

Think Safety

vol.14

2023

Autumn



見えていますか?
周囲のこと。自分のこと。

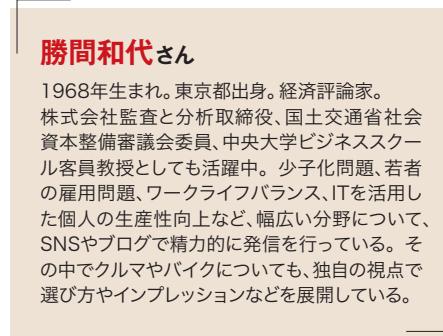
- ・ドライブレコーダー活用術
- ・中心視と周辺視
～視覚と右直事故～



巻頭インタビュー
「バイクもクルマも自転車もバスも
地下鉄も、同じくらい愛してます」

勝間和代さん (経済評論家)





勝間和代さん

1968年生まれ。東京都出身。経済評論家。株式会社監査と分析取締役、国土交通省社会資本整備審議会委員、中央大学ビジネススクール客員教授としても活躍中。少子化問題、若者の雇用問題、ワークライフバランス、ITを活用した個人の生産性向上など、幅広い分野について、SNSやブログで精力的に発信を行っている。その中でクルマやバイクについても、独自の視点で選び方やインプレッションなどを展開している。



リターンライダーになって最初に買ったバイクはホンダのレブル500だったという勝間さんは、「久しぶりの大型バイクのリハビリに最高でした」と語る。現在のホンダのラインアップではDCT付きモデルと、気軽に乗れるハンターカブに注目だ。



ふ一つと心地よく走る時間が好きですね。クルマの好きなところは安全性と荷物の運びやすさ。あとは友達同士でわいわい移動する手段としても好きです。両方乗るメリットは、お互の気持ちがわかるので事故防止になること。やはりバイクしか乗らない人にドライバーの気持ちはわかりにくいでしし、クルマしか乗らない人にはライダーの気持ちがわかりにくいですから『勝間式 超ロジカル家事』なる著書もあり、家電選びにはかなりのことだわりもある。大人気の無料メールマガジンやSNSの愛用ガジェット評論に定評がある勝間さんだけに、バイクやクルマ選びにも独自の哲学がある。

所有かレンタルかは
自分の価値観で考える

「自分の命を預けるものですからね。生活の中でいちばん時間を共にするスマホって、デザインがすごく大事じやないですか。クルマもバイクも乗り心地はもちろん、見た目も大切。そして自分の望むストレスフリーな移動をいかに完成させてくれるか、という観点で選ぶことが重要だと思います」

所有したいかが購入の判断になります。その観点だと、私のバイクは1台減らしてもいい。でも乗れる限りはリッターバイクに乗ることが自分に対するチャレンジ的な気持ちもありますね」

ただし危険な目に遭つたら絶対降りると決めている、と勝間さん。安全のために、先進技術を搭載した最



バイクもクルマも自転車もバスも
地下鉄も、同じくらい愛してます

経済評論家という肩書にとどまらない活動を続けている勝間和代さん。アルマやバイクとの付き合い方にもこだわりが強く、積極的に発信している。だからこそ選び方や使い方には彼女らしい、論理的で明確な条件があった。

は全部好きなんですよ。だからバイクもクルマも自転車もバスも地下鉄も、同じくらい愛してますね」

車種による乗り分けをどう決めていくかにも、明確な理由がある。

「クルマはEVとガソリン車なので、遠出の時はガソリン車一択、中距離は迷いどころで、短距離はEVですね。バイクは1,000cc、650cc、250cc

誘われてはいたものの、リスクを考え、長らく乗るつもりはなかつたと語る。しかし、「どうせ乗るなら体の動くうちに」と一念発起して免許を取得。持ち前の探究心を発揮して車両の構造から勉強し、複数のライディングスクールに通うほどバイクの魅力にはまつた。数年間乗らない時期もあつたが、昨年からライダーに復帰。

