

高齢ドライバー教育シリーズDVD

一般・高齢者 向け  
約20分

# 自分の運転のここが危ない！ 高齢ドライバー 安全運転のポイント

「免許歴は50年。運転には自信あり！」

「ずっとゴールド免許だから大丈夫」

- 
- 
- 

それは、もしかしたら「過信」かもしれない！

### 高齢ドライバーの有効視野

高齢者15名の測定  
(60歳代7名、70歳代8名)

教習所のコース  
時速30km  
晴天時・赤色LEDランプでの測定



25~40度

## 衰えを自覚することからスタートし、



心に余裕を持った運転を！

### 監修のことば

加齢に伴う心身機能の低下は、運転にどんな影響をもたらすのでしょうか。このDVDでは「有効視野の低下」と「ペダル誤操作」をテーマに解説いたします。

「有効視野」とは、高齢者講習などで測られる視野とは異なります。「複数の作業を、同時にどのくらい素早く、きちんとこなせるか」を調べる検査法です。色々なことに同時に注意が向けられなくなるのは、大脳皮質活動の低下が原因ですが、「有効視野」を調べることで脳の様子がわかります。車の運転場面においては、「前の車に注意しながら、同時に視野周辺での自転車の動きに注意できる」というような、複数の情報を処理する能力です。

問題なのは、この「有効視野」の狭まりを自覚することが難しいことです。対策は、「危険予測力」を高め、視線をしっかりそちらに向けて、確認しながら運転することです。「有効視野」の低下を補う方法の一つです。

「有効視野」の低下は「ペダル誤操作」にも関係します。色々なことを同時にこなせなくなった結果、ペダル選択の誤りに気付いても、その間違い動作を抑えて正しい動作への素早い切り替えが困難なのです。

しかし高齢者は、一つ一つの作業をこなしていく力は衰えていません。高齢運転者に求められることは、複数の作業を同時にしないで済むように、急ぎ運転や焦り運転を避けて心に余裕を持った運転なのです。



日本交通心理学会 会長  
東北工業大学 名誉教授  
太田 博雄

## 企画意図

高齢ドライバーは年々増え続けています。その多くが、可能な限り長く運転を続けたいと望んでいます。

一方で、高齢ドライバーによる交通事故が、マスコミに頻繁に取り上げられています。その報道の論調には、高齢ドライバーは危険であり、車を運転すべきではない、という意図さえ感じることがあります。しかし、本当に高齢ドライバーは危険なのでしょうか。

この作品では、安全運転を継続するためのヒントを、自動車学校での有効視野の実験や模擬講習、さらに路上での高齢ドライバーの走行などで描きます。そして、高齢ドライバーにありがちな過信と有効視野の問題に焦点を当て、これからも運転を続けたいと考える高齢ドライバーの皆さんへ、安全運転のためのひとつのあり方を示します。また、高齢ドライバーに多いと言われているブレーキとアクセルの踏み間違いについてもふれています。

一般・高齢者向け  
約20分

高齢ドライバー教育シリーズDVD

## 自分の運転のここが危ない！ 高齢ドライバー 安全運転のポイント

### ■高齢者が安全運転するために大切なこと

高齢ドライバーが安全運転を行うためには、的確な操作や確認能力はもちろん、「長年安全運転で過ごしてきた」というような「過剰な自信」と、「加齢による本人には気づきにくい衰え」について自覚することが、一番重要である。

### ■自覚しにくい「目の衰え」とは——有効視野

特に、確認能力や注意力に欠かせないのが、目の働きである。その中でも自覚しやすい「動体視力」や「夜間視力」の衰えに対し、自覚しにくいのが「有効視野」の衰えである。

#### 実験

20～30代のドライバーと、高齢ドライバーそれぞれに対し、視野測定装置を用いて、静止中・運転中の視野を測定する。

※教習所のコースにて、時速30キロ、晴天時。

#### 結果

静止中… 両者に差は見られず。

運転中… 20～30代のドライバーの視野：35～45度  
高齢ドライバーの視野： 25～40度

高齢者の有効視野は狭い！

静止状態では視野に差が生まれないこともあり、運転中の視野(＝有効視野)が狭まっていることを自覚しにくい。

こうした衰えを自分の弱点として理解し、自分の運転生活をコントロールすることが重要である。

### ■いつまでも運転を続けるために必要なこと

まず、自身のコントロールで必要なのは、初心に返って慎重に運転することである。

#### ・基本の運転ルールを遵守する

一時停止交差点では二段階停止を徹底する。駐車車両に近づいたら速度を緩める。車線変更はしっかりと確認してから行う。右折は、無理をせず、車列が途切れてから行う。

#### ・事故が起こりやすい条件での運転を避ける

交通量が多く、目も暗さに慣れにくい薄暮時や、視界が不鮮明になる雨天時は、意識して運転を控える。

#### ・パニックになる、慌てる状況に身を置かないように心掛ける

高齢になると、パニックを起こしたときに、同時に複数のことに気を向けることができず、今行っている行動を継続して行うため、アクセルとブレーキの踏み間違い事故等が起きやすい。運転はゆっくり、慌てることなく余裕を持つことが大切である。

ライブラリー価格

本体 ¥65,000+税

監修 日本交通心理学会 会長 太田 博雄  
東北工業大学 名誉教授  
指導 交通心理士・教習指導員 奥山 祐輔

企画・制作統括 高木 裕己 撮 影 渡邊 忍  
脚本・演出 細見 吉夫 菅原 裕也  
制 作 北西 洋一 ナレーター 中村 久美

制作・著作/株式会社 映学社

- DVD【カラー】※字幕版も収録されています
- 2018年・映学社作品

 株式会社 映学社  
EIGAKUSYA CO.,LTD.

〒160-0022 東京都新宿区新宿5丁目7番8号らんざん5ビル  
TEL:03-3359-9729(代表) FAX:03-3359-4024  
<http://www.eigakusya.co.jp/>

●お問い合わせ、お買い上げは……