

自分の運転に不安を感じ始めたとき

高齢者の方々は、今の自分の身体能力を自覚し、自身の身体能力、運転技能に応じた運転方法や安全対策を取ることが重要です。
 家族などに自分の運転を見てもらい、安全運転ができているかを確認することも大切です。

1 補償運転の実践！

補償運転とは、「危険を避けるために、運転環境の良い時間や場所を自ら選択することで、**加齢に伴う運転技能の低下を補う運転方法**」をいいます。

補償運転の内容を「お・も・い・や・り」の言葉にあてはめて、補償運転を呼びかけています。

～おもいやりの心で補償運転～

- **お**: おだやかにペースを守って運転しましょう！
- **も**: もう一度乗る前に、調子を確認しましょう！
- **い**: いま、出掛ける必要があるか考えましょう！
- **や**: 夜間の運転は控えましょう！
- **り**: リスクを避けて、通り慣れた道を運転しましょう！

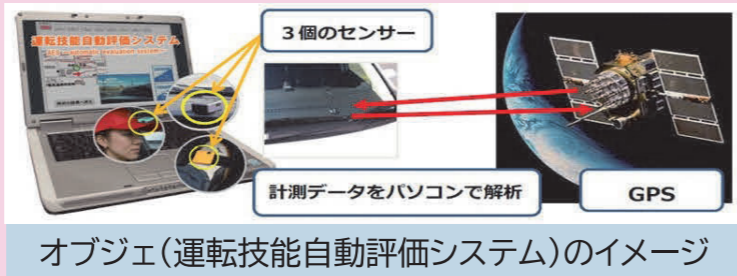


2 ドライブレコーダーなどの活用！

ドライブレコーダーなどの映像で、自分の運転状況を確認、分析することにより、自身の身体能力の低下や運転の癖などに気付くことができます。

県警察では、ドライバーや車に取り付けたセンサーからのデータを基に、運転状況を解析する「**オブジェ(運転技能自動評価システム)**」を使用した交通安全指導を実施しています。

詳しくは、県警察本部交通企画課にお問合せください。



3 安全運転サポート車の利用！

高齢運転者による交通事故の中には、ハンドル・アクセル・ブレーキなどの運転操作を誤って起きた事故も見られます。

安全運転サポート車は、衝突しそうになった時に警報音で危険を知らせたり、自動でブレーキが作動して危険を回避する手助けをします。

車を買換えるとき、安全運転サポート車を選んでみてはいかがでしょうか。安全運転サポート車を利用するときも、適正な速度で走る、安全確認をしっかりするなど、安全運転の意識を忘れずに運転しましょう。



