

自動車学校

2018

8



指定自動車教習所シンボルマーク
6月25日は指定自動車教習所の日

一般社団法人 全日本指定自動車教習所協会連合会



日本交通心理学会鶴岡大会及び
自動車教習所セミナーの開催について ……横山 雅之 (4)

第18回 全国自動車教習所教習指導員安全運転競技大会 …(8)

第18回 全国自動車教習所教習指導員安全運転競技大会で優勝して

安全運転競技大会を通して ……関村 修平 (11)
“教習指導員としての心”で臨む ……河端 淳史 (14)
お世話になった安全運転競技大会 ……落合 誠 (18)

連載 ◆ 技能教習 私の教え方 36 ◆

〈第二段階—項目15 特別項目〉

結局は、目配り ……野田 宏 (22)
経験をより効果的に ……三浦 鉄弥 (24)
体験・知識がこれからの財産となるように ……白井 健二 (26)

連載 ● 交通事故事例に学ぶ 36 ●

四輪車の対二輪車事故—正面衝突 ……浜田 信治 (30)

連載 ■ 我が自動車学校の紹介 ■

「やるべきことをやる」を念頭に ……金森登志雄 (39)

《連載漫画》ドライバー氏 (第607回) ……出雲 三郎 (42)

脳若トレーニングへの取組 —

認知症ゼロから高齢者交通事故ゼロへ ……澤田 裕江 (44)
地域に根ざした活動の展開 ……梨子本稚子 (49)
「生涯無事故の幸せ」のために ……勝木絵里子 (52)

協会からの報告

シルバードライバー自己診断講習の運用について ……徳島県協会 (56)

全指連ニュース ……(63)

平成30年秋の全国交通安全運動 ……(68)

交通関係統計 ……(70)



認知症ゼロから高齢者交通事故ゼロへ

— 認知症を予防することで高齢者の交通事故を削減する

● 千葉・銚子大洋自動車教習所

代表取締役 澤田 裕江

高齢化率三五%のまち

千葉県銚子市の交通事故状況

平成二十六年、人口六万五千人の銚子市内の交通事故死者数は五名でした。うち、高齢者である六五歳以上が四名、残る一名も六四歳でした。こんな小さなまちで、こんなにも交通事故で高齢の方が犠牲になり、また加害者も高齢者であることが多いというのは、とても残念なことです。交通安全啓発活動を警察や私達自動車教習所が行っている、高齢者の悲惨な死亡事

故は年々増加傾向を示している状況でした。その様な状況から、認知機能が衰え、認知症になってしまつては交通安全啓発も忘れてしまつ、その様な危機感を感じており、交通安全に携わるものとして何らかの方策はないものかと考えておりました。

昨年三月に施行された改正道交法による高齢者講習では、認知機能検査結果によっては運転の継続について医師の診断が必要となりましたが、平成九

年に義務づけられた高齢者講習の当初目的は、年齢に達すれば認知機能や運転機能が衰えるということを感じてもらうことが中心のものでした。さらに、平成二十一年に開始した認知機能検査も、「認知機能」という言葉が「認知症」をイメージするということで評判が良くなく、「講習予備検査」という通称で行っておりました。それほど、当時は「認知症」というものに対してネガティブで避けたいイメージが強く、また高齢運転者に対する意識も低かった時代でもありました。近年は高齢運転者数の増加、それに伴う高齢者の加害事故が大きく社会的な問題と

され、平成二十九年三月に現在の認知機能検査、高齢者講習改正となりました。

法改正の前後、毎日のようにテレビなどで高齢運転者が加害者となった死亡事故や高速道路逆走などの危険な運転の報道がされ、「高齢者は運転するな」などという声も聞こえてきました。都会は電車もバスも一時間に何本もあり、駅やバス停が近くにあり、また、さほど遠くない場所にスーパーや医療機関があり、インフラが整備されております。それに引き替え、私達のまちのような田舎では、自動車を利用した移動が日常であり、食料品や日用品の買い物、病院通い等には自動車が必要できません。このような地域で運転が出来なくなるとは、格段に生活レベルが下がると言っても過言ではないのです。

