

教育最前線

連載 9

鈴鹿市老人クラブ連合会・健康リーダー研修会

歩行中、事故にあわないためのポイントを高齢者に興味を持っていただきながら伝える



鈴鹿市の老人クラブで健康リーダーを務める100名の高齢者が「あやとりい 長寿編」を学んだ

よく言われますが、「止まる」と何がいいのでしょうか？まず、呼吸が安定して気持ち安らぎ、周囲の景色や音をよく確かめることができます。すると、通行しているクルマや自転車の状況がわかり、どう行動すれば安全か、落ちていて判断できるのです」と、浅野さんは止まることのメリットを説明した。

ポイント②

昼と夜ではドライバーからの見え方が変わる

プロジェクトにドライバーの視点から見た鈴鹿市内の道路が映し出される。最初に昼間の状況を見せ、その画像全体を暗くする。日中は見通しが良い通りも、夕方になって暗くなると見えにくくなることを確認してもらう。「薄暮」という言葉をご存じですか？日入の前後1時間を指します。交通事故が起きやすい魔の時間帯と言われている」と浅野さん。

ポイント③

見えない危険があるところ、気づいてもらおう

参加者の代表1名が前に出て、ある実験が行われた。机の上には内側が見えないようになっている筒と、その筒の先に犬のぬいぐるみが置かれている(写真参照)。「筒の中にボールを入れて、ぬいぐるみに向かって転がします。ボールは道路を走るクルマだと思ってください。クルマは見えないところを走ってきます。代表者の方は、クルマにぶつからないようにぬいぐるみを取り上げ、助けてください」と近藤さんが主旨を説明。代表者は気をつけの状態であいぐるみの前に立ち、近藤さんがボールを筒に入れる。残念ながら、取り上げる前に、ボールはぬいぐるみにぶつかってしまった。次に、透明な筒で同じ実験を行う。今度はボールが筒から出てくる直前にぬいぐるみを取り上げることができた。「見えないところから急に出てきたものにすぐ反応することは、なかなかできません。見えていれば、それに対する心構えができます。自分が見えていないところは、止まってよく見るようにしてください」。

高齢者の納得性を高めるための手法

交通安全指導員をサポートした鈴鹿モビリティ研究会の相浦和則主任は、「あやとりい 長寿編」の特長として、道路を横断する時の確認の方法に重点を置いた指導内容をあげる。「話だけでなく、プロジェクトを使って写真やイラストを見せ、視覚に訴えることにより考え、気づいていただくことがポイントです。また、簡単な実験を通じて確かめてもらうことで、納得性も高まります」。

参加者の一人、丹羽満さん(神戸老人クラブ連合会会長代行)は「ポイントを絞った簡潔な説明、そして実験なども盛り込まれていて、興味深い内容でした」と、「あやとりい 長寿編」の感想を話す。「参加している高齢者は、健康リーダーとして各所に暮らす高齢者に健康や安全に関する啓発活動を行っています。なぜ、『止まる』『見ることが重要なのか、他の高齢者にわかりやすく伝えることができると思います」。

※1 鈴鹿モビリティ研究会は三重県鈴鹿市とホンダが、将来のより良い交通環境づくりをともに進めることを目的として1993年に設立され、道路環境の改善や交通安全プログラムの開発、教育の実施などを行っている。
※2 あやとりい 長寿編は、鈴鹿モビリティ研究会が開発した交通安全教育プログラム。高齢の歩行者・自転車利用者向けの「あやとりい 長寿編」をはじめ、小学3・4年生向けの「あやとりい 幼児向けのあやとりい ひよこ編」、小学生向けの「あやとりい 自転車教室」がある。あやとりいは「あやとりい やさしく」とあかし、りかいしていただく。略。詳細は以下ホームページを参照。
<http://www.honda.co.jp/safetyinfo/ky/aya/>

なぜ「止まる」というのがいいのかわかる

浅野さんが「交通安全とは、道路を人や乗り物が安心して行ったり来たりできること。今日は特に道路を歩く時、どのようにすれば安全か話していきます」と語り、交通安全教室は始まった。

「道路を渡る前に止まりましょう」と、



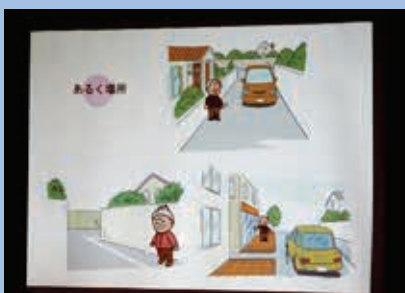
筒の中が見えない状態では、ぬいぐるみを取り上げるのが遅れてしまう(写真上)。筒が透明で中のボールの動きが見えれば、ボールとぶつかる前にぬいぐるみを取り上げることができる(写真下)

次は暗くなった道路の画像の中に、青、赤、黄、緑、白など9つの色が並べられた。「この中で目立つ色は何ですか？」と交通安全指導員が問いかける。参加者は「白」「黄色」と答える。「その通りです。昼間は目立つ『赤』も夜はそれほど目立たないこととわかります。夜間、外出する時は白や黄色の服を着るほうが目立ちます。目立たない色の服しかお持ちでないという方は、今日配布した反射材を衣服に付けてください」。

「見えないところから急に出てきたものにすぐ反応することは、なかなかできません。見えていれば、それに対する心構えができます。自分が見えていないところは、止まってよく見るようにしてください」。

「あやとりい 長寿編」の指導内容

1 正しく歩く



5~7m先を見るようにすると、幅広く前方を確認することができる。歩幅はやや狭く、かかとから着地すると良い。歩く場所は、歩道や路側帯があればそこを歩く。歩道や路側帯がない場合は、道路の右端を歩くことを伝えた。

2 止まる



プロジェクター上でイラストを動かして、何が描かれているかを参加者に問いかける。イラストを動かすスピードで見え方が違うこと、イラストの動きを止めれば、イラストに書かれた数字まで正確に読み取れることを確認してもらう。自分が動きながら見るよりも、止まって見る方がよく見えることに気づいてもらう。

3 よく観る、聞く

横断する前に、「右よし」「左よし」と声を出して指差し呼称してみると、より安全。恥しいと感じる人は、心の中でつぶやくだけでも効果があるとアドバイス。



4 まっすぐ渡る

プロジェクター上の映像を使って、同じ速さで歩いている場合、まっすぐな横断と斜め横断では、どちらが渡りきるのに時間がかかるか確認してもらう。斜め横断の方が道路上にいる時間が長くなるので、気持ちに焦りがでて事故にあいやすくなることを伝えた。

