

横断歩行者保護 交通安全コーチング

3-1_信号交差点・直進時での危険_ドライバー編

* 感情コントロール：おごり *

インストラクター 手引き書

この講習は、通常の交通安全講習とは異なり、受講者の皆さんが主体です。ディスカッションを行う際は、コーチングの基本を参考に、進めてください。

◎コーチングの基本

- ・ どんな意見に対しても否定はしないこと。
- ・ 自由奔放に意見ができる雰囲気をつくること。
(真面目な意見も面白い意見も大歓迎)
- ・ 人の意見と同じでもいいし、そこから発展させることも大いに結構。

横断歩行者保護 交通安全コーチング

3-1_信号交差点・直進時での危険_ドライバー編 * 感情コントロール : おごり *

●はじめに

交通事故による死者は、歩行中が最も多く、そのうちの7割は、道路を横断するときに発生しています。ドライバー・歩行者、双方の不注意と見逃しが重なることが、主な要因となり、横断歩行者の事故は起きています。

不注意や、見逃しをしてしまうなど、危険を察知する力が欠けてしまう理由のひとつに、わたしたち人間は、体調や気分、それぞれの性格によって、異なる判断をし、ときに正しい行動ができなくなることがあります。

「横断歩行者保護 交通安全コーチング」では、自分自身を振り返り、自分はどんな感情を持ちやすいか、そしてその感情がどのような危険行動をもたらすかに気づき・知ってもらい、横断歩行者保護の啓発につながることを、目的としています。

本動画では、信号機のある交差点のドライバー視点における、「おごりの感情」をテーマとしています。

●ゴール

テーマである「おごり」とは、運転技能についての自信過剰、自分は安全ドライバーだから大丈夫、といった安全への過信を指します。

過信とは認識せずに行動していることが常となりますので、具体的な自分の運転行動（車間距離）の安全度について自己評価を求め、普段の運転に過信がないか気づかせ、行動修正につなげていきます。

●プログラム（※受講者へワークシートを配布し、プログラムに沿って進行してください）

- 1: グループ（4名～6名くらいで1グループ）を作り、チームリーダーを各グループで決めてください。
- 2: 動画「3_1_shingoukousatenchokushin_drive」を再生し、最後まで動画を視聴します。（約4分）
- 3: 自分への振り返りと気づきの教育を行います。各自ワークシートへ記入し、グループディスカッションします。（約20分）

※ご注意!!

「受講者用ワークシート」の3P目の「適切な車間距離」の資料のみ、受講者が〈図B〉への記入を終えて、車間距離についてのティーチングを行うとき（手引き書4P）に受講者へお配りください。

所要時間： 約20分～30分

横断歩行者保護 交通安全コーチング

3-1_信号交差点・直進時での危険_ドライバー編 * 感情コントロール : おごり *

●横断歩行者保護 交通安全コーチング 進行フロー

- 1: グループ（4名～6名くらいで1グループ）を作り、チームリーダーを各グループで決めてください。
- 2: 動画「3_1_shingoukousatenchokushin_drive」を再生し、最後まで動画を視聴します。（約4分）

インストラクター：

「これからお見せするのは、早朝に、大好きな釣りへウキウキした様子で運転しているときに、信号のある交差点に差しかかるドライバーの動画です。皆さんの普段の運転を振り返りながらご覧ください。」

★動画「3_1_shingoukousatenchokushin_drive」START (最後まで視聴します)

- 3: 自分への振り返りと気づきの教育を行います。
各自ワークシートへ記入し、グループディスカッションします。（約20分）

インストラクター：

「ご覧いただいた動画では、いつも安全だから大丈夫、といったおごった感情をもって運転することの危険を紹介しました。」

「（※アイスブレイク）これから自分への振り返りを行っていきます。まずは、簡単な質問として、**「昨夜、皆さんの夕食は何を食べましたか？これまで食べた最もおいしかった食事を100点として、昨日の夕食は何点でしたか？ワークシートの〈図A〉に記入してください。」**」

〈図A〉 これまで食べた最もおいしかった食事を100点として、昨日の夕食は何点でしたか？

受講者
ワークシート

0点 20点 40点 60点 80点 100点

横断歩行者保護 交通安全コーチング

3-1_信号交差点・直進時での危険_ドライバー編 * 感情コントロール : おごり *

●横断歩行者保護 交通安全コーチング 進行フロー

- 3: 自分への振り返りと気づきの教育を行います。
各自ワークシートへ記入し、グループディスカッションします。

インストラクター：
「では、ここから安全教室に移ります。」

私たちは、色々な感情を持ちながら運転をしています。過信もその一つです。過信は運転に影響するので、注意が必要です。

「そこで、皆さんが日頃とっている車間距離、についておたずねします。十分に車間距離をとることは事故防止にとって最も大切なことの一つです。いつも安全な車間距離をとって、運転をしていますか？」

