ペーパードライバーのための
運転の教科書

はじめに

10〜20 代で運転免許を取ったという方は多いと思いますが、免許を取ってそのまま車の運転をし始めたという方は割と少ないと思います。今まで車が全然必要なかった、車は欲しかったけど学生だったから買えなかった、そもそも車に興味がなかったなど車を運転してこなかった理由は人それぞれではないでしょうか。「一生、運転なんてしないと思っていた」と私のスクールに申し込みに来るお客様も口をそろえてそうおっしゃいます。人生は何が起こるか分からないとよく言いますが、就職や転勤、結婚や出産などの人生の節目で突然車の運転をしなければならなくなる時があります。しかし、そういった差し迫った状況になったとしても、免許を取ってから何年も車を運転していない方にとっては一歩踏み出すだけでもとても勇気がいると思います。

私は普段、ペーパードライバーの方を相手に出張レッスンを行っています。レッスンをする時にいつも心掛けているのは、運転に対して前向きになれるようなアドバイスをすることです。ペーパードライバーの方にとって久々の運転は不安しかないと思います。その不安な気持ちを少しでも和らげることが自分の役目だと思います。私は車の運転には自信がありますが、文章能力は完全に初心者マークです。何かと至らぬ点があるかと思いますが、日本全国のペーパードライバーを救いたいという想いでこの本を作りました。この本を読み終えた時に「これならペーパードライバーどうにかなるかも！」と前向きな気持ちになって頂けたら嬉しいです。

運転教室スタートライン

稲山　巧

目　次

はじめに.....1
第１章　ペーパードライバーが抱える悩み.....5
1.ブランクが長くても運転できるようになるのか.....6
2.どんな練習をすれば運転が上手くなるのか.....6
3.車の運転が怖くて一人で運転できない.....7
4.車の運転に向いていない.....8
5.車を持っていないので練習できない.....8
第２章　ペーパードライバーを克服する方法.....10
1.家族や知り合いに教えてもらう.....11
2.自動車学校のペーパードライバー講習.....11
3.出張型のペーパードライバースクール.....12
第３章　運転姿勢と運転装置の取り扱い.....13
1.チェンジレバーの役割.....13
2.駐車ブレーキ.....15
3.ウィンカー、ベッドライト、ワイパー.....17
4.運転姿勢とバックミラーの調節.....18
5.エンジンのかけ方と発進停止.....21
第４章　すぐに役立つ交通ルール講座.....23
1.信号の意味.....23
2.車線通行帯の使い方.....26

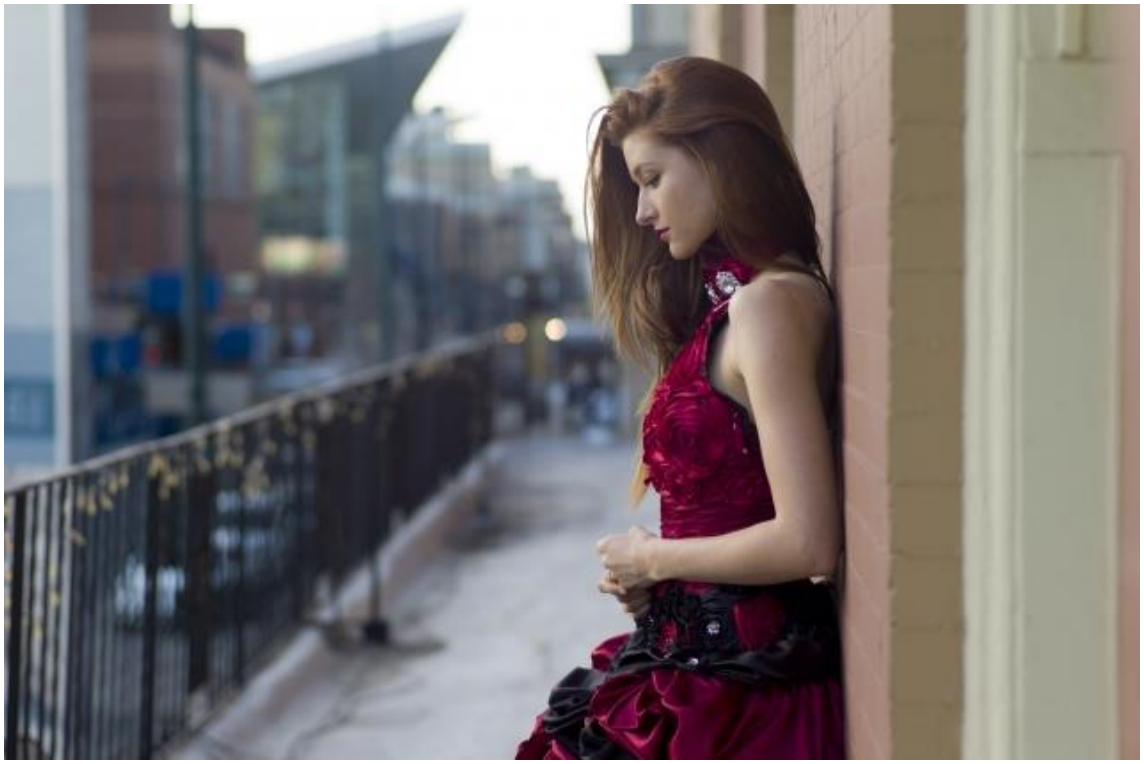
3.交差点の通行方法 29
4.標識と標示 35
5.駐車と停車 43
第 5 章　安全運転の知識 47
1.信号の変わり目 47
2.交差点を右折する時 50
3.歩行者や自転車 51
4.住宅街 53
5.車間距離 54
6.進路変更 55
7.雨の日の運転 56
8.セルフスタンド 58
9.あおり運転 59
第 6 章　車庫入れの方法 62
1.車庫入れが難しい理由 62
2.後退する時のハンドル操作 64
3.後退の動き方の特徴 65
4.車庫入れの手順 68
第 7 章　自力でペーパードライバーを克服する 75
1.広い駐車場で基本操作の練習 75
2.交通量の少ない道路で交差点の練習 76
3.二車線以上の道路で進路変更 76

4.交通量の少ない住宅街の走行 77

5.車庫入れの練習 77

おわりに 79

第１章　ペーパードライバーが抱える悩み



久々に車の運転をしなければならなくなった場合に色々な悩みや疑問が出てくると思います。どうにかしなければいけないとは頭では分かっていても、その悩みや疑問が大きな障害となってなかなか気持ちが前に動かない。時間の経過と共に悩んでいたこと自体も忘れてしまって、気が付いたら何年も放置してしまったというのはよく聞く話です。

私のスクールのお客様からも運転に関する相談をよく受けます。自分一人で悩みを抱えてしまうと解決の糸口が見つからず途方に暮れてしまいますが、何気なく誰かに相談してみた時に「そんな簡単なことだったんだ」と気づかされることってありますよね。ここでは、私の今までの経験からペーパードライバーの方が抱えやすい悩みや疑問をいくつかピックアップしましたので参考にしてください。

・ブランクが長くても運転できるようになるのか

・どんな練習すれば運転が上手くなるのか

・車の運転が怖くて一人で運転できない

・車の運転に向いていない

・車を持っていないので練習できない

1.ブランクが長くても運転できるようになるのか

“ペーパードライバー歴の長さは関係ない”

この疑問を持っている方はかなり多いのではないでしょうか。エンジンのかけ方ってどうだっけ？アクセルペダルはどっちだっけ？となってしまうのはペーパードライバーあるあるです。特にペーパードライバー歴が 10 年以上ともなるともう一度自動車学校に通い直して一から練習しないと無理なんじゃない？と心配になりますよね。実はそんな心配はしなくても大丈夫。私は自動車学校で指導員をやっていましたが、初めて車を運転する人とペーパードライバーの人では上達するスピードが全く違っていて、ペーパードライバーの方が断然上達は早いです。昔取った杵柄ということわざがありますが、人は過去に体験していたことは時間が経ってもそう簡単には忘れません。

ペーパードライバー歴が長い方でも練習をしている内に、自動車学校に通っていた頃のことを段々と思い出してきて「そういえば、教習所の教官にあの時こう言われたのを思い出しました」と笑いながら話してくれることがよくあります。また、ペーパードライバーの上達の早さの理由に年齢も大きく影響していると思います。私のスクールに申し込みに来るお客様の平均年齢はおおよそ 35 歳になります。30 代になるとそれなりに経験を積んでいて知識も豊富なので、物事を深く考えるようになります。車の運転はよく考えて行動することがとても大切で、自分の運転を客観的に見直せる冷静さが欠かせません。普通免許は 18 歳から取ることができますが、人生経験を積んできた今が車の運転を再開する絶好なタイミングかもしれません。

2.どんな練習をすれば運転が上手くなるのか

“運転練習は練習する順番が大切”

ベテランドライバーに聞くと決まって「運転は慣れだよ」と言います。確かに運転は慣れかもしれませんが、それを言ってしまっては身も蓋もなく解決策にはならない。では、

どんな練習をすればいいのか？私の意見としては練習する内容ももちろん大切ですが練習する順番がもっと大切だと思います。例えば、子供に算数を教えようとする時、いきなり難しい公式を教えてしまってはいくら時間をかけても教えることはできないと思います。まずは足し算、引き算から始めて、それに慣れてきたら掛け算、割り算といった具合に階段を少しずつ登っていくように学習を進めていくのが一般的です。車の運転も同じでいきなり高速道路や車庫入れから練習してしまうと操作が難しく運転が怖くなってしまったり、途中で挫折してしまいます。まずはエンジンのかけ方やハンドルの回し方など簡単なことから始めて、自信をつけさせてあげることが大切です。また、これさえをマスターすれば一気に車の運転が上達します！という特効薬もありませんので、地道な練習の積み重ねこそが一番の近道です。

3.車の運転が怖くて一人で運転できない

“練習の積み重ねで乗り越えられる”

この手の悩みを抱えているペーパードライバーの方もかなり多いと思います。誰か助手席に人がいれば運転できるけど、いざ一人で運転するとなるとつい腰が引けてしまう。車の運転が怖く感じてしまう原因はいくつかありますが、1 つは自分の運転が信用できないからです。例えば、同じ車でもタクシーやバスに乗っている時は車が怖いとは思ったりしませんよね。それはタクシーやバスの運転手さんを信用しているからです。特に運転の操作にまだ慣れていない時期は思い通りに車がコントロールできていないので、交差点を曲がる時にふらついてしまったり、狭い道でぶつかりそうになったりと怖い思いをしてしまいます。

もう 1 つは運転経験が足りていないことです。車の運転はその都度異なった状況になるので、運転経験が少ないペーパードライバーは危険な状況になってもその発見が遅れてしまいどうしても怖い思いをしやすいです。でも、この 2 つは両方とも練習の積み重ねで乗り越えられる部分なので心配する必要はありません。もちろん、いきなりベテランドライバーと同じことはできませんので、最初は近所の道路や通り慣れている地元の道路から。簡単な道路を繰り返し練習することで自然と自信もついてきて怖さもなくなってきます。「はじめてのおつかい」というテレビ番組を一度は見たことがあると思いますが、小さな子供が泣きながらも勇気を出して一人でおつかいに出掛ける姿は感動しますよね。子供にできて大人にできない訳がありません。

4.車の運転に向いていない

“運転にセンスは必要ない”

ペーパードライバーの方の多くが運転に自信を持っていません。ペーパードライバーの方は運転経験が少ないので、自信がないのは当然のことだと思います。また、自動車学校に通っていた時も運転は苦手だったとおっしゃる方も多いのですが、自動車学校では運転の練習をする時間そのものがとても少ないので苦手と感じたのはやはり当然です。

また、車の運転にはセンスが必要だと言う人もいますが、個人的にはそれはセンスの違いではなく飲み込みの早さの違いだと思います。何にでも言える事ですが、少し説明を聞いただけですぐに理解できてしまう人もいれば、1 から 10 まで説明を聞かないと理解できない人もいます。でも、1 から 10 まで説明を聞かないと理解できない人でも、時間を掛けて 1 ずつ理解していけばちゃんと理解できます。私は自動車学校で 13 年間教習をしてきましたが、誰でも車の運転は出来るようになると信じていつも教習してきました。車の運転にセンスは必要ないと思います。運転できるようになりたいという気持ちさえあれば、必ず運転できるようになります。

5.車を持っていないので練習できない

“カーシェアリングを上手く使おう”

この悩みを抱えている人はおそらく仕事で車を運転しなければならない状況が多いと思います。当たり前かもしれませんが、マイカーを持つのはとにかくお金がかかります。特に都会に住んでいる人は駐車場を借りるだけでも大変です。でも、やっぱりマイカーがないと運転の練習はできないのかと諦めるのは早いです。

おすすめなのは最近、定着してきているカーシェアリングです。レンタカーとの何が違うのかいまいち分からないという方も多いと思いますが、カーシェアリングのメリットは短時間で車を借りられるのでとても経済的です。カーシェアリングの会社によって多少異なりますが、15 分単位で借りられる所も存在します。また、みなさんも旅行などでレンタカーを借りたことがあると思いますが、その手続きが意外に面倒ですよね。でも、カーシェアリングはスマホやパソコンで予約から料金の支払いまでできてしまうのでとても便利です。ただ、気を付けて欲しいことはいきなり一人でカーシェアリングを使って練習し始めてしまうのはやめてください。やはり最初は運転に慣れている方に付

き添ってもらって基本的な練習を何度か行って、運転に慣れてきた頃にカーシェアリングに移行するのが無難です。

第 2 章　ペーパードライバーを克服する方法

では実際にペーパードライバーを克服するためどうすればよいのか。ペーパードライバーを克服する方法はおおまかに分けると次の 3 つがあります。

・家族や知り合いに教えてもらう

・自動車学校のペーパードライバー講習を受ける

・出張型のペーパードライバースクールに通う

この 3 つの方法をどれか一つに決める必要はありません。それぞれにメリットとデメリットがありますので、自分のライフスタイルに合わせて上手く使い分けるのがベストです。それでは、3 つの方法について見ていきましょう。

1.家族や知り合いに教えてもらう

“教えてもらう人を選ぶことが大事”

最初に思い付くのがこの方法ではないでしょうか。メリットはなんと言ってもお金がかからないことです。また、家族や知り合いだと変に緊張することもありませんので、精神的にも楽なのがいいですよね。ただし、デメリットは家族や知り合いは人間関係の面で距離感が近いので運転を教えている内につい指導にも熱が入ってしまい、いつの間にか険悪な雰囲気になってしまいやすいです。実際に当スクールにもそういった事情で申し込みに来たお客様も少なくないです。家族や知り合いに教えてもらう方法は、教えてもらう人の性格や運転経験、自分との距離感などを考慮する必要があります。

また、この方法で運転の練習をする時に特に気を付けて欲しいことは最初に練習する場所です。ベテランドライバーの方にとってはペーパードライバーの方がどのくらい運転を忘れてしまっているかというのが想像できないと思います。ペーパードライバー歴が10 年以上となると初めて車を運転する方とほぼ変わりません。したがって、いきなり路上を走らせるということは絶対にしないでください。まずは近所にある大型スーパーやホームセンターなどの広い駐車場で基本操作から練習するようにしましょう。駐車場での基本操作に慣れてきたら、交通量の少ない道路で交差点の練習を行い、運転に段々と慣れてきたら車線の多い道路や道幅の狭い道路を練習していきます。決して無理はさせず時間を掛けて簡単な事から順番に練習していくのがポイントです。第 7 章に自力でペーパードライバーを克服する方法を紹介していますので参考にしてください。

2.自動車学校のペーパードライバー講習

“まずは自動車学校に問い合わせよう”

運転のことならやっぱり自動車学校ですよね。全国の自動車学校がペーパードライバー向けにペーパードライバー講習を行っています。メリットはまず「指定自動車教習所指導員」という国家資格を持った指導員が教えてくれますので、運転を教える技術は間違いないです。また、自動車学校には広いコースがありますので、周りの車に緊張することなく練習がスタートできるのが良いですね。特におなじみのクランクやＳ字といったコースで練習できるので、車体感覚を掴むにはもってこいです。それから、運転練習に必要な講習料金も出張型のペーパードライバースクールに比べると安いのも魅力的

です。ただ、自動車学校といえどもデメリットもあります。まずはマイカーでの練習できないこと。最終的にマイカーに乗ることを目標にしている方にとっては大きなデメリットになります。また、自動車学校には繁忙期(7〜8 月、1〜3 月)があり、時期によってはペーパードライバー講習を受け付けていない場合もあります。私のスクールのペーパードライバー講習に申し込み来たお客様にも自動車学校のペーパードライバー講習が受けられなくてこちらに来ましたという方も少なくないです。自動車学校のペーパードライバー講習を検討している方はまずはペーパードライバー講習を受講できるかどうかを問い合わせしてみると良いと思います。

3.出張型のペーパードライバースクール

“インストラクターのプロフィールは要チェック”

出張型のペーパードライバースクールを初めて知ったという方も割と多いと思います。私も普段はペーパードライバースクールを行っていますが、ペーパードライバースクールの知名度はまだまだ低いと感じます。ペーパードライバースクールのメリットはまずは出張してペーパードライバー講習を行ってくれることです。自宅や駅前、コンビニなど希望した場所にインストラクターが直接来てくれるのでとても便利です。また、マイカーで練習することもできるのも大きな魅力です。教習車のように補助ブレーキが付いていなくても大丈夫なの？と不安に感じると思いますが、実は助手席から手で操作できる取り付け式の補助ブレーキがあります。デメリットは自動車学校のペーパードライバー講習に比べると値段が高いです。