4 運転免許の自主返納！

運転免許の自主返納は、警察署や交通安全教育センターで手続きができます。運転免許を自主返納することで、タクシー運賃割引等の優遇措置を受けられる場合があります。

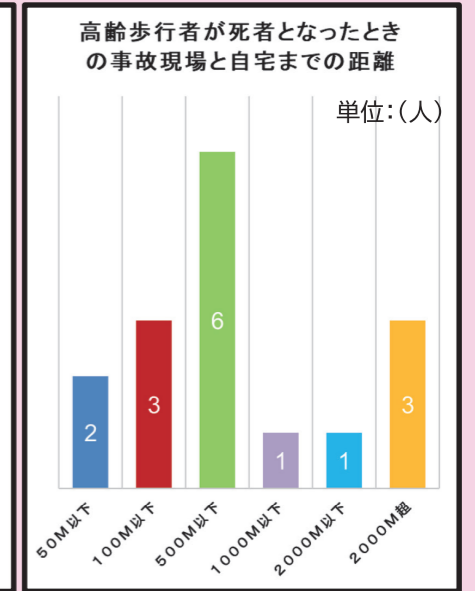
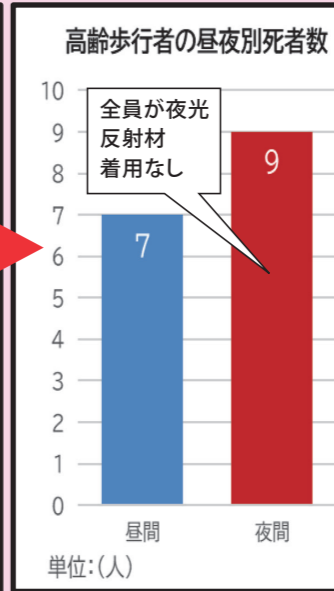
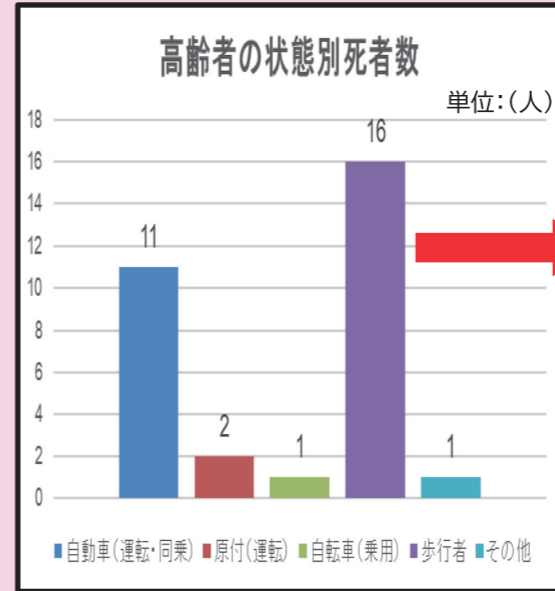
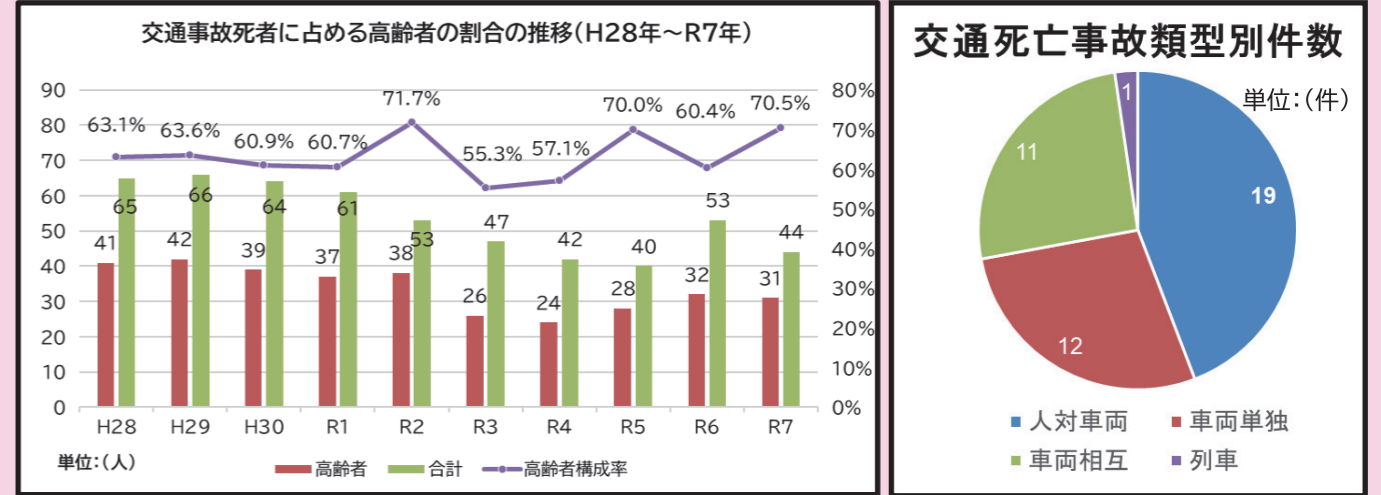
優遇措置の内容は、地域によって異なりますので、お住まいの各自治体の担当窓口にお問合せください。



令和8年高齢者交通事故防止のポイント

このパンフレットは、高齢者の交通事故の発生状況や特徴などを踏まえて、交通事故に遭わない、起こさないための交通事故防止ポイントをまとめたものです。

高齢者事故の現状 (令和7年中)



特徴

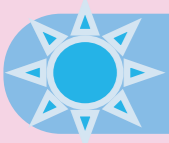
- ・ 交通事故死者数は前年より減少したものの、全交通事故死者数に占める**高齢者の割合は約7割**と高水準(平成15年から**23年連続**で全死者の過半数以上を高齢者が占める)
- ・ 交通死亡事故類型で最も多いのは、**人対車両(19件)**であり、次に多いのが、**車両単独(12件)**
- ・ 夜間歩行中の死者は、11人(うち高齢者が9人)であり、**全員が夜光反射材非着用**
- ・ 高齢歩行者が交通死亡事故の被害に遭った場所と自宅との距離については、**500m以内**が最も多い

これらの特徴を参考に、交通事故防止に努めてください！



鹿児島県警察





道路を歩くとき

令和7年中、20人が歩行中に死亡し、うち16人が高齢者でした。
また、夜間、歩行中に交通事故で亡くなった全員が夜光反射材を着用していませんでした。

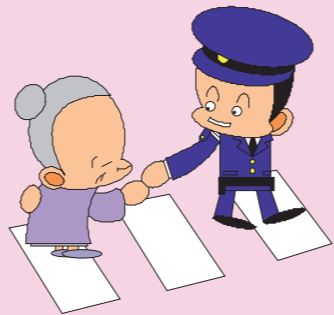
1 歩道などのある道路は、歩道又は路側帯を歩きましょう！

歩行するときは、安全な歩道や路側帯を歩きましょう。
歩道や路側帯がない道路を歩くときは、道路の右側を歩きましょう。
道路の左側を歩くと、車の動きが見えず、車が接近していることに気が付きにくいため、危険回避行動が遅れるおそれがあります。



