

5

この場面にどんな危険があると思いますか？



★今日の集まり・早わかり★

目 的	安全運転のためには、めまぐるしく変化する交通状況に対して、的確に対処することが大切です。危険な状況が起こってから、初めてそれに気づき、対処しようとした場合には、判断や操作が遅れ、事故につながってしまうこともあります。 「目の前の状況に対して、次にどのような危険が生じるか」を予測する習慣を身につけることで、危険な状況が起きた場合にも的確な判断を下し、操作を行う余裕が生まれ、事故回避にもつながります。														
効 果	<p>運転力 🔄 運転知識、とくに事故の原因と危険予測力が上がる。</p> <p>気づき力 ⚠️ 自分の弱点に気づく（自己客観視）。</p> <p>コミュニケーション力 😊 仲間との交流でいきいきした気分になる。コミュニケーション力が上がる。</p> <p>脳機能 🔄 話し合いを通じて脳が活性化する。</p>														
時間割の目安	<p>▼ 約 1 時間30分（準備、あとかたづけを除く）</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td>○準備</td> <td style="text-align: right;">10 分</td> </tr> <tr> <td>①リーダーあいさつ</td> <td style="text-align: right;">10 分</td> </tr> <tr> <td>②交通脳トレ.....</td> <td style="text-align: right;">10 分</td> </tr> <tr> <td>③危険予知トレーニング</td> <td style="text-align: right;">1 時間 5 分</td> </tr> <tr> <td colspan="2" style="text-align: center;">（途中休憩あり）</td> </tr> <tr> <td>④リーダーまとめ</td> <td style="text-align: right;">5 分</td> </tr> <tr> <td>○あとかたづけ</td> <td style="text-align: right;">10 分</td> </tr> </table>	○準備	10 分	①リーダーあいさつ	10 分	②交通脳トレ.....	10 分	③危険予知トレーニング	1 時間 5 分	（途中休憩あり）		④リーダーまとめ	5 分	○あとかたづけ	10 分
○準備	10 分														
①リーダーあいさつ	10 分														
②交通脳トレ.....	10 分														
③危険予知トレーニング	1 時間 5 分														
（途中休憩あり）															
④リーダーまとめ	5 分														
○あとかたづけ	10 分														



..... あらかじめ用意しておくこと

《リーダー・班長》

- ご自身でも事前に「ワークシート 危険予知 1、2 問題」を解いて、内容を把握しておきましょう。
- 「今日、話し合うための台本」、「今日、覚えてほしいこと」を読んでおきましょう。
- ご自身の体験談や耳にした事例など、問題と似たようなケースがないか考えておきましょう。

《教材など》

- リーダー・班長用：班長用に P52～65 をすべてコピー（班長の人数分）
レポート用紙など（まとめるために）
- 受講者用：「ワークシート」（P53～58）のカラーコピー（人数分）
「今日、覚えてほしいこと」（P59）のコピー（人数分）※白黒コピーでも可
別冊子「交通脳トレ3ヵ月」（2枚1組）のコピー（人数分）※コピー方法は問題集参照
お茶（ペットボトル）（人数分）
赤と青のサインペン・筆記用具（持参していただくか人数分用意）

お名前

あなたは片側 1 車線の 住宅街の下り坂を走っています



© (株) JAF MATE 社

写真は運転席から見たもので、
右側の対向車とすれ違うところです。
左側の歩道には自転車が走っており、その先の車庫には
白い車の先端が見えます。

どんな危険が
ありますか？



写真で危険と思われる所に**赤ペン**で○をつけて
ください。

気がつかなかった
危険は？



他の人の意見で自分が印をつけなかった所には、
青ペンで○をつけてください。

* 自転車は基本的に車道を通りしなければなりません、写真の歩道は自転車通行可の標識のある歩道です。

🚲 車を運転しない方 → あなたは写真左の自転車で走っているつもりで、
この問題を考えてください。



①車が車庫から出てきました

もし自転車が白い車の手前で止まった場合には、車庫から出ようとしている白い車のドライバーは、自転車が待っているのです。急いで車道に出ようとしがちです。

②交差点の左から車、自転車、歩行者などが出てきました

前方左には、信号のない交差点があります。安全確認をせずに四輪車、二輪車、自転車、歩行者が出てくるかもしれません。自転車や車庫の白い車に注意が向けられていると、この個所の安全確認がおろそかになりがちです。

