

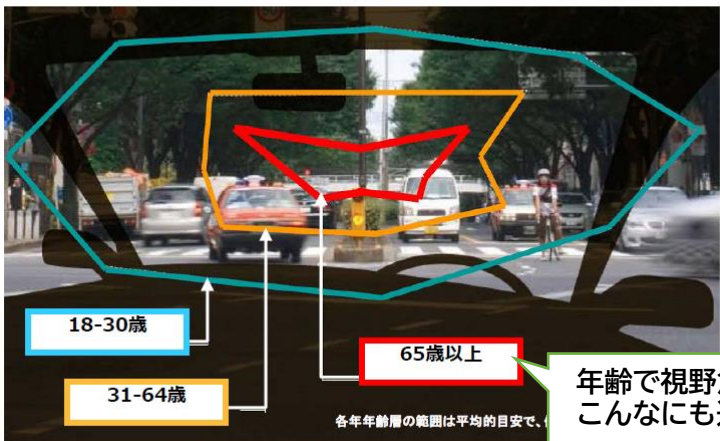
第59回 在宅ケアネット渋川 講演会レポート

【日時】 9月9日(金) 19:00~20:00 【会場】 プレヴェール渋川

【講師】 NPO法人高齢者安全運転支援研究会 事務局次長 並木 靖幸 先生
同 研究会 主任研究員/シニアアドバイザー 平塚 喜之 先生



- ・視野角は左右に加え上下も狭く
- ・動体視力低下や深視力の低下は、右折時の対向車把握を難しく



NPO法人高齢者安全運転支援研究会

パーとチョキを交互に出すのは難しい

先生もできない
空中でトントンすりすり
(通常は膝の上で行う)

参加者内訳人数

職 種	会場	Web	計
医師、歯科医師、薬剤師	5	4	9
看護職(保健師・看護師)	6	6	12
PT/OT/ST	7	7	14
介護支援専門員	9	4	13
歯科衛生士	0	1	1
ソーシャルワーカー/相談員	4	3	7
事務(行政含む)/その他	2	0	2
合計人数	33	25	58

運転時認知障害早期発見チェックリスト30

Check 30 あなたは何個? 月 日 月 日 月 日 個 個 個

30問のうち5問以上にチェックが入った方は要注意です。
認知症予防を心がけていただくとともに、年に数回はご自身でチェックを行い、項目が増えるようなことがあれば専門医や専門機関の受診を検討しましょう。

以下の項目であてはまる場合は□にチェック✓を入れてください。

- ☐ 車のキーや免許証などを探し回ることがある。
- ☐ 今までできていたカーナビやカーナビの操作ができなくなった。
- ☐ トリップメーターの読み方や時計の合わせ方がわからない。

高齢者安全運転支援研究会のホームページよりダウンロードできます。チェックしてみましょう。

今まで「在宅ケアネット」ということで在宅医療や介護の視点から講演を行ってきましたが、今回は視点を改めて「高齢者ドライバー」についての講演です。高齢者運転の特徴や「運転前には軽い運動で血流をアップさせると神経伝達スピードが改善される」ということから運転前の体操を実際に行ってみました。高齢者ドライバーによる事故はよくニュースになっており、痛ましい事故も少なくありません。しかし、無理に運転をやめさせることは難しいとのこと。どうすれば安全な運転を長く続けられるかという内容を中心にお話いただきました。参加者の方からも、「家族に教えたい」「自分自身の役に立ちそう」といった感想が多く寄せられました。群馬は車社会です。少しでも安全な運転を心掛けたいと思います。

【参加者の感想（一部抜粋）】

☆運転技能の低下に認知機能低下も影響するが、それだけでは事故は防げず、身体機能など複合的な要因が運転技能と関わる可能性がわかった。

☆自分の両親に資料を渡してチェックリストをやってもらおうと思います。視野が狭くなっていることには自分で気づきにくいと聞いています。自覚があったらもう手遅れ位になっているのだと思うので、大丈夫とは思わずに十分に理解して運転してほしいと思います。

☆免許返納が難しければ、少しでも安全に運転してもらうように働きかけていけるようにしたい。