

平成 29 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26日(金)は14名、6月23日(金)は20名、合計34名が参加され、熱心に受講して下さいました。

**【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、ハンドルなど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)

1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)に気をつけ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回目は意識せず普段の自分の運転をし、2回目は正しい運転姿勢について話を聞いた後運転しました。体のブレや視界が全く違い、腰にも負担が少ないそうです。

「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で急ブレーキをかけた時の衝撃を体験していただき、シートベルトの必要性を確認しました。後部座席に座っていても、シートベルトをしていないと、大きく前につんのめりました。自分はもちろんですが、人を乗せる時、どの席でもシートベルトを着用することを呼びかけていくことが大切です。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。ミラーだけでなく、顔を動かしながら目視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、見えないところはどこかを確かめました。歩行者や自転車に乗っている時には、「運転者に気づいてもらっていないことがある。」ということを考える必要があります。人の目の弱点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

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。（7年間での受講者は、200名を超えました。）

「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。危険予知を行うことが大事です。



## 【参加者の感想】

- ・長い間運転してきて、ヒヤッとした事は何回かありました。実際に車や大型トラックの運転席に乗って、死角や視界特性がよく分かりました。
- ・後部座席のシートベルトは甘んじておりました。低スピードでも、シートベルトをしていないと、実際すごいダメージを受けることが分かりました。
- ・日常、自動車を運転することが何でもないことになっているが、いかに多くの危険が潜んでいるかを改めて実体験を通じて思い直しました。油断や集中力の途切れにより危険を回避する能力が薄れたり、予知することの重要性など分かっても実行できていなかったりすることが多々あり、ハンドルを持つ責任を痛感しました。最近、高齢者の方々の事故も身近で発生していることから、今回の研修で学んだことを少しでも多くの人に伝達していければと思います。