

# 高齢者の皆さんへ

～家族みんなで声を掛け合い、高齢者の外出に配慮しましょう～

## 道路を歩くとき

● 高齢者の横断歩道外横断中の事故が多発しています。



● 多少遠回りでも、信号機のある交差点や横断歩道を利用しましょう。

● 横断歩道を渡るときは、青信号でも一旦止まって左右確認しましょう。



● 横断中も左右をよく見て、車が近づいていないか確かめましょう。

## 自転車に乗るとき

● 乗車用ヘルメットを着用しましょう。



● 車道が原則、左側を通行、歩道は例外、歩行者を優先

● 交差点では信号と一時停止を守って、安全確認

● 夜間はライトを点灯

● 飲酒運転は禁止



## 夜間は自分の存在をアピールしましょう

夜間、車のライト点灯により、歩行者や自転車からは車がよく見えますが、車の運転者からは歩行者等が見えにくいものです。車から歩行者が見える距離は、着ている衣服の色によって違います。

明るい色の衣服や反射材・LEDライトを身につけ、事故に遭わないようにしましょう。靴・杖・傘・バッグなどに反射材を取り付けるのも効果的です。

ドライバーが確認できる距離

黒っぽい服

白色等見えやすい色

反射材用品



# 高齢ドライバーの 皆さんへお願い



## 体調が悪い時は運転を控えましょう。

体調不良や薬の副作用などにより、事故を起こす高齢運転者が少なくありません。体調が優れないときは無理をせず、運転を控えましょう。運転に不安を感じたら、**安全運転相談ダイヤル（#8080）**にご相談ください。

## 車に乗ったら、シートベルトを着用しましょう。

助手席、後部座席の同乗者もシートベルトを着用しなければなりません。



## 「高齢運転者マーク」を付けましょう。

満70歳以上のドライバーは、「高齢運転者マーク」を車の前後面に付けましょう。



高齢運転者マーク

## 運転能力を確認しましょう。

加齢により、反応速度が遅くなったり、動作の正確性が低下することがあります。各自動車教習所で行っている認定教育を受けるなどして、運動能力を確認しましょう。



# あなたは どうですか？

～交通事故につながりやすい高齢者の行動特性～



### 自宅周辺での「油断」

「家が近いから」、「慣れた道だから」という油断が、事故につながります。

### 判断力の低下

道路を渡るタイミングが遅れ、事故につながる危険性があります。

### 視機能の低下

加齢により「動体視力」や遠近を判断する「深視力」の低下や、視野が狭くなることで、車の存在に気付かないことがあります。

### 筋力の低下

前傾姿勢になり、うつむいて周りが見えなくなったり、移動のスピードが遅くなって、道路を渡り終えるまでに時間がかかったりします。

## サポカーS<sup>\*</sup>について

宮城県及び宮城県警察では、高齢運転者等による交通事故対策の一環として、自動ブレーキやペダル踏み間違い時加速抑制装置などの先進安全技術を備えた車「安全運転サポート車」(サポカーS)の普及啓発に取り組んでいます。

<sup>\*</sup>サポカーSとはセーフティ・サポートカーSの略称です。