購入する車種選びでの
明確なポイント

計9台の愛車は
ロジカルに乗りわける

「お金の負担をいかに減らすかが課題です。クルマをローンで買うのは、金利も高いし、売りたくなつても売れなくなつてしまします。あとは私、バイクは週に1回、クルマは週に3回以上乗るかどうかが分岐点だと考えます。それより乗る回数が少ないと、カーシェアやレンタルバイクの方が安いんですよ。乗り物を所有すると、日常的なメンテナンスが必要になる。定期点検や保険のコストも含めて、それでも



国道20号線に面し
てお店には試乗車も
多数用意。またライ
ディングポジション
の確認やサウンドチ
ェックもできる展示
車両も豊富に揃って
います。

www.dream-fuchu.jp/
東京都府中市緑町2-11-1
電話 042-335-9111 営業時間 10:00~18:00
定休日 毎週火・水曜日、最終水曜日は営業



インタビューのフルバージョンをWEBで公開中!▶「シンクセーフティ」で検索

3

〔協力:marvelous by Pierrot/Pelagione/ALESSANDRA DONA/エンチャンテッド(グランデ)

Think Safety

右ページで紹介しているDSPにおいて、多くの受講者は（たとえベテランのドライバーでも）、より安全な運転行動を頭ではわかっていても、習慣化してしまった不安全行動をなかなかすぐには変えられません。

自分の運転行動・不安全行動を改善するには、日頃から安全を意識して運転する必要があります。そこでおすすめしたいのが、ドライブレコーダー映像の活用です。本誌のライフレコーダーによれば、ドライブレコーダーの搭載率は

78%以上にもなります。せっかくついているドライブレコーダー、万が一の事態になつたときのみ使うのではもつたない。録画した映像を自分の運転を振り返るためのツールやきっかけとしてみてください。

信号待ちからの発進時に注目!

信号待ちから発進するときには、ひと呼吸おいての安全確認がポイントです。青信号になったと同時に進んだり、ましてや変わる前に発信するのはNG。なぜなら、交差車線で安全確認をせずに発進するクルマや黄色信号で進入してくるクルマがいるかもしれません。また、まだ横断中の歩行者や、大通りの場合に車列の隙間から横断違反の歩行者がいないかなど、これらを確認するためには時間が必要です。信号待ちからの発進時、それらの確認のために自分がひと呼吸置いてかうか、チェックしてみてください。

荷物が動く操作はNGです!

右ページ表のチェックポイントの③「加速操作」について、加速Gが0.2Gを超えると急操作と判定される場合が一般的です。ポイントとしては、助手席に置いた荷物が動くかどうかです。荷物の重さや形状にもありますが、0.2Gを超えると荷物が動いてしまいます。つまり荷物を動かさない、倒れないような、丁寧な操作を心がけてみてください。ドライブレコーダー映像で加速Gを確認できるものは、積極的にチェックして改善につなげましょう。



WEBでは動画も公開中!▶「シンクセーフティ」で検索

ドライブレコーダーも
活用できる!

自分では
なかなか
気づけない!?



これであなたの
運転の評価アップ!
今日からできる
チェック&改善アクション

死角に潜む危険が イメージできているか

DSPの受講者データを見ると、右表チェックポイントの中で、自己評価と実走行評価の乖離が大きい項目があります。②安全確認、⑧優先関係に関わらず減速、⑩歩行者保護に充分配慮する、という3つです。いずれも、死角に潜んでいる他の者の動きをイメージできていないことが原因となる項目です。見えていない部分(死角)は自分に都合よく解釈してしまったり(だらう運転)、危険をイメージできず、歩行者保護のための減速や停止ができていないことが、事故につながってしまいます。自分が運転する状況にどんな危険が潜んでいるのか、イメージをふくらませることが重要です。

