



平成30年11月19日  
東日本高速道路株式会社

## 「家族みんなで 無くそう逆走」啓発イベントレポート

### 高齢ドライバーの運転能力を家族みんなでチェック！

### 逆走防止のための3つのアクションと「スマヌ法」体験に アニマル浜口親子、新井恵理那さんが参加

### 高速道路の逆走防止のために「気合いだ！」で呼びかけ

NEXCO東日本（東京都千代田区）は、高速道路の逆走防止を呼びかける「家族みんなで 無くそう逆走」プロジェクトの一環として、11月18日「家族の日」に東京湾アクアライン 海ほたるパーキングエリア内にて啓発イベントを開催いたしました。秋の晴れ渡った「海ほたる」に、アニマル浜口さんの「ワハハ、ワハハ、ワハハ！」の笑い声が響き渡る楽しいイベントとなりました。

<https://www.youtube.com/watch?v=VwuNXaaDxEQ>

「家族みんなで 無くそう逆走」公式サイト：[https://www.e-nexco.co.jp/family\\_nakusogyakuso](https://www.e-nexco.co.jp/family_nakusogyakuso)



ゲストに仲良し家族として有名なアニマル浜口親子3名（アニマル浜口さん、浜口初枝さん、浜口京子さん）と、NEXCO東日本CMキャラクター新井恵理那さんをお迎えし、高齢ドライバーと家族と一緒にできる「家族みんなで 無くそう逆走」3つのアクション（①家族みんなで逆走を知ろう ②家族みんなでチェックしよう ③家族みんなを逆走から守ろう）を呼びかけました。

「②家族みんなでチェックしよう」の一つである、高齢ドライバーの運転する車に同乗して具体的に運転をチェックする5つのポイント「運転ここに注目リスト」について、アニマル浜口さんは、「運転の能力の低下や注意力散漫など、初枝ちゃん、京子、僕のことをよくチェックしてくださいね」とコメントされ、家族への協力を求めるとともに、自分の能力を過信しないことなどを真剣に考えていただきました。

さらに、「ス」、「マ」、「ヌ」のカタカナ1文字を背中に書いて、どの文字が書かれたか当てることで、運転に必要な判断力をチェックできる「スマヌ法」を浜口親子と新井さんが体験しました。



アニマル浜口親子、新井恵理那さんが「スマヌ法」で運転能力をチェック

『「スマヌ法」は家族と一緒に高齢ドライバーの運転能力をチェックできるから良いですね。是非、みなさんもお家族とやってみてください!』とアニマル浜口さんと京子さんがコメント。

「家族みんなで 無くそう逆走」啓発イベントは、高齢ドライバー本人に注意を呼びかけるだけではなく、そのご家族が「逆走は身近に起こりうる」と認識し、アクションを起こしていただくことを目的に実施しました。

アニマル浜口さんは、高速道路で起こる逆走の6.6%が65歳以上のドライバーによって引き起こされているデータを紹介されると「いやー、知らなかったです」と驚いた様子でした。また、浜口京子さんは、「驚きました。父も逆走を起こしやすい年齢に入っているということですね。家族で話し合うこと、チェックすることが重要ですね」とコメントされました。



イベントでは、高齢ドライバーと家族が今すぐできる「家族みんなで 無くそう逆走」3つのアクションとして、

- ① 家族みんなで逆走を知ろう
- ② 家族みんなでチェックしよう
- ③ 家族みんなを逆走事故から守ろう

を紹介しました。

1 背中にカタカナの「ス」「マ」「ヌ」のどれかを指で書き、どの文字が書かれたかを答えてもらいます。

2 書く文字をランダムに変えて計6回行います。正

6回中3回以上間違える場合は、皮膚感覚をキャッチする脳力が衰えている可能性がありますので、病院でチェックしてもらいましょう。

※「スマヌ法」は、あくまで皮膚感覚をキャッチする脳力の衰えの目安となるものです。逆走を起こさないことを保証するものではありません。  
 ※出典：木山隆幸 総合能力研究所所長 著「ボクたかないら駄トキをやりなさい 脳が語る秋山式能力トレーニング」より

家族でできる他のチェック法を WEBサイトで公開中! [https://www.e-nexco.co.jp/family\\_nakusogyakuso](https://www.e-nexco.co.jp/family_nakusogyakuso)

イベントでは、アニマル浜口親子と新井恵理那さんが、2つめのアクション「家族みんなでチェックしよう」の一つである「スマヌ法」を実際に体験しました。

「スマヌ法」のやり方は非常に簡単で、親子はもとより、お孫さんと祖父母が一緒にやっていただくことも可能です。

まず、カタカナの「ス」、「マ」、「ヌ」のどれか一文字を指で背中一杯に大きく書いてもらいます。その書かれた一文字が、どのカタカナであったのかを回答することで、皮膚感覚をキャッチする脳力の衰えのチェックができます。