また、自動車学校のような練習用の広いコースもないので、いきなり路上からスタートすることもあります。さらにペーパードライバースクールのインストラクターは自動車学校の指導員のような国家資格を持っていないインストラクターも多いです。もちろん国家資格を持っていないからといってイコール指導能力もないという訳ではありませんが、ホームページなどでプロフィールをよく調べてからスクールを選ぶことをおすすめします。ペーパードライバースクールを探す時に便利な Web サイトがあります。「ペーパードライバーナビ」というポータルサイトですが、全国のペーパードライバースクールが登録されていて実際に受講した方の口コミやレッスンにかかる料金なども細かく記載させているので比較しやすいです。

第3章　運転姿勢と運転装置の取り扱い

ここからいよいよ本格的な内容になってきます。いざ運転の練習となるとすぐに車を走らせたくなってしまいますよね。でも、まずは運転姿勢や運転装置の取り扱いをマスターすることがペーパードライバーを克服する最初の一歩になります。私も相当な面倒くさがり屋で、新しく家電製品を買った時は取扱説明書を一切読まずにいきなりコンセントを挿して使い方はやりながら覚えようとするタイプです。恥ずかしながら、買ったその日にいきなり壊してしまうことも。特にペーパードライバー歴が長いと基本的なことも完全に忘れてしまっていますのでゼロからのスタートになります。私のスクールのお客様でも右足でアクセルペダル、左足でブレーキペダルを操作してしまう方が結構います。どうしてもこういう細かい部分はつい飛ばしたくなると思いますが、自分が覚えている記憶に間違いはないか確認していきましょう。

1.チェンジレバーの役割

“R って何だっけ？カードゲームの UNO を思い出して”

P（パーキングレンジ）は、車を停める時やエンジンをかけたり止めたりする時に使います。P にするとブレーキペダルを離してもアクセルペダルを踏んでも車は動かず、さらに軽くブレーキもかかる特徴があります。また、エンジンをかける時も P を使いますが、P 以外の R（リバースレンジ）や D（ドライブレンジ）ではエンジンがかからないようになっています。R（リバースレンジ）は、バックする時に使います。R にしてブレーキペダルを離すとゆっくりと動き出す特徴があり、そのため P から R にチェンジレバーを変える時はブレーキペダルを踏みながら操作しないとチェンジレバーが動かないような仕組みになっています。また、車種によってはチェンジレバーの横にチェンジレバーボタンというボタンが付いている車もあり、そのボタンも押さないとチェンジレバーが動かない車もあります。

N（ニュートラルレンジ）は P とよく似ていますが、ブレーキペダルを離してもアクセルペダルを踏んでも動かない特徴があります。P との違いとして P はブレーキが軽くかかるのに対して、N はブレーキがかからない特徴があります。特に坂になっている場所で N にしてしまうと車が動いてしまう危険がありますので、車を停めたい時は P を使うようにしましょう。N は基本的には使う場面はなくて車が故障してレッカーする時などに使う場合があります。D（ドライブレンジ）は、前進する時に使います。D にする

とブレーキペダルを離すと前にゆっくりと動き出します。もっと速度を上げたい時はアクセルペダルを踏み込んでいくと加速していきます。L（ローレンジ）は長い下り坂で使います。走行中にアクセルペダルをゆるめると速度が落ちやすい特徴（これをエンジンブレーキと言います）があります。山道などの長い下り坂で使うとスピードが抑えられて楽に走れるようになります。車種によってはＬ以外に２やＳ、Ｂと表記されている車もありますが、役割は同じで基本的にはチェンジレバーをＤの位置から下にさげていく程エンジンブレーキが強くなってアクセルペダルをゆるめると速度が落ちやすい特徴があります。このチェンジレバーはメーカーによって操作の仕方がかなり違ってくるのが厄介な所です。基本的な役割はもちろん同じですが、時代とともに斬新なデザインになりつつあります。一周回ってまたシンプルなデザインに戻って欲しいですね。

2.駐車ブレーキ

“ビックリマークの警告灯はどんな意味？”

駐車ブレーキは車を停める時に車が動き出さないようにする役割があります。駐車ブレーキには主に手でかけるハンドルブレーキのタイプと左足でペダルを踏んでかけるパーキングブレーキのタイプがあります。ハンドブレーキをかける時はレバーの先に付いているボタンを押さないでそのまま引き上げます。カチカチと音がたくさん鳴るのが特徴です。反対にハンドブレーキを解除する時はレバーを少し上に引っ張ってレバーの先に付いているボタンを押して下に降ろします。パーキングブレーキはブレーキをかけるのも解除するのも左足で踏むという同じ操作になります。踏んだ時にカチカチカチと音がたくさん鳴る時はブレーキをかけている状態で、カチと１度だけ鳴る時はブレーキが解除された状態になります。また、駐車ブレーキにはブレーキの戻し忘れのための警告灯があります。スピードメーターの近くに光っている赤色のビックリマーク（！）が駐

車ブレーキの戻し忘れの警告灯ですが、特に車を発進させる時に駐車ブレーキを戻し忘れやすいので注意しましょう。

3.ウィンカー、ベッドライト、ワイパー

“雨も降っていないのにワイパーが動いている車の謎”

ウィンカーを付けるスイッチは国産車の場合ハンドルの右側のレバーになります。レバーを下にさげると右のウィンカー、上に上げると左のウィンカーが出ます。右のレバーの先端を回すとヘッドライトが点灯します。ヘッドライトは OFF・車幅灯（ヘッドライトが弱く点灯）・前照灯（ヘッドライトが強く点灯）とあります。最近は AUTO（オート）という暗くなるとヘッドライトが自動で点灯する機能が付いている車も増えています。また、前照灯には上向き（ハイビーム）と下向き（ロービーム）と照射範囲を近く遠くに切り替えられるようになっています。前照灯を付けた状態で右のレバーを奥に倒すと上向きに、手前に引くと下向きに戻ります。上向きは周りの車や歩行者にとってはかなりまぶしいので、市街地では下向きを使うようにしましょう。他にハザードランプという合図があり、運転席の近くに△のマークが付いたボタンがあります。このボタ

ンを押すと全方向のウィンカーが点灯しますが、道路の左端に停まりたい時などに使用します。

雨の日に使うワイパーを動かすスイッチは国産車の場合ハンドルの左側のレバーになります。MIST（ミスト）・OFF・INT（インターバル）・LO（ロー）・HI（ハイ）とあります。OFF から下にさげていく程、ワイパーのふき取る回数が増えるのが特徴でHI が一番速く動きます。OFF からレバーを上に上げると MIST になりますが、この MIST というのは霧という意味で、ワイパーが 1 回だけ動くようになっていてにわか雨など少し雨が降っている時に使うと便利です。また、ワイパーにはウィンドウウォッシャーというフロントガラスをキレイにしてくれる機能も付いていて、左側のワイパーのレバーを手前に引くとウィンドウウォッシャー液が出てフロントガラスがキレイになります。このウィンカーとワイパーのスイッチは面倒なことに外車だと左右逆になります。たまに外車に乗ってウィンカーを出そうとして間違えてワイパーを動かしてしまうのはあるあるです。

4.運転姿勢とバックミラーの調節

“自分のベストポジションを見つけよう”

まずは座席の前後を調節します。座席の真下に調節できるレバーがあり、そのレバーを上に引き上げると座席の前後が調節できるようになります。座席の前後を合わせる目安は足元のブレーキペダル（ペダルは右側アクセル左側ブレーキ）を右足で踏み込んだ時にひざが軽く曲がる程度です。ブレーキペダルを踏んだ時に足が伸び切ってしまうのはNG です。

次に背もたれを調整します。運転席の右側の下にあるレバー引き上げると背もたれが調節できるようになります。背もたれを合わせる目安はハンドルを両手で持った時にひじが軽く曲がる程度です。ハンドルを持った時に腕が伸び切ってしまうのは NG です。座席の調節が終わったら次はバックミラーの調節です。ルームミラーは後ろの窓ガラスが全体的に見える程度に合わせます。

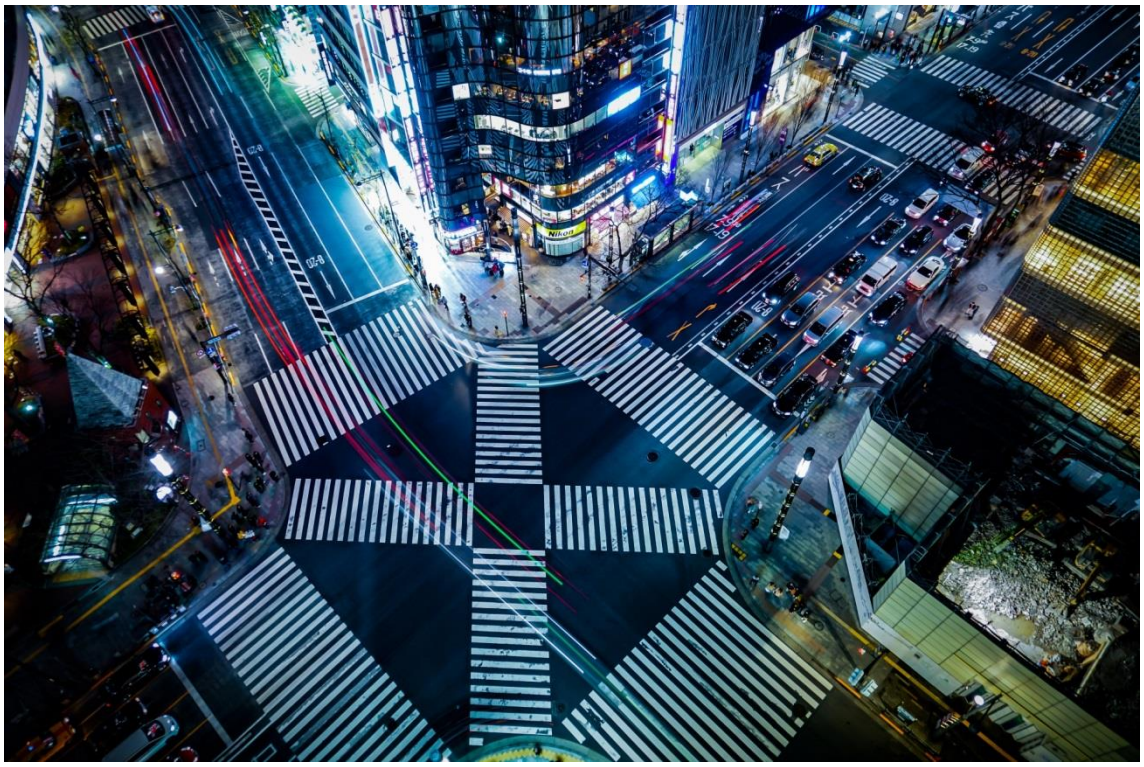
ドアミラーを調節するスイッチはハンドルの右側あるいは窓ガラスを開けるスイッチの近くにあることが多いです。L と R のスイッチがどちらのドアミラーを動かすかという選択で、矢印はドアミラーの角度が変えられるようになっています。ドアミラーの合わせ方はドアミラーの内側に少し車体が映るようにしてドアミラーの下半分くらいに地面が収まるように合わせるのがポイントです。ちなみにドアミラーはエンジンがかかっていないと動かないようになっていますので、エンジンをかけた後に合わせましょう。運転し始めの頃は運転姿勢がいまいちしっくりこないと思いますが、毎日運転するようになると自分に合った運転姿勢が分かってきます。

5.エンジンのかけ方と発進停止

“動かない時はだいたい駐車ブレーキの戻し忘れ”

エンジンをかける時はブレーキペダルを踏みながらかけます。最近の車はブレーキペダルを踏んでいないとエンジンがかからない車が多いです。エンジンをかけるスイッチはキーを回してかけるタイプとボタンを押してかけるタイプとあります。それから、チェンジレバーがＰ（パーキングレンジ）になっていないとエンジンがかからないようになっていますので、エンジンがかからない時はチェンジレバーがＰになっているか、ブレーキペダルをちゃんと踏み込めているかを確認してください。発進する時はブレーキペダルを踏みながらチェンジレバーをＰからＤに変えてください。ＰからＤに変える時にチェンジレバーが動かない時はブレーキペダルがちゃんと踏めていないか、チェンジレバーについているチェンジレバーボタンを押し忘れていないかを確認しましょう。それから、駐車ブレーキを解除してブレーキペダルをゆるめていくとゆっくりと動き出します。停める時は駐車ブレーキをかけて、チェンジレバーをＤからＰに変えてエンジンを止めます。ちなみに駐車ブレーキとチェンジレバーどちらを先に動かすのかという質問をよく受けますが、答えはどちらから動かして大丈夫です。自動車学校の教本にはその順番まで記載されていますが、特に順番が違っても問題ないです。

第4章　すぐに役立つ交通ルール講座



みなさんも自動車学校で学科教習を受けたと思いますが、学科教習が特に嫌いだったという方も多いと思います。何と言っても覚える事が多過ぎるのと学科試験の合格基準が90%以上と超難関でしたよね。実際の路上に出てみれば交通ルールを守っていないドライバーばかりで、何のための交通ルールなのか分からなくなります。これでは交通ルールを覚えようとする気も失せてしまうのが普通の感覚だと思います。ただし、その交通ルールも最低限のルールは知っておく必要があります。交通ルールを守らないドライバーでも全てを無視している訳ではなくて、押さえる所は押さえて運転しています。また、膨大な交通ルールも実はあまり使わないルールも多くて、実際の運転で頻繁に使うルールはごくわずかです。ここでは、よく使う交通ルールだけに厳選して解説していきます。

1.信号の意味

“黄色の信号は原則止まれ”

信号というと、本当に身近なものですよね。普段から信号を使って交差点を通ったり、道路を横断したりしていると思います。しかし、信号の本当の意味はちゃんと理解して

いる人は意外と少ないと感じます。例えば、信号の黄色の意味はしっかりと理解されているでしょうか。こちらに二つの意味がありますが、どちらかが本当の意味です。

・注意して進むことができる

・進んではいけない

え？注意して進むことができるじゃないの？と戸惑った人が多かったと思いますが、実は「進んではいけない」が本当の意味になります。このように勘違いして覚えてしまっている部分もあると思いますので、信号の意味を順番に見ていきましょう。

まずは、青色の信号。青色の信号は「直進し、左折し、右折することができます」という意味です。ここでのポイントは「できます」という部分になります。決して「進め」という意味ではなく、進める状況であれば進んでもよいという意味になります。反対に直進、左折、右折できないという場合があります。例えば、左折する場合に左折先の横断歩道に歩行者がいる場合があります。こういう場合はもちろん歩行者の方が優先になりますので、横断歩道の手前で止まって横断者が横断するのを待ってそれから左折することになります。次は黄色の信号になります。黄色の信号は「停止位置から先へ進んではいけません」という意味になります。黄色の信号は原則止まれという意味になります。

ただし、黄色の信号には例外があります。信号が黄色に変わった時に停止線が近すぎて止まれない場合がありますよね。こういった場合に無理に止まろうとすると急ブレーキになってしまいます。急ブレーキをかけてしまうともし後ろに車がいる場合に追突されてしまう危険があるので、黄色の信号に変わった時に停止線に近づいていて、安全に停止することができない場合はそのまま進むことができることになっています。

次は赤色の信号になります。赤色の信号は「停止位置をこえて進んではいけません」という意味になります。ただし、これも色々な場面があります。例えば、交差点で右折をしようと対向車が途切れるのを待っている時になかなか対向車が途切れないという場合がありますよね。こういう右折待ちをしている場面で信号が赤色になってしまうということがあります。赤色の信号は進んではいけないという意味になるので、交差点の中でも止まるべきなのかな？と考えてしまうと思います。でも、交差点の中で止まってしまうと他の車の邪魔になってしまいますよね。こういった場合には信号が赤色になってしまったら、対向車の車も止まり始めるので、それを見届けてから右折し始めれば大丈夫です。

次は青色の矢印信号になります。青色の矢印信号は「矢印の方向に進むことができます」という意味になります。信号の変わるパターンは青色→黄色→赤色と信号が赤色になると同時に右矢印が出る信号交差点が多いです。この場合、信号自体は赤になっているので止まる必要があるのですが、右折する車だけはそのまま進むことができます。反対に矢印が出ていない直進車や左折車は進むができません。ここで補足がありまして、右矢印の信号はＵターンすることもできます。初めて聞いた人も結構いると思いますが、実は平成２４年の法改正により右矢印でＵターンができることになりました。

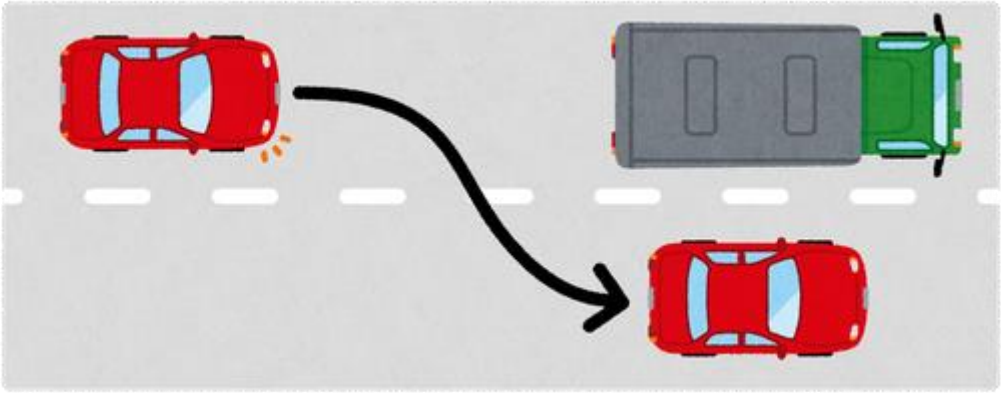
最後は点滅の信号になります。点滅というのは信号がついたり消えたりする訳ですが、みなさん点滅の信号はどんな場所にあるイメージがありますか？住宅街や深夜の交差点など交通量の少ない場所によく設置されています。黄色の点滅は「他の交通に注意して進むことができる」赤色の点滅は「停止位置で一時停止し、安全を確認した後に進むことができます」という意味になります。点滅信号は黄色と赤色がセットで使われることが多く、その場合は黄色の点滅の方が優先になります。赤色の点滅信号は停止線で一時停止をしなければならないことも忘れないでください。信号の意味について見ていきましたが、残念ながら信号をちゃんと守らないドライバーも多くいるのが現実です。したがって、信号を守っていれば必ず安全という訳でもないので、そういうマナーがないドライバーのことも念頭に置いて運転することも大切です。

