

神奈川県中原警察署交通課

**高齢者と交通事故 現状と対策**

大場課長にお話を伺いました

一昨年の池袋での高齢ドライバーの暴走による悲惨な事故や高速道路での逆走等、高齢者にまつわる交通事故の話題が絶えません、今回は「高齢者と交通事故」について神奈川県中原警察署の交通課長、大場英彰さんにお話を伺いました。

Q: 今回お話を伺う前に、いろいろと調べてみると交通事故の件数は高齢者を含め全年齢層で減っているものの、高齢者の占める割合は上昇傾向にあるそうですね。

大場: 高齢者が関わる事故の割合が増えてきていることと共に、わが国では急速に高齢化が進み、65歳以上の人口が増え続け(2020年高齢化率<65歳以上>: 28.7%) ていることを、念頭に置かねばなりません。因みに神奈川県全体ですと2020年人身事故の件数は20,630件で高齢者<65歳以上>が関わっていたのが7,012件の34%、亡くなられた方は140人のうち56人<40%>中原区内では269件のうち高齢者が関わったものが89件<33.1%>亡くなられた方は4人のうちお二人です。

Q: 一般的に高齢になればなるほど「認知機能」や「身体機能」の低下により、交通事故のリスクが増大することは想像に難くないです。

大場: そういう事を一般の方には再認識して欲しいし、特に「高齢者」の方々には自覚をしていただく事が大切なのです。これは高齢者ドライバーに限ったことではなく、高齢者が歩行者の場合でも同じことです。

Q: 具体的にはどのようなことでしょうか?

大場: 身体機能の衰えで言えば「運動能力の低下」「視野が狭まる」「耳が聴こえづらい」、認知機能の低下からは「見識力」の衰えから場合によっては「善悪の判断」にまで及ぶこともあります。加齢に従って周辺視力や動体視力、反応時間の低下を感じる方も多いと思います。高齢ドライバーは自分で安全運転を心掛けているつもりでも、「注意力や集中力の低下」「瞬間的な判断力の低下」「過去の経験にとらわれる傾向がある」等があるとされており、高齢者の方は自覚とともにそれらの衰えを意識してカバーするよう心がけることがなによりも大切です。

Q: 特に注意が必要なのはどのような部分でしょうか?

大場: 集中力や反応の低下を補うために、運転する際は、常に意識して周囲に注意を払うこと。発進時、角を曲がる時、レーンチェンジ、そしてブレーキを踏む時、意識して周囲の状況にしっかり目を配る習慣を身につけて頂きたいです。特に夕暮れ時、黄昏時などは一層の注意が必要です。また、過信はいけませんが、クルマの選びの中で衝突被害軽減ブレーキやペダル踏み間違い急発進抑制装置等の搭載車「サカ」等を選ぶ、視力に合った眼鏡を使う等、自己防衛することも大切だと思います。

Q: 歩行者として的高齢者についてはどう考えましょう?

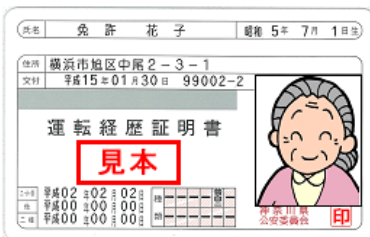
大場: 歩行者の立場になっても同じことです、例えば横断歩道の場合、点滅になったら高齢者の方は渡り切れなかった方が確かです。逆にドライバーの方は高齢者の歩行者を見たら、スピードを緩める等の配慮が必要です。視覚・聴覚の低下により、車が近づいても気が付かないことも多いです。また、高齢者の場合歩くことが大変になり、横断歩道までたどり着かず、いきなり車道を横切るケースも散見されます。ですから高齢者の方を見たら「もしかしたら横断してくるかもしれない?」と考え、防衛運転を心掛けてください。



1983年神奈川県警で警察官を拝命し、警察官としてのキャリアをスタート。警察学校卒業後、機動隊等を歴任後2004年より交通課に、2020年より中原警察交通課課長。



高齢者の歩行者を見たらまず注意!!スピードを落とす配慮を、いきなり車道を横切るケースもあります。



↑運転経歴証明書<見本>大きさは免許証とほぼ同じ、運転免許所と同じく、身分証明書として使用出来る他、契約施設での割引サービスもある。



納得して自主返納をして頂くのは至難の業。長年の安全運転への感謝の意味を含め「運転卒業証書」を作り表彰したり、返納時に食事会や旅行を企画する事もあるという。また、車の安全運転に関するテクノロジーの進化にも期待をしたい、と話す大場課長。

Q: 小さな物損事故が増えたり、駐車に手間取ったり...、そろそろ運転は止めてほしいと考えるご家族も多いと聞きます。

大場: 2017年に道路交通法の一部が改正され、75歳以上は3年に1度の免許更新時に認知機能検査を受けることが義務付けられましたが、これにパスしても次の更新までに認知機能や身体機能が低下することも考えられます。一方、神奈川県では1998年に導入された運転免許証の自主返納制度を促すため、「自主返納サポート協議会」が設立されています。

Q: 自主返納をするといったいどのようなメリットがあるのでしょうか?