2 無理な横断はやめましょう！

車両の直前・直後の横断や、交通量の多い道路での横断は大変危険です。
道路を横断するときは、近くにある横断歩道を利用しましょう。
歩行者用信号機が青色の時も、車両の動きを確認してから渡りましょう。
近くに横断歩道がないときは、左右の見通しのよい場所を渡りましょう。
道路を横断するときは、右・左の安全を十分に確かめてから横断を始め、道路の中央付近で再度、左方の安全確認を行いましょう。
また、道路の斜め横断は、横断時間が長くなり危険なのでやめましょう。



3 横断歩道では、スマイルコンタクト！

県警察では、横断歩行者とドライバーが、お互いにハンドサインや笑顔でコミュニケーションを取り合うことで、交通の安全性を高める「スマイルコンタクト」を呼びかけています。
横断歩道を渡るときは、ドライバーに顔を向け、手を挙げるなど、アイコンタクトやハンドサインで「渡りますよ」と合図をして安全を確保しましょう。



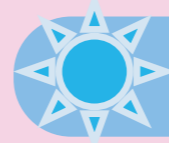
4 夜間の外出は控えましょう！

夜間は、昼間に比べて視界が悪く危険です。
可能な限り昼間の明るいうちに用件を済ませ、夜間の外出を控えることで、事故に遭うリスクを減らしましょう。
やむを得ず夜間に外出するときは、明るい服装を心掛け、夜光反射材を身に付けるとともに、LEDライトなどを活用して、ドライバーに自分の存在を知らせましょう。



5 電動車いすは歩行者と同じ！

電動車いすは、歩行者と同じ交通ルールが適用されます。
歩道や路側帯があるときは、歩道や路側帯を通行し、歩道や路側帯がないときは、道路の右側を通行しましょう。
また、道路を横断するときは、横断歩道を利用するとともに、必ず、左右の安全確認をしましょう。



運転するとき

交通ルールを守って安全運転に努めてください。
歳を取ると、身体能力が低下するため、運転技能を補うために、より慎重な運転が求められます。
発進前に、自身のシートベルト及び同乗者のシートベルトの着用をしっかりと確認しましょう。
自転車を運転する時は、ヘルメットを必ず着用し、車両であることの認識をしっかりと持ちましょう。

1 顔をしっかりと動かして安全確認！

歳を取ると、動体視力が低下し、視野が狭くなっていきます。
顔をしっかりと動かして周囲を確認することで、視野が広がり、歩行者や他の車の存在に気が付きやすくなり、見落としの危険が少なくなります。



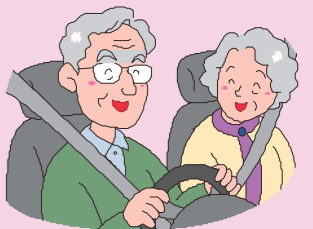
2 交差点は特に注意！

交差点は、車両や歩行者の動き等、確認すべきポイントがたくさんあります。
一時停止や徐行、十分な減速により、安全確認を徹底して、車両や歩行者を見落とさないようにしましょう。



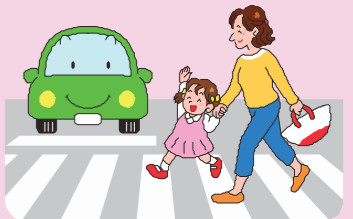
3 シートベルト・ヘルメットは必ず着用！

車を運転するときは、全席シートベルトの着用を確認してから出発しましょう。
交通事故は、いつ、どこで起こるか分かりません。
短い距離の移動でも、シートベルトを確実に着用しましょう。
原付や二輪車を運転するときは、ヘルメットを被るだけでなく、あごひもをしっかりと締めて着用しましょう。



4 横断歩道は歩行者優先！

横断歩道を横断しようとしている歩行者がいるときは、横断歩道の手前で停止しなければなりません。
また、横断歩道を横断中の歩行者の通行を妨げてはいけません。



5 自転車に乗るとき！

自転車利用時の交通事故死者のほとんどは、頭部を受傷しています。
被害を軽減するためにも、ヘルメットを必ず着用しましょう。
自転車は車の仲間ですので、信号機に従い、一時停止標識のある交差点では、一時停止して安全を確認しましょう。
夜間や暗い場所などを走行するときは、ライトを点灯し、夜光反射材を着用しましょう。



6 運転前の体操で交通事故防止！

県警察では、交通事故防止対策の一環として、安全運転に必要な体力、運動機能の維持向上を図ることを目的に、鹿屋体育大学と協働で考案した「安全運転体操」を広める活動を展開中です。
体操の動画は県警公式YouTubeチャンネルで見ることができますので御活用ください。



動画は
こちらから