

平成 30 年度

# 高齢者交通安全指導員養成講座を終えて

平成 22 年度からクレフィール湖東の交通安全研修所で実施している「高齢者交通安全指導員養成講座」を、今年も5月と6月の2回開催しました。5月25日(金)は20名、6月22日(金)は16名、合計36名が参加され、みなさん熱心に受講されていました。

**【今回の研修の目的】①基本に戻る ②限界を知る ③安全意識の向上と変革**

## 【単純反応ゲーム】

合図があったら、相手の指を握る。1つの指示で、1つの動作をする時の反応ゲーム。反応時間が短く、間違いも少ない。



## 【複雑反応ゲーム】

ジャンケンをして、勝ったら相手の手をたたき、負けたら自分の手を守る。2つのどちらかを瞬時に選択して反応するゲーム。動作が遅れたり、間違いが増えたりする。



★「危険だ!」と感じたら、ハンドルをきることで回避するのではなく、「ブレーキ!」という単純反応を心がけることにより、事故を回避することができることを実感するゲームでした。

## 基本走行(運転姿勢の重要性)

一人ずつジグザグに設定したコースを走行した後、正しい運転姿勢についての話を聞きました。シートの角度やハンドル・アクセルまでの距離(長さ)に注意して正しい姿勢で座ることにより、スピードやカーブへの対応、ブレーキを踏むタイミング等、安全な走行につながることを教えていただき、運転免許取得時の「基本に戻る」ことの大事さを再認識しました。そして、学んだことを生かして再度コースを走行し、違いを実感しました。



1回目は意識せず自分が普段している仕方での運転をし、2回目は正しい運転姿勢で運転しました。正しい運転姿勢をとることで、「情報がとりやすい」「素早く正確な操作ができる」「疲れにくい」等の利点がありました。

「車の限界、自分の限界、操作の限界」を知るために、ジグザグ走行や、スピードを出して確実に止まるなどの体験を行いました。

## シートベルトの必要性

時速 10 kmで走行中、急ブレーキをかけ、シートベルトをしている時としていない時の衝撃の違いを体験し、シートベルトの必要性を確認しました。後部座席で急ブレーキの心構えをして座っていても、シートベルトをしていないと、想像以上に衝撃を受けました。もし速度がもっと出ていれば、車外に投げ出されてしまうということを実感しました。全席シートベルト着用が義務化されていますが、自分の命を守るため、人の命を守るため、必ず全席シートベルト・チャイルドシートの着用をしてください。



## 視界特性と死角



大型トラックの運転席からは、見えていない部分（死角）が大変多いことを知りました。

乗用車でも前だけを見ていると、斜め後ろなどが見えていません。ミラー・バックカメラ等で間接的に見るだけでなく、直接目で見て、安全を確認する必要があります。



実際に乗用車と大型トラックの運転席に座り、死角はどこかを確認めました。運転する時には視界を広げる努力を、歩行中や自転車を走行中は、「運転者が自分の存在に気づいていないかもしれない。」と意識をもつことが、事故防止につながります。普段から死角がどこにできるのかについても考えることが大切です。

## コース内実場面走行体験

「サンキュー事故」「右直事故」「出会い頭事故」「自転車の特性」の場面が設定されたコースを1人ずつ実際に車を運転しました。「どうぞ」と対向車の運転手に譲られても、焦らずに安全確認を行い、危険予知を行うことが大切です。



今回の講座を受けていただいた皆さんには、学んだことを生かして、地域や職場等で、高齢者を対象とした交通安全実地体験教育のサポートをしていただくことになっています。

また、秋には情報交換会を開催し、実践交流の場をもつ予定です。（高齢者の交通安全指導員として平成30年6月末現在139名の方に登録いただき、地域で活躍いただいています。）

## 【参加者の感想】

- ・「初心に戻る」必要性を強く感じた。指導員として、今回の研修で得たものを指導して広げていきたい。
- ・自分判断で運転してきたことに強く反省し、改めて初心に戻ることができた。今回の研修を活かし、子どもや高齢の方に少しでも伝達できるように心がけていきたい。
- ・バスの陰から走行してくるバイク、車のそばを走る自転車の転倒、横断歩道を車でふさいでいるときの子どもの横断等、危険予知能力が鈍くなっていることを改めて反省しました。「サンキュー事故」にならないように、今後ハンドルを握りたい。
- ・基本に戻って、安全確認することが大切だと確認できた。また、視界特性と死角については今まで行ってきた確認の仕方が不十分だったので、これからの運転に活かしていきたい。
- ・運転する時は「一呼吸おいて行動する」「安全第一！」を心がける。特に声を出しての「左右の確認」を行います。今後、各講習会で活用したい。
- ・改めて、身近でヒヤリハットが多く発生することに気付いた。この研修を地域での指導に活かしたい。