

本部広報2020-007

2020年6月15日

高齢運転者総合応援サイトに「耳」のチェックとトレーニングを追加公開 聴覚を積極的に活用して認知機能の一助に！

JAF（一般社団法人日本自動車連盟 会長 藤井一裕）は、高齢者の方々が長く楽しく安全運転が継続できるよう応援する特設サイト「エイジド・ドライバー総合応援サイト」に「耳」のチェックとトレーニングを新たに公開しました。

■エイジド・ドライバー総合応援サイト

JAFでは高齢ドライバーの方々に少しでも長く、楽しくいきいきと安全運転を続けていただくことを目的とし、本サイトを公開しています。なお、本サイトは専門家監修のもと、以下の項目で構成されています。



JAF エイジド・ドライバー

検索



【チェック】…ご自身の状況に気づき、意識してもらうために、まず機能チェック

【トレーニング】…認知機能、視機能、聴覚機能を継続的にトレーニングで老化防止

【ワンポイント動画】…監修いただいた専門家からのワンポイントアドバイス

【高齢者講習情報】…免許更新時の高齢者講習に関する情報

▼エイジド・ドライバー総合応援サイト

<https://jaf.or.jp/common/safety-drive/online-training/senior>

■新規公開“耳”のチェックと2種類のトレーニング

運転に関する能力は、年齢とともに低下する傾向にあります。そのため、今の自分の能力を正しく把握し、能力に応じた運転を心がけることや老化防止のトレーニングを続けることが重要です。

今回、聴覚と認知機能の間に深い関わりがあるという専門家の知見をもとに、聴覚（耳の機能）をテーマとして、普段の生活における聞こえ方の「チェック」と、ナレーションや効果音などの音声聞きながら実施する二種類のゲーム形式の「トレーニング」を新規公開しました。

▶ 追加された1つのチェックと2つのトレーニング

【耳のチェック】

普段の生活における耳の聞こえ方をチェックします

【ルート案内認識力トレーニング】

ルート案内の音声を聞きながら画面上の地図を見て、案内どおりに進むとどこに到着するのかを覚えます

【同じ音探し聴覚認知力トレーニング】

音の変化、音程、メロディなどを覚え、選択肢の中から覚えた音と同じ音を探します



耳のチェック（イメージ）

また、これまでに公開している「目」と「認知」機能に関するチェックとトレーニングについても併せてご活用ください。

高齢ドライバーだけでなく、ご家族と共に本コンテンツを繰り返し行うことで、運転に必要な認知機能の維持・老化防止の一助としていただき、交通事故防止につなげていきたいと考えています。

JAF は、社会的課題となっている高齢ドライバーの交通事故防止のための活動を今後も積極的に推進してまいります。

※音量の調整には十分ご注意ください。

※一部の PC、タブレット、スマートフォンでは正常に表示できない場合があります。

このリリースへの問い合わせは以下までお願いします。

一般社団法人 日本自動車連盟 広報部 担当：秋本

Tel : 03(3578)4920 Fax : 03(3578)4912

E-Mail: koho@jaf.or.jp URL: <https://jaf.or.jp/>

〒105-0012 東京都港区芝大門 1-1-30 日本自動車会館