日々、多くの高齢運転者の方々が弊社での高齢者講習を受けられる中で感じたことがあります。高齢運転者の方

々にとつて「運転免許証」は、運転が許可されたものだけではないのではないか。七〇歳を超えた方達は、ほんどの方が仕事から離れています。家族や友人が少なくなっている方もいます。地位、収入など、この先少なくなっていくものが多い、そういうった中で、運転免許証はその方々の尊厳を表すものであり、ご自身の歴史が刻まれているたった一枚のカードなのです。免許証を持つことで仕事に就かれた方もいるでしょう。家族や友人と沢山の幸せな思い出を作った方も多いのではないのでしょうか。もしかしたら、運転が出来たことで家族の命を救えた方もいるでしょう。そう考えると、この一枚の運転免許証というカードには、その方の歴史が詰まっている、そう思えてくるのです。ですから、簡単に「高齢者は運転はしないほうがいい」とは言い切りたくありません。もちろん、安全な運転が出来るといことが大前提の上での自動車の運転ですが……。私達

に、何が出来るのでしようか。

脳若トレーニングとの出会い

冒頭に書きましたが、四年前の平成二十六年、千葉県内全年齢の交通事故死者数のうち、六五歳以上の高齢者の死亡事故が五二%を超えました。この悲惨な状況を減らすために何か方策はないかと思っている矢先、インタート広告の「脳若」というロゴが目が止まりました。「身体の若さ・アンチエイジング」の商品などはそれまでもたくさんありましたが、「脳若」の「若さ」という今までにない切り口に興味を引かれました。内容は、「認知症予防」という新しいジャンルで、なんと高齢者に対して、いわゆるIT、iPadを使用したものでした。早速詳しい内容の説明会を聞きに行き、ただiPadを使っただけの「脳トレ」ではなく、コミュニケーションを重視した楽しいトレーニングであり、一日でも長く元気に自立した生活を送るた

めの認知症予防と高齢者の方のQOL（クオリティ・オブ・ライフ）の向上のための内容と確信しました。何より、説明会の中で、既に脳若トレーニングを受講されている方の、生き生きとした笑顔が今でも目に焼き付いております。この脳若トレーニングは、福岡市の光岡眞里さんという方が開発されたもので、弊社では平成二十七年六月よりライセンス契約をし、コミュニケーション育成をはじめ、ネーミングやプログラム、コンテンツを使用し、今日に至っております。

脳若トレーニングの現状

弊社で現在行っている「脳若トレーニング」は、会員の方達に市内九か所で開催している会場のどちらかに、週一回六〇分の講座に通っていたかどうかというものです。弊社の定休日に社内の待合室を利用したり、市内のコミュニケーションセンターなどを利用して、「つっかけ履きで通える脳若トレーニング」



定休日の待合室での講座

ング」をコンセプトとしています。免許をお持ちの方も、お持ちでない方も気軽に通っていただきたい、との思いから始めました。今日現在、毎日市内のどこかで脳若トレーニングが開催されており、講座では、「脳を若くする三つのポイント」「新しいチャレンジ」「人と会って話す」「たくさん笑う」を毎回唱和し、トレーニングの目的を確認してから始めます。内容は

六〇分の間に一〇種類程度のコンテンツを行い、コミュニケーションのゲームから、iPadのアプリ体験、記憶のトレーニングと進み、あつと言う間に六〇分が過ぎてしまいます。本部から配信されているコンテンツの数は一、〇〇〇種類近いものですので、様々な組み合わせで講座を開催することにより、何回受講しても飽きない内容としており、実際二年半以上継続されている会員さんが五八%と、高い継続率となっております。

また、短期記憶、遅延記憶のテストのようなコンテンツを毎回必ず行っていることも、受講生の方々の「脳の健康の維持・向上」というしつかりとした目的につながっております。受講生の方で免許更新時の認知機能検査を受けられる方がおりますが、免許の更新が近づくのとトレーニングにも力が入り、検査本番は日頃のトレーニングの成果で自信满满で検査に臨んでおられるようです。中には検査後に「点数は

【脳若トレーニング部品(コンテンツ)一覧】

全部で合計約1,000個のコンテンツを組み合わせてプログラムをカスタマイズすることで、同じプログラムを行うことがなく、長期間トレーニングを受講していても飽きない内容です。