「〈図B〉の該当する箇所に「○」印を付けてください。」

〈図B〉 普段の運転で、十分な車間距離がとれているか、「○」をつけてください。

受講者
ワークシート

0点 20点 40点 60点 80点 100点

● ● ● ● ● ●

非常に車間距離が狭い どちらとも言えない 十分な車間距離をとっている

インストラクター：
「皆さん、記入はお済みですか？」

「では、皆さんへ、質問です。安全な車間距離とは、どれぐらいの距離でしょうか？」

「例えば、50キロでは？ 100キロでは？」



何人かに質問し、回答してもらいます。

※「受講者用ワークシート」の3P目の「適切な車間距離」の資料を、このタイミングで受講者へお配りし、車間距離についてのティーチングを行ってください。

横断歩行者保護 交通安全コーチング

3-1_信号交差点・直進時での危険_ドライバー編 * 感情コントロール : おごり *

●横断歩行者保護 交通安全コーチング 進行フロー

- 3: 自分への振り返りと気づきの教育を行います。
各自ワークシートへ記入し、グループディスカッションします。

- ・「受講者用ワークシート」の3P目の「適切な車間距離」の資料を配布します。
- ・ティーチングにより、安全に必要な車間距離を示し、理解してもらいます。

■ ご参考 : 適切な車間距離

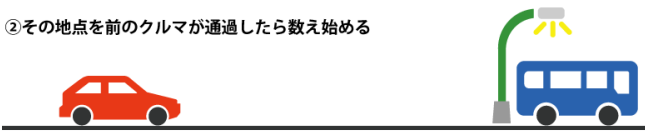
安全最小車間距離は走行速度によって異なる。速度が速くなるにつれて安全車間距離は長くなる。しかし、車種や人によって知覚の誤差が生じるため距離を判断するのは難しい。そこで車間距離を測る方法として、「距離」ではなく「車間時間で測る」方法が警察や日本交通心理学会などから推奨されている。その方法は、前のクルマが通過した地点を基準とし、自分のクルマが同じ地点に到達する時間を数えることによって、安全な車間距離を確保しようという方法がある。

速度	車間距離	車間時間
40km/h	22.2m以上	2秒以上
60km/h	33.3m以上	2秒以上
80km/h	66.7m以上	3秒以上
100km/h	83.3m以上	3秒以上

①基準となる地点を決める (例: 街灯)



②その地点を前のクルマが通過したら数え始める



③同じ地点に自分が到達した時間が「車間時間」



走行しながら数えるため、普通に数えると早くなってしまふ。そのため「ゼロイチ、ゼロニ、ゼロサン」と数える秒数の前に「ゼロ」を入れて数えるのがポイントです。

横断歩行者保護 交通安全コーチング

3-1_信号交差点・直進時での危険_ドライバー編 * 感情コントロール：おごり *

●横断歩行者保護 交通安全コーチング 進行フロー

- 3: 自分への振り返りと気づきの教育を行います。
各自ワークシートへ記入し、グループディスカッションします。

インストラクター：

「これから実際の映像を見てみましょう。ドライバーがとっている車間距離・車間時間について、ご覧ください。」

動画「3_1_sankou」START（最後まで視聴します）

※日本自動車工業会「いきいき運転講座」で使用している動画となります

インストラクター：

「いかがでしたか？動画をご覧になってどんなことを思われましたか？」

「多くのクルマが、2秒以下の狭い車間距離（時間）で走っていました。グループ内でその理由について、ディスカッションしてみましょう。」

（※ディスカッションでは、以下の意見が想定される）

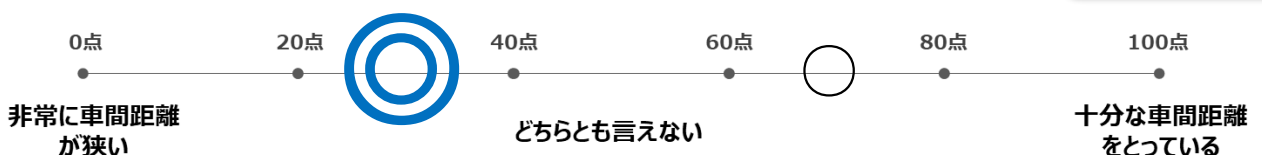
- ・みんながそのくらいで走っているから。
- ・そのくらいの距離で大丈夫だと思っているから。
- ・先行車の動きをいつも見ながら走っているから。
- ・ブレーキを踏めば間にある距離だと思っているから。 etc