③交差点の右から車、自転車、歩行者などが出てきました

前方右には、信号のない交差点があります。安全確認をせずに四輪車、二輪車、自転車、歩行者が出てくるかもしれません。こちらからは対向車のおかげで見えにくい部分です。

🚲【自転車利用者の立場での危険】

- 駐車場から車が出てくるかもしれない。
- 歩道のゴミ袋をよけようとして車道に出るとき、安全確認をし忘れ、車道を後ろからくる車とぶつかるかもしれない。
- 前方の交差点から出てくる四輪車、二輪車、自転車、歩行者とぶつかるかもしれない。
- 下り坂なのでスピードが出やすい。スピードを抑えて走らないと危険。

お名前

信号のない交差点を直進しようとしています



©(株) JAF MATE 社

写真は運転席から見たもので、住宅街の一方通行路を走っています。
子どもの乗った自転車が通り過ぎた後に
交差点を直進しようと思います。

どんな危険が
ありますか？



写真で危ないと思われる所に**赤ペン**で○をつけてください。

気がつかなかった
危険は？



他の人の意見で自分が印をつけなかった所には、**青ペン**で○をつけてください。

車を運転しない方 → 助手席に座っている立場からお答えください。

! 右から自転車が もう 1 台出てきました

前の自転車を追うように、子どもが乗った自転車がもう 1 台、交差点に入ってきました。



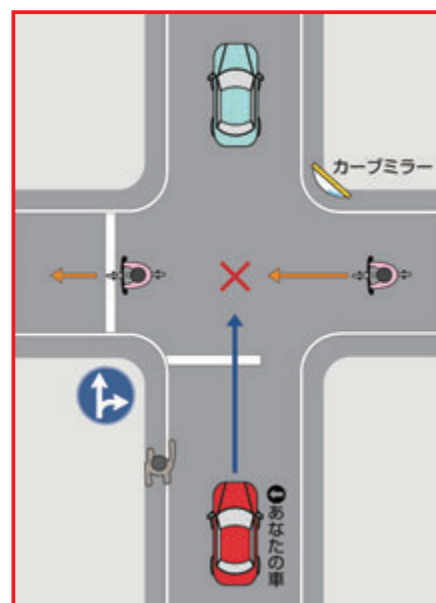
© (株) JAF MATE 社

解答

自転車に乗った子どもが後ろを振り返りながら走り過ぎた後に、友だちか兄弟でしょうか、もう 1 台の自転車が後を追うように走ってきました。しかも、この子どもは追いつくの
に精一杯で、まわりを見るゆとりはなさそうです。

ドライバーは、このような交通量の少ない交差点でも、はじめの自転車を見たら「なぜ振り返っているのか、後ろに何があるのか」と注意してハンドルを握ります。

この交差点には、直進と右折の一方通行の標識があります。当然、左側からくる車などに注意する必要がありますが、右からの交通、とくに自転車に注意を払いましょう。写真のような信号機のない、見通しの悪い交差点に入るときは、できるだけ直前で止まって、カーブミラーで確認、ゆっくり進みながら、左右を自分の目で見て安全を確認します。



◆一方通行の交差点でも、見通しが悪いときは、できるだけ止まって左右両方の安全を確認する。



住宅街の「^{であがし}出会い頭事故」が多い。優先意識を捨てて、安全確認を。

ワークシート 危険予知2 その他の注意

カラー
コピー

© (株) JAF MATE 社

① 左側の歩行者が車の前に！

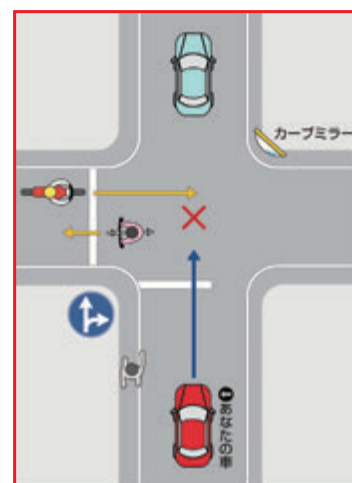
歩行者が背後から近づくあなたの車に気づかず、交差点で右側に行こうと思っていると、後方を確認めずに右に出てくる可能性があります。

② 左側から車がくるのを見落とした！

左上の標識を見ると、左から右に車が通過できることがわかります。左側から四輪車や二輪車が出てくる可能性があるため、右側のカーブミラーにも注意します。ただし、ミラーにも死角があり、確認できる範囲は限られているので、交差点の手前で止まり、カーブミラーだけでなく左側や右側も目視しながら、ゆっくりと進みます。またカーブミラーでは、天気や時間帯によって、暗い色の四輪車や車体の小さな二輪車は見えにくいことも意識しておきましょう。

