

高齢ドライバーの 交通安全について ご家族で考えてみませんか？



日常生活の中では気づきにくい初期の認知機能の衰えも、自動車を運転する行為には比較的表れやすく、この認知症予備群とも言える軽度認知障害の人が運転時に表れやすい事象をまとめたものが、「運転時認知障害早期発見チェックリスト 30」です。

裏面のチェックリストに5項目以上チェックが入る方は、認知機能の衰えを念頭に専門機関で診てもらうなどの目安として活用し、安全運転に心がけてください。

さあ！それではやってみましょう！



注意事項 運転時認知障害早期発見チェックリスト 30 は、あくまで認知機能の衰えを念頭に専門機関への受診を検討する際の目安であり、判断するのは本人やご家族です。

「認知症」に悩む方（家族）の運転適性相談を行っています

1 相談の内容

認知症等の症状により、自動車等の安全な運転に支障がある方、また、そのご家族の皆さんから、運転免許の更新は可能なのか、などの相談をお受けします。

2 相談の方法

- 相談窓口（面接または電話で相談をお受けいたします。）
 - ・場所 前橋市元総社町 80 番地 4 群馬県総合交通センター高齢運転者対策室
 - ・電話 027-253-9300
- 受付時間 月曜日～金曜日（祝祭日を除く） 9時～16時

前橋市・前橋警察署・前橋東警察署

番号	運転時認知障害早期発見チェックリスト30	チェック欄
1	車のキーや免許証などを探し回ることがある。	
2	今までできていたカーステレオやカーナビの操作ができなくなった。	
3	トリップメーターの戻し方や時計の合わせ方がわからなくなった。	
4	機器や装置(アクセル、ブレーキ、ウinkerなど)の名前を思い出せないことがある。	
5	道路標識の意味が思い出せないことがある。	
6	スーパーなどの駐車場で自分の車を停めた位置が分からなくなることがある。	
7	何度も行っている場所への道順がすぐに思い出せないことがある。	
8	運転している途中で行き先を忘れてしまったことがある。	
9	良く通る道なのに曲がる場所を間違えることがある。	
10	車で出かけたのに他の交通手段で帰ってきたことがある。	
11	運転中にバックミラー(ルーム、サイド)をあまり見なくなった。	
12	アクセルとブレーキを間違えることがある。	
13	曲がる際にウinkerを出し忘れることがある。	
14	反対車線を走ってしまった(走りそうになった)。	
15	右折時に対向車の速度と距離の感覚がつかみにくくなった。	
16	気がつくと自分が先頭を走っていて、後ろに車列が連なっていることがよくある。	
17	車間距離を一定に保つことが苦手になった。	
18	高速道路を利用することが怖く(苦手に)なった。	
19	合流が怖く(苦手に)なった。	
20	車庫入力で壁やフェンスに車体をこすることが増えた。	
21	駐車場所のラインや、枠内に合わせて車を停めることが難しくなった。	
22	日時を間違えて目的地に行くことが多くなった。	
23	急発進や急ブレーキ、急ハンドルなど、運転が荒くなった(と言われるようになった)。	
24	交差点での右左折時に歩行者や自転車が急に現れて驚くことが多くなった。	
25	運転している時にミスをしたり危険な目にあったりすると頭の中が真っ白になる。	
26	好きだったドライブに行く回数が減った。	
27	同乗者と会話しながらの運転がしづらくなった。	
28	以前ほど車の汚れが気にならず、あまり洗車をしなくなった。	
29	運転自体に興味がなくなった。	
30	運転すると妙に疲れるようになった。	

30 問のうち5 問以上にチェックが入った方は要注意です。

認知症予防を心がけていただくとともに、毎年1 度はご自身でチェックを行い、項目が増えるようなことがあれば専門医や専門機関の受診を検討しましょう。

特定非営利活動法人高齢者安全運転支援研究会

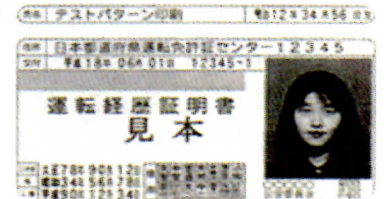
【監修】浦上克哉 日本認知症予防学会理事長、特定非営利活動法人高齢者安全運転支援研究会理事、鳥取大学医学部教授