コンテンツ名称	数	説明
導入・今日の言葉	-	今日の言葉は聴覚による「遅延記憶の再生」のトレーニングです。トレーニングが始まって「今日の言葉」までの流れがアイズブレイクになり、この時間で緊張を和らげ、トレーニングへの意識を高めていきます。「今日の言葉」は講座の最後に全員で唱和します。
覚えましょう	13	短期記憶のトレーニングです。4つ、6つもしくは9つの関係性のない絵などを短時間で覚え、すぐにiPadに書き出します。全問正解よりも、「覚えて思い出す」という課程が脳の記憶を司る部分を活性化する要素となります。
コミュニケーションゲーム	86	グループやペアになって受講者同士のコミュニケーションを図りながらゲームを行います。ゲーム性の強いもの、頭と体を同時に使ったりするもの等、バラエティーに富んだ内容になっています。楽しむ、笑う時間でもあります。
BB体操	162	Brain(脳)とBody(体)を同時に使い、普段使わない脳の機能を使うように促しながら、簡単な体操を椅子に座ったまま行い、「脳と身体」を活性化させます。
iPadアプリタイム	-	日常生活に役立つアプリから、ゲームアプリまで、指先を使うことにより脳を活性化させ、集中力のトレーニングになります。
脳若Q	95	様々な問題形式があり、集中力、想像力などをトレーニングします。みんなで一緒に考えることで、コミュニケーションも図れます。
想起トレーニング	100	脳に貯蔵されている事柄を引き出すトレーニングです。問題に対して制限時間を設けて、出来るだけたくさん書き出して頂きます。
回想法	87	回想法は、気持ちを和ませ、感情を安定させます。話をするすることで、孤立感や孤独感を癒し、楽しい時間を過ごして頂くことにより、精神面や行動面での安定が得られます。
音読	101	歌詞や小説の一部などを、声を揃えて読むことで、脳の「前頭前野」という部分が活性化し、考える力、コミュニケーション力、記憶力、想像力、自立する力、感情を抑制する力が活性化します。
書き写し	102	文字を転記することによって、集中力や注意力が高まります。繰り返し作業を行えば、書いて覚えるという、記憶するトレーニングにもつながります。
リラックス体操	2	日頃なれない動作や頭を使ったので、深呼吸をしながら首や手のストレッチを行い、脳と身体をリラックスさせます。

【講座プログラムの例 (60分)】

初回講座

時間	コンテンツ名称	内容
5	遅延記憶トレーニング	脳を若くする3つのポイント
10	コミュニケーションゲーム	30秒自己紹介
10	短期記憶トレーニング	イラスト6枚
10	想起トレーニング	きへの漢字
10	回想トレーニング	洗濯機
5	回想トレーニング	昭和37年の出来事
5	遅延記憶トレーニング	脳を若くする3つのポイント

(分)

3年目講座例

時間	コンテンツ名称	内容
5	遅延記憶トレーニング	今日の言葉
3	BB体操①	ワルツ
3	BB体操②	パネル×アクション
5	覚えましょう①	国名(国旗)9枚
5	覚えましょう②	写真16枚
5	コミュニケーションゲーム①	30秒スピーチ
10	コミュニケーションゲーム②	〇〇さんを探せ
3	音読	花の数え歌
5	書き写しましょう	花の数え歌
10	チャレンジシート	
3	リラックス体操	
5	遅延記憶トレーニング	今日の言葉

(分)



悪くて皆さんに言えない」とおっしゃっており、よく話を伺うと、なんと一〇〇点を目指していたのに九七点だったようです。脳若トレーニングを継続されている受講生の方で、まだ多くの人数ではありませんが、確実に認知機能検査の点数が前回より上がっている、という結果にもつながっております。

脳若トレーニングの今後

昨年の法改正以降、認知機能検査の結果待ち時間を活用し、脳若トレーニングのデモ講座を行っております。こ

れは脳若トレーニングの営業活動ではなく、免許の更新が終了し次回の認知機能検査の三年後まで健康で安全な運転者でいていただきたいの思いから、「脳を若くする三つのポイント」等を中心に、無料で認知症予防の啓発活動を行っております。

また、今年六月より任意の認知機能検査と脳若トレーニングミニ講座、そして地元警察による交通安全講話を一つのプログラムとし、「脳若診断」を新たにスタートしました。免許をお持ちでない方は「交通参加者」でありますが、法定の認知機能検査を受ける機会はありません。「脳若診断」を機会に、ご自身の認知機能のレベルを認識していただき、生活に活かしていただきたいと考えます。免許をお持ちの方も、認知機能検査は三年に一度受けるものですが、中には一年で脳の健康状態が大きく変わる方もいらっしゃるのではないのでしょうか。体の「健康診断」と同じように、脳の「健康診断」

