

えみこ先生の健康管理レター 今回のテーマ：「運転時に心配！視野障害について」

運転中に病気などが原因で起こった事故のことを「健康起因事故」と呼びます。
大きな車を運転するドライバーの皆様が健康でなければ事故は防げません。健康を維持するヒントを毎月お届けします。



2022年3月に国土交通省が「**自動車運送事業者における視野障害対策マニュアル**」を策定しました。人は情報の8割を「視覚」から得ているため目の機能低下や病気は重大な事故につながる可能性があります。

例えば、進行すると視力を失う**緑内障**を患うと、正常な人に比べてなんと**約7倍**も交通事故を起こしやすいという研究成果が報告されています。

Haymes SA, et al. Risk of falls and motor vehicle collisions in glaucoma. 2007より

視野

視野とは、目を動かさずに見渡せる範囲のことで、静止時の水平方向の視野は片眼で

左右それぞれ約160度、両眼で約200度までです。

このうち両眼で色まで確認できる範囲は狭く、

左右それぞれ**約35度**までとなり、

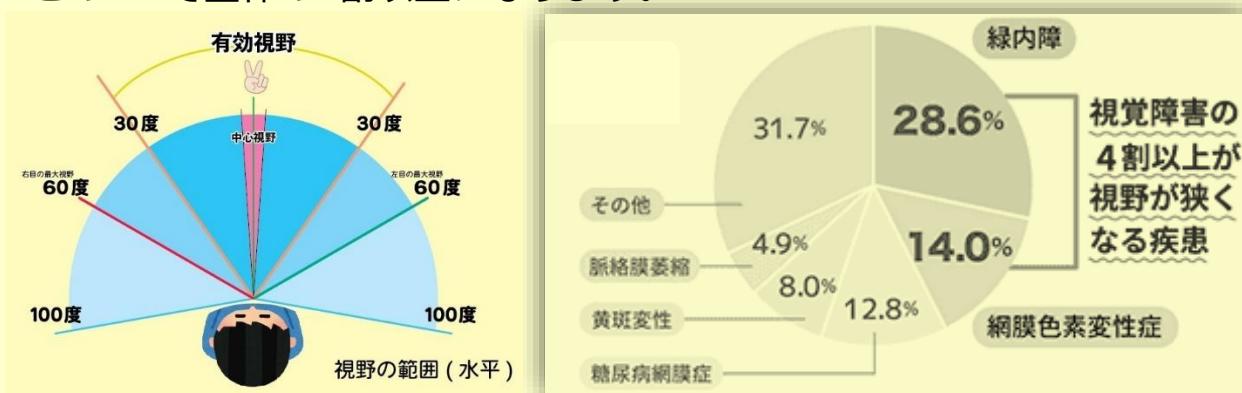
この範囲外では信号機の色を正確に識別することが出来ません。

視野は速度が高いほど狭くなり、遠くを注視しているため、飛び出してくる自転車や歩行者を見落としやすくなります。

日本人における視覚障害の原因疾患の調査によると、

第1位は**緑内障**28.6%、第2位は**網膜色素変性症**14.0%を占め、

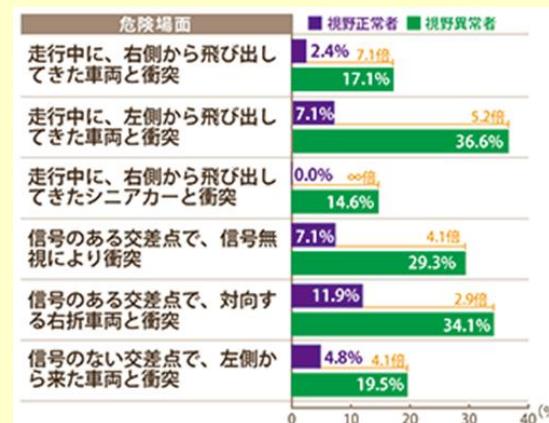
この2つで全体の4割以上になります。



出典：一般社団法人全日本指定自動車教習所協会連合会編
「安全運転の知識」(警察庁交通局運転免許課監修)より

視野がかけたり、狭いとどんな事故が多い？

信号無視や左右からの飛び出しなどの6つの危険場面ではるかに高い事故・違反率になっています。



出典：
平成30年度警察事業
「視野と安全運転の関係に関する研究」

目の健康を守るには？

症状が進行してしまうと治療をしても**元に戻すことができません。**

早期発見と適切な治療の継続によって進行を遅らせることはできます。

少しでも早く治療を開始することにより

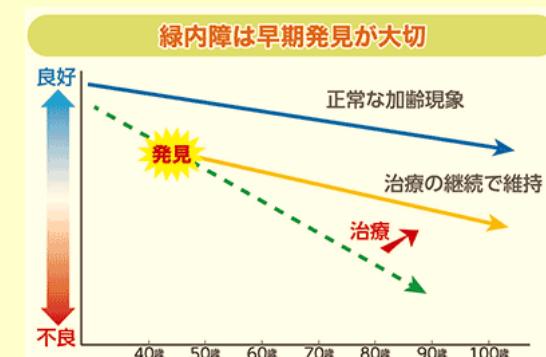
良好な視野を維持することで

視野障害に起因する事故を防ぐことができます。

視野障害は特に**40代以降**で顕著に表れます。

自覚症状に乏しい初期の段階で発見するため健康診断時に

「眼圧」「眼底」の検査を加えることをおすすめします。



最新号のダウンロードはこちらから



一般社団法人
健康マネジメント協会

<http://health-ma.jp>
03-3803-8220
東京都荒川区西日暮里2-36-15



行政書士法人シグマ

神奈川県川崎市中原区新丸子町760番地2-502
TEL : 044-322-0848

