

安全運転

ほっと NEWS
2021年1月号

今月のクイズ

普通自動車免許(1種)を取得及び更新の際の視力の合格基準は、両眼で0.7以上、かつ片眼でそれぞれ0.3以上あることです。では、片眼が0.3に満たない場合の合格基準を次の中から選んでください。

- ①もう一方の片眼の視野が左右120度以上で、視力が0.3以上あること。
- ②もう一方の片眼の視野が左右150度以上で、視力が0.7以上あること。

(答えは裏面)



TOKIO MARINE NICHIDO

緑内障が運転に与える影響

「老眼のみだけど視力は正常なので、運転には差し支えない」と思っている40歳以上のドライバーの方はいませんか？

今月は、眼の病気の一つである緑内障の症状と、運転に与える影響を通し、運転を続けるためにはどうすればよいかをみてみましょう。

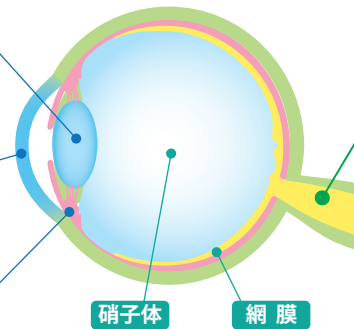
緑内障と白内障は何が違うの？

日本では、40歳以上の20人に1人、70歳以上になると10人に1人が緑内障であるといわれています。病名に色が付いているので「白内障の仲間？」と思われがちですが、白内障は水晶体が濁り視力が低下するので自覚しやすく、手術などである程度視力を回復することが可能です。一方、緑内障の初期は自覚症状がほとんどありません。よって眼科を受診するのが遅れ、気付かないまま病気が進行し(欠損した視野は治療をしても元に戻りません)、最悪の場合は失明するおそれがあります。

水晶体
水晶体は、カメラのレンズのように眼に入ってきた光を網膜に届けます。加齢によって水晶体が濁ると、全体的に見えにくくなる**白内障**になります。白内障は、手術などである程度視力を回復することが可能です。

角膜
角膜の表面は涙でおおわれています。加齢により涙の量が不足したり、涙の質が低下したりして、涙が均等にいきわたらなくなると目の乾きだけでなく、疲れや不快感等の症状を伴う**ドライアイ**になります。眼科での治療が必要になります。

毛様体
加齢により水晶体が固くなったり、ピントを調節するための筋肉(毛様体)が衰えたりすると、手元の細かい文字などが見えにくくなる**老眼**になります。老眼鏡などで、ピントを合わせ調節します。



視神経

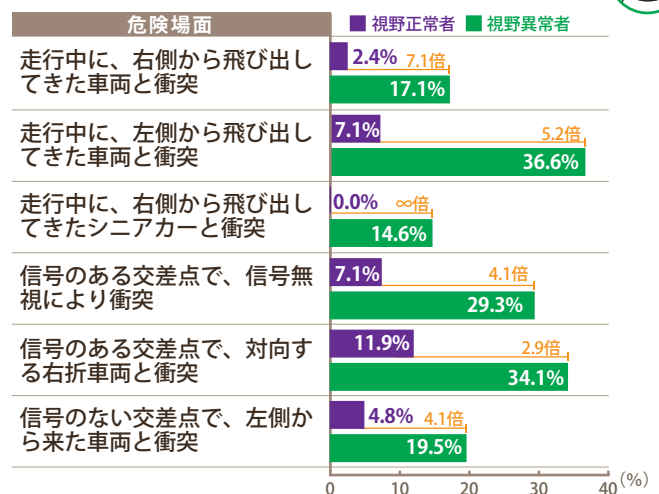
物の形や色、明るさなど眼で見た情報は、視神経を通して脳に伝えます。**緑内障**は、視神経が傷つき、視野(見える範囲)が狭くなったり、部分的に欠けたりする病気です。一度傷ついた視神経は元に戻らないので、眼科での早期発見と適切な治療で進行を遅らせ、運転に支障がないレベルを維持することが重要です。

出典：参天製薬株式会社「40代以降に増えてくる目の病気」を参考に弊社作成

視野が狭かったり、欠けたりしているとどんな事故が多くなるの？

運転シミュレータを使った運転行動の調査結果で、視野に問題がない人(視野正常者)と、視野に欠損等の問題を抱えている人(視野異常者)を比較したところ、15の危険場面のほとんどで視野異常者の事故・違反率が高くなりました。特に、信号無視や左右からの飛び出しなどの6つの危険場面で、視野異常者の方がはるかに高い事故・違反率になっています(図)。

運転シミュレータを実施した際のアンケート調査で自分の運転について尋ねたところ、「周囲を確認していたが、車などに気付くのが遅れ違反や事故をしてしまった」の回答が最も多く64.6%を占めました。



出典：平成30年度警察庁事業「視野と安全運転の関係に関する調査研究」報告書より弊社作成

図：危険場面別の事故・違反率の比較
(視野異常者の方が倍以上の事故・違反率になっているケースを抜粋)



なぜ緑内障だと周囲の異変に気付くのが遅れるの？



人は、視線が移動しても常に視界の中心部分を注視しており、視力検査ではこの中心部分がどの程度細部まで見分けられているかを測っています。一方、眼で見られる範囲を把握する視野は、視機能が正常な人でも中心部分から外側に離れる程だんだんとぼやけます。しかし、信号機や左右からの飛び出しなどは周辺視野で把握しており、変化があれば視線を移動し中心部分で確認できます。



視界の中心部分から外側の視野はぼやけている

緑内障は、視神経が傷つくことにより周辺視野に異常が生じ、下図のように視野が徐々に狭くなったり、視野の一部が欠損したりします。「視野が欠けていれば、気付くだろう」と思われるかもしれませんが、視野が狭くなったりした片眼をもう一方の正常な眼で補い、脳で調整するため気付くのは難しく、また中心部分が見えていると、周辺視野の異常に気付かないおそれがあります。自覚症状のないまま緑内障が進行すれば、信号機や左右からの飛び出しを見落とす危険性が高くなり事故を誘発します。



変化を捉えている

狭くなった視野に潜む危険を捉えることができない



イメージ



片眼

視野の欠損した部分を捉えることができない



両眼



片眼の欠けた部分を、もう一方の片眼で補い、脳で調整するので、周辺視野の異常に気付きにくい

参考：「サンテン・オブティビゅう」を参考に弊社作成



目に少しでも違和感を覚えたら、眼科で相談しましょう



運転に支障を及ぼす眼の病気は、緑内障のほかにもあります。目に少しでも違和感を覚えたら、眼科で相談しましょう。

また、40歳を過ぎたら眼底検査などを含む眼科検診を定期的を受け、早期に病気を発見し適切な治療を行って、安全運転を持続するよう心がけましょう。



目に違和感を覚えたら、眼科で診察を受けよう

目に少しでも違和感を覚えたら、眼科で相談しましょう

40歳を過ぎたら定期的に眼科検診を受け、早期に病気を発見し適切な治療を行って、安全運転を持続するよう心がけましょう

今月のクイズの答え

②もう一方の片眼の視野が左右150度以上で、視力が0.7以上あること。(道路交通法施行規則第23条)

ご用命・ご相談は...



東京海上日動火災保険株式会社

企業営業開発部

〒100-8050 東京都千代田区丸の内 1-2-1

TEL 03-5288-6589 FAX 03-5288-6590

URL www.tokiomarine-nichido.co.jp

担当営業課