• **ไม่สนใจสภาพแวดล้อมรอบตัว**
 ขณะเดินเท้าหรือข้ามถนน อาทิ คุยโทรศัพท์มือถือ ฟังพ็อดคาสต์ ฟังเพลง หยอกล้อเล่นกัน ทำให้ไม่ทันระวังอันตรายที่อาจเกิดขึ้น

“เดินเท้าปลอดภัย”



• **กรณีมีทางเท้า**
 ให้เดินบนทางเท้า หรือไหล่ทาง พร้อมเพิ่มความระมัดระวังรถจักรยานยนต์ที่มักขับชิดบนทางเท้า

• **กรณีไม่มีทางเท้า**
 ให้เดินชิดขอบทางด้านในให้มากที่สุด และเดินสวนทางกับรถที่วิ่งสวนมา หากเกิดเหตุฉุกเฉินจะได้หลบหลีกได้ทัน

• **กรณีเดินเท้าหลายคน**
 ควรเดินเรียงเดี่ยวอย่างเป็นระเบียบ ไม่เดินเรียงหน้ากระดานหรือเดินเป็นกลุ่ม เพราะอาจถูกรถเฉี่ยวชนได้

• **กรณีมีเด็ก**
 ควรจับมือเด็กให้แน่น ให้เด็กเดินชิดด้านใน เพื่อป้องกันเด็กถูกรถเฉี่ยวชน

• **กรณีทัศนวิสัยไม่ดี**
 ควรสวมใส่เสื้อผ้าสีสว่าง เปิดไฟฉายส่องทางเพื่อให้ผู้ขับขี่สังเกตเห็นได้ในระยะไกล

ขับรถ “ผ่านทางข้าม”



• **ลดความเร็ว**
 เมื่อขับรถผ่านเส้นทางที่ชุมชน อากี เขตชุมชน โรงเรียน ตลาดนัด เนื่องจากมีคนเดินข้ามถนน โดยชะลอความเร็วลง

• **หยุดรถ**
 ให้คนเดินข้ามถนนก่อนเสมอ ไม่ขับแซงกลุ่มคนที่กำลังเดินข้ามถนน เพราะเสี่ยงต่อการเกิดอุบัติเหตุ

• **ไม่ควรขับแซง**
 กรณีรถที่อยู่ช่องทางด้านซ้ายหรือด้านหน้าหยุด เพราะอาจมีคนกำลังเดินข้ามถนน

• **กรณีหยุดรถให้คนข้ามถนนเป็นคันแรกควรแตะเบรก**
 เพื่อส่งสัญญาณเตือนให้ผู้ขับขี่รถคันหลังชะลอความเร็ว และหยุดรถได้ทัน

• **ควรบีบแตรหรือกะพริบไฟเตือน**
 กรณีไม่สามารถหยุดรถให้คนข้ามถนนได้ เพื่อให้คนเดินข้ามถนนเพิ่มความระมัดระวังและไม่วิ่งตัดหน้ารถในระยะกระชั้นชิด



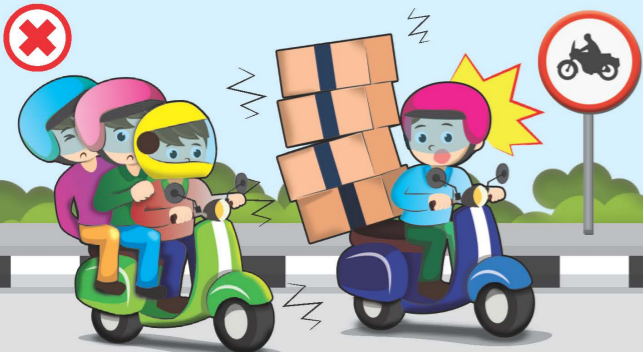
แผ่นพับ เรื่อง รถจักรยานยนต์ขับเคลื่อนอัตโนมัติแบบใหม่ ชีวิตปลอดภัย

