

安全運転

ほっと NEWS
2015年12月号

今月のクイズ

車酔いしやすい人をセダン車に乗車させる場合、次のどの席に座らせるのがよいかを選んでください。
(答えは裏面)

- ① 助手席
- ② 運転席側の後部座席
- ③ 助手席側の後部座席



TOKIO MARINE
NICHIDO

同乗者を車で酔わせない運転

他人が運転する車に同乗したとき「車で酔ってしまった」と感じたことはありませんか？また、自分は丁寧に運転しているつもりなのに「同乗者が車に酔った」という経験はありませんか？
今月は、同乗者を不快にさせない運転について考えてみましょう。

車の「ムダ・ムラ・ムリ」な動きは、同乗者を不快にさせる！

車酔いは、車の加速時や減速時等の際に頭がゆれて、平衡感覚を保つ三半規管が刺激され、自律神経のバランスが崩れることで起こります。また、体はシートベルトで固定されているのに、眼からは「景色がすごい速さで流れている」「視線が小刻みにぶれている」と脳に伝わり、それぞれの感覚にズレが生じることも一因です。

ドライバーは、車が「加速する」「曲がる」「減速する」タイミングを計り、車のゆれで視覚がぶれないように頭を安定させようとするので、車酔いを起こすことがあまりありません。ところが、同乗者は車の動きを予測することが難しく、ゆれに備えて頭を安定させることができないので、ドライバーの運転が荒いと車酔いをしやすくなります。車のゆれを最小限にするためには、車の「ムダ・ムラ・ムリ」な動きをなくし、安定した運転を行うことがポイントになります。

車に乗ると、ニオイですぐに酔ってしまう！

子どもが車に乗った途端、「きもちがわるい」と訴えられたことはありませんか？P&Gジャパン株式会社が行った調査によると、車酔いをする子どもの約9割が、車に乗ってすぐに気分が悪くなる経験をしていました(図1)。狭く閉ざされた車内は、排ガスやカビ等がこもりやすく、車特有のニオイを発生させます。車特有のニオイは脳を直接刺激し、以前に車酔いした記憶をよみがえらせ、気分を悪くさせることがあります。特に子どもは嗅覚が敏感なため、車内に苦手なニオイがこもっていると、乗車した途端に車酔いを起こしやすくなります。

大人でも、車酔いをしやすい体質であったり、体調を崩していたりすれば車が動き始めた途端に気分が悪くなる可能性があります。車内を清潔にし、快適に過ごせる空間をつくることも大切です。



約9割の親が「子どもが乗車後すぐに気分が悪くなった経験がある」と回答

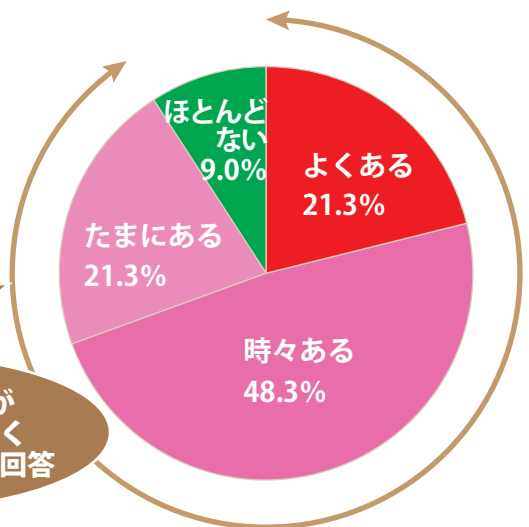


図1：子どもが車に乗ってすぐに気分が悪くなった経験

調査対象：4歳～小学3年生までの車に酔うことがある子どもをもつ親 (300人)
(出典：プロクター・アンド・ギャンブル・ジャパン株式会社
2015年2月26日「車酔いしやすい子どもとパパ・ママ徹底調査」より弊社作成)