2.車線通行帯の使い方

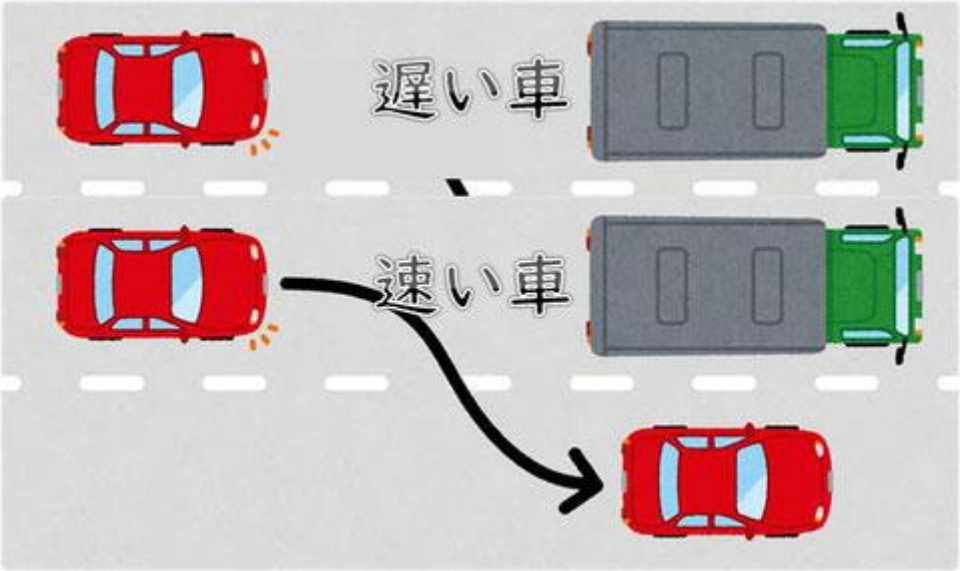
“片側 2 車線の道路はエスカレーターと同じ使い方”

みなさん、エスカレーターを使う時ってどんな風に使っていますか？地域によって多少の差はありますが、大抵横 2 列になって追い越す人が通りやすいようにどちらかに寄りますよね。車の運転も同じで車線が 2 車線以上の道路では追い越す車のために道を空け

るのがマナーになります。ここでは車線を使っていく上でのルールや注意点について説明していきます。

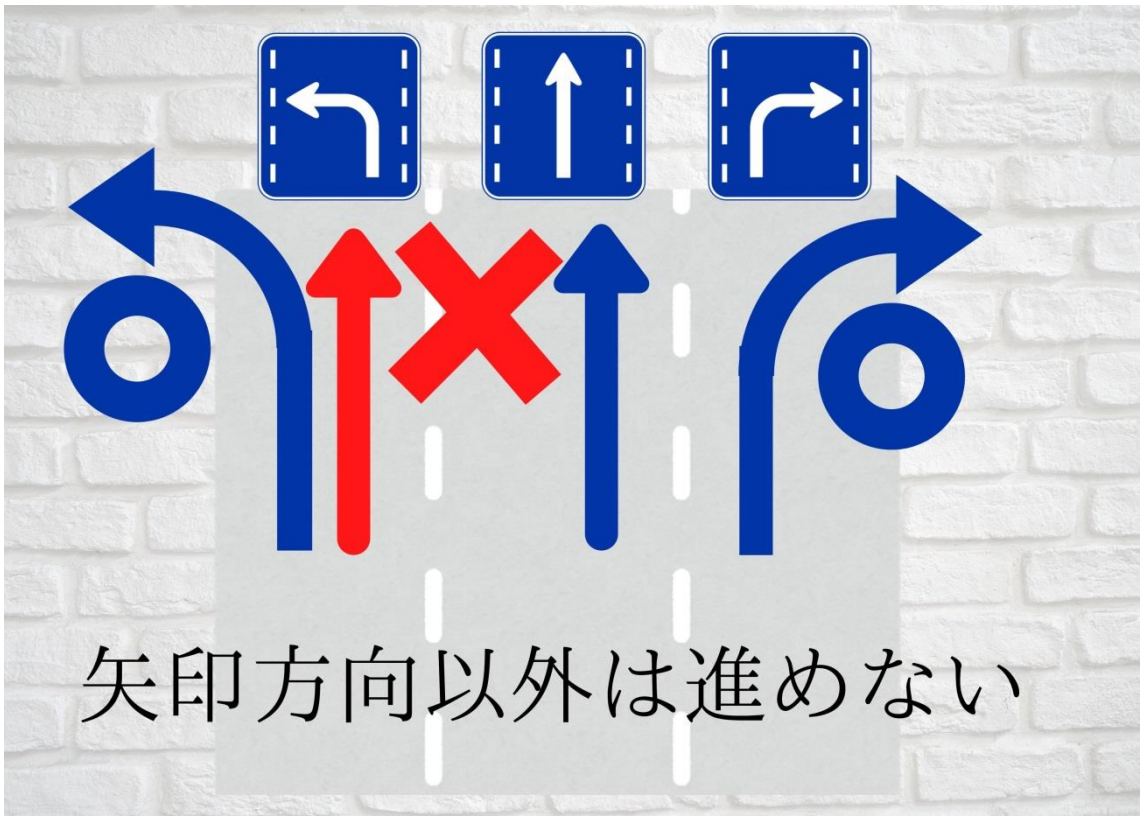


まずは片側２車線の通行方法になります。交通ルールでは「車は同一の方向に２つの車両通行帯があるときは、左側の車両通行帯を通行しなければなりません」となっています。片側２車線というのは、道路の真ん中にある中央線から左側の車線が２つある道路になります。こういった道路では原則左側の車両通行帯を使って走ることになります。反対に右側の車線はどういう時に使うかというと、前の車を追い越す場合や交差点を右折する場合に使います。追い越しや右折をする目的がなければ、左側を通行するようにしましょう。

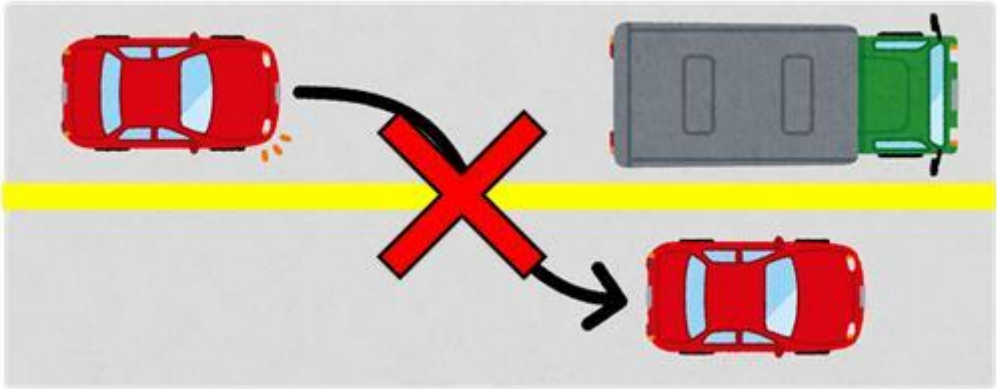


次は片側３車線以上の道路になります。片側３車線以上ということで中央線から左側に３つ以上の車線がある道路になります。交通ルールでは「もっとも右側の車両通行帯を

あけ、その他の車両通行帯を速度に応じて通行する」となっています。先程の片側２車線の道路と似ていますが、一番右側の車線は、片側２車線のときと同じで追い越す場合や右折する場合に使います。それ以外の車線は速度に応じて通行するということになっていますので、左の車線から遅い車、速い車と車の種類やスピードよって使い分けることになっています。ただし、原動機付自転車、軽車両（自転車など）、小型特殊自動車（トラクターなど）は速度が遅いので、一番左側の車線を走行しなければならないことになっています。



次は車線にある標識や標示になります。車線には図のような「進行方向別通行区分」と呼ばれる標識や標示があります。標識などで示されている矢印の方向には進むことができますが、矢印以外の方向に進むことは禁止されています。知らない道路を走っているとこういう標識に気づくのが遅れてしまい、行きたい方向に行けない場合がよくあります。そういった場合は無理に進路変更をすると危険なのでとりあえずそのまま矢印通りに進んで別のルートを考えましょう。

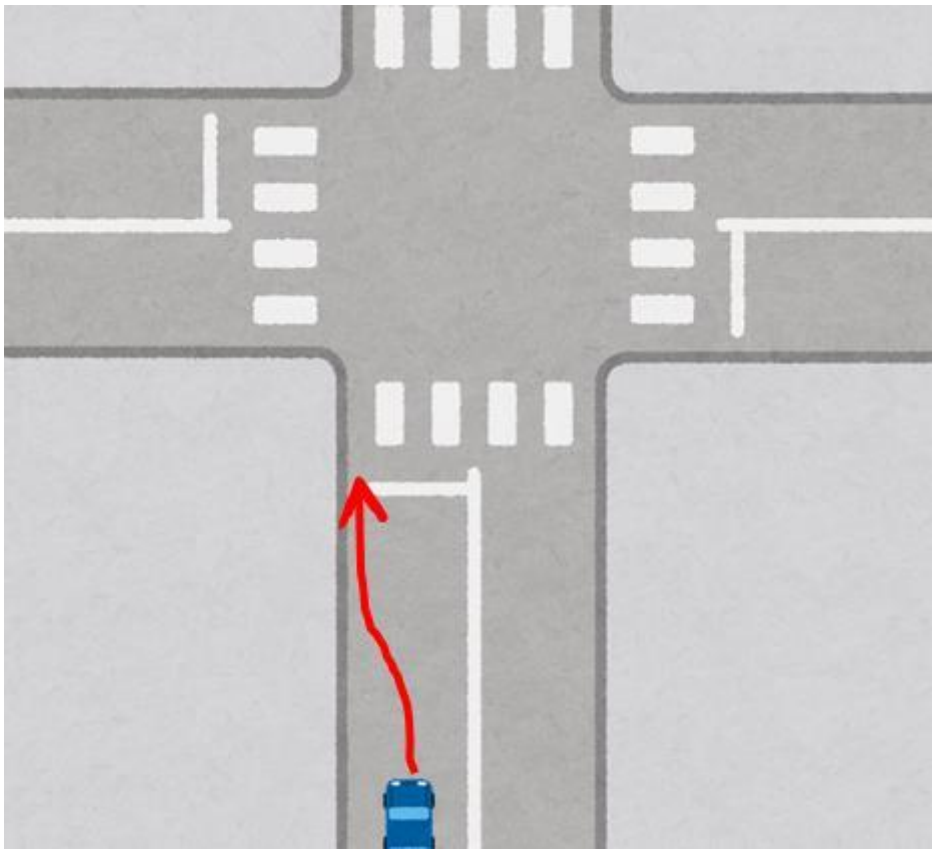


最後に進路変更の禁止された標示になります。図に注目すると車線の間の線が黄色になっていますよね。この黄色の線は進路変更が禁止されていることを示しています。トンネルやカーブ、交差点の近くはこのような黄色の線で区画されていることが多いので注意しましょう。ただし、例外もあって駐車車両や障害物などを避けるために進路変更をすることはできるようになっています。車線についての交通ルールを説明していきましたが、このルールを知らずに何となく走っているとそれが原因で後ろの車からあおられてしまう場合があります。道路はみんなが利用する場所なので運転する時はバックミラーをよく見て周りのドライバーに迷惑かけていないか気にするように心掛けてみましょう。

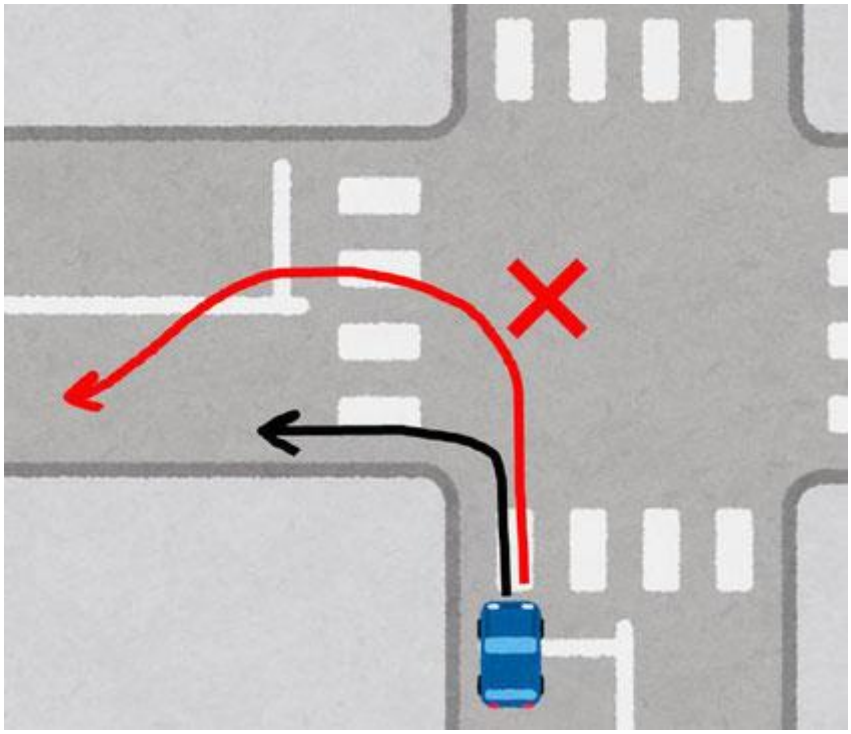
3.交差点の通行方法

“交差点の通行方法を制する者は安全運転を制する”

交差点は歩行者や自転車、自動車など多くの人や車が行き交いますので、交通事故も毎年多く発生しています。交通事故の約 60%は交差点で起きていると言われています。ここでは、どのように交差点を通行すれば、安全に通行できるか周りの邪魔にならないかという所を説明していきます。

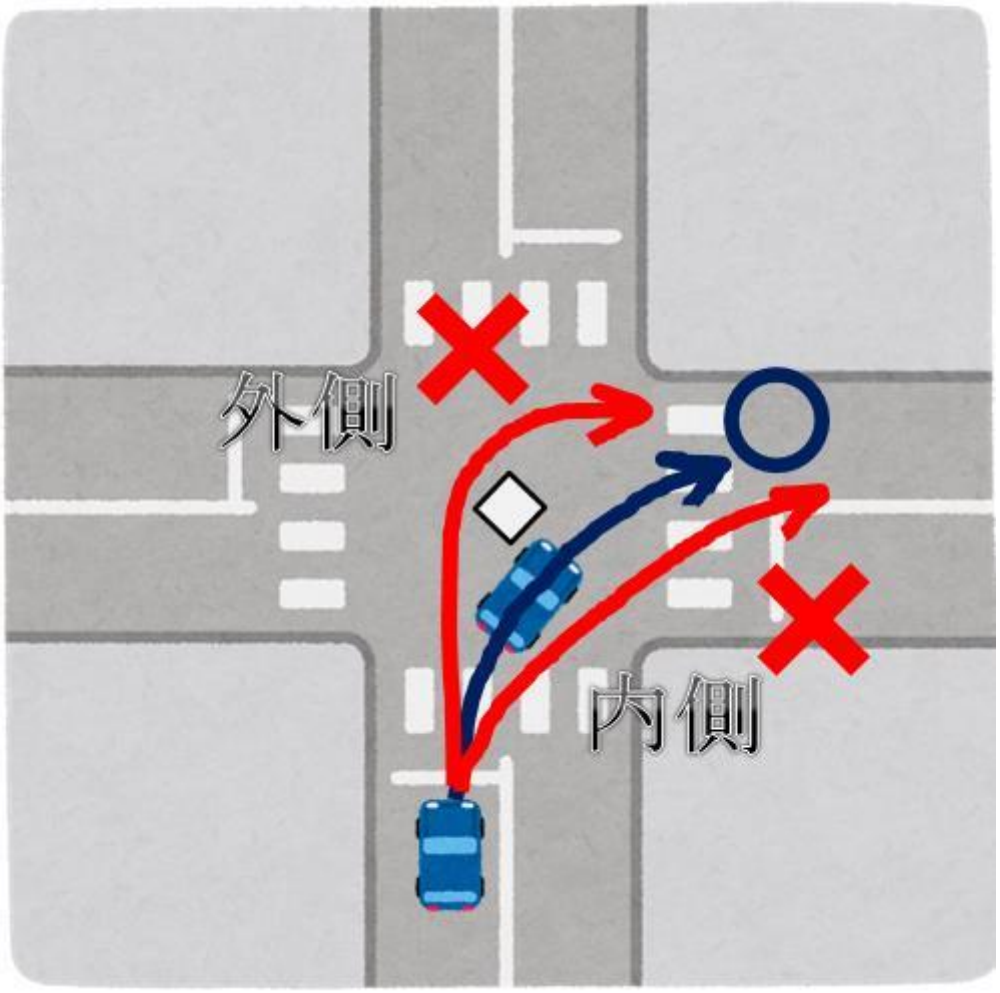


まずは左折の方法になります。交通ルールでは「車は、左折するときはあらかじめできるだけ道路の左端に寄り、交差点の側端に沿って徐行しながら通行する」となっています。ここでのポイントは３つあります。１つ目は「道路の左端に寄る」です。なぜ寄せるのかというと、まずは周りの車に左折する意思を伝えるためです。もう一つは道路の左端を走る二輪車や自転車を巻き込まないためです。

