

2019 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24日(金)は17名、6月21日(金)は18名、合計35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く、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姿勢で運転をし、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」等の利点があることを教えていただきました。

「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10km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



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・バックアイ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。

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。



実際に乗用車と大型トラックの運転席に座り、死角はどこかを確かめました。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事です。



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令和元年6月末現在158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】

- ・運転者の心構え等、重要なポイントを教えていただきました。今後の運転に活かして安全運転に努めたいと思います。また、後部座席のシートベルトは、していない人が多く見受けられるので、後部座席の人にも声掛けをしていきたいと思いました。
- ・リアルな場面設定でよく理解できました。特にサンキュー事故の場面では、全くの不注意で衝突しそうでした。自分の運転の技能・能力が少しづつ劣っていることに気づかされました。
- ・隠れ危険に驚かされました。車のスピードがわずか10km/hでも、大きなショックがあることに気付かされ、スピードの恐ろしさを他の人に教えたいと思った。
- ・危険の見落とし箇所が多く、反省することが多くありました。
- ・日頃交通安全に配慮して運転しているが、危険な箇所が数多くあることを再確認しました。
- ・シートベルトの効果を体験して、必要性を感じました。講習内容を家族をはじめ、多くの方にシートベルトの必要性を伝えたい。
- ・車の死角の多さに、改めて気付かされた。座席の調整、シートベルトの重要性にも気付かされた。