

寒い冬を終えて暖かな3月に。
焦らず安全運転で、気持ちの良い日々を過ごして下さい。

この用紙は両面印刷でご使用ください。

(表)



きゃ～、あたる



この映像の訴求ポイントは…

- ◎相手車が前を見ているも自車に気付いているとは限りません。
- ◎見通しの悪い交差点はスピードダウン。今回は車だったが…



類似の事故防止にあなたが重要と考えられることを書き出してみてください。



腹八分目に医者いらず



この映像の訴求ポイントは…

- ◎進路変更時は必ず目視による斜め後の確認が必要です。
- ◎併走車の斜め45度の位置は死角です。



類似の事故防止にあなたが重要と考えられることを書き出してみてください。



右折のバイク良く見えましたね。



この映像の訴求ポイントは…

- ◎見通しの悪い場所からは何かが出てくるかも！
- ◎停車・徐行の先には何かがある。安易な追い抜きは危険です。



類似の事故防止にあなたが重要と考えられることを書き出してみてください。



急ブレーキまたは気づきのためのチョイ警笛



この映像の訴求ポイントは…

- ◎ガードレールのない場所は飛び出し警戒箇所。
- ◎交差点での追い抜きは事故の元。



類似の事故防止にあなたが重要と考えられることを書き出してみてください。



伊勢湾岸ミッドナイト 昼だけど・・・



この映像の訴求ポイントは…

- ◎車は速度を出させたくするもの。そこをグッと堪えて安全運転。
- ◎なぜ制限速度が存在するのだろうか？



類似の事故防止にあなたが重要と考えられることを書き出してみてください。

【コラム】高齢ドライバー、こんなコトに当てはまったらご用心

いつまでも若々しく、元気に過ごしたいものですよね。しかし、人は必ず年齢を重ねるとともに心身に衰えが出てきます。体力や視力の低下とともに、記憶力や判断力といった認知機能も低下していきます。

近年、社会的な問題となっているのが、高齢ドライバーによる交通事故です。

もともと自動車の運転は、人が行う操作でもかなり高度な作業です。自動車の運転は、刻一刻と変わる人・車・道路の状況を適確に認識し、危険を予測して、それを回避するために必要な運転操作を機敏に、確実に行うことが求められます。

高齢ドライバーによる交通事故では、踏み間違いといった不適切な運転操作による事故、信号無視や逆走といった危険運転による事故など、その多くは心身両面の衰えが原因になっていると見られています。そのなかでも危険運転については、認知機能の衰えに原因がある事例が多く、対応が急務になっています。

国のまとめでは、65歳以上の4人に1人は認知症か認知症予備軍（軽度認知障害）とされています。軽度認知障害は、早期に発見し、適切な対策を行うことで、認知症への移行を防止できると考えられています。しかし、普段の生活にはあまり支障がなく、必要な検査を受診する機会が少ないため、早期発見が難しいとされています。

そのようななか、高度な判断操作が必要な自動車の運転と軽度認知症との関係が、最近、注目されています。例えば、「車を運転する前に、免許証や車のカギを探し回ることが増えた」とか「曲がる時にウインカーを出し忘れることが増えた」といった自動車の運転時に現れやすい状態をチェックすることで、軽度認知症の早期発見につながるのです。

下記では、様々な研究成果や知見をもとに、運転時認知障害を早期発見するための設問リストやプログラムを公開しています。運転に不安があるご高齢の方やご家族の方は、不安を解消し、未永く安全に運転を楽しむための第一歩として、下記の設問リストで軽度認知障害のチェックを試みてはいかがでしょうか？

○特定非営利法人高齢者安全運転支援研究会

「運転時認知障害早期発見チェックリスト 30」

<https://sdsd.jp/checklist-30>



ご自身の今の状態を正しく認識するのが、未永く安全運転を楽しむ第一歩です。

4月は新しい生活が始まる季節です。
慣れない道や車で無理な運転をしないようにしましょう。

この用紙は両面印刷でご使用ください。

(表)