③ 自転車に乗った子どもが転んだ！

後ろを振り向いている子どもは不安定な姿勢なので、何かの拍子で転ぶかもしれません。



目的外の複製を禁ず

危険予知 1

1 力所に集中せず、努めて左右を見るようにします

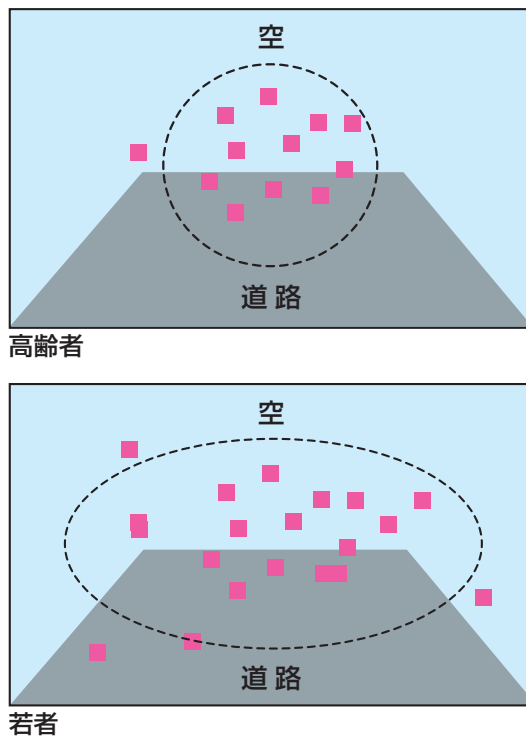
問題では、一見安全そうな道で、ガードレールの切れ目から自転車が飛び出してきました。前だけ見ていては気づかない歩道上の車やゴミ袋が、自転車の意外な動きを誘ってしまったのです。

高齢になると、「^{どうたいしりょく}動体視力」といって動いているものを見分ける視力が低下します。

また、運転中の目（視線）の動きをアイカメラで調べた結果（図1）では、高齢ドライバーの視線は視野の真ん中あたりに固まっています。若いドライバーの視線が左右に広がっているのと対照的です。

見え方の弱点を補うには視線を意識的に左右に配ることで、この問題でいえば、歩道上の車やゴミ袋のような危険のヒントも、早めにとらえることができるでしょう。

図1 四輪車運転時の視線の動く範囲（模式図）



高齢者

若者

危険予知 2

「^{であ}相手がいるはずがない」で、^{がしら}出会い頭事故に

交差点とその付近で起きる事故は、交通事故の半分以上を占めています。中でも左右からきた車などと、まっすぐ進もうとする車がぶつかる「出会い頭事故」が目立ちます。

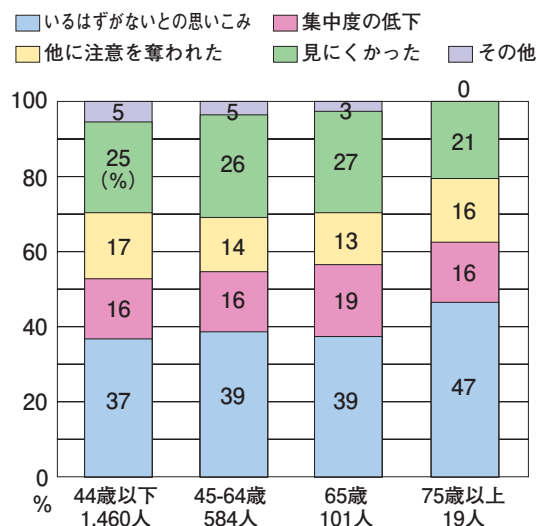
問題では住宅街の交差点で、子どもの自転車が飛び出してきました。信号のない交差点では一方通行の標識に従って進む場合でも、周囲の安全確認は欠かせません。

写真の標識は四輪車と二輪車に対する指示で、自転車と歩行者はこれに制約されることなく、どの方向にも自在に通過するからです。

出会い頭事故は信号のある道路でも、ない道路でも起きていますが、事故を起こした人を対象にした調査（図2）では、「（相手が）いるはずがない」との思い込みが、65歳以上では約39%、75歳以上では約47%ありました。