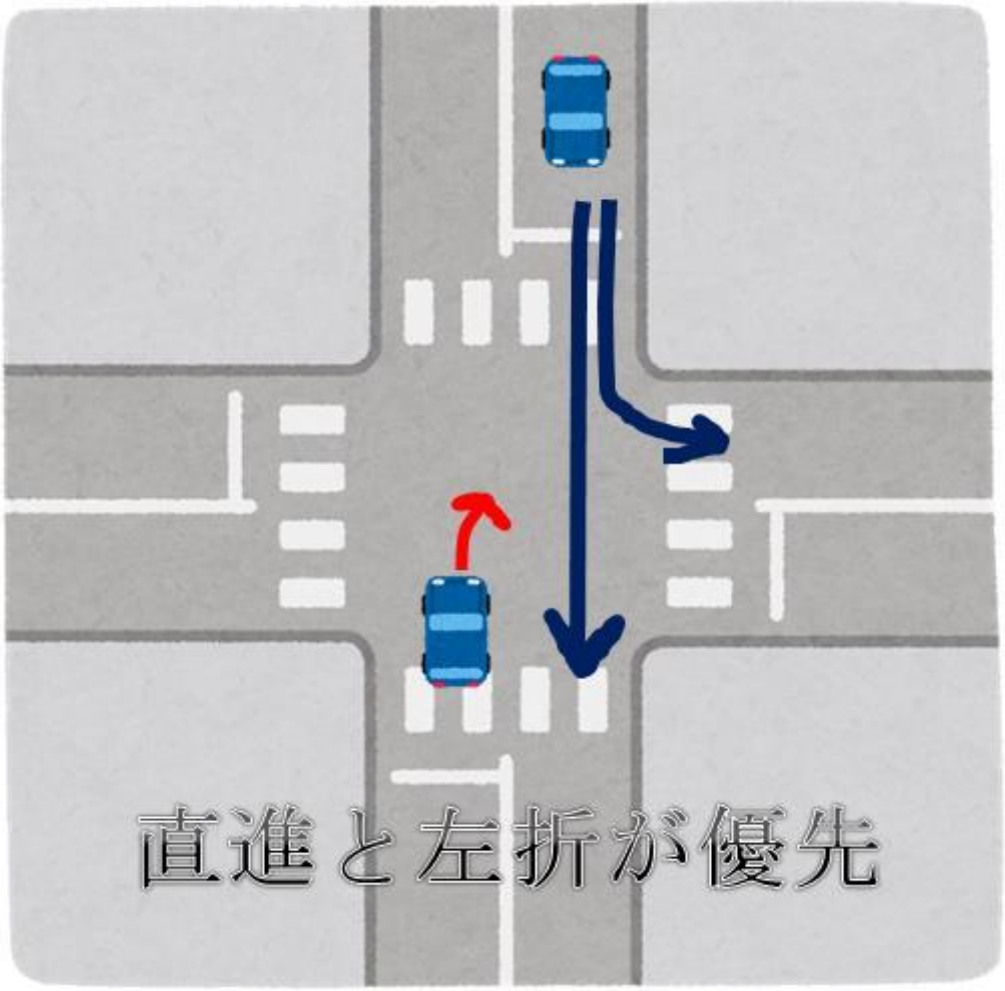


その次は「交差点の側端に沿う」というのが２つ目のポイントになります。交差点の側端というのは交差点の曲がり角の部分になります。要は交差点を曲がる時は小回りをしてねと意味になります。特に交差点を大回りしてしまうとセンターラインを越えてしまい対向車とぶつかってしまいますよね。その次は「徐行しながら通行」というのが３つ目のポイントになります。徐行というのは「車がすぐに停止できるような速度」を意味しています。横断歩道を歩行者が横断していることがありますので、いつでも止まれるように徐行してしましょう。

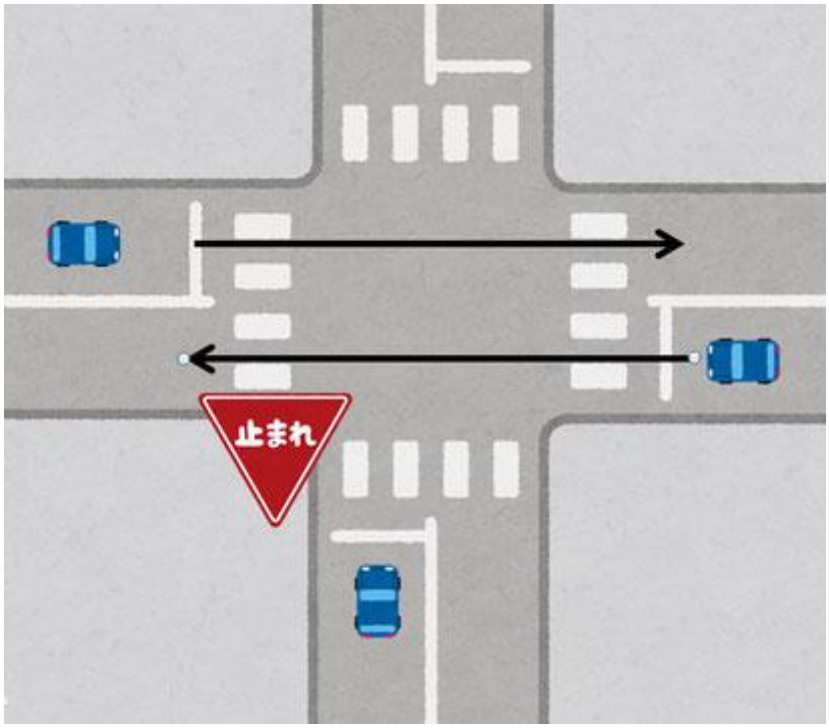
次は右折の方法になります。交通ルールでは「車は、右折しようとするときは、あらかじめできるだけ道路の中央に寄り、交差点の中心のすぐ内側を徐行しながら通行する」となっています。文章のベースは左折の文章とほぼ同じで左折と違う部分に注目すると、「道路の左端」というのが「道路の中央」となっています。中央線がある道路だと中央線に寄せる。なぜ寄せるのかというとまずは周りの車に右折する意思を伝えるためです。２つ目の理由は後続車が追い越しやすいように道を空けるためです。右折する車が中央線に寄せずに対向車を待っていたりして、後ろの車が追い越せずに渋滞している光景をよく見掛けます。



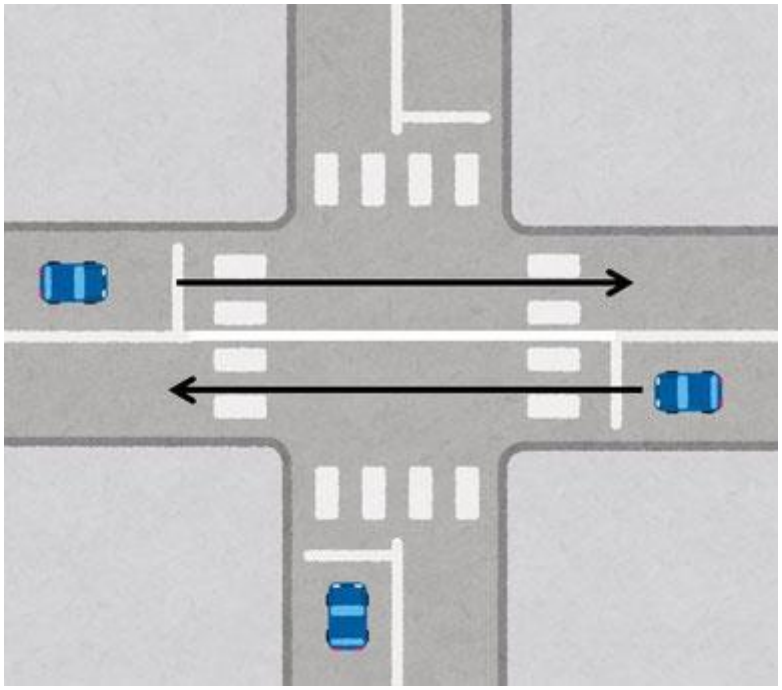
交差点の中の通り方は「交差点の中心のすぐ内側」となっています。交差点というのは２つ以上の道路が交わる部分を言います。交差点の中心は図のひし形の標示の部分になります。内側という表現が少し分かりにくいですが、車側から見てひし形より手前側が内側、ひし形より向こう側が外側になります。外側は反対からも右折してくる車がいるので危険ですよね。また、「すぐ内側」というのは交差点の中心（ひし形）に近い部分の内側を意味しています。右折した先にも車が停まっていますのでショートカットして右折するのも危険です。右折する速度は左折と同様に徐行になります。



次は交差点での優先関係になります。交差点の優先関係は少し複雑で止まれの標識や中央線の有無や道幅の広さによって変わってきます。まずは同じ道路を走る車同士の関係になります。交差点を直進する車、左折する車、右折する車の３パターンがあります。この場合には直進と左折する車が優先になり、右折する車が直進や左折する車に道をゆずる必要があります。右折車が直進車と左折車に道をゆずるがというルールはあくまでも同じ道路を走行する車同士の関係になります。例えば、横から車が来た場合にはまた別のルールがあります。走行している道路が違いますので、道路同士に優先関係があります。信号がある交差点では交差する道路は赤信号で停まっているので関係ありませんが、信号がない交差点については道路同士に優先関係があります。



まずは「止まれ」の標識がある場合になります。止まれの標識が付いていない道路を走行している車の方が優先になります。住宅街などの見通しの悪い交差点にこの止まれの標識が付いていることが多いです。さらに止まれの標識がある車は一時停止をする必要もあります。左右から車が来ない状況でも一時停止をする必要がありますので注意してください。



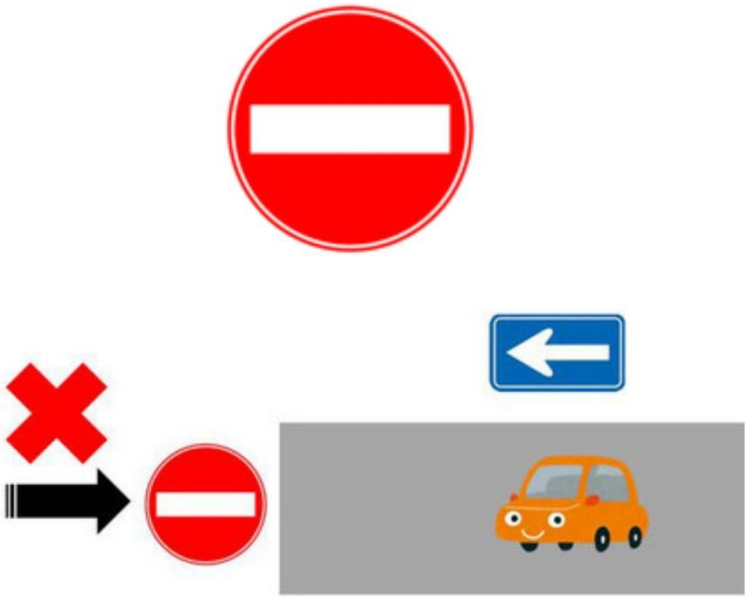
次に止まれの標識がない場所では優先道路というルールがあります。例えば、中央線が図のように交差点の中まで通り抜けている場合は、中央線が交差点の中まで通り抜けている道路の車が優先道路になります。ちなみに中央線がない交差点では道幅が広い道路の車が優先になります。ここでは交差点の通行方法と優先関係について紹介しましたが、一般のドライバーはあまり意識していなかったり、交通ルールをよく知らなかったりするのが現実です。特にこの交差点の優先関係は複雑さ故にあまり浸透していないので、相手に道をゆずるつもりで運転することが大切です。

4.標識と標示

“標識はよく使うものだけ覚えておけば OK”

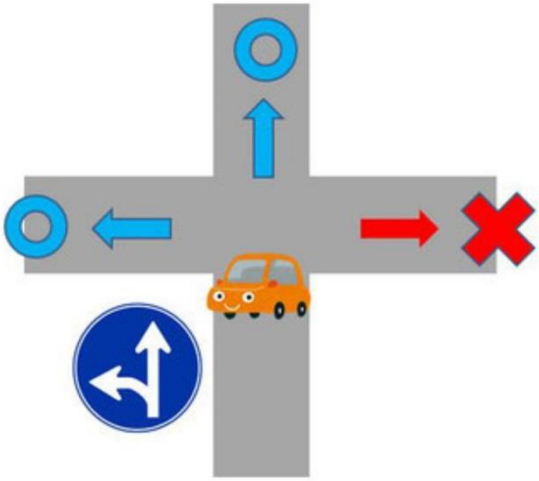
交通ルールといえばやはり標識だと思いますが標識や標示の種類はとても種類が多く、標識だけでも 100 種類以上もあります。考えただけでも気が遠くなってしまいますが、道路上で見掛ける標識や標示は意外と限られていますので、ここではよく使う標識・標示を中心に見ていきましょう。

車両進入禁止

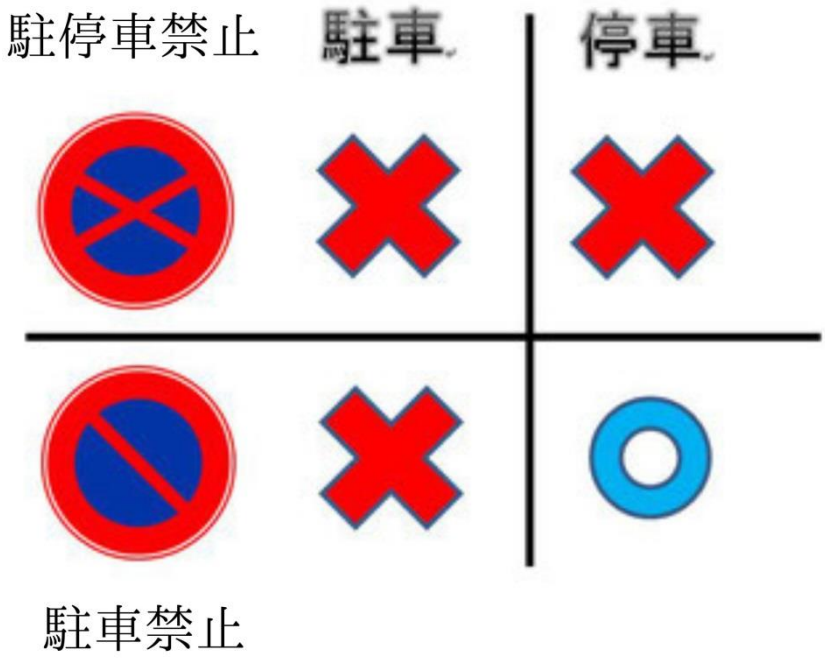


これは一方通行の出口に設けられている標識で、車が進入することを禁止しています。住宅街などは一方通行になっていることが多く、一方通行を逆走する車が進入してこないようにこの標識が設けられていますので間違って進入しないように注意しましょう。

指定方向外進行禁止

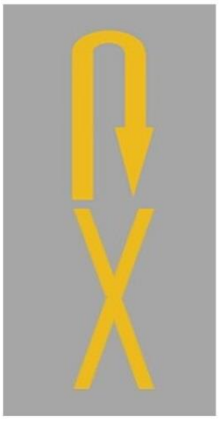


この標識は交差点において指定された方向以外には進行できないことを意味しています。例えば、図の標識で言うと標識には直進と左折にしか矢印が付いていませんので、直進と左折はできますが右折は禁止されていることを意味しています。



これは駐車や停車を禁止した標識です。２つの斜め線がクロスして引かれているものが駐停車禁止の標識で、斜め線が一つ引かれているのが駐車禁止の標識です。駐停車禁止の標識は駐車と停車の両方が禁止で、駐車禁止の標識は駐車のみの禁止で停車をすることが出来ます。

転回禁止



これは転回（Uターン）を禁止した標識・標示です。大通りでは転回禁止になっている場合が多いので、標識などをよく確認してから転回するようにしましょう。

車線数減少　　幅員減少

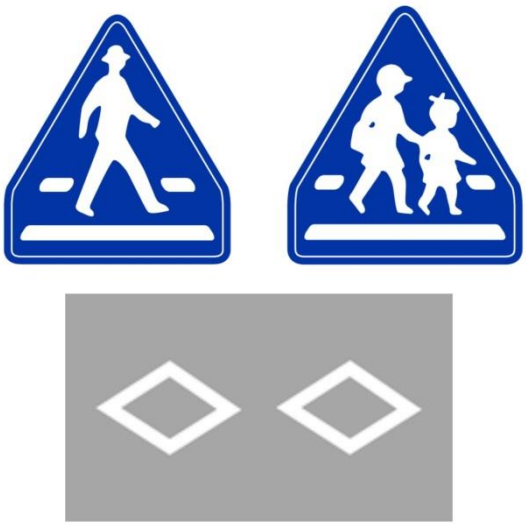
「車線数減少」はこの先車線の数が減ることを予告しています。したがって、自分が走行している車線がなくなってしまう可能性があるので早めに進路変更する準備をしましょう。それに対して、「幅員減少」は道幅が狭くなりますので、対向車との行き違いに十分に気を付けましょう。