運転免許証自主返納支援制度のご案内

前橋市では、本市に住民登録がある方で、運転免許証を自主的に返納された方に、次のような支援を行っています。

1. 「運転経歴証明書」交付手数料の全額助成 ※1

- 運転免許証に代わる身分証明書としてご利用いただけます。
- 提示をすれば、タクシー運賃が10%割引、上毛電鉄の運賃が50%割引(65歳以上の方)となるなどの特典があります。



2. 「公共交通利用券(5,500円相当)」の贈呈 ※1

運転免許証自主返納支援バスカード（通称:ころとんバスカ）、ふるさとバス回数券、るんるんバス回数券、上電マイレール回数乗車券の中からいずれかひとつを選択できます。 ◇1回限り◇



◆ マイタクの申請 ◆

運転免許証を自主返納した方は返納時にマイタクの登録申請も同時に行うことができます。マイタクはタクシー運賃の一部を支援する事業です。

※既に運転免許証を自主返納していて、マイタクのご登録がお済みでない方も、ご登録の上、ぜひご利用ください。



※1 運転経歴証明書交付手数料に係る助成及び利用券の交付は、運転免許証自主返納時に本人が申請した場合に1回限りの支援となります。また、再発行はいたしませんのでご注意ください。



運転免許証が失効した場合は、対象となりませんので、ご注意ください。

◇ 自主返納支援制度お問い合わせ先 ◇

前橋市役所 交通政策課 交通安全・サイクルプロモーション係 (TEL: 898-6263)

◇ 運転免許証返納場所 ◇ (ご本人が窓口において申請することが必要となります)

窓口	曜日	受付時間	電話番号
総合交通センター内 運転免許課窓口	平日	午前8:30～11:00 午後1:00～4:00	253-9300
前橋東警察署管内に住民登録がある方のみ			
前橋東交通安全協会	平日	午前8:30～11:00 午後1:00～4:00	243-3231
前橋東警察署大胡分庁舎	平日水曜日	午前8:30～11:00 午後1:00～3:00	283-0110

「認知症」に悩む方（家族） の運転適性相談を行っています。

相談の内容

認知症等の症状により、自動車等の安全な運転に支障がある方、また、そのご家族の皆さんから、運転免許の更新は可能なのか、などの相談をお受けします。

たとえば、

「家族に認知症の症状があり、交通事故を起こしてしまいそうで心配・・・」

「認知症なのに、このまま免許を更新していいのだろうか・・・」

このようなお悩みがある方は、一人で悩まないで何でも気軽にご相談下さい。

相談の流れ

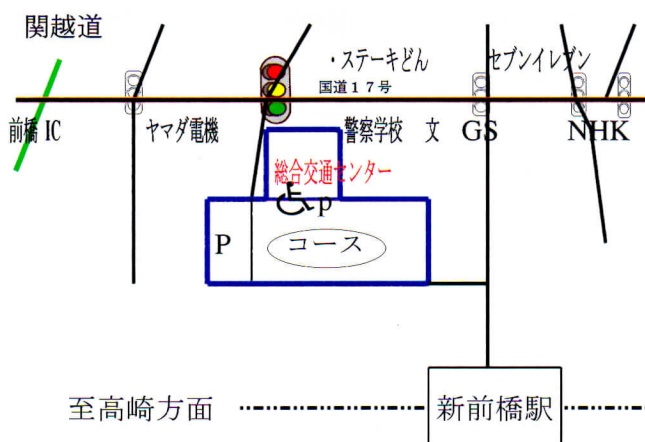
- ① 本人の症状、家族の意向、免許の有効期間などをお聞きします。
- ② ご家族に、公安委員会指定の診断書をお渡しし、主治医の先生に記入していただきます。
- ③ 記入してもらった診断書を、郵送または持参していただきます。
- ④ 診断書を基に、引き続き運転可能かどうか審査し、その後の対応をご家族に説明いたします。

※ 相談は無料です。（診断書代金は自己負担となります。）

※ 秘密は厳守いたします。

相談の方法

- 相談窓口（面接または電話で相談をお受けいたします。）
 - ・ 場所 前橋市元総社町80番地4 群馬県総合交通センター高齢運転者対策室
 - ・ 電話 027-253-9300
- 受付時間
月曜日～金曜日（祝祭日を除く） 9時～16時



前橋市元総社町80番地4

群馬県総合交通センター
高齢運転者対策室

027-253-9300

(月～金) 9:00～16:00