

高齢者講習体験記

70歳以上の運転者には「高齢者講習」を受けることが義務づけられている。
インターネットで講習内容を検索したが適切な記載が見つからなかったので、体験記を掲載することにした。

2004年8月6日、アルピコ自動車学校第一（旧松本自動車学校）で受講した。
午前9時から12時までの3時間。
運転実技チェックは3名の受講者が指導員と一緒に1台の車に乗るので、1回の受講者は6名に限定されていた。通知がきたらできるだけ速やかに予約するのがよい。



講習内容

講習室における講習：1時間

シミュレーター適正検査と夜間視力検査および動体視力検査：1時間

運転実技チェック：1時間



講習室



シミュレーターの前で

シミュレーターによる適正診断



画面を見ながらペダルとハンドル操作をテストするシミュレーター(左図)

1. 画面の色マークによりペダルを操作する:
マークがでたらアクセルから足を離す.
青マークがでたらアクセルを踏み続ける.
赤マークがでたらブレーキを踏む.
2. ハンドル操作: 曲がった路上に沿って走る.
3. 複号操作: ハンドル操作をしながら画面の色マークに従ってペダルを踏み換える.

合否判定をするのではなく、ゲーム機に向かうような感覚で操作すればよい
とは言われたが、実際は少しまごついた。
結果はやや優れていると評価された。

総合評価表

総合評価	同年代	4	操作が組み合わさった時も、ハンドル操作は適切でした。 マークへの反応を正しく選ぶことができました。 操作が組み合わさった時も、マークを選ぶ動作は機敏でした。
	標準比較	3	
アドバイス	運転の操作面はかなりお上手ですね。運転するたびごとに初心に戻ったつもりで基本を大切に、いつまでも無事故でいられるようにしましょう。 正しい操作を選ぶ課題がよくできていました。実際の運転で会うことはずっと複雑ですが、どんな時でも正しい判断ができるようつとめてください。		

1..注意 2..やや注意 3..普通 4..やや優れている 5..優れている

運転適性診断結果票

シミュレータ - テストの結果、下記4項目について評価された。

1. 反応の速さとむら

比較評価 同年代 速さ 3 (0.36秒) むら 3 (0.09秒)

標準比較 速さ 2 むら 2

結果解説 反応時間は平均的でした。反応時間に速い時と遅い時のむらが少し見られます。

アドバイス 前の車が突然止まったときなど、はっとすることがありませんか。こんな時でも安全に止まれるよう車間距離を今までよりも長めにとりましょう。

2. 操作の選択と速さ

比較評価 同年代 正確さ 5 (100%) 速さ 3 (0.73秒) むら 3 (0.31秒)

標準比較 正確さ 5 速さ 2 むら 3

結果解説 マークに対する反応の正確さは良好でした。動作の決断と実行にかかる時間はおおむね平均的です。反応時間に速いときと遅いときのむらが少し見られます。

アドバイス 課題が複雑になるとぐっと時間がかかりますね。判断が必要な時はそうでない時に比べて動作にかかる時間が長くなることを学びましょう。

判断が必要な動作にはとくに「むら」が出やすいものです。この「むら」のために適切な動作が遅れた時に事故に結びつくので注意しましょう。

3. 正確なハンドル操作

比較評価 同年代 正確さ 4 (0.25m) 進み 3 (0.120秒) 安定度 4 (0.028m)

標準比較 正確さ 3 進み 3 安定度 3

結果解説 コースに対してかなり正確な位置を走行できました。コースに対してハンドル操作が少し早すぎました。前半に比べて後半で学習効果が少し見られます。

アドバイス ハンドル操作がやや進みぎみでしむ、前方のカーブを見てハンドルを切るだけでなく、車の方向の変化を正しく感じながら運転しましょう。

走行コースの乱れは少ない方です。おおむね道路に沿った運転ができました。車を自分が動かしている、という感覚を忘れないようにしましょう。

4. 複数の課題への注意の配分

比較評価 同年代 正確さ 3 (87%) 速さ 4 (0.83秒) ハンドル操作 5 (0.28m)

