



# 高齢者の 安全運転クイズ 認知障がいチェック

スライドショー  
で実施じゃぞ!



- 平成29年11月15日現在の岩手県の交通死亡事故件数は48件で、53名の方が尊い命を失っております。交通死亡事故の48件中15件が65歳以上の高齢ドライバーが加害者となっており、この事故の死者数は全体の死者数の30パーセントを超えている状況です。

ドライビングポイントをチェックして安全運転を心がけ、無事故無違反で過ごしましょう。

- 年齢が70歳以上の方は、有効期間満了日前の6か月以内に高齢者講習を受けなければなりませんし、年齢が75歳以上の方は高齢者講習を受講する前に「認知機能検査」を受けなければなりません。

チェックリストで確認し、該当した方は病院等での受診や運転免許自主返納を検討してみてもはいかがでしょうか。

Q1 国道4号を孫に会いに仙台市まで。  
妻は後部席でシートベルトをせずに睡眠。

A. X

## シートベルトは全座席着用義務

運転者は、自らがシートベルトを着用しなければならないのはもとより、助手席・後部座席等すべて座席の乗員にシートベルトを着用させる義務があります。（法律で除外されている者を除きます。）

シートベルトは

- 事故の衝撃を軽減・・・着用者の致死率は非着用者の1/14以下
- 衝突時の車外放出を防ぐ・・・死者のうち着用者の車外放出の割合は非着用者のおよそ1/14
- 後席乗員による前席乗員への加害を防ぐ

Q2 盛岡市内は路面乾燥だったので、普通タイヤで初日の出を見に浄土ヶ浜に向かった。

A. X

## 峠や日陰は残雪や凍結路面がある

冬は内陸に雪が無く路面が乾燥していても、峠や日陰・橋の上・トンネルでは残雪や凍結している場所があることから、必ず冬用タイヤで出かけましょう。

雪道の状態や日陰部分の凍結の有無など、路面の変化に注意が必要です。天候や時間帯、交通量、気温などによっても路面は変化します。

晴れていても橋の上や山道の日陰部分、トンネルの出入口、交差点付近などは注意が必要です。

いつもより速度を落とし、早めの減速で、余裕を持った操作を心掛けましょう。



Q3 買い物帰りで日没時間を過ぎたが、まだ周りが見えたのでライトを点けなかった。

A. X

ライトは日没から日の出まで点灯

9月21日から3月31日までの間は、午後4時からライトを点灯する早め点灯を実践しましょう。

「ライトの早め点灯」は

- ドライバーの視認性を高めます。
- 他の車両や歩行者に自分の存在を知らせることができます。
- ライトのスイッチを入れることで、ドライバーの安全運転意識向上につながります。

の効果があります。

前記期間以外は、日没の30分前に点灯するよう心がけましょう。

Q4 深夜交通量がなかったので、ライトを下向きにしたまま制限速度で走行した。

A. ×

前車や対向車が無い時は上向きライト

ライトの照射方法に関して法律では、対向車や近くに先行車がいる場合には下向きに（減光）しなければならないと定めていますが、それ以外の場合は上向きライト（ハイビーム）走行が原則です。

上向きライトと下向きライトの照射距離は

- 上向きライト……約100メートル
- 下向きライト……約40メートル

です。

下向きライトでは見えない歩行者や自転車、動物が上向きライトにする  
とくっきりと見え事故防止につながります。



Q5 翌朝の気温が氷点下予報なので、パーキングブレーキをかけずPレンジのまま駐車した

A. ○

凍結してブレーキが効いたままに

パーキングブレーキをかけておくと、凍結して戻らなくなることがあります。

寒冷地ではパーキングブレーキをかけず、オートマチック車の場合はPレンジに入れて、マニュアル車ではギアをローまたはリバースに入れておきます。

更に必要があれば輪止めをしておくと良いでしょう。

また、ワイパーは窓ガラスとワイパーのゴムが凍結してくっついてしまうことを防止するため、ワイパーは立てた状態で駐車しましょう。

車の除雪もしやすくなります。

Q6 神子田の朝市に行く途中、左右の見通しの悪い交差点で交通量が少なかったが、徐行して安全確認をし、直進した。

A. ○

見通しのきかない交差点は徐行

## 道路交通法第42条

左右の見通しがきかない交差点に入ろうとし、又は交差点内で左右の見通しがきかない部分を通行しようとするとき（当該交差点において交通整理が行われている場合及び優先道路を通行している場合を除く。）。

交差点に入る前に建築物や駐車車両等によって交差道路の安全を確認できない場合で、左右のどちらか一方でも見通せない場合は徐行しなければなりません。

見通し距離が、交差点から50メートル以内の場合は徐行しましょう。●

Q7 見通しの悪い一時停止の交差点で、停止線があったが左右が見えなかったなので、交差点直近まで行ってから止まった。

A. X

まず、停止線の直前で停止

### 道路交通法第43条

道路標識等により一時停止すべきことが指定されているときは、道路標識等による停止線の直前（道路標識等による停止線が設けられていない場合にあつては、交差点の直前）で一時停止しなければならない。