大場: 申請をされた方には<有料<1100円>>「運転経歴証明書」という、これは法令上、本人確認書類として認められている運転免許証大の証明書が発行されます。身分証明書として使用出来るほか(一部受付出来ない機関もあり)、県内のデパート、スーパー、宿泊施設等、自主返納サポート協議会の提携施設での割引を受けられる等の特典があります。

Q: とは言っても自主返納を説得するのは至難の業?

大場: その通りです。説得にも納得に至ることは難しいです。本人的には買い物や通院等の足を奪われることもあるでしょうし、行動を制限されることにもなる。また、プライドを傷つけられたと感じるものです。お困りになっているご家族も多く、実は私たち交通課に相談に来られる方もいらっしゃいます。ご家族とも協力し、説得をさせていただきますが、簡単に納得して頂くことは稀です。気持ちよく納得していただくには時間をかけ説得していかねばなりません。一般的にはご家族や身内からよりも、友人や医師等、他人からの勧めに納得される方が多いようですが、思いついたように突然に切り出すことは避けたいです。

Q: さて、最後に皆様にお伝えしたいことがあれば

大場: 交通事故は加害者・被害者そして家族までもが全員不幸になります、ほんの一瞬のブレーキの遅れや判断ミスで人生が大きく変わってしまう...、私たちはそういう事例を沢山見てきました。これは高齢者に限ったことではありません、自動車を運転している時だけではなく常に安全確認や法令順守を心掛けて頂きたいと思います。(敬称略)

川崎市宮前区のグループホーム「バナナ園生田の杜」より

## 福笑いで笑顔のスタートお正月

2020年から続く新型コロナウイルスの猛威は一向に収束する気配もなく、先の見えない2021年は不安な気持ちで迎えるお正月になってしまいました。例年であれば、年末年始は入居者様がお自宅にお帰りになったり、逆にご家族が大勢で施設にこられ、一家団欒を楽しんだり賑やかな季節なのですが、今年は、コロナ禍によりそれもままならず、入居者様も家族様も寂しい思いをされたことと思います。そんなこともあり川崎市宮前区のグループホーム「バナナ園生田の杜」は珍しく入居者様全員で過ごす年末年始になりました。大みそかは例年通り皆で歌番組、テレビ東京の「年忘れにっぽんの歌」を楽しみます。最近はお入居の皆様は「紅白歌合戦」よりも「年忘れにっぽんの歌」＜懐かしのメロディー＞の方がお好みようです。中高年に向けた出演者と懐かしい日本の名曲を堪能できる番組として、ここではすっかり大みそかの楽しみに定着しました。番組が始まると皆がテレビに釘付けになり、歌を口ずさみ始めます。そらで歌う姿を見ると「＜認知症で記憶を失っているはずなのに＞歌の力ってすごいなあ、忘れていないんだ、元気になるんだ。」と感じずにはいられません。少し夜更かしをしたこともあり、元旦は昼食におせち料理を皆でゆっくりと召し上がることになりました、各々の目の前に置かれたミニお重のおせち料理を見て「えっ、これ一人で全部食べていいの？」と目を丸くして喜ぶ姿を見てくやっぱり食べ物が一番！と確信！ゆっくりおせち料理を楽しみ、食後はお昼寝をされる方、バラエティ番組を観る方、と各々のんびり。そして、おやつのお楽しみ「レクリエーションお正月バージョン」の開始です。この日スタッフが持ち出したのは伝統的なお正月の遊び「福笑い」です。因みに「福笑い」ですが起源は明らかではなく、どうやら日本独自の遊びのようで、江戸時代後期から遊ばれ始め、明治にはお正月の遊びとしてしっかり定着していたようです。それ以降昭和の中頃まで各家庭でお正月の遊びとして君臨していましたが、核家族化、ゲーム機の出現などによりあまり遊ばれなくなってしまったようです。この日は、順番に目隠しをし、皆で福笑いに挑戦です。出来上がった福笑いに一同で大笑いです。コロナ禍で迎えた元旦ですが、懐かしの遊び「福笑い」のお蔭で笑顔のスタートが切れました！



日本でお正月の遊びと言えば「羽付き」「凧あげ」「独楽回し」「双六」「加判」等がありますが、何れも中国やインドなどから伝来、「福笑い」だけが日本のオリジナルの遊びのようです。