制限速度

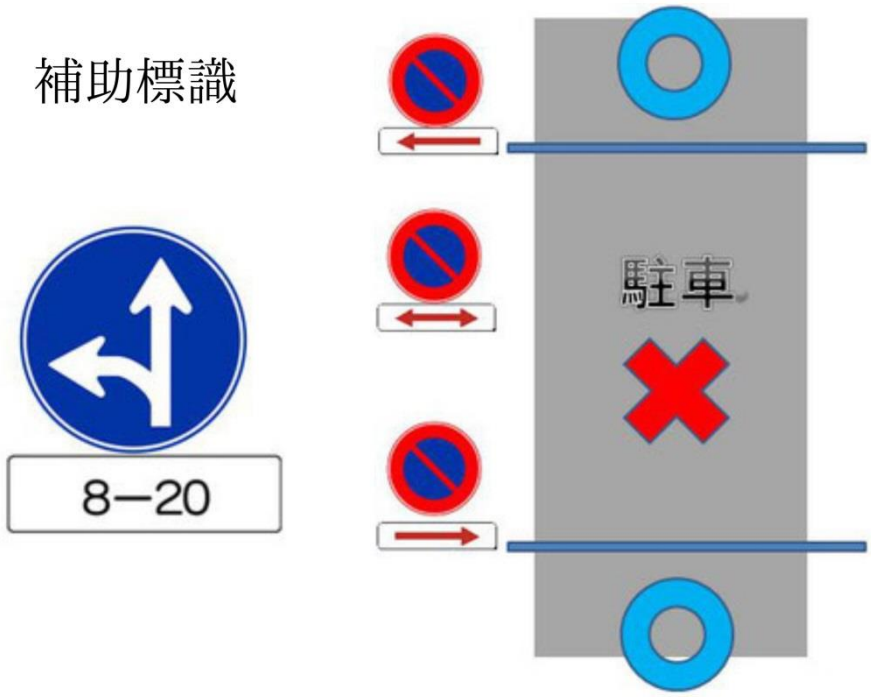
これは標識や標示によって示されている速度を超えて運転することを禁止した標識です。ちなみにこの標識などで最高速度が指定されているものを規制速度と言います。反対にこの標識などで最高速度が指定されていない場合は法定速度というものがあり、原動機付自転車が時速 30km、原動機付自転車以外の車種は時速 60km が最高速度になります。

歩行者専用

横断歩道



「歩行者専用」は住宅街などの生活道路に多く設けられている標識で、歩行者専用の道路であることを意味しており、車の進入を禁止しています。ただし、認められた車（自宅の駐車場がある、緊急自動車、郵便配達など）だけは通行することができます。「横断歩道」は横断歩道の近くに設けられている標識で、ドライバーに横断歩道の存在を知らせています。また、◇のマークの標示は横断歩道の手前に設けられているものです。これらを見かけたら、横断している歩行者がいないかしっかりと確認しましょう。



今まで説明した標識を本標識と言いますが、補助標識はその本標識に意味を補足する役割があります。例えば、左の補助標識は指定方向外進行禁止の本標識の下に「8-20」という時間帯を示した補助標識になります。この補助標識が加わると結果として午前 8 時から午後 8 時の間は右折が禁止されているという意味に変わります。また、右の補助標識には矢印が描かれた補助標識になりますが、これは範囲を示しており右矢印が本標識の範囲の始まり、両側に矢印があるのは中間、左矢印が範囲の終わりを意味しています。例えば、駐車禁止の標識にこの補助標識加わると図のように駐車禁止の範囲を示すことになります。ここでは、標識と標示について説明していきましたが、意外と忘れてしまっていませんか？これからは道路にある標識や標示を意識的に見てみてください。その意味が分かるようになると知らない場所を走る時にもとても役に立ちますよ。

5.駐車と停車

“運転者はその場にいれば駐車違反にならない？”

車で出かけるとそのお店に駐車場がない場合が時々あります。有料駐車場なども見当たらない時は路上駐車をすることになりますが、道路上では駐車や停車が禁止された場所がたくさんあります。特に駐停車することが危険な状況になる場所や邪魔になる場所が禁止になっています。禁止された場所に停めてしまうと免許の減点や反則金を取られますので注意して下さい。

駐車の意味

①車が継続的に停止すること。
・客待ち、荷待ちによる停止
・5分をこえる荷物の積み下ろしのための停止
・故障などによる停止
②運転者が車から離れていて、すぐに運転できない状態で停止すること

停車の意味

駐車にあたらない車の停止をいいます
・人の乗り降りのための停止
・5分以内の荷物の積み下ろしのための停止
・運転者がすぐに運転できる状態での短時間の停止

まずは駐車と停車の意味になります。ざっくりいうと駐車の方が長く停めること、停車の方が短く停めることになります。この長い短いというのが時間ではっきり決まっているものと時間は関係ないものと分かれます。駐車の意味の１つ目は「運転者が車から離れていてすぐに運転できない場合」になります。運転者がその場にいない状況になります。これは時間に関係なく１分でも駐車になります。２つ目は「車が継続的に停止する場合」になります。これはたとえ運転者がその場にいたとしても駐車になります。要するに長く停まることになりそうな状況になります。その例としては、客待ち、荷待ちになりますが、駅前などで友達や家族を待つという行為も該当します。客待ち、荷待ちも時間に関係なく駐車になり、１分でも待てば駐車になります。さらに５分を超える荷物の積みおろしも駐車になります。荷物の積みおろしだけが唯一時間によって駐車か停車かが変わってきます。５分を超えれば駐車、５分以内であれば停車になります。

それに対して、停車は駐車にあたらない車の停止になります。例えば、人の乗り降りのための停止があります。２つ目はさっき説明した５分以内の荷物の積みおろしになります。その他、運転者がすぐに運転できる状態での短時間の停止が停車になります。特に勘違いしてはいけないのが、ドライバーがその場にいれば駐車にならないという訳ではありませんので注意して下さい。次は駐停車が禁止されている場所になります。駐車と停車の両方が禁止されている場所と駐車のみが禁止されている場所に分かれます。まずは駐停車禁止場所になりますが、全部で 10 か所あります。

駐停車禁止場所

①標識、標示②軌道敷内　③坂の頂上付近やこう配の急な坂　④トンネル⑤交差点とその端から5m以内⑥道路の曲がり角から5m以内⑦横断歩道とその端から前後5m以内⑧踏切と、その端から5m以内　⑨安全地帯の左側と、その前後10m以内⑩バス、路面電車の停留所の標示板から10m以内

かなり数が多いのですが、特に重要なものを紹介していきます。まずは標識になりますが、一個前の内容を参考にしてください。それから特に周りの迷惑になりやすいのが交差点付近やバスの停留所になります。5mや 10mの目安は普通自動車の長さが 1 台 5m になります。今度は駐車禁止場所になります。

駐車禁止場所

①標識、標示　②火災報知機から1ｍ以内　③駐車場、車庫などの自動車専用の出入口から3ｍ以内　④道路工事の区域の端から5ｍ以内⑤消防用機械器具の置き場、消防用防火水槽、これらの道路に接する出入口から5ｍ以内⑥消火栓、指定消防水利の標識が設けられている位置や、消防用防火水槽の取り入れ口から5ｍ以内

その中でも特に気を付けて欲しい場所は駐車場などの出入口になります。ここでは駐車と停車について見ていきましたが、みなさんも出かけ先で駐車する場所がなくて路上駐車することもあると思いますが、駐車違反は周りの車に迷惑をかけるばかりでなくペナルティもかなり大きいので注意して下さい。

第5章　安全運転の知識

車の運転は危険を予測することがとても大切なのですが、それに欠かせないのが運転に関する知識と経験になります。ペーパードライバーの方は運転経験が少ないのでそこが大きな弱点となります。車の運転というのは子供の成長とよく似ていると思います。小さな子供は何が危険なのか分かっていないので、何も考えずに行動してしまいよくケガをします。でも、たくさんの失敗をして何が危険なのかを学んで少しずつ成長していきます。ただ、車の運転は子供のようなちょっとした擦り傷では済まない場合がありますので、ここでは車を運転する時によくある危険な場面やその対処方法について紹介していきます。一部、YouTube 動画のリンクも貼り付けてありますので、参考にしてください。

1.信号の変わり目

“ジレンマゾーンを上手くさばけるようになったら一人前”

自動車学校に通っていた時も信号の変わり目が苦手だったという方は多いと思います。第３章でも説明しましたが、黄色の信号は原則止まれになりますですが、どうしても微妙なタイミングで信号が黄色に変わる時があります。これを「ジレンマゾーン」と言いますが、止まるには少し急ブレーキになるし、そのまま通過するには少し強引な感じになります。信号の変わり目を攻略するポイントの１つ目としては信号の変わり目を予測することです。知っている方も多いと思いますが、信号は歩行者用の信号の方が先に赤色に変わるようになっている場所があります。なので、信号交差点に近づく時にこの歩行者用の信号を一度確認しておくのがコツです。そして、歩行者用の信号を見た結果、ジレンマゾーンになってしまいそうなタイミングの場合はアクセルペダルを少し緩めてジレンマゾーンを避けるのもテクニックです。ただし、最近、歩行者用の信号が赤色になっても車用の信号が黄色にならない場所が増えてきていたり、「歩車分離式」といって歩行者と車が完全に分けられている交差点も多くなってきているので昔のように予測するのが難しくなっているのが現状です。

信号の変わり目を攻略するポイントの２つ目としてはジレンマゾーンを上手く処理することです。どうしてもジレンマゾーンが避けきれない場合があります。このジレンマゾーンを上手く処理するコツは行くか止まるかをできる限り早く決めることです。迷えば迷う程さらに微妙なタイミングとなり危険な状況になります。行くか止まるかを決める時に個人的には対向車に右折しようとしている車がいる場合は止まる、右折しようとしている車がいない場合は行くという決め方がおすすめです。対向車に右折する車がいる場合は信号が黄色になった瞬間にその対向車が右折し始めてしまい危険があります。特に直進車と右折車の正面衝突は死亡事故にとても繋がりやすいです。ただ、止まる時にも注意が必要です。後ろに車がいる場合には追突される危険もありますのでできる限りゆっくり止まるのがポイントです。ゆっくり止まるテクニックは停止線を少し越えて止まることです。ジレンマゾーンのタイミングでは停止線で止まろうとすると必ず急なブレーキになってしまいます。停止線を越えて横断歩道の上付近で止まるつもりでブレーキをかけるとゆっくりと止まることができます。横断歩道の上で止まった後に横断歩道を渡ろうとする歩行者がいる場合は少しだけ車を前か後ろに動かして通りやすくしてあげましょう。

対向車に右折する車がいない場合はそのまま通過するのですが、この時にブレーキを構えておくのがポイントです。対向車がいないのにブレーキを構える必要あるの？とお思いでしょうが、これは交差する道路からの見切り発進の車対策です。見切り発進とは交

差する信号が赤色になったのを見て自分の信号が青色になるのを待たずして発進し始めてしまうことです。私も信号の変わり目で見切り発進する車と危うくぶつかりそうになった事が何度もあります。信号の変わり目はペーパードライバーの方にとっては難しい状況となりますが、大事なことは前もって予測しておくことです。信号が黄色に変わってから判断しているようで上手く対処はできません。

2.交差点を右折する時

“対向車が途切れるか信号が変わるか”

交差点を右折する時のポイントはまず優先関係になります。交差点では右折よりも直進と左折の方が優先になります。右折する時に反対から直進や左折する車が来ている場合には右折する車が待たなければなりません。待つ場所は交差点の中心にあるひし形の標示の手前になります。交差点が比較的小さいとこのひし形の標示がない場合がありますが、その場合は交差点の真ん中辺りまで進んでください。　右折待ちをしている時の見るポイントは対向車と信号機の 2 箇所です。信号が青になったばかりの場合、信号はしばらく変わりませんので対向車が途切れないかに注目すると良いです。運転操作に慣れ

ない間は素早く右折することができないので対向車との距離も十分に余裕がある時に右折し始めるようにしてください。なかなか右折できずにいると後ろの車からクラクションを鳴らされてしまうこともあると思いますが、焦って右折するのは危険です。

対向車が多くてなかなか右折できない場合は今度は信号が変わるのを待つと良いです。信号が黄色に変わると対向車がスピードを緩めて止まり始めるので、対向車が止まることを確認したら右折し始めてください。この時のポイントは信号に右矢印が出るかどうか。右矢印の信号が出る場合は右矢印が出ている間は右折できる状態になります。右矢印が消えるタイミングは交差点によってバラバラですが、大きい交差点ほど長く右矢印が出る傾向があります。右矢印が出ない信号の場合は信号が赤色になった時に停止線の手前にいるか停止線を越えているかで対応が変わります。停止線の手前にいる状態で赤色信号で右折し始めてしまうと信号無視になりますので注意してください。右折は一歩間違えると対向車との正面衝突と成りかねないので、安全第一で行くことが大切です。先を急ぐあまり無理なタイミングで右折したり、信号の変わり目で強引に右折したりするベテランドライバーをよく見掛けますが絶対にマネしないようにしてください。

【YouTube 動画】
安全運転講座（右折の仕方）
https://youtu.be/CuabKEAp3hw

3.歩行者や自転車

“あなたもちょっと前まで歩行者の立場だった”

ペーパードライバーの方にとっては歩行者や自転車の立場の方が身近な存在ではないでしょうか。みなさんも道端を歩いていて今までにも危険な思いをして経験が数えられない程にあると思います。毎年、交通事故によって多くの尊い命が奪われていますがその被害者の多くは歩行者や自転車になります。歩行者や自転車に気をつけて欲しい場面の１つ目はまずは交差点になります。特に自転車の動きは早く安全確認も広い範囲で見ていないと見落としやすいです。また、交差点を曲がる速度も徐行を意識してください。交差点をカーブと同じように加速しながら曲がる車をたまに見掛けますが、万が一歩行者や自転車を見落としぶつかってしまった場合は死亡事故になります。次に気をつけて欲しい場面は歩行者や自転車を後ろから追い越す場合です。特に相手がこちらに気づいていない場合は不意に車道に飛び出してくる事があるので十分に距離を取って追い越すことが大切です。

また、最近は自転車も車道を走らなければならないという風潮があり、車道を走る自転車も増えてきていますので注意が必要です。最後に気をつけて欲しい場面は信号のない横断歩道です。みなさんも横断歩道を渡りたくて待っていてもなかなか車が止まってくれないという経験はあると思います。交通ルールでは横断歩道で歩行者や自転車が渡ろうと待っている時、車は止まって道を譲らなければならないことになっています。しかし、残念ながらそういった場面でも止まらないドライバーが多いのが現実です。横断歩道で待っている歩行者に道を譲るために止まったら後ろの車を追突されたというのは

よく耳にする話です。横断歩道の手前で止まる時はできる限り早めにブレーキをかけてブレーキランプをつけて後ろの車に止まることをアピールしてください。

4.住宅街

“大通りよりも住宅街の方が危険”

住宅街は交通量も少ないので一見すると安全に見えますが、実はその逆で交差点での出合い頭の事故が多く起きています。なぜ出合い頭の事故が多いのかというと、見通しが悪い交差点が多いというのと交通量が少ないので通行する人が油断しやすいという理由があります。住宅街を通る時のコツはまずはスピードを抑えることです。特に止まれの標識が付いている交差点でしっかりと止まって左右をよく確認しましょう。また、見通しの悪い交差点にはカーブミラーが付いていることが多いのでカーブミラーで自転車や車が来ていない確認するのもポイントです。

次に住宅街は道幅が狭くなるのも難しい所で、対向車が来ると 2 台ギリギリになってしまう場所も多いです。道幅の狭い場所を通過するコツは積極的に止まることです。運転に慣れていない間は車体感覚が掴めていないので狭い場所を動きながら避けていくのは危険です。対向車に避けてもううつもりで道を譲りましょう。行き違いできるスペー

スの広い場所を早めに見つけておくのもコツです。また、行き違いする時に特に気をつけて欲しいのは車体の左側です。右ハンドルの場合、運転席が右寄りに付いているため、車体の左端までの距離が遠く感覚も掴みづらいのが特徴です。左側の感覚を掴むコツはドアミラーになります。ドアミラーは車体左右の先端に付いていて尚且つ目で確認できるので車体の横幅を掴むのに最適です。住宅街の道路の左側にはよく電柱が立っていることが多いので左側に寄せる時はドアミラーをぶつけないように気をつけましょう。

【YouTube 動画】
安全運転講座（危険な住宅街）
https://youtu.be/OP0JT22FaBI

5.車間距離

“車間距離を詰めるのは百害あって一利なし”

交通事故の中でも追突事故はとても多いです。追突事故には色んな原因がありますが、この車間距離もその原因となります。前の車をあおるように車間距離を詰めて走る車を見掛けますが、前の車がブレーキを掛けてもすぐにブレーキを掛ければ問題ないと過信しているドライバーもいるかもしれません。しかし、車間距離を詰めて走る車は前の車がブレーキを掛けた時に急いでブレーキを掛けることになるので、どうしても急なブレーキになりやすいです。急なブレーキになれば車間距離を詰めて走る車自身も追突されやすくなるので車間距離を詰めて走ることに良いことはありません。じゃあ、どのくらいの車間距離が理想なの？という話になりますが、目安の 1 つとして停止距離があります。時速 40km の停止距離(普通自動車)は約 22m、時速 60km の停止距離は約 44m になります。ただ、この停止距離を覚えて実際に目測で車間距離を取るのは現実的ではないですね。車間距離のコツは常に多めに取るように心掛けることです。