も一年に一回行っていたときに、「脳の若さ」を維持していただくことが、交通事故を起こさない、遭わない安全な交通参加者として、いつまでも生き生きと生活を続けていただくことにつながるのではないのでしょうか。

現在、法定の認知機能検査や弊社が行う「脳若診断」は、認知機能のレベルの検査をするだけのものです。結果によって、様々なフォローが必要な場合があり、またレベルを下げないためのアドバイスも必要になってきます。弊社はまずは認知症予防の「脳若トレーニング」を実施していきながら、包括支援センターなどの行政機関と連携をとり、認知症ゼロから高齢者交通事故ゼロへと大きな目標を掲げ、高齢者の交通事故を削減していきたいと考えます。

※ みつおか式脳若トレーニングのサイト

<https://nouwaka.com/>

地域に根ざした活動の展開

● 神奈川県・都南自動車教習所

脳若トレーナー 梨子 稚子

一 はじめに

当社のある座間市は、神奈川県のはば中央に位置し、県内一九市の中では二番目に面積の小さい市(約17・5平方キロメートル)です。市の西端は相模川が縦断し、中央から東部にかけて座間丘陵、相模野台地が広がる比較的起伏の多い地勢となっており、自動車の利便性を特に実感します。座間市は、毎年のゴールデンウィークに相模川河川敷で開催される大風祭りが有名ですが、最近では、ひまわり畑が一面に広

がる風景が市内各所で見られることで、夏季の「インスタ映えスポット」としても有名になりつつあるようです。市の人口は、高度経済成長期に自動車製造業など大企業の進出もあって急増し、昭和六十年には一〇万人に達しましたが、ここ一〇年以上は一三万人弱の数字で横ばい状態が続いています。高齢者(六五歳以上)人口の比率は高まる一方で、平成二十九年の座間市高齢者人口割合は約二四%でしたが、二〇年後には全国平均を上回る約三六%に達することが予想されています。



講座風景

二 脳若トレーニングの導入について

高齢ドライバーによる交通事故の原因の一つとして、加齢に伴う認知機能の低下が挙げられます。「アクセルペダルとブレーキペダルの踏み間違い」や「高速道路の逆走」など、特徴的な交通事故がテレビや新聞で大きく取り上げられることがあり、「高齢ドライ

パーは危ない」という声をよく耳にします。しかし、仕事、通院、送迎、買い物など、日々の生活に自動車の運転が欠かせない高齢ドライバーは、「生活するためにはできるだけ長く運転を続けたい」という思いがあると思います。認知機能検査の結果や交通違反等のために運転免許を返さなければならぬ例は別として、「高齢ドライバーは危ない」と一括りにして道路交通の場から排除しようというのではなく、自動車の運転が必要な方々には安全運転を長く継続してもらうことが大切です。このためのサービスを自動車教習所が提供することは、社会的に意義のあることではないかと思えます。

当社は、今後さらに受講者増が予想される高齢者講習、その他各企業を対象とした安全講習など、運転免許既得者を対象とした講習等を積極的に行うことを方針とし、平成二十二年に教習所隣接地に各講習を受け入れるための施設「神奈川安全運転研修センター」

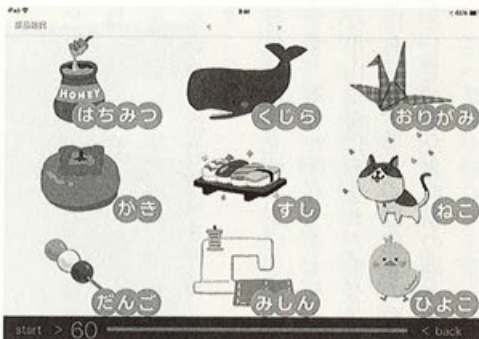
を新築しました。ちなみに、ここ数年の高齢者講習の実績は五、〇〇〇名前後で推移しており、このうち認知機能検査の受検対象となる七五歳以上の方は約七割となっています。高齢者講習の受講に訪れた方々と教習所との関係は免許更新手続きに伴う一時的なものですが、講習以外の何らかのサービスを提供して継続的な関係を築くことも高齢ドライバーの安全運転に貢献できるのではないかと考えています。そのような中で、「脳若トレーニング」が高齢ドライバーに対するサービスとして大変に有効であると思われるので、当社のサービスメニューに加えることになりました。

三 脳若トレーニングについて

脳若トレーニングとは、株式会社サムライトが提唱する介護予防サービスです。サムライト社から資格を与えられた「コミュニケーション」と呼ばれる講師がリードするグループレッスンで、