小学生飛び出し！



この映像の訴求ポイントは…

- ◎生活道路ではゆっくり行きましょう。
- ◎「一時停止」と言えば「二段階の一時停止」を忘れないように！



類似の事故防止にあなたが重要と考えられることを書き出してみてください。



ごめんなさい！



この映像の訴求ポイントは…

- ◎車列の横切りは、自分も相手も見えませんが超危険。
- ◎車列を横切るときは、一時停止と左右確認が鉄則です。



類似の事故防止にあなたが重要と考えられることを書き出してみてください。



双方とも気付かないこともあり得るのです。



この映像の訴求ポイントは…

- ◎進路変更時はサイドミラーだけでなく目視で確認を。
- ◎相手の死角に入らない運転をしよう。



類似の事故防止にあなたが重要と考えられることを書き出してみてください。



よく見て～！



この映像の訴求ポイントは…

- ◎こちらからよく見えていても、相手が見ているとは限りません。
- ◎こちらが見えなかった場合を考え、ちょっと減速しましょう。



類似の事故防止にあなたが重要と考えられることを書き出してみてください。



激突！



この映像の訴求ポイントは…

- ◎運転時の思い込みは事故のもと。
- ◎車を動かすときは、動かす先を目視で再確認する習慣を。



類似の事故防止にあなたが重要と考えられることを書き出してみてください。

【コラム】ドライブレコーダー映像はたくさん見れば見るほど良いのです

「失敗は成功のもと」という言葉があります。しかし、自動車の運転にはその言葉は当てはまりません。自動車の運転における失敗とは「事故」を意味するからです。事故を未然に防ぐには、どのようにすれば良いのでしょうか？

制限速度、信号、一時停止、優先・非優先…いずれも自動車を運転する人が守らなければいけないルールです。では、これらのルールをしっかりと守って運転すれば、事故は起きないのでしょうか？

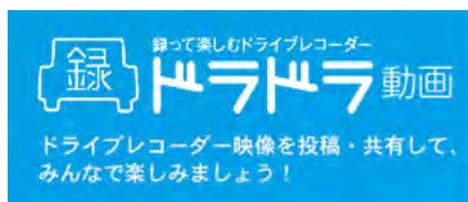
確かに、道路を使うすべての人がルールを完璧に守れば、理論的には事故をなくすことができます。しかし、実際にはルールの逸脱は良く見られることですし、そもそも幼い子供は交通ルールをよく理解していません。そのような状況のなかを、私たちは、日々、ハンドルを握って運転しています。そして、私たちが道路上で遭遇する事故やヒヤリの形態は様々です。ここに、ドライブレコーダー映像を見ることの意義があります。

ドライブレコーダーで撮影された映像は、皆さんと同じ一般ドライバーが日々の運転のなかで遭遇した事故やヒヤリの体験を多数収録しています。これらの映像は、すべて運転席からの目線で撮影されていますので、映像を見ることで、事故やヒヤリを疑似体験することができます。

そのうえで、映像には、注意すべきポイントを示す文字テロップが挿入されています。ここにいう注意すべきポイントとは、その映像の事故やヒヤリの原因を説明するものではなく、その映像に似たシチュエーション（道路構造や交通状況）に遭遇したときに、事故を回避したり、被害を軽減するために事前にとるべき運転操作は何かを示唆する内容です。仮に皆さんが自動車の

運転中にこの映像集で見たものと似たような交通環境に遭遇したとき、映像のシーンを思い出し、文字テロップで示される注意すべきポイントに気付き、自然に危険回避の運転操作（アクセルペダルからブレーキペダルに足を移す、といった行動）をとっている…それが、この映像集が目指す目標です。そのためには、映像は1回だけでなく、何度もいろいろな種類を見ていただくことが重要だと私たちは考えています。

☆右のサイトでは、DVDに未収録のドライブレコーダー映像も多数ご覧いただけます。ぜひ一度、アクセスしてみてください。



ドラドラ動画 <https://www.drive-drive.jp/>

この用紙は両面印刷でご使用ください。

(裏)

5月の連休はどのように過ごしますか？
渋滞を避けて、安全運転で楽しいドライブ旅行を！

この用紙は両面印刷でご使用ください。

(表)