一時停止場所であるが、圧雪のため停止線が見えない場合は交差点の直前で止まることとなりますが、交差点直前はタイヤによって磨かれていますので、交差点手前から十分に減速して進行しましょう。



Q8 交差点で、対向車との距離があったので右折しようとしたが、右の横断歩道に横断歩行者がいたので右折せず停止した。

A. ○

## 無理な右折は横断歩行者妨害に

先を急いだりで無理に右折すると安全確認がおろそかになり、対向車の距離や速度を見誤ったり、対向車の陰になっているバイクや自転車を見落としたり、交差点出口の横断歩道で横断歩行者妨害をしてしまうなどの危険があります。

右折するときは、前方の安全を良く確認することと、横断歩道の安全を良く確認することが重要です。

急いでいる時こそ、ゆとりを持ってしっかりと確認してから右折をしましょう。

Q9 交差点を左折するため左に合図を出し、横断歩道や横断歩道付近に歩行者がいないことを確認して左折した。

A. ×

## バイクや自転車を巻き込む危険が

交差点で左折するときは、予めその手前からできる限り道路の左側端により、かつ、できる限り道路の左側端に沿って徐行しなければなりません。

右折や左折の合図は、右左折をしようとする地点または交差点の手前の側端から30メートル手前の地点に達したときにすることとなります。

合図をした後は、信号機の灯火や交差点の前方及び左右・横断歩行者を良く確認し、更に、左後方の安全についてルームミラーやドアミラーそして目視で確認して安全を確かめてから左折しましょう。

Q 10 時速50キロメートルで運転中、100メートル先交差点の信号が黄色だったので、注意しながら運転した。

A. ×

交差道路の信号が青になる可能性が

信号機の黄色の信号の意味は

車両は、停止位置をこえて進行してはならないこと。ただし、黄色の灯火の信号が表示された時において、当該停止位置に近接しているため安全に停止することができない場合を除く。

となっていますので、安全に止まれる状態なのに黄色信号を見て交差点に入れば信号無視になりますので、安全に止まれる距離がある場合は必ず止まりましょう。

# 運転時認知障がい早期発見 チェックリスト30

- ①  車のキーや免許証などを探し回ることがある。
- ②  今までできていたカーステレオやカーナビの操作ができなくなった。
- ③  トリップメーターの戻し方や時計の合わせ方がわからなくなった。
- ④  機器や装置（アクセル、ブレーキ、ウインカーなど）の名前を思い出せないことがある。
- ⑤  道路標識の意味が思い出せないことがある。
- ⑥  スーパーなどの駐車場で自分の車を停めた位置が分からなくなることもある。
- ⑦  何度も行っている場所への道順が直ぐに思い出せないことがある。
- ⑧  運転している途中で行き先を忘れてしまったことがある。
- ⑨  良く通る道なのに曲がる場所を間違えることがある。
- ⑩  車で出かけたのに他の交通手段で帰ってきたことがある。

- ⑪  運転中にバックミラー（ルーム、サイド）をあまり見なくなった。
- ⑫  アクセルとブレーキを間違えることがある。
- ⑬  曲がる際にウィンカーを出し忘れることがある。
- ⑭  反対車線を走ってしまった（走りそうになった）。
- ⑮  右折時に対向車の速度と距離の感覚がつかみにくくなった。
- ⑯  気がつくと自分が先頭を走っていて、後ろに車列が連なっていることが良くある。
- ⑰  車間距離を一定に保つことが苦手になった。
- ⑱  高速道路を利用することが怖く（苦手に）なった。
- ⑲  合流が怖く（苦手に）なった。
- ⑳  車庫入れで壁やフェンスに車体をこすることが増えた。

残り10問です。  
頑張ってください。



- ⑳  駐車場所のラインや、枠内に合わせて車を停めることが難しくなった。
- ㉑  日時を間違えて目的地に行くことが多くなった。
- ㉒  急発進や急ブレーキ、急ハンドルなど、運転が荒くなった（と言われるようになった）。
- ㉓  交差点での右左折時に歩行者や自転車が急に現れて驚くことが多くなった。
- ㉔  運転している時にミスをしたり危険な目にあったりすると頭の中が真っ白になる。
- ㉕  好きだったドライブに行く回数が減った。
- ㉖  同乗者と会話しながらの運転がしづらくなった。
- ㉗  以前ほど車の汚れが気にならず、あまり洗車をしなくなった。
- ㉘  運転自体に興味がなくなった。
- ㉙  運転すると妙に疲れるようになった。

**30問のうち5問以上にチェックが入った方は要注意。**

**認知症予防を心がけていただくとともに、毎年1度はご自身でチェックを行い、項目が増えるようなことがあれば専門医や専門機関の受診を検討しましょう。**