私が実践している方法は、前の車と続いて走る時にブレーキを掛けなくてもアクセルの調整だけで車間距離をキープできる距離で走行するように意識しています。このアクセルの調整というのはアクセルペダルを戻した時にスピードが落ちるエンジンブレーキのことで、エンジンブレーキを使うメリットがあります。1 つ目のメリットはブレーキペダルを使わなくて済むこと。特に長距離走る時はアクセルペダルとブレーキペダルの踏み替えが頻繁にあるため、足や腰の負担が大きいです。エンジンブレーキを使うとペダル操作も楽になります。2 つ目のメリットはエンジンブレーキはとてもゆっくりスピードが落ちていくので後ろを走る車にとって優しいブレーキになり、追突事故防止になります。車間距離を十分に取ることは追突事故防止にとても重要です。車間距離を詰めて走行する車がとても多いですか、決してマネをしないように気をつけてください。

【YouTube 動画】
安全運転講座（車間距離の取り方）
https://youtu.be/4x-SbPnkFSE

6.進路変更

“進路変更はウィンカーを出してすぐに車線を変えるのは危険”

進路変更はペーパードライバーの方にとっては大きな壁の一つのではないでしょうか。進路変更は走行しながらバッグミラーを確認しなければならないので操作も複雑なため難しく感じやすいかもしれません。進路変更のコツはまず合図(ウィンカー)の出し方

です。交通ルールでは進路変更の合図は「進路を変えようとする約 3 秒前」となっています。分かりにくい表現ですが、要するにウィンカーを 3 秒間出してから進路変更を始めてくださいという意味になります。なぜ、ウィンカーを 3 秒出す必要があるのか？これは周りの車に進路変更をすることをアピールするためです。よくウィンカーを出してすぐ進路変更をするドライバーがいますが、それでは何の効果もありません。3 秒間ウィンカーを出すことによって周りの車がそのウィンカーに気づき、進路変更に協力してくれたり注意を払ってくれたりします。

次のコツは速度になります。進路変更しようとする車線を走る車と速度を合わせるのがポイントで、相手との速度の差が大きい程相手も譲りにくくなります。特にバックミラーを見ている間に無意識にアクセルがゆるんでしまって速度が落ちやすいです。最後に安全確認の方法です。みなさんも教習所で習ったと思いますが、進路変更の時の安全確認はルームミラー、ドアミラー、目視の 3 箇所になります。目視というのは直接目で確認することですが、車の真横にバックミラーでは写らない部分があります。運転に慣れていない間は 3 箇所を確認するのはなかなか難しいので、最初はドアミラーだけでも構いません。進路変更は操作が複雑なので初心者には難しいかもしれませんが、最初は後ろに車が全くいない場所で繰り返し進路変更をしてみて、進路変更の手順がスムーズにできるように練習する所から始めるのがおすすめです。

【YouTube 動画】
安全運転講座（進路変更のコツ）
https://youtu.be/YCvAiqd99ZQ

7.雨の日の運転

“雨の日に窓ガラスがくもる時はエアコンを活用”

雨の日の運転は窓ガラスに水滴がついてかなり見づらくなりますので、ワイパーを活用しましょう。また、雨の日は窓ガラスがくもりやすくなるので、そんな時はエアコンを上手に使いましょう。エアコンの使い方はまずは風向きスイッチをデフロスターの位置（図の①）にします。デフロスターにするとフロントガラスに風を当てる状態になります。次に風量スイッチをオン（図の②）にして、温度調整レバーを温かめに設定します。最後にエアコン（A/C）のスイッチ(図の③)を入れます。特に大事なのはエアコンのスイッチで、このスイッチは除湿する機能が働きますので、スイッチを入れていないと窓ガラスのくもりが全く取れません。他には雨の日は歩行者にも気を遣ってあげてください。みなさんも雨の日に車に水を掛けられた経験があると思いますが、水たまりがある場所を通るは速度を落としたり避けたりしてください。また、雨の日は歩行者が傘を挿しているため車の存在に気付きにくいので歩行者の近くを通る時も警戒して運転しましょう。

【YouTube 動画】
安全運転講座（雨の日の運転）
https://youtu.be/DYwFW81AHgM

“セルフスタンドは油種を間違えないように”

日本ではセルフスタンドは 1998 年以降から登場し始めたので、割と最近免許を取った方はガソリンスタンドというとセルフスタンドの方が馴染み深いと思います。セルフスタンドに対してフルサービスのスタンドがありますが、セルフスタンドは自分でガソリンを給油する分、ガソリンの値段が少し安いのが特徴です。セルフスタンドを利用する時の注意点はまず油種になります。油種にはレギュラー、ハイオク、軽油の 3 種類で油種を間違えると車の故障にも繋がるので注意が必要です。軽油はバスやトラックなどのディーゼル車用の燃料で、レギュラーやハイオクはガソリン車用の燃料になります。普通自動車の場合はほとんどの車がレギュラーになりますが、スポーツカーや高級車などはハイオク専用となっていることが多いです。どの油種を入れるか分からない場合はガソリンを入れる給油口にシールが貼ってあったり、メーカーの公式ホームページを検索したり、ガソリンスタンドの店員さんに聞くのも良いと思います。次に給油口の開け方ですが、給油口を開けるレバーは運転席の足元に付いているタイプが多いです。ただし、

車種によっては分かりにくい場所に付いていることがあるので、これもインターネットで検索するかガソリンスタンドの店員さんに聞くのが良いです。

また、給油口は車の右側に付いているタイプと左側に付いているタイプがあります。見分ける方法は運転席のスピードメーターなどがある計器類の燃料計（写真を参照）になります。給油口の位置が決まっているのでガソリンスタンドに入る時はスタンドの機械もその位置に合わせて停める必要があります。それから、実際にガソリン入れる時にガソリンを入れ過ぎて溢れてしまわないか心配になると思います。実はガソリンを入れるノズルの先端にはセンサーが付いていて満タンになると自動で止まるようになっています。また、1000 円分や 10 リットルなど金額や数量もしてできるようになっており、その指定した分に達すると自動で止まるようになっています。セルフスタンドは初め家族や知り合いと一緒に行くと無難です。

【YouTube 動画】
安全運転講座（セルフスタンド）
https://youtu.be/LgpceaMEZzg

9.あおり運転

“KY な運転があおり運転のきっかけに”

あおり運転と聞くとイメージするのは 2017 年 6 月、神奈川県の東名高速道路で悪質な煽り運転を受けた末、夫婦が死亡、娘 2 人が負傷した事故だと思います。ペーパードライバーの方にとっては自分もあおり運転されてしまわないか心配になると思います。もちろん、あおり運転をするドライバーが 100%悪い訳ですが、あおり運転をされないためのポイントをいくつ紹介します。まず大事なのはバックミラーで後ろをよく確認しながら運転することです。自分の車が周囲の車の邪魔になっていないか、後ろを走るドライバーの表情もよく見ると良いです。もしも自分の車を追い越したそうにしている車がいる場合は車線を変えたり、交差点を右左折して道を譲るのが大切です。また、車線が 2 車線以上の道路では一番右側の車線は追い越す車や右折する車が走行する車線になりますので、追い越しや右折する用事がなければ一番右側の車線以外の車線を走行するようにしましょう。

制限速度については残念ながら制限速度を守らないドライバーが多いのが現状です。私は制限速度を守っているから何も悪くない！と周りを気にせず走るのはとても危険です。交通ルールを守ることはもちろん大切ですが、交通ルールを盾にした結果トラブルに巻き込まれてしまっては本末転倒です。私も何度もあおり運転を受けたことがあり、その度に腹が立ってしまいますが、あおり運転をするドライバーをまともに相手にして

も何も良いことはありません。あおり運転に巻き込まれないように上手くかわしていくことが大切です。

第 6 章　車庫入れの方法

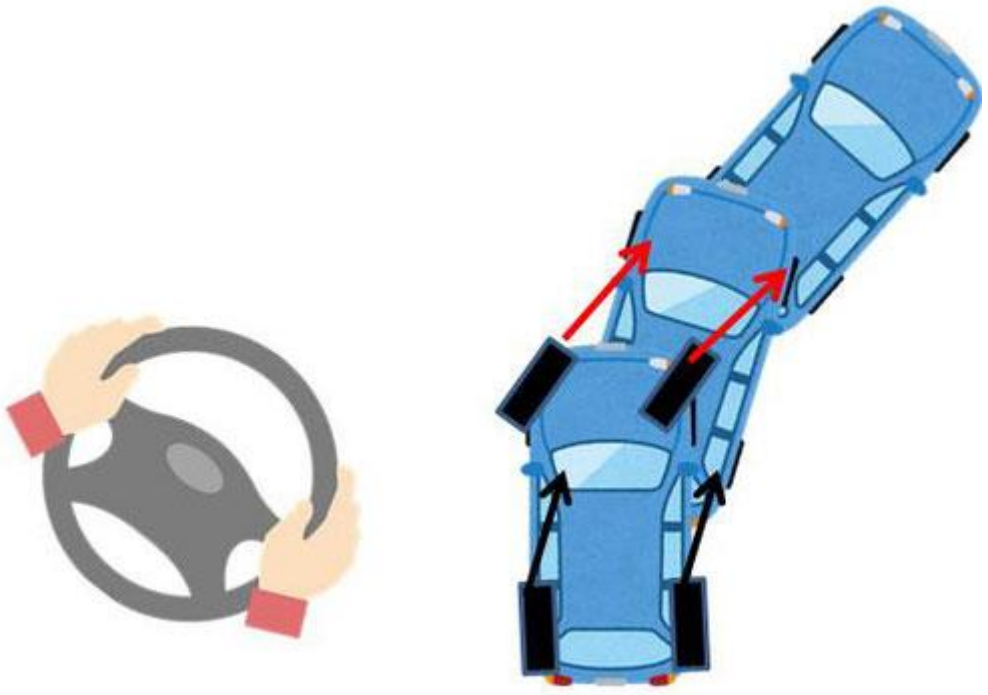
普段、車を運転している方でも車庫入れだけは苦手としている方も多いのではないでしょうか。自動車学校でも車庫入れはカリキュラムの中に入っていないため、どうしても免許取得後に自分で練習をしなければならなくなり、そのまま車庫入れが苦手になってしまいがちだと思います。当スクールのレッスンを受けて頂いたお客様にも車庫入れに自信がないから気軽に出かけられないと嘆いている方も多いです。それでは、車庫入れについてじっくりと見ていきましょう。一部、YouTube 動画のリンクも貼り付けてありますので、参考にしてください。

1.車庫入れが難しい理由

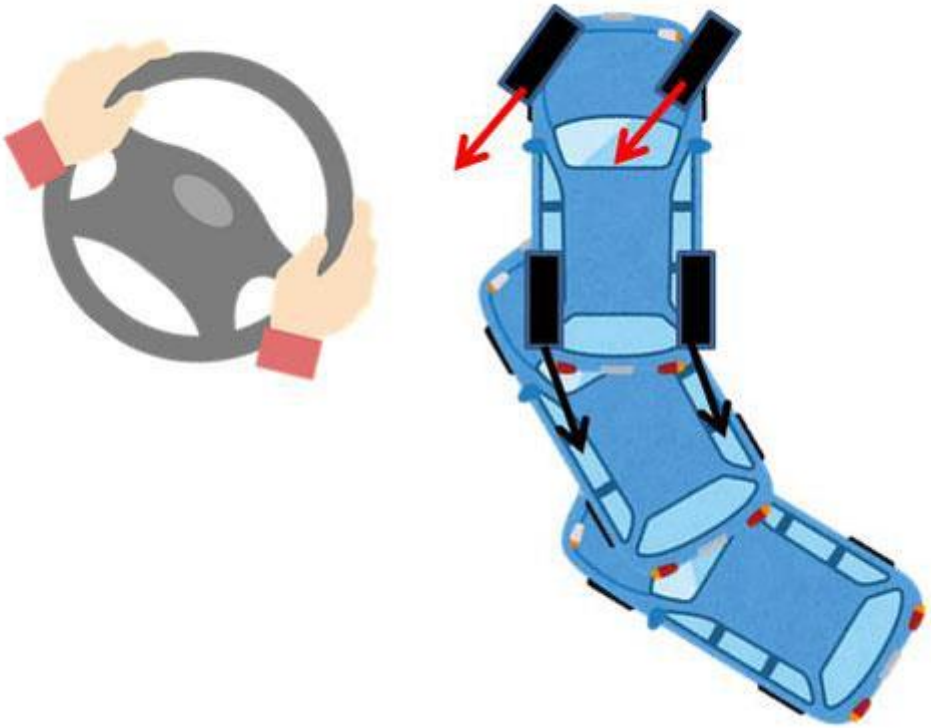
“後退の動きを理解することが車庫入れ上達のコツ”

では、なぜ車庫入れは難しいのでしょうか。その理由としては車が前進する時と後退する時で車の動き方が全く違うからです。例えば、前進の動きを図で見てみましょう。

【YouTube 動画】
「車庫入れのメカニズム」
https://youtu.be/tsaXBgo9Hh4



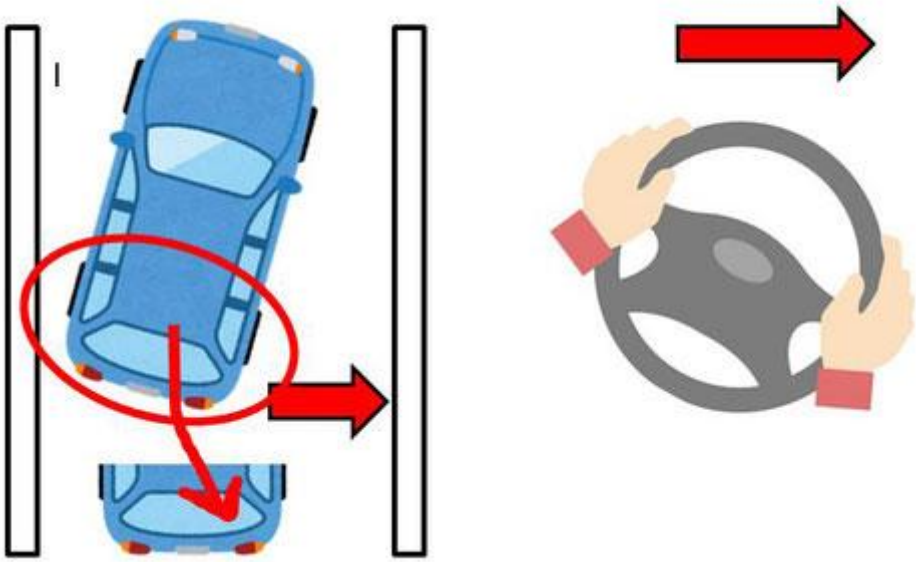
車というのはハンドルを回すと前輪の向きが変わる仕組みになっています。前進は前輪が進む方向に後輪が引っ張られるような動きをするのが特徴です。したがって、前輪と後輪の進む方向がほぼ同じになりますので直感で操作がしやすいと言えます。それでは、今度は後退の動きを見てみましょう。



後退の場合は前輪が後輪を押し出すように動くのが特徴です。特に前輪の進む方向と後輪の進む方向の差が大きいため直感で操作するのが分かりにくいと言えます。また、後退は後ろを振り向きながらハンドル操作しなければならないというのも後退が難しく感じる原因になります。車庫入れが難しいのは後退の動きが分かりにくいからというのは分かって頂けたと思いますが、後退の動きをしっかりと理解することが車庫入れの上達に欠かせないポイントとなります。

2.後退する時のハンドル操作

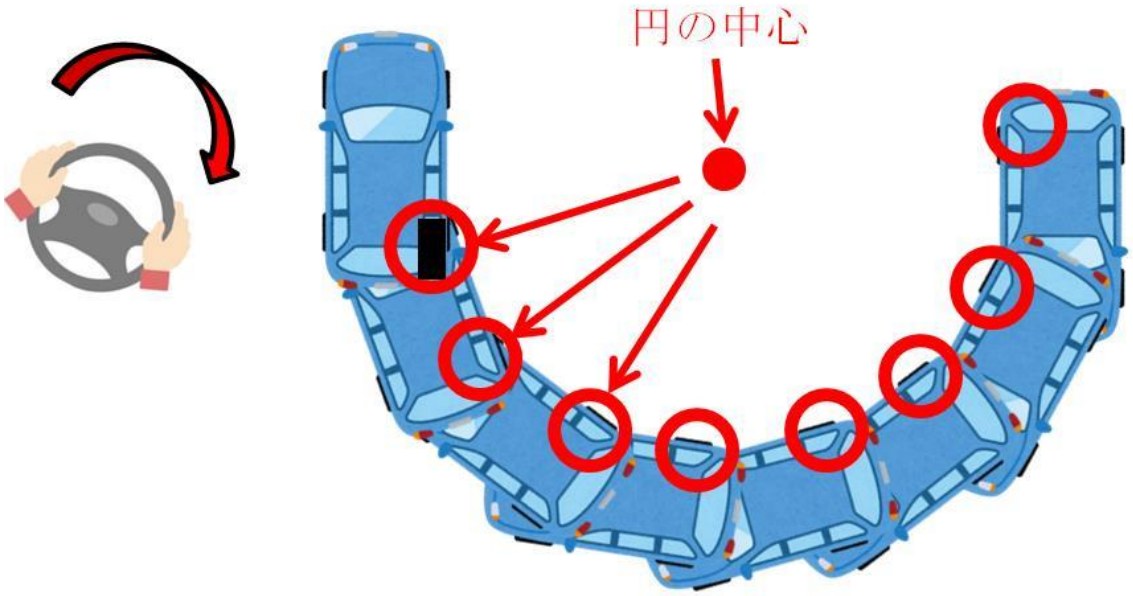
“後退のハンドル操作は車体の後ろを意識するのがポイント”