 <p>横断歩道はまず徐行</p>	<p>この映像の訴求ポイントは…</p> <ul style="list-style-type: none"> ◎信号のない交差点は歩行者優先です。 ◎横断歩道通過時は徐行で進みましょう！ <p>類似の事故防止にあなたが重要と考えられることを書き出してみてください。</p> <hr/> <hr/> <hr/>
 <p>トレーラーと相撲すれば負けます</p>	<p>この映像の訴求ポイントは…</p> <ul style="list-style-type: none"> ◎優先・非優先よりも優先すべきは「無事故」です。 <p>類似の事故防止にあなたが重要と考えられることを書き出してみてください。</p> <hr/> <hr/> <hr/>
 <p>危険予知できてました。</p>	<p>この映像の訴求ポイントは…</p> <ul style="list-style-type: none"> ◎車列の切れ目からは何が飛び出してくるでしょうか？ <p>類似の事故防止にあなたが重要と考えられることを書き出してみてください。</p> <hr/> <hr/> <hr/>
 <p>未確認で横断する女子高生</p>	<p>この映像の訴求ポイントは…</p> <ul style="list-style-type: none"> ◎相手がこちらを見ているとは限りません。 ◎音が聞こえているとも限りません。 <p>類似の事故防止にあなたが重要と考えられることを書き出してみてください。</p> <hr/> <hr/> <hr/>
 <p>スマホ片手に持って</p>	<p>この映像の訴求ポイントは…</p> <ul style="list-style-type: none"> ◎ながら運転は、車もバイクも自転車も、歩行でも、危険です。 <p>類似の事故防止にあなたが重要と考えられることを書き出してみてください。</p> <hr/> <hr/> <hr/>

【コラム】正しい運転姿勢とは？

クルマに乗る、運転するという事は、運転する時の全ての動作を確実に行うことが求められます。

自動車の運転で最も技倆が求められる仕事といえば、レーシングマシンのドライバーでしょう。彼らは寝たような姿勢でマシンを操縦しているように見えますが、実際はシートの上では上体を起こし、両腕は軽く曲げ、足は水平に伸ばしています。これは、車高が低いマシン内で大きなGがかかる環境でも素早く的確な運転操作ができるように、しっかりと体を支えられる運転姿勢をとっているためです。

私たちが運転するときは、レーシングドライバーのような姿勢は必要ありませんが（むしろ危ないですね）、身体をしっかりと支えられる姿勢であることは必要です。具体的には、腰をしっかりとシートの背もたれに密着させて座り、ハンドルを握ったときに両腕がかかるく曲がる感じがです。

腰がシートの背もたれに密着していないと、いざというときに急ブレーキをしっかりと踏み込むことができません。前屈みになって背筋が伸びていないとカーブなどで上体がふらつき、的確なハンドル操作ができなくなります。

このような運転姿勢をとれるように、運転する前に、シートの前後と背もたれの角度を調整します。座面の高さが調整できる場合は、自分の目線がフロントガラスの真ん中あたりにくるように調整しましょう。正しい運転姿勢は、最初は窮屈に感じるかもしれませんが、慣れるととっても楽になるはずですよ。腰痛対策にもなります。

運転するときの靴にも注意が必要です。サンダルやスリッパはもつてのほか。いざというときに脱げてしまいます。また、ハイヒールや厚底靴もいけません。かかとの部分がフロアマットに引っかかるなどします。では素足は？…確かによさそうですが、事故時には足を保護することがとても重要ですから、靴は履いているべきです。

最も良いのは靴底にある程度の厚みがあって滑りにくい運動靴などです。最近では、運転がしやすいビジネスシューズも出ていますので、営業などのお仕事で運転する機会の多い人はそのような靴を選ぶことをお勧めします。



サンダル 踵が固定されていないので、ブレーキを踏んだときに脱げてしまうことがある。



スリッパ 踵が固定されず、柔らかいソールが折れ曲がって踏み外す危険がある。



ハイヒール ベダルを踏み換えるとき、踵がフロアマットに引っ掛かることがある。

この用紙は両面印刷でご利用ください。

(裏)

6月は梅雨の季節です。雨天での運転が増えます。
撥水剤などで視界の確保を。タイヤの溝もチェックしましょう。



怪我なくて良かった

この映像の訴求ポイントは…

- ◎安易な追い抜きは事故の元です。
- ◎雨の日の急加速・急ブレーキ・急ハンドルは禁物です。

類似の事故防止にあなたが重要と考えられることを書き出してみてください。



1BOX危うし!!!