ข้อควรปฏิบัติ ในขณะขับขี่

- ⚠ ห้ามมองด้านหลัง ให้สัญญาณไฟก่อนออกรถ
- ⚠ ชะลอความเร็วลง หากมีคนหรือสัตว์วิ่งบนถนน
- ⚠ หลีกเลี่ยงการขับขี่ในระยะกระชั้นชิดกับยานพาหนะอื่นๆ
- ⚠ ไม่ขี่แข่งในที่คับขัน



- ⚠ เปิดไฟหน้าเวลากลางวัน เพื่อเพิ่มจุดสังเกต ป้องกันอุบัติเหตุจากรถคันอื่น
- ⚠ ไม่บรรทุกสิ่งของหนักหรือผู้โดยสารหลายคน เพราะรถจะเสียการทรงตัว
- ⚠ ปฏิบัติตามกฎหมายจราจรอย่างเคร่งครัด



หลักพื้นฐานในการ ขับขี่ปลอดภัย 10 ประการ



1. สวมหมวกนิรภัย ที่มีขนาดพอดีกับศีรษะและล็อกสายรัดคางทุกครั้ง



2. หมั่นตรวจระบบเบรค ยาง และระบบส่องสว่าง ให้อยู่ในสภาพสมบูรณ์พร้อมใช้งานอยู่เสมอ



3. มองกระจกส่องข้าง และให้สัญญาณไฟทุกครั้ง เมื่อต้องการเปลี่ยนช่องทางเดินรถ



4. จดจำสัญญาณ หรือเครื่องหมายจราจร และปฏิบัติตามอย่างเคร่งครัด



5. อย่าขับขี่สวนทาง หรือข้ามช่องทางวิ่ง



6. ระวังและลดความเร็ว เมื่อพบกับสภาพถนนที่ชำรุดและถนนที่เปียกน้ำ และน้ำมัน



7. อย่าขับเร็ว เกินกว่าที่กฎหมายกำหนด



8. ห้ามดื่มของมึนเมา ก่อนขับขี่รถจักรยานยนต์



9. การขับขี่ผ่านบริเวณสี่แยก ควรหยุด หรือชะลอความเร็ว เพื่อความปลอดภัย



10. การขับขี่ในเวลากลางคืน หากไม่มีไฟส่องสว่าง ควรขับด้วยความเร็วต่ำกว่าเวลากลางวัน



**กองเผยแพร่และประชาสัมพันธ์
กรมป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย**

3/12 ถนนอุทงนอก แขวงดุสิต เขตดุสิต
กรุงเทพมหานคร 10300

โทรศัพท์/โทรสาร 0-2243-0674 0-2243-2200

www.disaster.go.th



**กรมป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย
กระทรวงมหาดไทย**

รถจักรยานยนต์

ขับขี่แบบไหน...

ชีวิตปลอดภัย



ป้องกันภัยเชิงรุก บรรเทาทุกข์เมื่อเกิดภัย

รถจักรยานยนต์

ตัวการเสี่ยงอุบัติเหตุทางถนน อันดับ 1 เป็นยานพาหนะที่ก่อให้เกิดอุบัติเหตุมากที่สุด โดยประเทศไทยต้องสูญเสียทางด้านเศรษฐกิจกว่าปีละพันเก้าร้อยล้านบาทจากอุบัติเหตุทางถนน เพื่อความปลอดภัย กระทรวงมหาดไทย โดยกรมป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย (ปภ.) ขอแนะข้อควรปฏิบัติในการขับขี่รถจักรยานยนต์อย่างถูกวิธี ดังนี้



ท่าทาง การขับขี่รถจักรยานยนต์

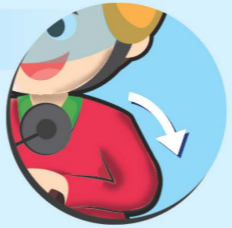
1. “สายตา”