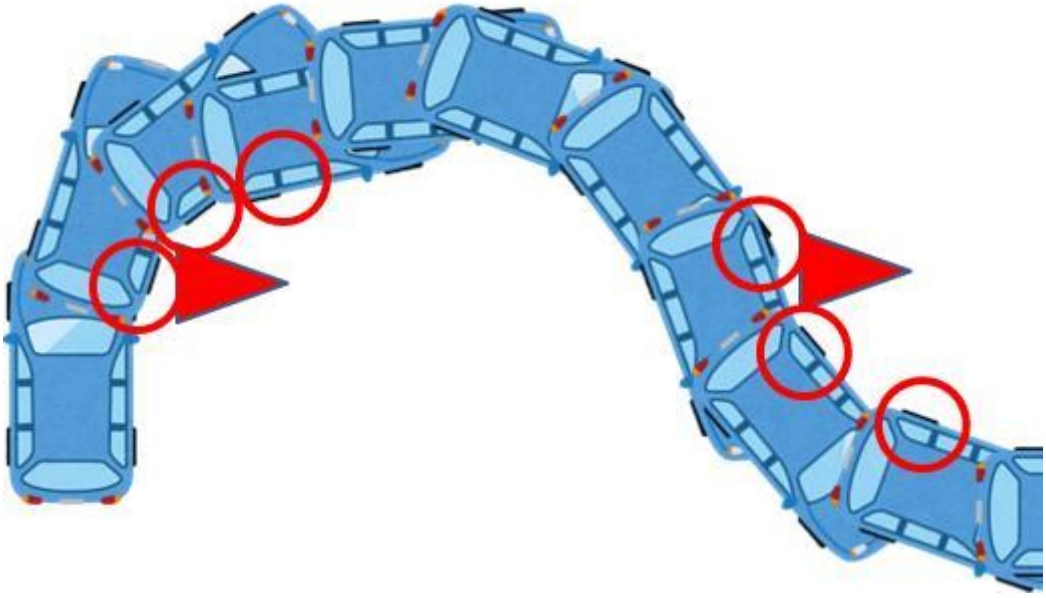
後退する時にどっちにハンドルを回せば良いか分からなくなってしまうことがよくあると思います。後退する時のハンドル操作をつかむコツは、車体の後ろの部分を意識することです。図のようにハンドルを右に回して後退すると車体の後ろの部分も右側に近づいていきます。すなわち、ハンドルの回す方向と車体の後ろの部分の進む方向が同じになるので、ハンドル操作に迷った時は車体の後ろをどっちに進ませたいかを考えると迷いにくくなります。次に後退操作でよくあるのが、ハンドルの向きが途中で分からなくなってハンドルをまっすぐの状態に戻せなくなることです。ハンドルがどっちに回っているかをつかむテクニックとしては少し車を動かしてみることです。車が少しでも曲がっていくようであれば、ハンドルはまっすぐではありません。ハンドルがどっちに回っているかを判断する時も車体の後ろの部分がどっちに進んでいるかで判断すると分りやすいです。

3.後退の動き方の特徴

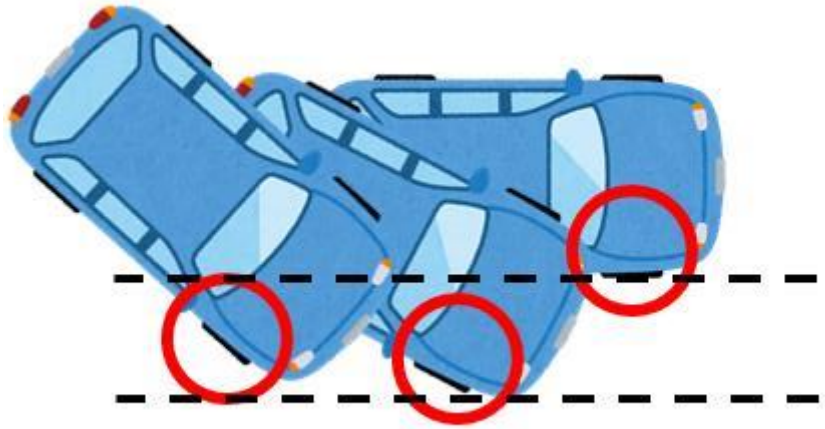
“どこがぶつかるのか分かると怖くない”



次に後退は円を描くように動くのが特徴で、その時に後輪が一番円の内側を通るのも特徴になります。例えば、図のようにハンドルを右に回してバックすると右後ろのタイヤが円の中心に一番近い所を通ります。反対にハンドルを左に回してバックすると左後ろのタイヤが円の中心に一番近い所を通ります。このように後退は後輪を意識して操作することがとても大切です。特に車と車の間に車庫入れする場合は右後ろや左後ろが最初にぶつかりますので、その部分をドアミラーや目視でよく確認しながら後退するのがポイントです。



次にハンドルを回して後退すると前輪が横方向に膨らむ特徴があり、これを「外輪差」と言います。普通車に関してはハンドルをいっぱいに回すと約 1mの外輪差になります。外輪差は進んでいく方向とは反対側に前輪が膨らむので気づきにくいのが特徴です。特に前向きに駐車した場所から後退で出していく時は、いきなりハンドル回してしまうと外輪差で横の車にぶつかってしまうので最初はまっすぐ後退してからハンドルを回すようにしましょう。後退の動きの特徴をいくつか紹介しましたが、この特徴をよく理解することが車庫入れの上達に繋がります。

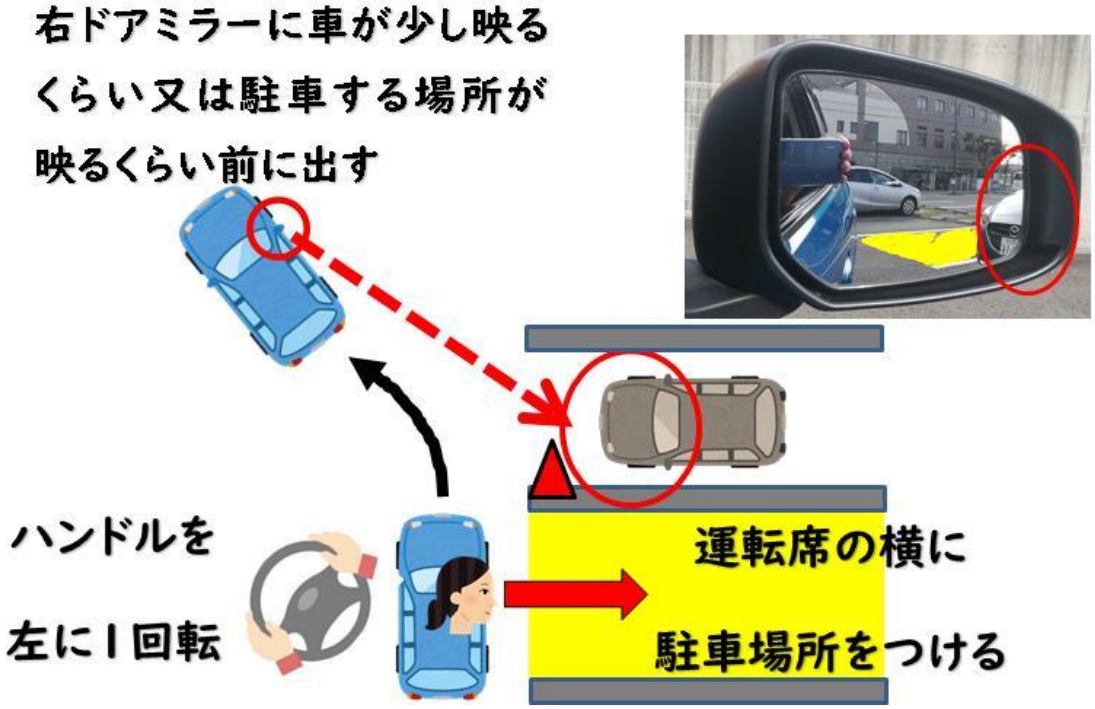


4.車庫入れの手順

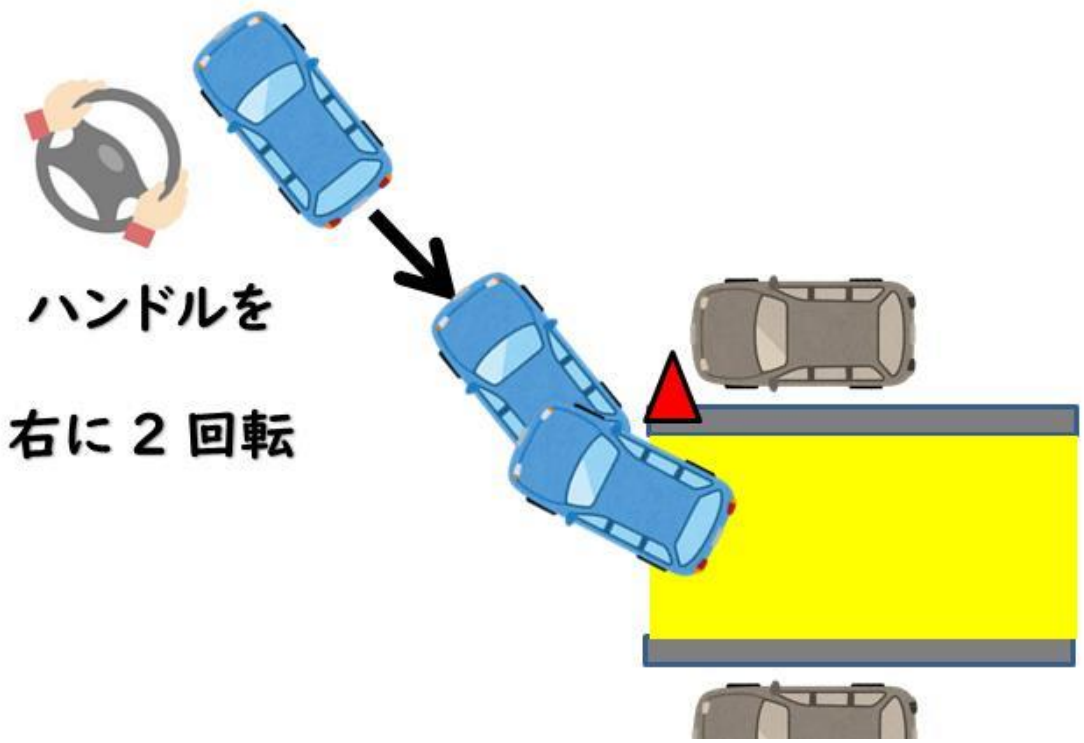
“誰でも簡単にできる車庫入れ術”

車庫入れは慣れると感覚でできるようになりますが、慣れないうちは感覚だけではなかなか上手くいきません。ここでは、車庫入れする時の目安になるようなコツを紹介していきます。この手順を繰り返し練習していくと段々と感覚だけでできるようになりますので、地道に繰り返し練習してみてください。それでは車庫入れの手順について説明していきます。

【YouTube 動画】
「3 分で車庫入れ」
https://youtu.be/M4ALCmafoAE

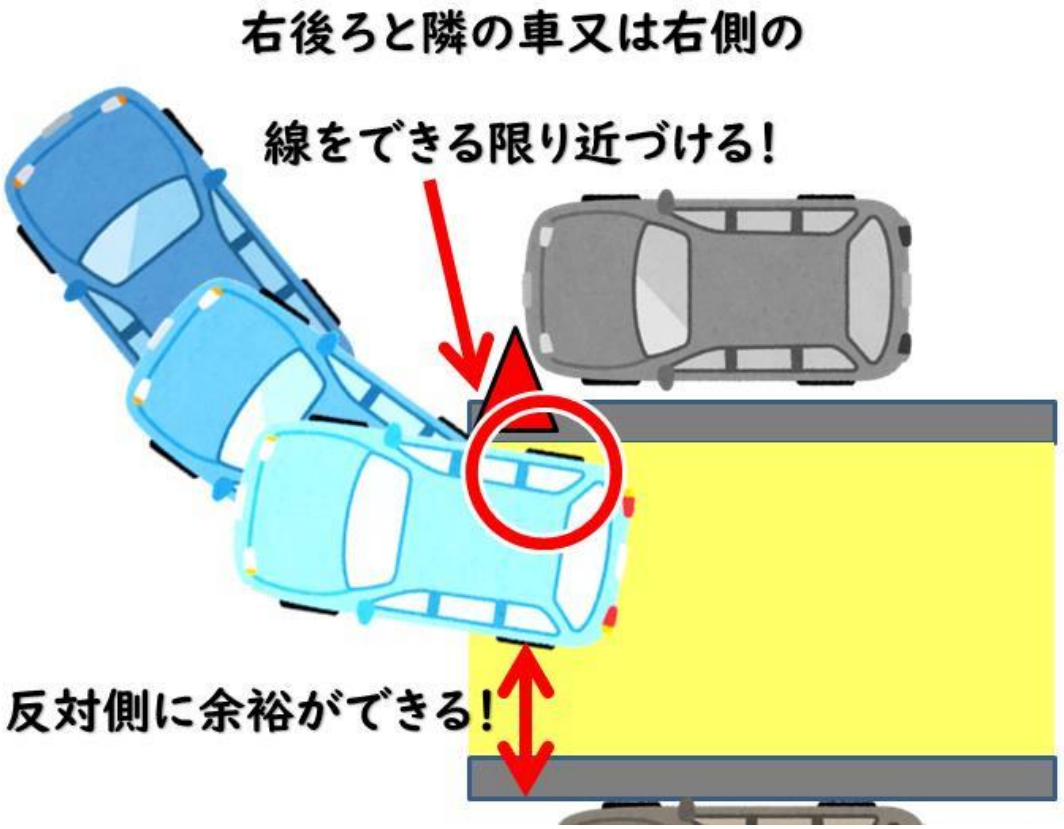


まずは駐車したい場所の真横に車を移動させます。そして、運転席の横に駐車したい場所に来た位置を目安に入れやすいように車体を斜めに傾けていきます。この時のハンドルの回す量は左にハンドルを一回転くらい回すのが目安です。次に前に出す距離の目安は、右のドアミラーに隣の車が映り込むくらい又は駐車する場所が全体的に映り込むくらいになります。

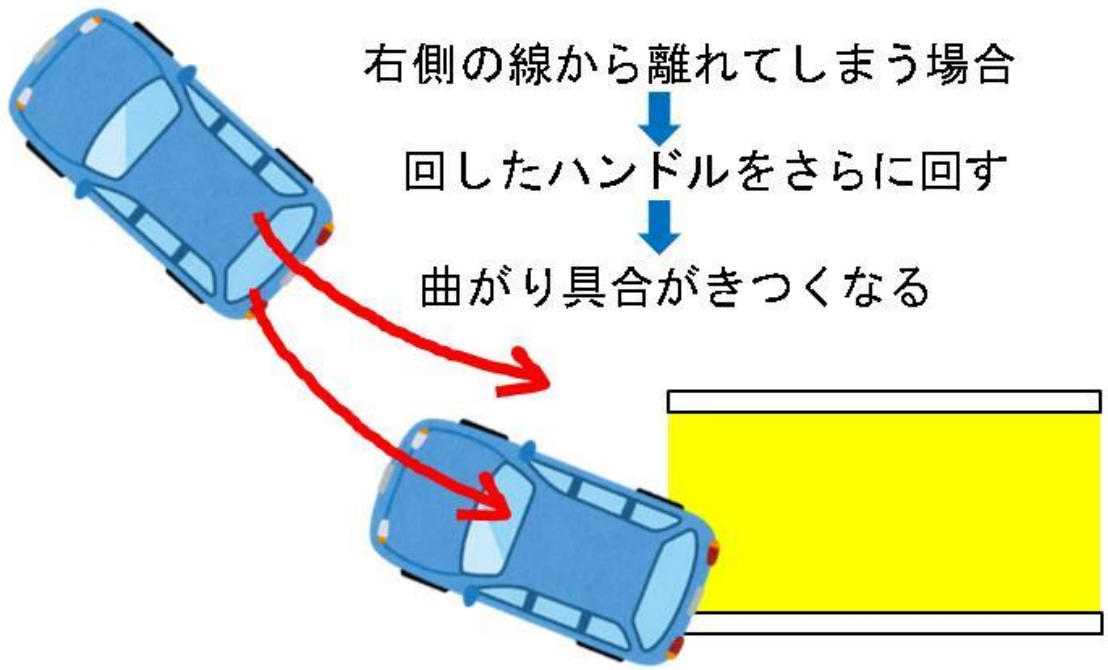


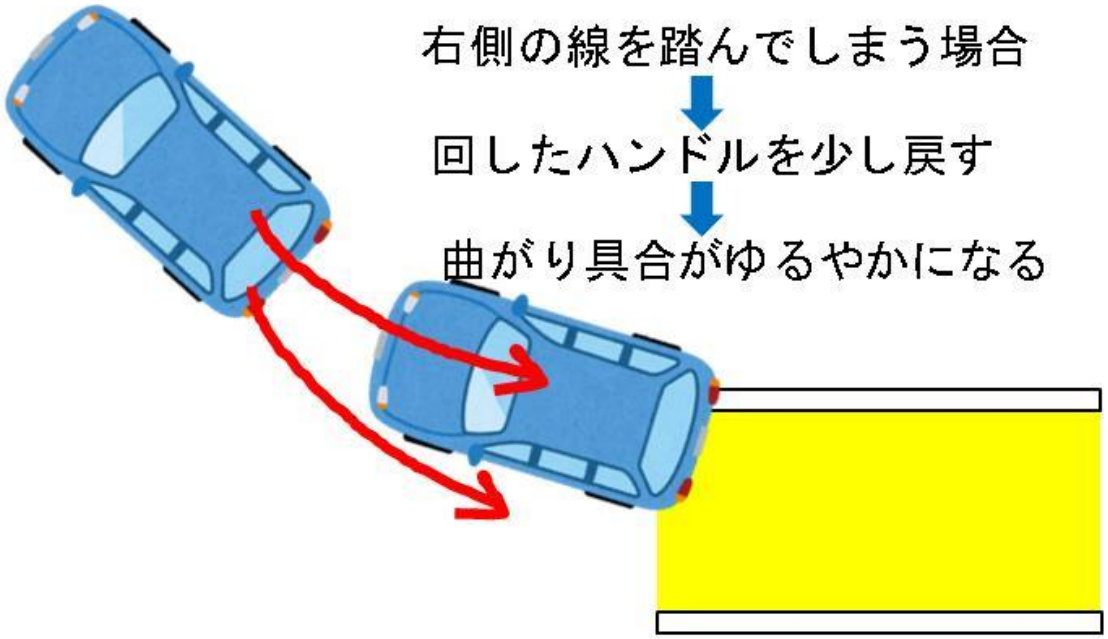
その位置からハンドルを右に 2 回転くらい回してバックしていきます。この時、ワンボックスなどの車体が大きい車の場合は小回りが利かないのでハンドルを全部回すとち