標準比較 正確さ 2 速さ 2 ハンドル操作 3

結果解説 マークの見落としや誤った反応が少し見られます。マークに対する反応はやや早い方です。特に、アクセル操作の反応に遅れが見られます。コースに対してとても正確な位置を走行できました。

アドバイス ハンドル操作も色のマークへの注意も目立つ問題はありませんでした。実際の運転でもいろいろまんべんなく気を配りましょう。

ハンドルの操作と組み合わせあった時に運転に余裕がなくなってしまう、マークの色にしたがって操作を選ぶ課題の成績がかなり低下しています。

夜間視力と動体視力



夜間視力：トンネル内に入って急に暗くなったときや対向車のライトによってまぶしくなったときなどに視力がどれだけ順応できるかのテスト。

動体視力：急速に動く物体をどれだけ確認できるかのテスト。

いずれもリングの欠けた方向へ手元のハンドルを倒して応答する。CO

=====
動体視力 検査結果票
=====

データ№ 1-4418
氏名：
年齢： 男／女
2004/8/6 10:32

【検査結果】両眼測定
静止視力 1. 1
動体視力 0. 5：平均
<速度30km/h>

データ(ミス0回)
1 2 3 4 5
0.5 0.6 0.4 0.4 0.5

【5段階評価値】
〔75才以上の中で〕
4：やや優れている
〔30～59才〕
3：ふつう

【指導内容】
動体視力は30～59才平均に相当します。
動体視力は年齢が高くなるにつれて低下し、速度が速くなるほど低下します。
安全速度を守り危険を予測した運転を行なうよう心がけて下さい。

=====
夜間視力 検査結果票
=====

データ№ 1-1817
氏名：
年齢： 男／女
2004/8/6 10:36

【検査結果】両眼測定
通常視力 1. 2
視力回復時間 23秒
〔75才以上の中で〕
4：やや優れている

〔30～59才〕
3：ふつう

眩光下視力 1. 0
〔75才以上の中で〕
5：優れている
〔30～59才〕
3：ふつう

【指導内容】
夜間の視力は年齢が高くなるにつれて低下します。
安全速度を守り危険を予測した運転を行なうよう心がけて下さい。

運転実技チェックと免許更新



受講者3名と指導員1名が1台の車に乗ってテストを受ける。指導員の指示により受講者が運転する。交差点前での停止・発信、路線変更、坂路発信など通常の運転をしていれば問題はない。しかし指導員が教習場内に立てられている番号塔の00番と00番の間で右折とか左折を指示されるので、自分で判断して運転するのとやや勝手が違う。この指示にばかり気を取られていて、私は一時停止の表示を見落としていた。

講習終了後に次の諸点についての注意があった。

1. カーブで対向車線にはみ出してショートカットする傾向があること。
2. 左折するとき直進してきている自転車や歩行者への注意が必要であること。
3. 見通しの悪い交差点で停止するとき、車の先頭を出し過ぎる傾向があること。

終了後の雑談で、今日の運転実技ではたぶん新規運転免許試験の不合格と判定されるであろうとのことであった。

免許更新

8月9日(月)に塩尻市にある中南信運転免許センターで免許証を更新した。8時30分から9時30分までが受け付け時間で、9時10分頃に到着したが、駐車場はいっぱいであった。受付前に列を作って順番待ちに約20分を要し、運転免許取得者の急増を実感させられた。高齢者講習を受けたものには当日の講習を受ける必要はなく、約1時間で終了した。新しい免許証には「平成19年9月8日まで有効」と日時が記入されており、従来の誕生日までが改訂された。

費用: 高齢者講習6,150円、更新手数料2,250円、交通安全協会費1,400円