この映像の訴求ポイントは…

- ◎煽られたら、後続車に譲って安全速度で走りましょう。

類似の事故防止にあなたが重要と考えられることを書き出してみてください。



子ども自転車飛び出し

この映像の訴求ポイントは…

- ◎子供は飛び出すものと心得ましょう。
- ◎制限速度は、不意の飛び出しにも対応できる上限速度です。

類似の事故防止にあなたが重要と考えられることを書き出してみてください。



接近してくる車には進路変更の意思あり

この映像の訴求ポイントは…

- ◎相手の死角に入らない運転が事故を防ぎます。
- ◎雨天はミラーも窓も雨滴で見えづらいのでライト点灯を。

類似の事故防止にあなたが重要と考えられることを書き出してみてください。



あぶない!!

この映像の訴求ポイントは…

- ◎何も用もないのに車をスピードダウンさせる人はいません。
- ◎減速・停車の前には“何か”がいます。

類似の事故防止にあなたが重要と考えられることを書き出してみてください。

【コラム】タイヤの空気圧、チェックしていますか？

自転車に乗る人はわかると思いますが、タイヤの空気が抜けると、こいでいてとても疲れま
す。そのまま乗り続ければ、タイヤのゴムがぼろぼろになってしまうこともあります。ではクル
マではどうでしょうか？

クルマの場合、タイヤの空気圧が低下しても、ドライバーにはなかなかわかりません。JAFの
テストでは、正しい空気圧の半分まで空気が抜けても、運転中に気づく人は少数でした。特にハ
ンドル操作に関係がない後輪だと、空気圧の低下は分かりにくくなります。しかし、空気圧の低
下には、様々なデメリットがあります。

まず、タイヤの転がり抵抗が大きくなりますから燃費が悪化します。また、タイヤの片減りが
起きやすく、スリップやバースト（タイヤの破裂）につながったり、急ブレーキ時に不安定にな
る恐れがあります。空気圧の低下は安全面でも要注意の現象なのです。タイヤの空気圧は、定期
的にチェックするようにしましょう。

タイヤの空気圧は、ガソリンスタンドでチェックしてもらうことができます。最近ではセルフス
タンドが多いですが、空気圧をチェックして指定空気圧に充填する器具が備え付けられているこ
ともあります。また、携帯式のものならば、カー用品店で購入可能です。安いものだと数百円か
ら手に入ります。

使い方は器具によって多少異なりますが、空気圧をチェックすることそのものは、タイヤのバ
ルブキャップを外して、バルブの口に計測器を押しつける形になります。最初は、「シュッ」と空
気が出る音にドキドキするかもしれませんが、慣れば誰にでもできます。コツは、まっすぐ
に、素早くギュッと押しつけること、です。

タイヤの適正空気圧は、運転席側のドアを開いた側面などに記載されています。単位が、
kg/cm² と **kPa** の 2 種類あるので注意しましょう。もし、空気圧が低下していたら、ガソリンス
タンドなどで充填してもらいましょう。



タイヤの空気圧不足は、燃費を悪くするだけでなく、タイヤへのダメージを大きくし、
結果として思わぬ事故の原因にもなりかねません。定期的なチェックを心がけましょう。

夏休み中の生活道路は元気な子供たちに注意！

高速道路は焦らず安全運転で！

この用紙は両面印刷でご利用ください。

(表)



