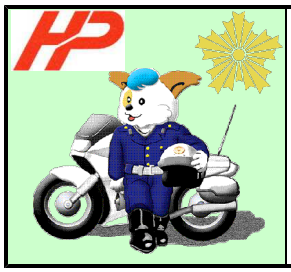


深川交通安全情報

ストップ・ザ・交通事故

令和６年１月３１日
深　川　警　察　署
交　　通　　課
Ｒ６年　第７号

身体機能の変化と運転

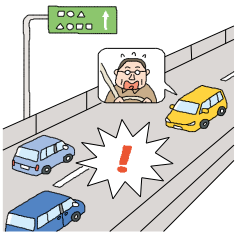
その2

柔軟性・反応と加齢

- 加齢により筋肉量が減ることで、とっさに力を出すことはできても、持続して筋力が続かず、高速道路などでアクセルを踏み続けることができない場合があり、一定の速度での走行が難しくなります。
  また、足の筋力の低下のためにブレーキの踏み込みが甘く、追突の危険も増加します。
- 痛みがなくても、若い頃よりも関節可動域は狭くなるので、左右後方の目視確認が難しくなります。
- 年齢とともに動体視力が低下することで、反射神経が鈍ってきます。
  「危険察知」までに今までよりも時間がかかり、「危険察知してからブレーキを踏む」までの時間もかかります。

何回も後方確認やハンドル操作が必要になるような、狭い駐車スペースを避けましょう。自分の反射神経は若い頃よりも衰えていることを自覚し制限速度を意識しましょう。

認知判断能力と加齢



加齢により認知能力が衰えると「ぼんやり」とした時間が増え、

- アクセルとブレーキを踏み間違える
- 高速道路などで逆走する

など、状況判断を大きく間違えてしまう可能性があります。

今までの運転歴から「自分は大丈夫」と過去の経験にとらわれることなく、自分の身体機能の変化を理解することが大切です。

～安全運転ができなくなる前に免許証の自主返納という選択を～

何歳まで運転できるかは個人の判断にゆだねられていますが、現在、運転に不安がない人でも、万が一の事故を避ける対策として免許証の自主返納を検討するのも一つの選択です。

自主返納は警察署で行うことができます。

詳しくは深川警察署交通課までおたずねください。

深川警察署　0164-23-0110