イベントでは、浜口京子さんがアニマル浜口さんの背中にカタカナ一文字を書き、何を書いたかを当てて頂きました。浜口京子さんが、アニマル浜口さんの背中に一文字を書くと、「背中の感覚はまだまだいいなー。『ス』だ! 『ス』だ、『ス』だ! 京子、どこからでもかかってこい!」とレスリングの練習を彷彿とさせるカー杯の「スマヌ法」体験となりました。本当に、親子の仲睦まじい様子が会場が大笑いする一幕も。

また、新井さんは、「スマヌ法はゲーム感覚で運転能力を楽しく、遊び感覚でチェックできます。家族と一緒に定期的にやっていくのが大切ですね。本当に簡単にできますので、是非、みなさんに知ってほしいです」とコメントし

ました。



「スマヌ法」は、軽度認知障害（MC I）の早期発見を目指し考えられたものです。総合的な認知機能や運動能力を必要とする車の運転能力をチェックする方法としても活用できます※。

※「スマヌ法」活用に関しては、「家族みんなで 無くそう逆走」プロジェクトの監修者であるメモリークリニックお茶の水院長で筑波大学名誉教授の朝田 隆先生にご指導いただいています。

## 「逆走防止」へ向けて、アニマル浜口さんより「無くそう逆走！」10連発と「気合いだ！」

アニマル浜口さんは「運転の能力の低下や注意力散漫など初枝ちゃん、京子、僕のことをよくチェックしててくださいね」とコメントされ、家族への協力をお願いしていました。

イベントでは、ご自身が「高齢ドライバー」と言われる年齢にあたるアニマル浜口さんと、その年齢の親を持つ京子さんに、高速道路で発生する逆走防止に向けたアクションについて、浜口家として何ができるかを真剣に考えていただきました。


ご家族が同乗し、今までの運転と違うところがないか確認する5つのポイント「運転ここに注目リスト」について、アニマル浜口さんは、「急ブレーキ、急発進など、運転の能力の低下や注意力散漫など、初枝ちゃん、京子、僕のことをよくチェックしててくださいね」とご家族の協力を依頼する場面も。それを受け、初枝さんと京子さんは、異語同音に「（アニマル浜口さんは）自信家なので、いつも大丈夫、大丈夫というのですが、過信はダメですね、ちゃんとチェックしないとイケないと思います」とコメント。アニマル浜口さんもお二人の言葉に大きく頷いていました。



最後に、アニマル浜口さんより、家族がみんなで協力して、逆走を防止へ向けて、「無くそう逆走！」10連発をいただきました。そして、最後に「気合いだ！」のあとは、会場より大きな拍手をいただきました。

■運転をチェックするための5つのポイント「運転ここに注目リスト」


～高齢ドライバーの運転する車に同乗の上、注目すべきポイント～



## 運転ここに注目リスト

- 急ブレーキや急発進が増えたり、バック運転に手間取ったりする。
- 車間距離を一定に保てない。また、車体をこすることがある。
- 通り慣れた道順を忘れてたり、行き先を途中で忘れてたりする。
- 交差点で歩行者などに気づくのが遅れる。また、合流が苦手になる。
- 信号の見誤りや標識の見落としをする。子どもなどの飛び出しを予測できない。

次の運転の時も  
 チェックするね！



よろしくね

イベントに参加したアニマル浜口親子と新井さんから感想



【アニマル浜口さんのコメント】

- 家族みんなで、力を合わせ、高速道路の逆走を無くしていきたいです。

【浜口初枝さんのコメント】

- 朝も「ワハハ、ワハハ！」の笑いで始まり、寝るときも「ワハハ、ワハハ！」と、笑って過ごすのが家族円満の秘訣です。（我が家は）いろいろなことをなんでも話しあえる楽しい家族です。
- 自分だけでなく、親戚やみんなにも呼び掛けて、「逆走防止」に努めていきたいと思いました。

【浜口京子さんのコメント】

- 「3つのアクション」を実践していきたいと思いました。皆さんも是非、実践していきましょう。
- 「スマヌ法」体験は、本当に楽しくできますし、改めて父の大きな背中も存在も感じました。

【新井恵理那さんのコメント】

- 「スマヌ法」はゲーム感覚で楽しく、遊び感覚で運転能力をチェックできます。家族と一緒に定期的にやっていくのが大切ですので、是非、ご家族でチェックしてください。



新井恵理那さんが出演の「家族みんなで 無くそう逆走」啓発動画、11月19日公開

高齢ドライバーとご家族と一緒にチェックいただける「スマヌ法」を新井さんが紹介します。

<https://www.youtube.com/watch?v=PmJaoRL6D2g&feature=youtu.be>



最新情報はNEXCO東日本のHPをご覧ください。

[https://www.e-nexco.co.jp/family\\_nakusogyakuso](https://www.e-nexco.co.jp/family_nakusogyakuso)

「家族みんなで 無くそう逆走」監修  
朝田 隆（あさだ・たかし）メモリークリニックお茶の水院長

1955年生まれ。

メモリークリニックお茶の水院長、筑波大学名誉教授、東京医科歯科大学医学部特任教授、医学博士。数々の認知症実態調査に関わり、軽度認知障害（MCI）のうちに予防を始めることを強く推奨、デイケアプログラムの実施など第一線で活躍中。