จะต้องมองไปข้างหน้าและกวาดสายตาไปเป็นมุมกว้างที่สุดสังเกตความเคลื่อนไหวต่างๆ อย่างองเพียงจุดใดจุดหนึ่ง



2. “ไหล่”

ไม่เกร็งเพราะจะทำให้การบังคับควบคุมไม่ดีให้ปล่อยไปตามธรรมชาติ



3. “แขน”

ปล่อยตามธรรมชาติไม่ตึงหรือหย่อนจนเกินไป ข้อศอกไม่กาง



4. “มือ”

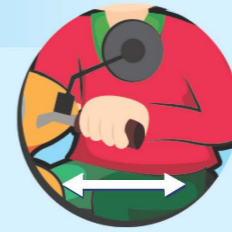
จับตรงบริเวณกึ่งกลางพลากรแฮนด์ ข้อมืออยู่ในแนวเดียวกับแขน อย่าจับในลักษณะหักข้อมือ



“ท่าทางการขับขี่” ที่ถูกต้องจะเป็นพื้นฐานสำคัญที่จะช่วยให้สามารถควบคุมรถได้ง่าย และปลอดภัยขึ้นในทุกสถานการณ์ โดยการปรับอวัยวะของร่างกายให้ถูกต้อง ซึ่งมีสิ่งที่น่าสังเกตอยู่ 7 จุดด้วยกัน ดังนี้

5. “สะโพก”

นั่งให้ได้ตำแหน่งพอดีกับการควบคุม ไม่เกร็ง ปล่อยให้ เป็นอันหนึ่งอันเดียวกับตัวรถ



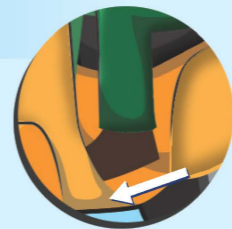
6. “เข่า”

หันไปทางด้านหน้ารถ ไม่กางออก



7. “เท้า”

วางบนพีกเท้าอย่างมั่นคง ปลายเท้าชี้ไปข้างหน้า และวางอยู่บนคันเกียร์ และเป็นเบรค



ตั้งสติก่อนสตาร์ท

- ▶ **งดดื่มสุรา** ก่อนขับขี่ทั้งคนขับและผู้ซ้อนท้าย
- ▶ **พกใบอนุญาตขับขี่** ทุกครั้งเพื่อใช้แสดงข้อมูลของรถต่อเจ้าหน้าที่ตำรวจจราจร



- ▶ **สวมหมวกนิรภัย** และคาดสายรัดคางให้กระชับ ทั้งคนขับและผู้ซ้อนท้าย
- ▶ **แต่งกายให้รัดกุม** ด้วยเสื้อผ้า รองเท้า ที่มีดัด เพื่อช่วยป้องกันไม่ให้ผิวหนังถลอกเมื่อเกิดอุบัติเหตุที่ไม่รุนแรง



แผ่นพับ เรื่อง รู้ทัน ป้องกัน ลดเสียง

ขับรถผ่านจุดตัดทางรถไฟ



- เพิ่มความระมัดระวังเป็นพิเศษ โดยเฉพาะช่วงกลางคืน
- หมั่นสังเกตป้ายเตือนจุดตัดทางรถไฟ พร้อมชะลอความเร็ว เมื่อไม่มีรถไฟวิ่งมา จึงค่อยขับรถผ่าน
- ไม่ขับรถตัดหน้ารถไฟในระยะกระชั้นชิด เพราะเสี่ยงต่อการถูกรถไฟชน



จุดกลับรถ

- ชะลอความเร็ว และหยุดรอในจุดกลับรถจนรถทางตรงอยู่ในระยะไกล จึงค่อยกลับรถ
- ไม่กลับรถบริเวณที่มีสิ่งบดบังทัศนวิสัย เพราะจะเพิ่มความเสี่ยงต่อการเกิดอุบัติเหตุ



