



地域包括支援センターだより

【問合先】桂川町地域包括支援センター（桂川町総合福祉センター内） ☎65・4401

■ 高齢者の自動車運転について

日本では、急速に高齢化が進み、それに伴い高齢者の運転免許保有者も増加していますが、近年、高齢ドライバーの判断・操作ミスによる交通事故が社会問題化しています。高齢ドライバーは自動車運転のベテランとも言えます。しかし、年齢を重ねるとともに視力や判断力、記憶力は変化していきます。今回は身体機能や認知機能の低下による自動車運転の危険性について挙げていきます。

視力の低下

- メーターやカーナビの文字が見づらくなってきた
- 標識や信号に気づかないことがある
- 前方車との距離感が分かりにくくなってきた
- 夜間の運転が見えにくい など



年齢とともに視力が低下したり、視野が狭くなったりすることで、距離感覚なども分かりにくくなってきます。

筋力や体力の低下



- アクセルやブレーキを長く踏み続けることができない
- 以前に比べ運転の疲れが出やすくなった

筋力や体力が低下してくると、疲れやすくなったり、集中力が続かなくなったりします。

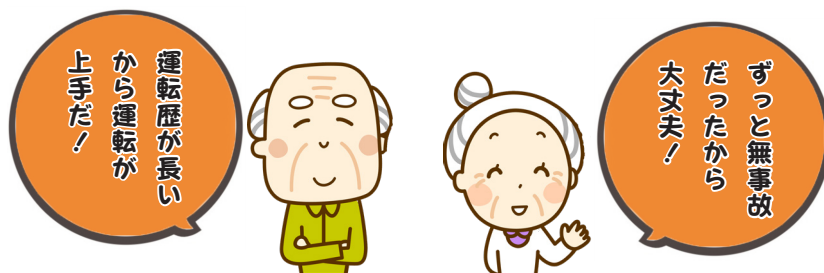
認知機能や反射機能の低下・鈍化

- 何度も行っている場所への道順が思い出せないことがある
- 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
- 急発進や急ブレーキ、急ハンドルが多くなった（と言われるようになった）
- アクセルとブレーキを間違えたことがある
- 運転途中で行き先を忘れたことがある
- 車庫入れで壁やフェンスに車体をこすることが増えた



記憶力が低下してくると、道を間違えたり、行き先を忘れてしまうなどの症状が出てきます。また、判断能力や反射機能が低下してくると、瞬時に危険を察知・判断し、ブレーキを踏むなどの適切な運転操作が遅れてしまいます。

高齢者自身はいつも通り安全運転のつもりでも、実際には周囲から観察すると危険な運転になっている場合もあります。



というような思い込みや過信、油断は **思わぬ大きな事故につながる** 場合があるので、日頃からの注意や慎重な運転を心がけましょう。

また、運転に不安を感じる方は **運転免許の自主返納** も選択肢のひとつとして検討しましょう。交通事故は被害者だけでなく加害者、さらにはその家族と、多くの方に大きな影響を与えます。これまでの車ありきの生活が、自主返納によって大きく変化してしまうことに、かなりの不安を抱くことと思います。いつまで運転するか、返納後にどう暮らしていくかなど、ご家族で一緒に話し合っただけならと思います。

桂川町では、運転免許を自主返納された方への支援としてタクシー乗車券を交付しています。自主返納した日から6か月以内に申請すれば交付を受けることができますので、ぜひご活用ください。