タブレット端末「iPad」を使用し、認知機能の維持向上を目的としてトレーニングを行います。「認知機能の向上が目的」といっても堅苦しいものではありません。認知症予防にとつて大切な三要素とされる「新しいことにチャレンジする」、「人と会ってコミュニケーションをとる」、「よく笑う」を体験していただくもので、コミュニケーションが中心となって参加者同士でワイワイと楽しみながら行います。具体的なトレーニング内容の一部を次にご紹介いたします。

- ① 数枚の関係性のない絵図を制限時間内に記憶して書き出す「短期記憶トレーニング」(次頁写真)
 - ② 昔の道具などの写真を見ながら当時の様子を語り合う「回想法」
 - ③ 脳(Brain)を使いながら身体(Body)を動かす「BB体操」
 - ④ iPadで様々なゲームを楽しむ「アプリタイム」
- 以上の他、豊富なメニューを参加者



短期記憶のトレーニング

の人数、参加頻度、年齢等に応じてその都度変え、コミュニケーションが工夫を凝らしながらトレーニングをリードしています。

四 脳若トレーニングの活動について

当社では、平成二十八年五月から脳若トレーニングを開講しました。当初は教習所の定休日である毎週月曜日に

神奈川県安全運転研修センター施設を使用して通学制の講座を実施していましたが、予想に反して出張での講座依頼が多くなり、現在では担当者を増員して通学制と出張での講座を同時進行的に行っています。

出張講座は、参加者の運転免許の有無にこだわらないこととし、近隣のサービス付き高齢者住宅や有料老人ホームなどの施設の入居者を対象としたレクリエーションの一環としての依頼や、市の社会福祉協議会や老人クラブ連合会、文化センターのイベント、ふれあいサロンや認知症カフェなど、お年寄りの集まる様々なイベントでの依頼もあり、また、変わったところでは、日帰り温泉施設の宴会場にも出張することがあります。

講座は毎回盛況で、参加者からは、「二時間があっという間だった」、「一人暮らしで寂しいから講座が待ち遠しい」、「普段は何も考えずに生活していた頭を使うことがないけれど、講座で

は脳がすっかり働いていることがわかって楽しい」といった感想をいただいています。月に数回など、継続して受講している参加者からは、「自分自身の記憶の仕方がわかってきた」、「記憶できる数が増えていることを実感できる」といったトレーニングの効果が語られることがあり、講師の立場としては何よりも励みになります。

五 今後の課題、展望

脳若トレーニングを、さらに多くの方々に体験していただくことを目標として活動していきます。特に、高齢者講習で来所された方には、安全運転を継続するために、脳若トレーニングの活用をお薦めしたいと思います。健康な身体を維持するために体操したりフィットネスクラブに通ったりすると同時に、脳若トレーニングのような介護予防の取組みが広く普及するよう、努力していきたいと思えます。

「生涯無事故の幸せ」のために

● 石川・七尾自動車学校

交通教育課 係長 勝木 絵里子

七尾自動車学校では、業界ですでに注目を集め始めていた脳若トレーニングを二〇一六年に導入し、地域の高齢者を対象に脳若教室を開催しています。

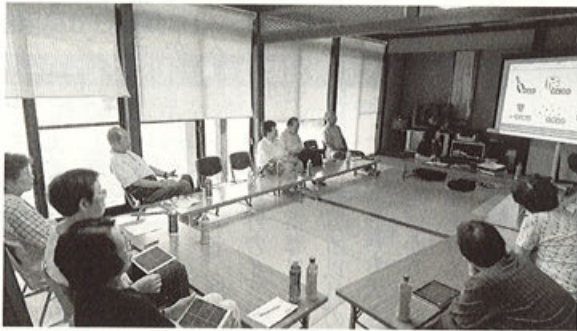
今年は能登立国一三〇〇年の節目の年です。本校が所在する七尾市は、豊かな山里に恵まれた能登半島の中心にあります。古くは能登の政治の中心として、また北前船の港としても栄え、長い歴史を刻んできました。

現在の七尾市は人口およそ五万三千人。そのうち六五歳以上の人口が全体の三五%以上を占め、全国の多くの地方自治体と同様に超少子高齢社会となつていきます。また今後も高齢化率は上昇し続けることは疑いようがありません。