ทางแยก

- ชะลอความเร็ว และปฏิบัติตามสัญญาณไฟจราจรอย่างเคร่งครัดจะช่วยลดความเสี่ยงต่อการเกิดอุบัติเหตุ
- หยุดรถ พร้อมมองด้านซ้ายและขวาจนแน่ใจว่าไม่มีรถขับผ่านหรือรถอยู่ในระยะไกล จึงค่อยขับรถผ่านทางแยก



แก้ไขเหตุฉุกเฉิน “เบรกแตก”

- ถอนคันเร่งและใช้เกียร์ต่ำเหยียบเบรกแรงๆ ถี่ๆ ดึงเบรกมือขึ้น-ลงเป็นระยะ เพื่อลดความเร็วของรถ
- เปิดไฟฉุกเฉิน และบีบแตรเพื่อส่งสัญญาณเตือนผู้ร่วมใช้เส้นทางระมัดระวัง



แก้ไขเหตุฉุกเฉิน “ยางระเบิด”



- จับพวงมาลัยให้มั่นเพื่อบังคับรถให้อยู่ในช่องทาง
- ถอนคันเร่ง ห้ามเหยียบเบรกหักพวงมาลัย และดึงเบรกมือ เพราะจะทำให้รถเสียหลักพลิกคว่ำ
- บังคับรถไปในทิศทางตรงกันข้ามกับยางที่ระเบิด เพื่อป้องกันรถเสียหลักออกนอกเส้นทาง

แก้ไขเหตุฉุกเฉิน “รถไฟไหม้”

- กรณีไฟไหม้เล็กน้อยใช้ถังดับเพลิงเคมีฉีดพ่นบริเวณต้นเพลิงให้ไฟดับสนิท
- ถอดข้อแบตเตอรี่ออก เพื่อป้องกันมิให้เปลวไฟลุกลามเพิ่มขึ้น
- กรณีไฟไหม้ลุกลามรวดเร็วให้ห่างจากรถโดยเร็วที่สุด โทรศัพท์แจ้งเจ้าหน้าที่มาควบคุมเพลิงเพื่อป้องกันรถระเบิด



แก้ไขเหตุฉุกเฉิน “รถจมน้ำ”

- เมื่อรถตกน้ำให้ปลดเข็มขัดนิรภัย
- ปลดล็อกประตูและลดกระจก ก่อนระบบไฟฟ้าขัดข้อง
- ให้ใช้ค้อน เหล็กหรือของแข็งทุบกระจกด้านข้างให้แตก และรีบออกจากรถก่อนรถจมน้ำทั้งคัน



กองเผยแพร่และประชาสัมพันธ์
กรมป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย

3/12 ถนนอุทองนอก แขวงดุสิต เขตดุสิต

กรุงเทพมหานคร 10300

โทรศัพท์โทรสาร 0-2243-0674, 0-2243-2200



www.disaster.go.th

สายด่วนนิรภัย
1784

ป้องกันภัยเชิงรุก บรรเทาทุกข์เมื่อเกิดภัย



กรมป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย
กระทรวงมหาดไทย

รู้ทัน ป้องกัน ลดเสี่ยง อุบัติเหตุทางถนน





รู้ทัน ป้องกัน ลดเสี่ยง อุบัติเหตุทางถนน



การเตรียมสภาพร่างกายให้พร้อมขับรถ
การตรวจสอบรถให้ใช้งานอย่างปลอดภัย
การศึกษาและเลือกใช้เส้นทางที่ปลอดภัย
นับเป็นปัจจัยสำคัญที่ช่วยลดความเสี่ยง
ต่อการเกิดอุบัติเหตุทางถนน

เตรียมสภาพร่างกาย ให้พร้อมขับรถ



นอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ
อย่างน้อยวันละ 7 - 8 ชั่วโมง



ไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ หรือ
ยาที่มีฤทธิ์กดประสาท เพราะทำให้
ประสิทธิภาพในการขับรถลดลง

