

高齢者が気をつけるべき 運転行動のチェックリスト

国立長寿医療研究センター 長寿政策科学研究部 部長 荒井由美子



わが国では、高齢者の自立した生活をできる限り維持することが重要な政策の1つと位置づけられており、当センターでも、健康長寿社会の構築を理念として、掲げております。

高齢者数の増加に伴って、現在、高齢運転者数は、増加の一途を辿っておりますが、一方で、2013年の死亡事故を、運転者の年齢別にみますと、高齢者が運転者であった場合が25%を占めており、割合が最も高くなっています(警察庁, 2014)。そこで、われわれは、高齢者ドライバーが気をつけるべき運転行動を明らかにしました。



● 定期的に、以下のチェックリストの項目を確認してみましょう。

※項目ごとに○印は1つずつ	ご自身の運転状況			
右左折のシグナル(ウィンカー)を間違えて出したり、出し忘れたりすることがある	いつも ある	時々 ある	あまり ない	全くない
カーブをスムーズに曲がれないことがある	いつも ある	時々 ある	あまり ない	全くない
歩行者、障害物、他の車に注意がいかないことがある	いつも ある	時々 ある	あまり ない	全くない
危険な状況へのとっさの対応ができないことがある	いつも ある	時々 ある	あまり ない	全くない

われわれの研究では、「ドライバーの皆さんは、運転する際に、加齢とともに、上記4つの困難を自覚する頻度が増加している」ということが明らかになりました。1つでも、これらの行動がみられた場合には、「ご自身の運転が、加齢の影響を受けはじめている可能性がある」と考え、より慎重な運転を心がけましょう。



この研究の詳細は、英国の老年医学の学術誌(Archives of Gerontology and Geriatrics)に掲載されました(Arai & Arai. Arch Gerontol Geriatr 2015; 60(1): 39-44)。