インストラクター：

「では、もう一度あなたの車間距離について自己評価してください。先ほど使用した、〈図B〉の該当する箇所に、今度は「大きく◎（にじゅうまる）」印を付けてください。」

〈図B〉 普段の運転で、十分な車間距離がとれているか、「○」をつけてください。

受講者
ワークシート



横断歩行者保護 交通安全コーチング

3-1_信号交差点・直進時での危険_ドライバー編 * 感情コントロール : おごり *

●横断歩行者保護 交通安全コーチング 進行フロー

- 3: 自分への振り返りと気づきの教育を行います。
各自ワークシートへ記入し、グループディスカッションします。

インストラクター :

「1回目と2回目の自己評価は同じでしたか？」

「1回目の自己評価と、2回目の自己評価を比較してください。自己評価が変化した方はその理由を書いてください。変化しなかった方も、なぜ変化しなかったのか、その理由を書いてください。」

「最後に、自己評価の変化の度合いとその理由を、各自で発表していただいて、このプログラムは終了します。」

(発表に対するコメント例)

・0点～99点 → 「100点になるためにはどういうふうに車間距離をとればいいでしょうか？」

・100点 → 「素晴らしいですね。

100点を維持するためには、どういうことに注意して、これから運転をされますか？」

1回目の自己評価と2回目の自己評価を比較してください。変化した方はその理由を書いてください。なかった方もその理由を書いてください。

受講者
ワークシート

横断歩行者保護 交通安全コーチング

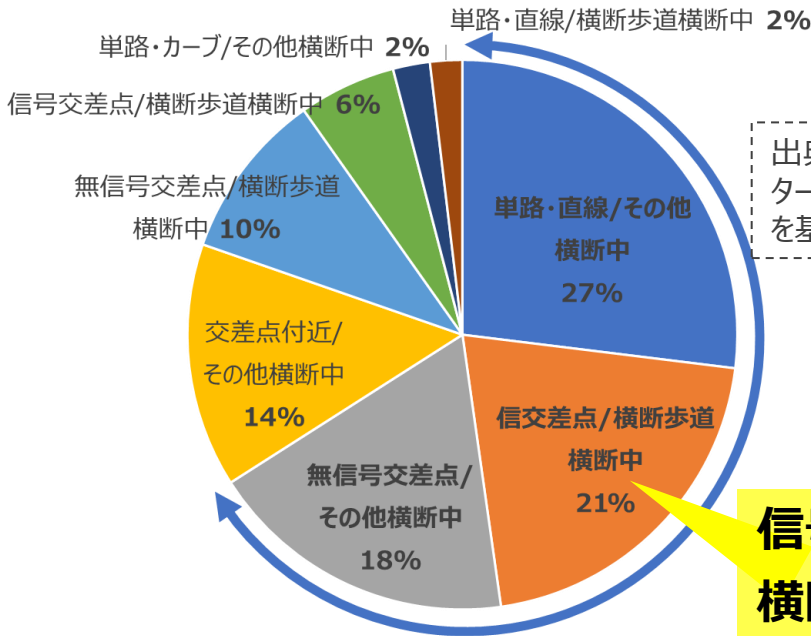
3-1_信号交差点・直進時での危険_ドライバー編 * 感情コントロール : おごり *
終了となります。

➤ 歩行者の死亡事故の約7割が横断中で、道路形状別にみると、以下の場所で死亡事故が多発。

- ① 単路・直線/その他横断中 27%
- ② 信号交差点/横断歩道横断中 21%
- ③ 無信号交差点/その他横断中 18%

横断中歩行者死者数

相手四輪 2018~2020 n=2,132



出典：（公財）交通事故総合分析センターの集計データ（2021年4月1日時点）を基に作成。

**信号交差点/
横断歩道横断中21%**

	① 単路・直線/ その他横断中	② 信号交差点/ 横断歩道横断中	③ 無信号交差点/ その他横断中	
多い事故の形	<ul style="list-style-type: none"> ● 直進四輪車と「右から」の歩行者との事故 <p>四輪直進中の事故98%</p> <p>右から 68% 高齢者 72%</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● 右折四輪車と歩行者の事故 <p>四輪右折中の事故48%</p> <p>左か59% 高齢者60% 右から40% 高齢者38%</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● 直進四輪車と「右から」の歩行者との事故 <p>四輪直進中の事故44%</p> <p>右から64% 高齢者68%</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● 直進四輪車と「右から」の歩行者との事故 <p>四輪直進中の事故85%</p>