ตรวจสอบรถพร้อมใช้งาน

- ◎ เครื่องยนต์ ระบบเบรก ยางรถยนต์ สัญญาณไฟ
อยู่ในสภาพพร้อมใช้งาน
- ◎ จัดเตรียมอุปกรณ์ฉุกเฉินไว้ประจำรถ
- ◎ ตรวจสอบข้อมูลสภาพเส้นทาง วางแผนและ
เลือกใช้เส้นทางสำรอง จะช่วยเพิ่มความปลอดภัย
ในการเดินทาง



เมาไม่ขับ



- ห้ามดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์แล้วขับรถ เพราะ
อาจเป็นต้นเหตุของการเกิดอุบัติเหตุทางถนน
- เพิ่มความระมัดระวังในการขับรถช่วงกลางคืน
เพราะเสี่ยงต่อการเกิดอุบัติเหตุจากผู้ร่วมใช้
เส้นทางที่เมาแล้วขับ

ไม่ขับเร็ว



- ไม่ใช้ความเร็วเกินกว่าอัตราที่กฎหมายกำหนด
โดยปฏิบัติตามป้ายจำกัดความเร็ว
- ลดความเร็วเมื่อขับรถผ่านเส้นทางที่มีทัศนวิสัย
ไม่ดี เขตชุมชน ทางโค้ง ทางแยก จุดตัดทางรถไฟ

ง่วงไม่ขับ

- จอดรถพักเป็นระยะทุก 2 ชั่วโมง เพื่อคลาย
ความอ่อนล้าที่ทำให้หลับในขณะที่ขับรถ
- หลีกเลี่ยงการขับรถในช่วงเวลากลางคืน เพราะ
เป็นช่วงที่ร่างกายต้องการพักผ่อน



โทรไม่ขับ



● ไม่ใช้โทรศัพท์ขณะขับรถเพราะ
ส่งผลกระทบต่อสมาธิในการขับรถทำให้
เกิดอุบัติเหตุได้



● ใช้อุปกรณ์เสริมในการสนทนา
ทางโทรศัพท์ อาทิ แอนด์ฟรี
บลูทูธ แต่ไม่ควรคุยเป็นเวลานาน

ใช้เข็มขัดนิรภัยถูกวิธี

- คาดเข็มขัดนิรภัยแนบชิด
ลำตัว พาดผ่านสะโพกและ
หัวไหล่
- ปรับสายเข็มขัดนิรภัย
ให้กระชับ ไม่พลิก หรือบิดงอ
ไม่คาดชิดลำคอและใต้แขน



เด็กเล็กโดยสารรถ



- จัดให้เด็กนั่งที่นั่งนิรภัย
โดยยึดติดไว้บริเวณ
กึ่งกลางของเบาะหลัง
รถพร้อมคาดสายรัดให้
กระชับลำตัวเด็ก

ใช้หมวกนิรภัยถูกวิธี



- ◎ ใช้หมวกนิรภัยแบบเต็มใบที่มี
ขนาดพอดีกับศีรษะ ในลักษณะ
ตรง คาดสายรัดคางให้ตึงกระชับ
- ◎ ไม่นำหมวกนิรภัยที่กระแทกพื้น
มาใช้งาน และเปลี่ยนหมวกนิรภัย
ทุกๆ 3 - 5 ปี

ขับรถช่วง

ทัศนวิสัยไม่ดี



- ◎ ไม่ขับรถเร็ว โดยใช้ความเร็ว
ไม่เกิน 60 กม./ชม. เพื่อควบคุม
รถได้อย่างปลอดภัย
- ◎ ไม่แซงรถในระยะกระชั้นชิด
เว้นระยะห่างจากรถคันหน้า
ให้มากกว่าปกติ หากเกิดเหตุ
ฉุกเฉินจะได้หยุดรถทัน
- ◎ เปิดไฟหน้ารถและไฟตัดหมอก
เพื่อให้มองเห็นเส้นทางชัดเจน
และผู้ขับรถคันอื่นมองเห็นรถเรา
ได้จากระยะไกล