二〇一七年三月に施行された改正道路交通法によって、高齢者講習制度が大幅に見直されたのが存じのとおりです。インフラが整備された都市部と

は違い、地方都市である七尾市の高齢者にとって、車は地域の足そのものです。高齢者講習に求められる方の中には、自身の運転に不安を感じている方が少なくありません。運転免許の返納を考へてはいるが、かといって自宅は市街地からは遠く、移動販売や宅配サービスも満足に利用できる環境ではない。免許を返納すればすぐに買い物弱者になってしまう。不安はあるが運転免許を返納する訳にはいかない。そん

なジレンマがあるようです。こうした地域の高齢者に対して、私たちは脳若トレーニングを通じて、地域の足を守りたい、また認知機能の低下に起因する交通事故を一件でも減らしたい。それが脳若を導入した大きな目的でもありました。



町内老人会で脳若トレーニング

「生涯無事故の幸せをゲストに提供する」これが私たちの経営理念です。脳若トレーニングは、脳をイキイキわくわく若返らせる、予防介護を目的としたトレーニングですが、その中には運転技能に必要な注意分割機能や空間認識力を鍛えるトレーニングもあります。私たちは地域の生涯無事故に脳若トレーニングで貢献したいと思っています。

これまでの実績としては、地域の高齢者や老人会を対象にした教室の開催。また七尾市の隣に位置する中能登町には、自治体が主催する「あたま元気アップ教室」として、脳若トレーニングを採用していただきました。これは三か月で全一二回という、私たちにとって一番大きな実績となりました。また今後は七尾市の各地区にある地域づくり協議会主催の教室の開催も予定しております。脳若が少しずつ地域の人たちに受け入れられてきたのかなと

いう印象ですが、正直なところ、まだまだその認知度は低いと言わざるを得ないのが現状です。能登は堅実で保守的な人が多いという地域性があります。脳若という新しいトレーニングに対して慎重になっている側面もあるかと思えます。しかしながら、実際に脳若トレーニングを体験された皆さまからは、「楽しかった」「友達ができた」「もっと続けたい」など、とても好意的なお声をいただいております。私たちとしては誠実に一つ一つ実績を重ねることで、その良さを伝えていくことができると思っています。

ここで少し脳若トレーニングを事業という面からお話をさせていただきます。先頭に立っている私ですが、普段はフロントスタッフとして日々業務を行っています。これまで自動車学校のフロントという、あくまでも教習を支えるサポート役というイメージが強かつ

たと思います。それが脳若事業という形で、フロントスタッフである私が外へ出て、利益を上げるというのは新しい取組みでもありました。また現在、私のほかに、コミュニケーションと呼ばれるインストラクターが二名、研修中の者が四名います。私以外のインストラクターはいずれも女性指導員ですが、彼女たちが閑散期に教習所以外の場所で活躍できることの意義も大きいです。まだまだ始まったばかりの脳若事業であり、今は利益をあげるといよりは、社会貢献という意味合いが大きいです。今後は一年を通して売り上げを見込める可能性のある事業ではないかと思っています。

自動車学校業界は今後、少子高齢化、若者の自動車離れ、価格競争、サービス合戦、AIを活用した自動運転の実用化などの理由から、ますます厳しい状況になっていくと予想されます。いずれ七尾自動車学校から自動



教室アップ元気あたま主催町登中能

車が抜け落ち、七尾学校になったとしても、脳若トレーニングは顧客に提供できる教習以外のサービスであり、財産だと感じています。

そして、少子高齢社会というところ、マインナス、ネガティブな印象を持たれる方が多いかもしれませんが、例えば今の高齢者講習制度をプラスに考えるならば、自動車学校はコストをかけずに

多くの高齢者を集客できる場所と捉えることもできます。そう考えるならば、予防介護を目的とする脳若トレーニングを開催する場所として、自動車学校は他の業界よりもアドバンテージを持っていると考えることができないうでしょうか。私たち自動車学校という業界は、独自の資源とアイデアを組み合わせることで、まだまだ新しいサービスを展開していくこともできるはずです。

私たちの暮らす地域には、「能登はやさしや土までも」という言葉があります。これは能登の人の素朴な優しさや風土を表した言葉です。会話中心の脳若トレーニングは、ただの脳トレではなく、地域の皆さんの社会参加を促し、人と人とを繋ぐことができます。七尾自動車学校が地域の交通安全教育センターとしての役割を果たし、このやさしい地域を支える一助になればと思います。