### バナナ園グループで働きステップ・アップをしませんか？ 介護スタッフ募集中

★介護は7行イア～未経験だからこそその7行イアが必要です！

#### ■募集要項

★職種：ケア・スタッフ＜①正社員/②非常勤職員＞★無資格・未経験からスタート/年齢不問

★給与：① 月給：224,781円～＜18歳資格なし夜勤6日含む＞

② 時給 1020円＜無資格＞～1170円＜介護福祉士＞

※夜勤1回 18,000～20,000円＜介護福祉士＞①②処遇改善加算交付金含

★時間：9:00～17:00 17:00～翌9:00

★待遇：社保・有休・交通費規定内支給：月額50,000円迄

★勤務場所：当社各施設10箇所の中から通勤し易い場所を選べます。

●問合せ：(株)アイ・ディ・エス 採用担当まで

☎044-455-6117

2021年3月新卒社員募集中

会社説明会随時開催中

エントリーはこちらから→



マイナビ2021



川崎市多摩区のグループホーム「バナナ園生田ヒルズ」より

## テレビ体操、ラジオ体操で筋力アップ!!

先月号のこの紙面で川崎市多摩区のグループホーム「バナナ園生田ヒルズ」では、ご入居者に健康に過ごしていただくために、リハビリの専門家による筋力アップや柔軟性アップを目指した機能訓練をするのではなく、着替えやトイレ、入浴、更に家事＜食器洗い、洗濯物たたみ、掃除等＞など日常を生活する上で行う活動を、出来るだけご自分でして頂く「生活リハビリテーション」を取り入れているというお話をさせて頂きました。しかし毎日毎日、食器洗いや洗濯物たたみ等の「リハビリテーション」をして頂くわけには行きません。実は定期的に筋力アップや介護予防のための「フジカルトレーニング」も取り入れているのです。なんだと思いますか？実は毎日NHKのテレビで放映される「テレビ体操（放送では「みんなの体操」）」そしてご存じ「ラジオ体操」、馴染みです。テレビ体操は1999年に作られた比較的新しいもののようで、高齢者に負担が少ないようにラジオ体操に比べて運動量が抑えられているのが特徴で、更に座位（椅子に座ったままの状態）での運動が取り入れられています。テレビではこれまでの立位運動と一緒に取り上げられているほか、日によってはインストラクターが座位運動ならではの注意点も解説して下さいます。まさに施設の高齢者にはうってつけのトレーニングになるのです。しかし、ご入居者の中には、馴染みがないのか難しいからなのか？してくださったり誘ってもニコはぐらかしたり。一方ラジオ体操は言わずもがな、戦前から改訂を重ねてきた歴史あるものですね、夏休みの朝、学校や公園でお子様やお孫様と一緒に、あるいはご自身がやった記憶が蘇るのか、体調次第ではありますが動ける方は全員ご参加ください。O様は右手が動きにくい時には左手だけでも言ってくださるし、T様（この2月に90歳！）は軽くですが飛び跳ねてください。昨今の巣ごもり事情もあり、高齢者ばかりでなく一般の方にも健康維持の方法としてラジオ体操は大変注目・見直されているとのこと。曲げる・ねじる・伸ばす・ジャンプといった動きを取り入れた13種類の運動のそのほとんどが普段の生活ではあまり行われなような動きです。そのため、不意の怪我や事故を予防するための身体づくりとして効果的なんだそうです。コロナによる外出自粛やテレワークで運動不足気味の方も多いと思います。私たちスタッフもご入居者と一緒に体を動かすだけでストレスの解消になります、皆さんもテレビ体操、ラジオ体操を見直してみませんか？



1999年の国連の国際高齢者年にちなみ「みんなの体操」が考案されました。ラジオ体操に比べ運動量が抑えられているので高齢者向け。

昭和3年に「国民健康体操」として制定、NHKラジオで広く普及、現在のラジオ体操第1は三代目

## バナナ園グループ

【グループホーム】

- 川崎大師バナナ園 ☎044-280-2386 ●第2バナナ園 ☎044-587-1773
- バナナ園武蔵小杉 ☎044-863-7101 ●バナナ園ほりうち家 ☎044-722-5361
- のんびりーす等々力 ☎044-750-9203 ●のんびりーす ☎044-422-2295
- バナナ園生田ヒルズ ☎044-911-1599 ●バナナ園生田の杜 ☎044-789-5691/5692
- バナナ園生田の泉 ☎044-789-5693 ●バナナ園横浜山手 ☎045-264-9634



## グループホーム空室情報

空室情報、入居に関するお問い合わせは右記の各施設もしくは総合案内

044-455-6119



月刊 MONTHLY BANANA NEWS（毎月1日発行）

通算第194号 編集：株式会社アイ・ディ・エス

川崎市中原区新丸子町734-2 ☎044-455-6119

<HP> <http://www.bananaen.com/>