運転習慣を 振り返ってみよう

運転習慣を
振り返る
プログラム



横断歩道手前に駐停車している車両を追い越すシーンなどが組み込まれたコースを走ります。

DSPのチェックポイント10

	自己評価	実走行評価	乖離
①正しい乗車姿勢がとれている	4	3	2 1
②安全確認はできている	4	3	2 1
③加速操作はなめらかである	4	3	2 1
④ブレーキ操作はなめらかである	4	3	2 1
⑤合図は正しく余裕を持って早めに出している	4	3	2 1
⑥カーブは安全な速度まで減速してから進入している	4	3	2 1
⑦決められた最高速度の範囲内で運転している	4	3	2 1
⑧優先関係に関わらず、見通しの悪い交差点では減速する	4	3	2 1
⑨一時停止では確実に停止している	4	3	2 1
⑩歩行者保護には充分配慮している	4	3	2 1

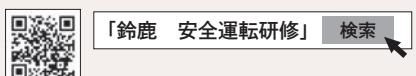
これらのポイントは、自分ではできていると思っていても、改めて確認すると、実はできていないことが多いものです。これらのうち、自己評価と実走行評価に乖離があるポイントが、自身の運転の弱点であり、改善が必要な項目なのです。

いつもしている運転、客観的に見ると実は不安全行動が習慣化していることも少なくありません。
改めて、あなたの運転習慣を見直してみませんか?

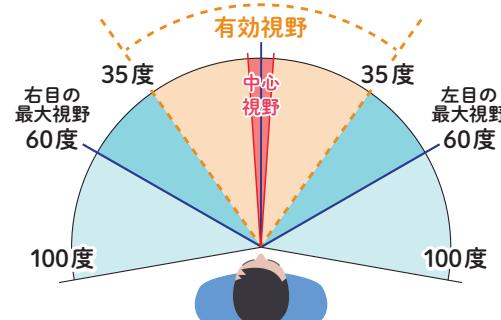
鈴鹿サーキット交通教育センターでは、仕事で運転する人たちは、研修内容のひとつとして、DSP (Driving Style Proposal) = 運転行動スタイル提案システムを活用した「運転習慣チェックプログラム」を実施しています。このプログラムは、10項目のチェックポイントを設定した専用コースを運転して、自分の運転に対する自己評価と、測定した実走行評価を比較します。

比較します。その結果を踏まえ、自分の弱点(課題)に気づくとともに、受講者に改めて危険予測の重要性を考えてもらい、運転行動の改善につなげることを目的としたものです。

自分の運転を客観評価。運転行動を改善する



【文字まで判別できる中心視の範囲は極めて狭い】



参考:SAFETY DRIVING 四輪テキスト(指導者用)

人間の視野は左右の眼を合わせると180度以上あります。片眼の視野は鼻側に約60度、耳側に約100度、上方向に約60度、下方向に約70度と言われています。その中で、標識の文字を読むなど、モノのカタチや色などがキチンと認識できる範囲を中心視と言い、わずか1~2度ほど。中心視のまわりの必要なものを識別できる範囲、有効視野は左右に35度ほど。その外側である周辺視野では、カタチや色などをハッキリと認識することはできません。また、有効視野は速度が上がったり、トラックなどの大きなモノに注意を惹きつけられると、狭くなってしまうことがわかっています。

【右折シーンでドライバーに見えているもの、いないもの】

右折待ちで対向車2台(クルマとバイク)が50mの間隔をあけて、60km/hで直進してくるシーン。
右折待ちドライバーはどこが見えて、どこが見えていないかで、右直事故が起こってしまうのでしょうか?

やってくる対向車に
焦点を当てる

当然、目前に迫る対向車を確認しています。しかし、後方のバイクは認識できる視野に入っています。ましてや、認識していても、バイクは車体が小さいため、より遠くにいるかのように見えてしまうのです。



対向車が通過、
視線は進行方向に

対向車が通り過ぎるのに合わせて、視線は進行方向(右側)に移動してしまうため、左からやってくるバイクは中心視に入らず、認識できていない、もしくはまだ距離があるはずだと思い、注意が向けられていないことが多いのです。



突然視界にバイクが現れる!

60km/hで走行する場合、50m進むのに要する時間は約3秒。対向車が通過後、右折を開始しようとすると、その間に後方にいたバイクは目の前に迫ってきます。右折を焦らず、対向車を確実に中心視で捉えて下さい。バイクは車体が小さいので遠くにいる見えてしまうため、想定よりも早く交差点に進入してくることも、頭に入れておきましょう。



中心視と 周辺視野

視覚と右直事故を考える

人間の視覚には中心視・有効視野・周辺視野というものがあり、実は、自分が思っているほどには周囲が見えていないことがわかっています。では、視覚は運転にどう影響するのでしょうか?