信号のない交差点では、相手が出てくるかもしれないと考え、左右の安全確認と慎重な行動を心がけましょう。

図2 出会い頭事故で相手を見落とした理由



「イタルダ・インフォメーション」
（公財）交通事故総合分析センター 2007年

今日、話し合うための台本

進める順序	リーダーと班長にやっていただくこと
<p>○準備 10分</p>	<p>※参加者の人数に合わせて、あらかじめリーダーは班長を決めておく。 ①班を編成（5～8人）する。 ②机やいすを並べかえ、班ごとに着席する。</p>
<p>①リーダーあいさつ 10分</p> <p style="text-align: center;">▼</p> <p style="text-align: center;">▼</p>  <p style="text-align: center;">▼</p> <p style="text-align: center;">▼</p>	<p>♣ リーダー（班長の代表）</p> 
<p>■班ごとに自己紹介</p>	<p>♠ 班長 ご自分も含め、全員に自己紹介をしてもらおう。 （お名前、お住まいの地域、運転歴、最近車で出かけた所など）</p>
<p>②交通脳トレ 10分</p> <p>■「交通脳トレ」 問題2枚配布</p> <p style="text-align: center;">▼</p> 	<p>♠ 班長</p> <p>①「交通脳トレ」問題2枚を配る。 ②2人1組になり、問題終了までの時間を腕時計（秒針付き）で計って用紙に記入してもらおう。 ★リーダーが時間を計ってもよい。</p> <p>▼1枚目 「文字ひろい」または「まちがい探し」 ▼2枚目 「計算と音読」</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div>

話し方の例

このまま読みあげるだけで講座を進めることができます



リーダー

- お忙しい中、お集まりいただきありがとうございます。危険予知は、さまざまな運転場面のどこに危険が隠れているのかを探るトレーニング、いわば「安全という宝探し」のゲームです。
- 今回用意した問題は、どれも身近な生活道路を舞台にしています。年齢を重ねるにつれて、遠出のドライブが減って自宅周辺の運転割合が増えるといわれますが、事故は、そうした場でも起こります。
- さて、みなさんが問題を見て、「ああ、これはよくある」と思われたら、ここからがトレーニングのスタートです。自分が運転席でハンドルを握っている感じ、窓の外にその場面が流れていくイメージをもって、次に写真の中の車や人の動きを想像します。この後どのようになるのかを、ゲーム感覚で考えていくトレーニングです。
- 問題は一見単純なようですが、回数を重ねるうちに、みなさんの中で「危険と安全の知識」が蓄積されてきます。運転中「いざ」というときにそれらが思い浮かべば、脳に働きかけて危険を回避できるかもしれません。
- 作業は班に分かれて、班長さんや私が進行役になって行います。まず各自で考え、次に班の中で話し合います。それからみなさんで解答を見ますが、このとき発表された他の方々の意見を聞くのも大切です。

運転免許を持たない方も参加している場合の追加説明の例

- 運転免許を持っていない方は、自転車に乗っていたり、ご家族やお友だちが運転する車の助手席に座っていると考えて、交通場面を見てください。



班長

- 最初のトレーニングは「交通脳トレ」です。この問題は全部で3ヵ月分あるのですが、今日はそのうちの1日分(2枚)をやっていただきます。
- 1枚目の問題では、安全運転に大切な、運転中にとっさに危険を察知する能力を支える、脳のトレーニングを行います。2枚目の問題では、簡単な計算問題(※)と小説などの一部を音読していただき、脳を活性化します。2枚1組の問題を少なくとも3ヵ月間続けて行くと効果が出てきます。
- 2人1組になり、問題にかかった時間を腕時計(秒針付き)で計ります。1枚目の問題から始めます。「スタート」の合図をしたら、時間を計ってください。では、スタートします。(2枚目の問題も同様に行う)

ポイント

★準備の必要上、初めて実施するときは事前に班長を決めておきますが、次回からは自薦、他薦で班長を決めるのもよいでしょう。

★参加者のみなさんに、トレーニングの目的、内容を理解してもらうことが大切です。

★お互いのことを知ると話がスムーズに進みます。

★まず、「交通脳トレ」から始め、脳の働きを高めます。

★開発者は、脳のトレーニングで知られる東北大学の川島教授です。

※やさしい問題をすばやく正確に計算することが、脳を活性化させます。

★時間の計り方を練習してから始めましょう。

*「交通脳トレ」の詳しい情報は、別冊子「交通脳トレ3ヵ月」をご覧ください。

進める順序

③危険予知
トレーニング

1時間5分

○危険予知1を行う
(合計30分)