右折車は直進車に気をつけて

この映像の訴求ポイントは…

- ◎右折時は焦らず、目視で左右死角の再確認を！
- ◎路側の走行は相手の死角に入って危険倍増。

類似の事故防止にあなたが重要と考えられることを書き出してみてください。



徐行の賜物

この映像の訴求ポイントは…

- ◎車列の陰は見通しの悪い交差点と同じです。徐行が鉄則。

類似の事故防止にあなたが重要と考えられることを書き出してみてください。



信号だけを見ていたら

この映像の訴求ポイントは…

- ◎人間の目は何かを注視すると、周りが見えなくなります。
- ◎発進前に自分の方に近づいてくる歩行者・自転車をチェック！

類似の事故防止にあなたが重要と考えられることを書き出してみてください。



居眠り運転、空白の3秒

この映像の訴求ポイントは…

- ◎眠気を感じたら早急に休憩しましょう。
- ◎頻りに眠くなる場合は病気（睡眠時無呼吸症）の可能性も。

類似の事故防止にあなたが重要と考えられることを書き出してみてください。



アウトかと思った！

この映像の訴求ポイントは…

- ◎高速道路の料金所付近は事故多発地帯！要注意です！
- ◎車線変更時は左右だけでなく、後続車の有無も確認します。

類似の事故防止にあなたが重要と考えられることを書き出してみてください。

【コラム】夏休み中は子供の交通事故に要注意

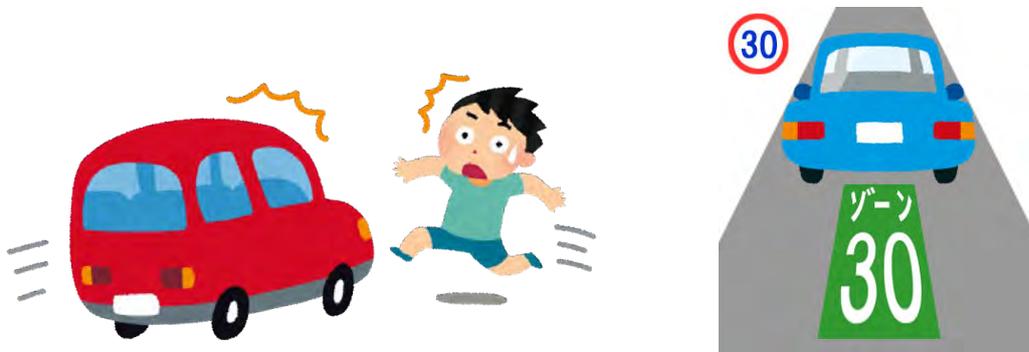
子供たちにとって待ちに待った夏休みが始まりました。日中に子供一人で出掛けることが多い夏休みの期間中、普段にも増して気を付けたいのが子供の安全です。防犯についてはよく指摘されますが、交通事故も要注意です。夏休みに子供たちが交通事故に遭う確率は普段の1.4倍に上るといふ調査結果もあります。

夏休み中の子供の交通事故で最も多いのは、やはり自転車に乗っている最中の事故です。夏休みを利用して自転車を練習したり、日中に自転車に出掛ける機会が増えるためでしょう。左側通行の原則、交差点や進路変更時の安全確認の徹底、ヘルメットの着用など、ご自宅でも安全な自転車の乗り方を守るようにお子さんにしっかりと話をしてください。

日中に子供一人で出掛けたときに、自転車や歩行者として交通事故に遭うことは比較的想像しやすいと思います。実は意外な盲点が自動車同乗中の事故です。行楽や帰省など、夏休みにクルマに乗って出掛ける機会があるために、普段よりも自動車同乗中の事故の割合は増えるのです。

お父さんやお母さんが自らハンドルを握るクルマに乗っていて事故に遭ってしまい、大事な子供たちがケガを負ってしまうことは、とても悲しいことです。事故を未然に防ぐため、安全運転を心がけることは言うまでもありませんが、万が一の事故に備えて、チャイルドシートや後席シートベルトをしっかりと装着することが重要です。JAFと警察庁の調査では、依然として4割の人はチャイルドシートを使用していません。また、後席シートベルトの装着が義務化されましたが、一般道での取り締まりが延期されているということもあって、未だ後席シートベルトを装着していない同乗者が大多数に及んでいるのが実情です。事故に遭ったときに最も傷つきやすいのは子供たちです。子供たちを守るためにも、チャイルドシートの使用と全席シートベルト着用を習慣にしましょう。

最後に、ドライバーの皆さんも、夏休み中は、日中、子供たちが路上で遊んでいることを意識いただき、生活道路はもちろん、公園や行楽地駐車場などでは子供の飛び出しを想定した安全運転を心がけるようにお願いします。



