



高齢者交通安全情報 ネットワークみやざき



令和2年

第2号

令和2年2月27日発行

■宮崎県警察本部交通企画課

宮崎市旭1丁目8番28号

TEL 0985(31)0110

～年齢と視野・視力の関係～ 年齢を重ねると視野・視力はどうなる？

- 視野が狭くなっていくと言われています。
- 視力、特に動体視力の低下が大きいと言われています。
- コントラスト（明度の差）が小さい物を見分けることが難しくなるとされています。



運転中の視野の影響は？

スピードが速くなるほど視野が狭くなる（明瞭に認識できる範囲が狭くなる）ので、情報をキャッチする能力が下がるなど危険を予測する能力が低下します。



運転中の視力の影響は？



動体視力は静止視力よりも低下しますので、注意力が分散して見落としや見間違いが起きやすくなります。

スピードが速くなるほど、見落としや見間違いが大きくなります。

歩行者・運転者の方

左右を確認するときは、意識して首や体を動かすなどして、しっかりと安全確認を行いましょう。

運転者の方

長時間運転すると動体視力が低下しますので、こまめな休憩を取りましょう。

見落としや判断の遅れを防ぐためにスピードを落としましょう。