■「ワークシート
危険予知1 問題」
1枚配布
(5分)

リーダーと班長にやっていただくこと

♣ 班長

- ①「ワークシート 危険予知1 問題」1枚と、赤と青のサインペンを配る。
- ②問題文を読みあげる（参加意識を高めるために、参加者に読んでもらってもよい）。
- ③参加者に、問題の写真の中で危険と思う所に赤い○をつけてもらう。

問題



■班ごとの話し合い
(10分)



♣ 班長

- ①参加者1人ずつに赤い○をつけた所と、その理由を発表してもらい、答えを簡単にメモする。
※運転免許を持たない方には自転車の立場で発言してもらう。
- ②参加者には、自分が気づかなかった危険箇所（他の人が危険と感じた場所）に青いペンで○をつけてもらうよう話す。
- ③全員が話し終わったら、メモをもとに発表された危険箇所を確認する。



■班の代表の発表
(5分)

♣ 班長

- 班ごとに代表が出て答えと理由を参加者全員に発表する。

■「ワークシート
危険予知1 解答」
1枚、
「その他の注意」
1枚 配布
(5分)



♣ 班長

- ①「ワークシート 危険予知1 解答」1枚と「その他の注意」1枚を配る。
- ②「解答」を読みあげる（参加意識を高めるために、参加者に読みあげもらってもよい）。次に、点線カコミの部分と、赤字の部分を強調する。

解答





●危険予知トレーニングを始めましょう。
問題も1人で考えていると眠くなってきますが、みんなと一緒にドライブしているような気分で始めましょう。

- では、「危険予知1」を始めます。はじめに問題文を読んでもみます(あるいは、〇〇さん読んでください)。
- 問題の写真で、危ないと思う所に赤ペンで○をつけてください。○はいくつつけてもかまいません。危ないと思った理由も書いておきましょう。

運転免許を持たない方も参加している場合の追加説明の例

- 運転免許を持っておられない方は、下の枠に書いてありますが、自転車に乗っているつもりで考えてください。



●書き終わりましたか？ それでは〇〇さんから順に右回りで答えをいってください。なぜそう思うかも、できれば話してください。

[全員の話が終了したら]

- みなさんの発表が終わりました。みなさんが危ないと思った場所は〇〇が〇人、〇〇は〇人……でした。
- 同じような体験をされた方の話には共感できますし、まったく経験のないお話を聞くと、ご自分が知らなかった危険に気づくことができます。同じテーマで話し合うことは、危険個所の知識を広げたり、深めるのにとても重要です。



●班ごとのまとめが終わりました。では「危険予知1」の「解答」と「その他の注意」をお配りします。解答には、こういう場面でもっとも起きやすい事例が書いてあります。〇〇さん、読んでいただけますか？

[解答の読みあげが終わったら]

- みなさんにとくに注意してほしいのは、歩道を走っている自転車でも、ガードレールの切れ目では車道に出てくるかもしれない、ということです。また、高齢になると横方向の視野が狭くなります。運転するときには、左右を意識的に見るようにしましょう。