夏休みの生活道路では、日中、路地から子供が飛び出してくることも少なくありません。制限速度を守り、特に狭い道路や見通しが悪い場所は20km/h以下に徐行しましょう。

夏の長距離ドライブ。クルマに不具合が起きると台無しです。
事前にタイヤのチェックを。ガソリンも早めに満タンで。

この用紙は両面印刷でご使用ください。

(表)



小学生信号無視



この映像の訴求ポイントは…

- ◎対向車線が混雑時の横断歩道は飛び出し要注意箇所です。
- ◎アクセルペダルからブレーキペダルに足を移動します。



類似の事故防止にあなたが重要と考えられることを書き出してみてください。



交差点、右折でもう少しで、自転車と！



この映像の訴求ポイントは…

- ◎視野に入っている、脳が見ていないと見えません。
- ◎「右見て、左見て、また右を見る」意識的に視野を動かそう。



類似の事故防止にあなたが重要と考えられることを書き出してみてください。



信号の変わり目に事故



この映像の訴求ポイントは…

- ◎事故を起こせば目的地は大幅に遅れます。
- ◎もらい事故。シートベルトとチャイルドシートを忘れずに。



類似の事故防止にあなたが重要と考えられることを書き出してみてください。



ぶつからないで、よかった！



この映像の訴求ポイントは…

- ◎こちらから良く見えていても、相手も見ているとは限りません。
- ◎「出てこないだろう」ではなく「出てくるかも」。



類似の事故防止にあなたが重要と考えられることを書き出してみてください。



突然のバースト



この映像の訴求ポイントは…

- ◎走行中にパンクしたら、ハンドルを急に切ってはいけません。
- ◎普段の空気圧チェックもお忘れ無く。



類似の事故防止にあなたが重要と考えられることを書き出してみてください。

【コラム】安全な車はどれ？国が行う新車の安全性テスト

国が毎年実施している自動車アセスメント。市販されている乗用車を対象に安全性の評価を行うものです。消費者保護を目的に欧米で行われていた制度を参考に日本向けにアレンジして1995年から行われています。これまで約20年の間に評価を行った車種は延べにして100車種を超え、自動車メーカーに対して安全性向上への努力を促す役割を果たしています。

テスト内容は多岐にわたります。事故時に乗車している人たちの怪我の度合いを評価するための複数の衝突試験や、車が歩行者にぶつかった際にできるだけ怪我の度合いを軽減する構造を評価する試験、シートベルトのしやすさを評価する試験、ブレーキ性能試験、最近では新車で装備が進んでいる安全運転支援システムを評価する試験などです。

テスト対象車は、前年に市販された乗用車で売れ筋の車種を選びます。また、メーカーが希望する車種もテストを行います。ただし、テストの公平性を保つために、テストに使う車両は自動車販売店で売られている新車を匿名で購入しています。衝突試験は数種類があるので、1車種で複数台を購入してテストします。

自動車の技術進歩や安全基準の強化とともにテスト方法や評価方法も変わっていますが、年々、テスト対象車種が獲得する得点水準が上がってきており、新車の安全性能の向上を後押ししています。残念なことに自動車に関わる交通事故は毎年多数起きていますが、交通事故全体に対する死亡事故の割合は徐々に下がってきています。この死亡事故の減少には、自動車の安全性能の向上が指摘されています。

最近では、自動車メーカーも燃費性能基準とともに、自動車アセスメントの評価結果を示したステッカーを展示車に貼付するなど、消費者に対して積極的に安全性をアピールするようになっていきました。新車を購入される際には、好きなメーカーやデザイン、性能だけでなく、自動車アセスメントの評価結果も考慮に入れてみてはどうでしょうか？



自動車アセスメントにおけるテスト風景。左写真は衝突時の乗員の安全性能を評価する前面衝突（フルラップ）試験。

生身の人のかわりにダミー人形を載せて衝突による被害を人体への障害値を算出して評価します。

右写真は反対に“衝突させない”ための予防安全技術の試験。前方に前走車を模したバルーンを設置し、そのバルーンをセンサが認識して自動ブレーキにより追突を防げるかテストします。運転操作はロボットが行います。