当たり前のことですが、我々は周囲の状況を把握するために、多くの情報を視覚から得ています。運転しているときも、対向車や歩行者がいるかどうか、他に危険はないか、眼で確認していますよね。ところが、人間の眼は、カタチや色などがハッキリ認識できる**中心視**の領域はごくわずかで、外側である**周辺視野**にいくほど、視力が下がります。また、中心視ほどではあります。しかし、必要なものを識別できるものが、必要なものを見つけられるのがあつたり、走行速度が上がると狭くなってしまいます。例えば右折待ちの際には通り過ぎる対向車、右折する進行方向に視線や注意を向けています(中心視で捉える)。逆に、対向車の後方にいるバイクの存在は周辺視野に入っているため、認識しづらいです。このとき、ドライバーにとってはバイクが周辺視野から有効視野に入ってくる、つまり突然現れることになり、いわゆる右直事故につながります。見えていた範囲はとても狭いことを踏まえて、中心視で危険を見つけることが事故を回避するためになります。

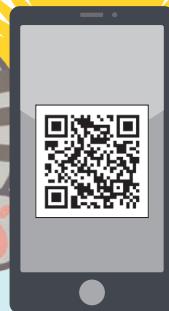
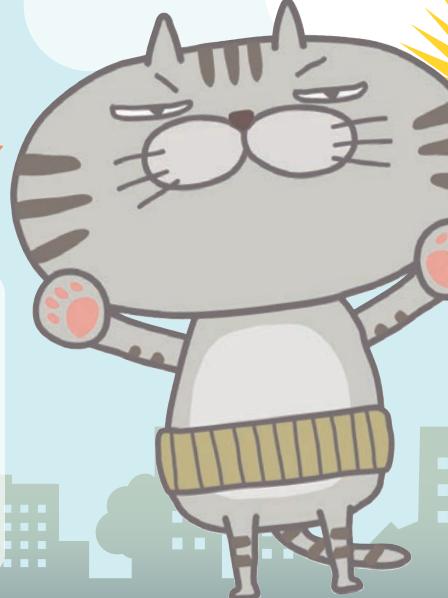


Safety Japan Action

2023秋 開催中！ 9月15日(金)～10月6日(金)



みんなで
おじいちゃん&
おばあちゃんを
守るニャ！



できるニャンアカウントも
フォローしてニャン♪

X (Twitter)

Instagram



①
HRCパッカブル
トートバッグ

折り畳んでコンパクトに持ち運び可能なバッグ。サイズはH370mm×W515mm、収納時はH150mm×W200mmです。



Think Safety 各10名様に
読者アンケート&プレゼント

以下のQRコードにアクセスして、アンケートにご回答ください。抽選で写真のHondaグッズをプレゼントいたします。みなさまのご応募をお待ちしています。

アンケート締め切り：
2023年10月13日(金)

当選者の発表は、商品の発送をもって
代えさせていただきます。なお、ご応募
はおひとり様につき1回限りとなります。



②
スカイネット 1/12 完成品バイク ホンダ
Monkey125 '22 パールネビュラレッド

2021年9月に新エンジンを搭載してモデルチェンジした
モンキー125のディティールを再現。フレーム&タンク
はダイキャスト製の完成品モデル。

表紙の車両

N-BOX

こだわったのは、誰もが使いやすく、心地よいこと。発売以来、多くの方々に愛され、たくさんの人と生活をともにしてきたN-BOXが、先進の安全運転支援機能「Honda SENSING」もさらに充実して、この秋、新しく生まれ変わります。



CL250

2023年5月に発売されたスクランブラー
スタイルのニュー・モデル。車名には60年代か
ら続く名ブランド「CL」のシリーズを継承、
市街地からアウトドアフィールドまで、さま
ざまなシチュエーションに映えるスクランブ
ラースタイルを表現しています。