★みなさんの運転経験をもとに、自由に話してもらいましょう。

★同じ答えが出てもかまいません。解答ごとに人数をメモしておくといいでしょう。

★参加者の意見を引き出すことが大切です。突飛に思われる意見もすべて尊重しましょう。

★1人の発表が長くなりすぎたら、「他の方にも聞いてみましょう」と、次の人へ発言を促しましょう。

★時間があるときは、「ご自身の運転でこれとよく似た経験がある方はいませんか？ あればお話しください」と問いかけるとよいでしょう。

★解答は「これが正解」といわず、事故事例などで大変起きやすいケースを紹介していることに触れましょう。

★自転車は車両の仲間であり、標識により歩道の通行ができるときなどを除き、道路の左端を通行しなくてはなりません。

進める順序	リーダーと班長にやっていただくこと
<p>■ その他の注意の読みあげ (5分)</p> <p style="text-align: center;">▼ ▼ ▼ ▼</p>	<p>♠ 班長</p> <p>① 「ワークシート 危険予知1 その他の注意」を読みあげる（参加意識を高めるために、参加者に読みあげてもらってもよい）。 ※免許を持たない方が参加されたときは、下のカコミの部分も読みあげる（参加者に読みあげてもらってもよい）。</p> <p>② 話し合いの中で、「解答」や「その他の注意」以外に出た意見もとても重要であることに触れる。</p> <div style="text-align: right;"> <p>その他の注意</p>  </div>
<p>☕ 休憩 (5分)</p>	
<p>○ 危険予知2を行う (合計30分)</p> <p>■ 「ワークシート 危険予知2 問題」1枚配布</p> <p>■ 「ワークシート 危険予知2 解答」1枚、「その他の注意」1枚配布</p>	<p>♠ 班長</p> <p>「危険予知2」を「危険予知1」と同じ要領で行う。</p> <p>① 「ワークシート 危険予知2 問題」1枚を配り、問題文を読みあげる。</p> <p>② 参加者に、問題の写真の中で危険と思う所に赤い○をつけてもらう。</p> <p>③ どこに危険があるか話し合う。</p> <p>④ 班ごとに班長が危険個所を確認する。</p> <p>⑤ 班の代表が出て答えと理由を参加者全員の前で発表する。</p> <p>⑥ 「ワークシート 危険予知2 解答」「その他の注意」を読みあげ、危険個所を確認する。</p>
<p>④ リーダーまとめ 5分</p> <p>■ 「今日、覚えてほしいこと」1枚配布</p> 	<p>♣ リーダー（班長の代表）</p> <p>① リーダーとして今日の講座の感想を話す。</p> <p>② 「今日、覚えてほしいこと」1枚を配り、説明した後参加者に読んでもらう。</p> <p>③ 今日のまとめをする。</p> <div style="text-align: right;">  </div> <p>【ご注意】 次回の集まりをご計画の場合は、最後にその案内や班長の人選を忘れないようにしましょう。</p>
<p>○ あとかたづけ 10分</p>	

話し方の例



●次に「その他の注意」を△△さん、読んでいただけますか？

[[その他の注意]を読み終わったら]

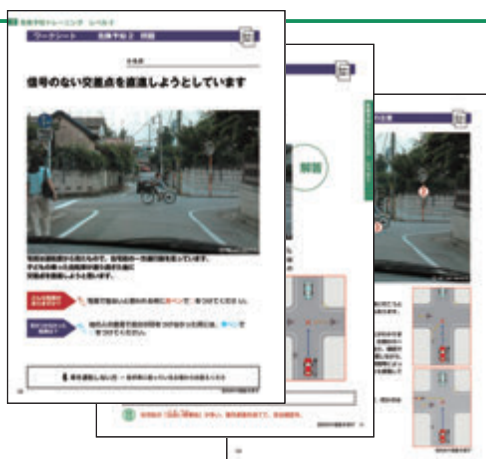
●ありがとうございます。1つの場面でもいろいろな危険があるということですね。

●ここに書いてある以外にも、話し合いでさまざまな危険が話題になりました。みんな正解です。危険予知の引き出しをたくさん持つことは大切です。ぜひ参考にしてください。

ポイント

★「その他の注意」には、解答以外の危険個所が書いてあることを話し、いろいろな危険について知っておくことが大事であると強調してください。

★話し合いの中で出てきた内容で、解答用紙に書いていない危険、参加者が体験したさまざまな危険について、十分に注意を向けましょう。



●お疲れさまでした。

今日は2つの問題で危険のパターンを考えました。わたしたちの頭の中には数え切れない運転場面と安全の知識が詰まっていて、普段はそれを意識することなく運転しています。

今日、問題を解いたときにも、こうしたご自分の経験や感覚が大いに役立ったことと思います。あるいは、解答や他の人の発表を聞くことで、今まで気づかなかった危険の知識を得たのではないのでしょうか。

●それでは、資料「今日、覚えてほしいこと」をお配りします。2つの問題のポイントが書いてあります。指名させていただきますので、順番に読みあげていただければと思います(※)。

●危険予知の問題は繰り返し見ることをおすすめします。ご家族やお友だちなど、周囲の人に話すのもよいでしょう。記憶が鮮明になり、頭の中の危険と安全の知識が充実するでしょう。そして、いつか運転中に、よく似た実際の場面に出会ったときに、今日のこの知識や考え方がよみがえれば幸いです。

★参加者はトレーニングの後、今日のまとめを期待しています。リーダーは「今日、覚えてほしいこと」を配り、今日のポイントをまとめて伝えましょう。

★感想の中で具体的なお名前などをあげながらお話しし、リーダーとしての感想をつけ加えていただくと、より励ましになります。

※時間がなければ、「ここでは、読みあげませんが、お帰りになってお読みいただけると幸いです」とつけ加えてください。