

安全に運転するために

新潟で充実した生活を長く続けるためには、移動手段の確保が重要です。そのひとつとして自動車があります。長く安全に運転するためには、自分の運転状況をよく理解し、危険を避けるための準備が必要です。



年齢を重ねると自分の思いと体に

ギャップ(違い)が生じてしまうことがあります。

安全に運転できているか、ご自身の運転を



振り返ってみませんか？

下記について複数該当するところがあれば、裏面の安全運転のヒントをご覧ください

最近の運転についてお聞きします。

- ブレーキのタイミングが遅いと言われたことはありませんか？
- クラクションを鳴らされたことはありませんか？
- 前の車との車間距離が近いと言われたことはありませんか？
- 曲がるときに歩行者や対向車を見落とした経験はありませんか？
- 運転していて、危険を感じたことはありませんか？

安全運転のヒント

年齢を重ねると、体や頭の反応が遅くなったり、物事を見落とすことが増えてきます。あらかじめ余裕を持った対応を心掛けていただくと、危険を減らすことにつながります。

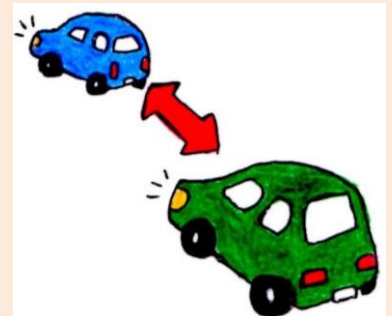
①運転速度を控える



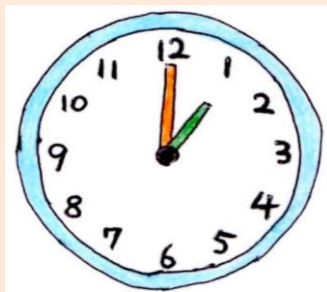
②明るい時に運転する



③車間距離をとる



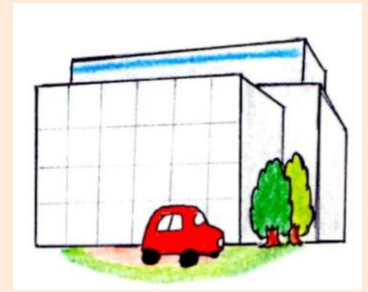
④時間に余裕をもって運転する



⑤ご家族と相談する



⑥免許センターに相談する



※そのほかに...

安全運転をサポートする様々な機器・車の使用も検討してみてもはいかがでしょうか？

作業療法士は、自動車の運転を含めた地域での安全な移動方法について提案・支援が出来る専門職です。

※パンフレットの内容等についてのご質問等ありましたら、以下にご連絡ください。

●連絡先 ©公益社団法人新潟県作業療法士会

〒950-0872 新潟県新潟市東区牡丹山3丁目1番11号三森ビル301

TEL : 025-279-2083 FAX : 025-384-0018 E-mail : ot-niigata.toki4721@helen.ocn.ne.jp

作成：自動車運転対策委員会(2018)