安定した運転操作を行うためには？



同乗者にとって乗り心地がよく、車の動きを安定させて走行するためには、速度をコントロールすることがポイントになります。同乗者が不快にならない運転操作を考えてみましょう。

ムダ・ムラ・ムリがある運転操作

ムダ

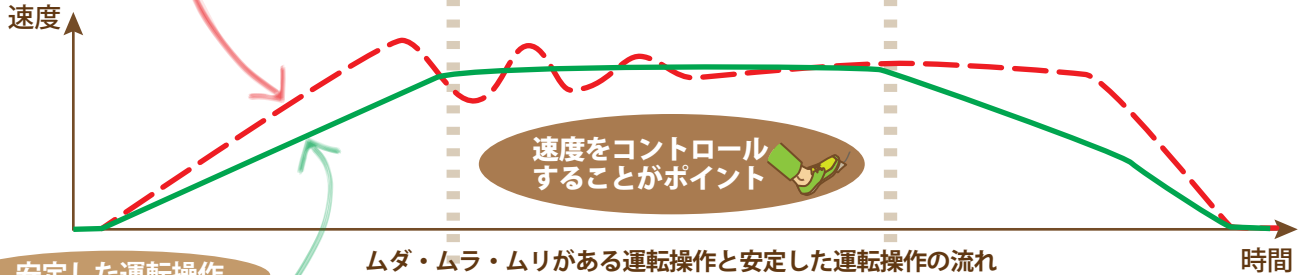
急加速する 速度の出し過ぎ

ムラ

車間距離が短く、前車に合わせて減速・加速を繰り返す

ムリ

ギリギリまで速度を緩めない 急に止まる



安定した運転操作

ムダ・ムラ・ムリがある運転操作と安定した運転操作の流れ

ふんわりアクセル

《発進》

- ブレーキから一拍おいてアクセルに足を移します。
- ブレーキから足を離れたときに車が動き始める「クリープ現象」を利用して、ゆっくり発進しましょう。

《加速》

- アクセルをふんわりと徐々に踏み込み始めます。
- 速度を出し過ぎないように、車の流れの速度になる手前でアクセルから足を少し戻します。

安定した速度

《走行》

- 遅過ぎず速過ぎない、安定した速度で運転しましょう。
- 前車の速度が変わっても、アクセルの操作だけで減速・加速ができるように、車間距離を十分にとりましょう。
- 急な割り込み等でブレーキをかけることがないように、周囲の流れをよく見てすぐに対応できるように運転しましょう。

早めに減速

《減速》

早めにアクセルから足を離し、エンジンブレーキを使って減速しましょう。

《停止》

ブレーキをそっと踏んで止まりましょう。

《曲がる》

曲がる手前で十分に速度を落とし、無理のないハンドル操作を行って、適切なカーブを描けるようにしましょう。

(出典：一般社団法人 日本自動車連盟 HP「エコドライブ運転操作の流れ」より弊社作成)



車内の空気もきれいな状態にして出発しましょう



車内のニオイが気になるからと、強めの芳香剤を使用すると、異なるニオイが重なり余計に気分が悪くなることがあります。車内を心地よくするためには、エアコンや座席等をこまめに清掃することが大切です。出発前には換気を行い、車内の空気もきれいな状態にしましょう。

同乗者が車酔いをした場合は、無理に運転を続けずに、駐車できるスペースを見つけて車を止め、休憩をとりましょう。

同乗者を車で酔わせないために「ムダ・ムラ・ムリ」のない安定した運転操作を心がけましょう。また、車内を清潔に、換気もこまめに行いましょう。

今月のクイズの答え

① 助手席 (セダン車の助手席は前輪と後輪の間なので、ゆれが少なくてすみます)

(出典：一般社団法人 日本自動車連盟HP「ドライブ・ワンポイントアドバイス 5.乗り物酔い」より弊社作成)

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 <http://www.tokiomarine-nichido.co.jp/>

担当営業課