ょうど良いと思います。



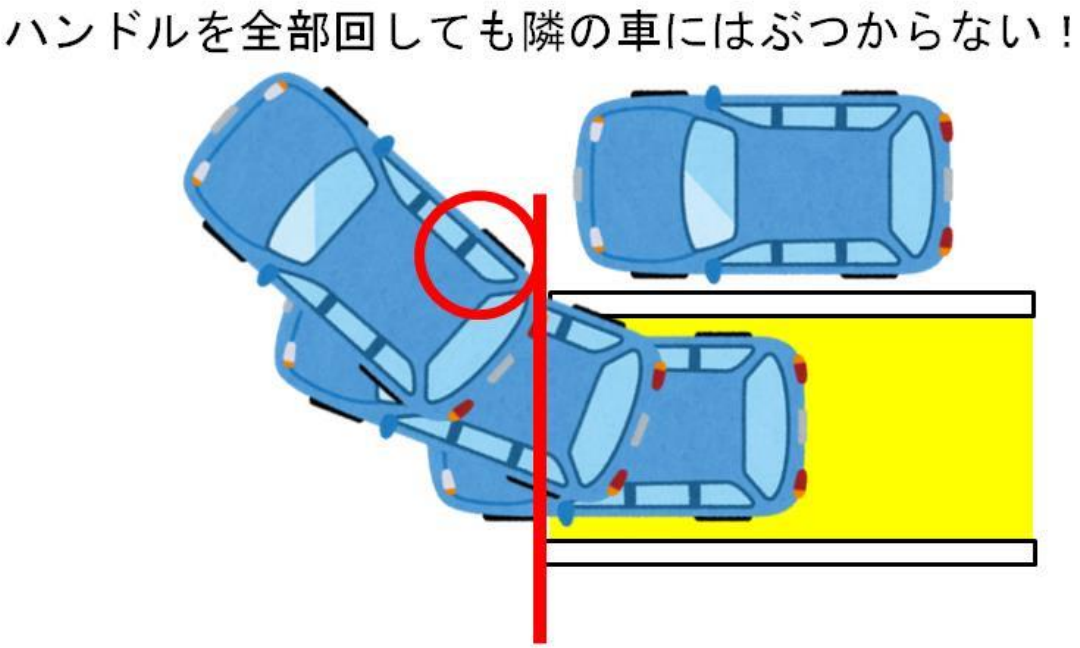
ここからバックで車庫入れをしますが、ここでのポイントはどこを狙ってバックさせるかということです。狙う場所は車体の右後ろの部分を隣の車又は右側の線にできる限り近づけるのがコツになります。隣の車や右側の線に近づけると反対側に余裕ができる状態になりますので、両側に車が停まっている状態でもぶつけることなく安全に駐車することができます。逆に隣の車や右側の線から離れてしまうと、反対側の車にぶつかりますので途中で止まらなければなりません。



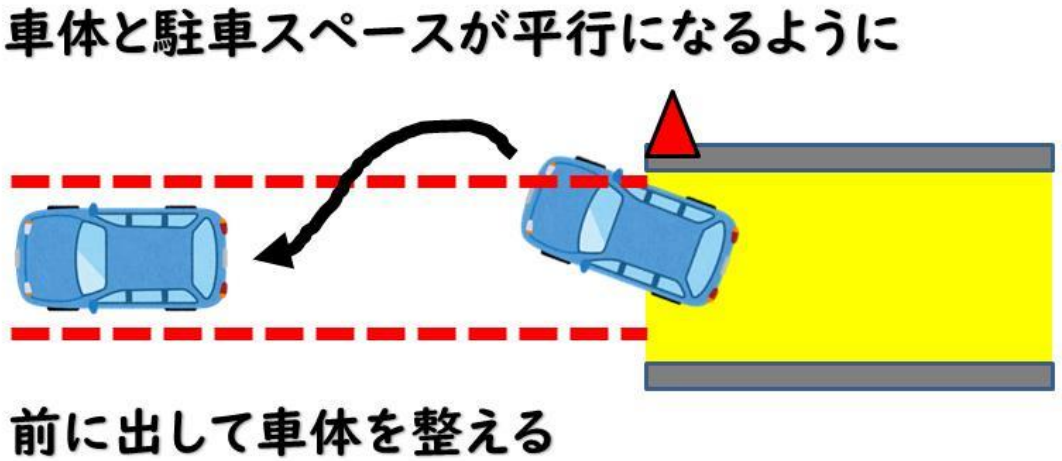


次にハンドルを右に 2 回転くらい回してバックし始めたら、車体の右後ろと隣の車や右側の線との距離をよく観察して車がどういう軌跡で動いていくかを見極めるのがコツです。この時、隣の車や右側の線から遠ざかっていく場合はさらにハンドルを右に回して、逆に近づき過ぎて右側の線を踏みそうな場合又は隣の車にぶつかりそうな場合はハ

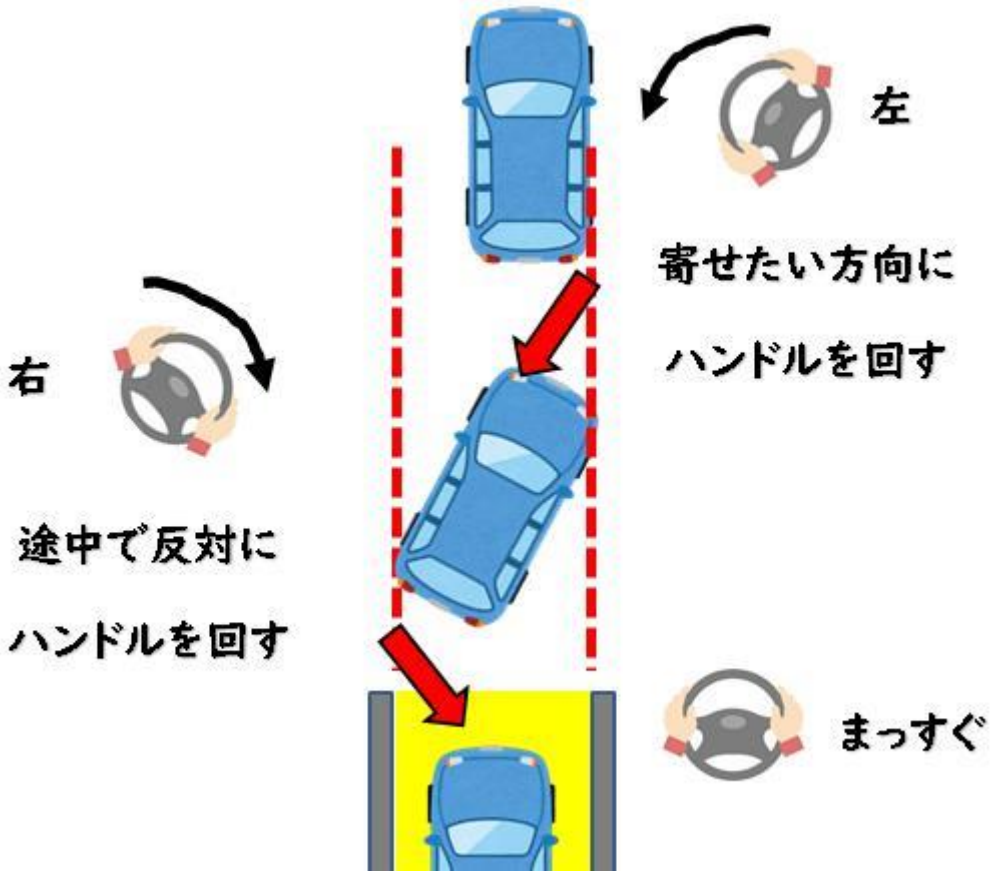
ンドルを左に少し戻して微調整していきます。この時は右側だけではなくて、途中で左後ろも確認しましょう。



また、もう一つのテクニックとして車の後ろ部分が駐車スペースに入り始めるとハンドルを全部回しても隣の車にはぶつからない動きをするのも特徴です。なぜぶつからないのか不思議に感じると思いますが、前に話した通り車が後退する時は後輪を軸にとなって車体が回転するのがその理由です。



慣れてくるとそのままバックだけで調節しながら車庫入れができるのですが、最初はバックだけで車庫入れするのは難しいので、途中で一度前に出して車体を整えるのがおすすめです。前に出す時は駐車したい場所と車体が平行になるように移動させるのがポイントで、ある程度前に出すと左右のドアミラーに駐車スペースの両側の線が映るのでその線を目安に平行にしていきます。



最後にバックして駐車スペースに入れていきますが、バックする前に左右のドアミラーを比較してどっちに寄っているか確認してください。図の状況だと左側にもう少し寄せたい状況ですが、その場合は最初に寄せたい方向（左）にハンドルを回してバックしていきます。バックしていくと車体が斜めになっていきますが、ある程度バックしたら反対（右）にハンドルを回していくと車体は駐車スペースに対してまっすぐに平行になっていきます。ここでのポイントはハンドルの回す量で、たくさん回し過ぎてしまうと途中でハンドルの向きを見失いやすいので少ない量で軽く回すのでコツです。

第 7 章　自力でペーパードライバーを克服する

第 2 章でペーパードライバーを克服するための方法を紹介しましたが、自動車学校やペーパードライバースクールに通うのはやはりお金がかかります。ここでは、自力でペーパードライバーを克服しようと考えている方向けに私が普段ペーパードライバー講習で行っているノウハウをご紹介します。最初に気を付けて欲しいのはいきなり一人で練習をしないことです。どんなに事前に予習をしたとしても運転免許を取ってから全く運転していないペーパードライバーがいきなり車を運転するのは危険です。特に初めて練習する時は必ず家族や友達を助手席に乗せて練習してください。練習メニューも簡単な事から繰り返し練習して、運転に慣れてきたら段々と難しい事に挑戦していくことがポイントです。次のような手順で進めていくと無理なく上達できるので参考にしてください。また、交通ルールや運転操作については別の章でも詳しく解説していますので、ここでは大まかな流れだけ説明していきます。

1.広い駐車場で基本操作の練習

“運転に自信がつくまで駐車場で練習”

まず近くの公園やホームセンター、ショッピングセンターなどの広い駐車場で基本操作から練習しましょう。特に屋上駐車場が広く車も少ないのでおすすめです。最初はハンドル操作とペダル操作の練習から始めましょう。駐車場の中をゆっくりと旋回して、右回りと左回りを繰り返しましょう。ハンドル操作に慣れてきたらアクセルペダルやブレーキペダルも積極的に踏み込んでみてください。この練習で意識して欲しいのは目配りになります。久しぶりの運転だと余裕がなくなり目線が近くなりやすいです。早め早めと目線を先に向けて、スムーズにハンドル操作とペダル操作ができるようになるまで繰り返し練習してください。それから、駐車場で練習する際に気を付けて欲しいのはお店の警備員さんです。ホームセンターやショッピングセンターなどの駐車場には監視カメラが設置されている事がありますので、目立った行動は禁物です。ずっとグルグル旋回しているとさすがに目立ちますので、適度に車を停めたり場所を変えたりしましょう。練習時間も 10 分〜20 分くらいで切り上げるのが無難です。

2.交通量の少ない道路で交差点の練習

“最初はひたすらまっすぐ走行するのがベター”

広い駐車場で基本操作を練習した後はいよいよ路上の練習になります。路上に出る時がもっとも緊張する瞬間になります。路上の練習を始める時のポイントはまず交通量の少ない道路を選ぶことです。最初はひたすらまっすぐ直進し続けて、アクセルとブレーキで速度が調整できるように練習してみましょう。直進に慣れてきたら次は交差点を左折してみましょう。左折する時のポイントは曲がるスピードとハンドルの回し具合です。運転にまだ慣れていない間は左折する時のスピードが速いとハンドル操作が間に合わず曲がり切れません。左折する前にブレーキでしっかりと減速してから左折するように心掛けましょう。また、ペーパードライバーの方は焦ってハンドルを回しすぎてしまう傾向がありますので注意してください。左折が上手く出来るようになったら次は右折になります。右折は対向車(直進車と左折車)の優先になるので、対向車が来ていないかよく確認しながら交差点に近づきましょう。対向車との距離が微妙にある時に右折するかどうか迷いやすいですが、安全第一を考えて対向車との距離に余裕を持って右折するように心掛けましょう。

3.二車線以上の道路で進路変更

“まずは周りに車がいない時に進路変更してみよう”

ペーパードライバーの方にとってハードルが高いのがこの進路変更。走行しながらバックミラーを見るは運転操作に余裕がないとなかなかできないです。最初は進路変更の操作自体がスムーズでできるようになることが目標です。従って、練習場所は交通量の少ない道路を選んで、後ろに車が来ていない時を見計らって進路変更を繰り返すと良いです。慣れない内はバックミラーを見る時にアクセルが緩んでしまって速度が遅くなってしまったり、進路変更する時にハンドルを必要以上に回し過ぎてふらついてしまったりしやすいので気をつけましょう。進路変更の操作に慣れてきたら、少し交通量の多い道路で進路変更してみてください。

4.交通量の少ない住宅街の走行

“交通量が少ない場所ほど危険はいっぱい”

交差点や進路変更にある程度慣れてきたら、住宅街の走行に挑戦してみましょう。交通量が少ない住宅街は一見すると安全そうに見えますが、実際はその逆です。道幅が狭い道路、見通しの悪い交差点、自転車や歩行者の飛び出しなど交通事故が起こりやすい場所です。特に車体感覚がある程度掴めていないと全く対応できないので、運転操作に慣れていない内は住宅街を通るのは避けるのが無難です。住宅街を走行するポイントはまず速度を押さえることです。時々、住宅街でも平気でスピードを出すドライバーを見掛けますが、そのドライバーが交通事故を起こすのは時間の問題だと思います。車や自転車などの飛び出しに備えて速度はおおよそ時速 20〜30km が目安で、見通しの悪い交差点はカーブミラーを活用して車や自転車などが近づいていないか確認しながら走行するように心掛けてください。また、反対から来る対向車との行き違いが非常に難しいのですが、最初は積極的に停まって相手の車に避けてもらうのが無難です。

5.車庫入れの練習

“車庫入れは一日にして成らず”

車庫入れが大の苦手という方は多いと思いますが、教える立場からしても車庫入れを教えるのは難しいです。車庫入れはどうしても身に付くまでにたくさんの練習が必要なので、途中で挫折してしまいがちです。練習方法もただ闇雲に練習するだけでは上達しにくいので、第 6 章で車庫入れの手順を参考に練習してみてください。また、練習する際に気を付けて欲しいのが周りの車です。私のスクールでもホームセンターやスーパーマ

ーケットなどの駐車場で車庫入れの練習を行いますが、車庫入れの練習をしているとどうしても目立ってしまいます。今までにも車庫入れの練習中に他のドライバーにクラクションを鳴らされたり、駐車場の警備員さんに注意されたことが何度もありました。できる限り車の少ない広い駐車場を選んだり、適度に場所を変えたりして迷惑を掛けないようにしましょう。

また、車庫入れの練習にとても役に立つツールがあります。当スクールのお客様にも必ず紹介するのですが、「駐車場の王」というスマートフォンのゲームアプリになります。このゲームの最大の特徴はハンドルの操作がかなりリアルなことです。指で画面を触ってハンドルを回すのですが、本物の車と全く同じ動きをするのでバックの動きを理解するのにもってこいです。Android も iPhone も無料でダウンロードできるので是非車庫入れの練習に役立ててみてください。

おわりに

最後になりましたが、ペーパードライバー克服に向けて少しでも前向きな気持ちになりましたでしょうか。ペーパードライバーの方にとっては車の運転は一歩間違えれば大きな事故になるので、なかなか車を運転する気になれないのは普通だと思います。私も学生の時に免許を取るかどうか本気で悩んだ時期がありました。私は昔からおっちょこちょいでそんな自分が車を運転しても本当に大丈夫なのかと。でも、20 年以上車を運転してきて思ったのは、車が危険な乗り物になってしまうかどうかはドライバー次第だと。車の運転なんて楽勝だと言わんばかりにスマホ片手に運転するドライバーをたまに見かけますが、取り返しのつかない事故を起こして後悔する日が必ずやってきます。私は今でも車の運転は危ないと思って運転しています。この本を読んでいるみなさんもきっと車を運転することに不安を感じている方だと思いますが、不安を感じるくらいが安全運転にはちょうど良いです。これから車を運転し始めて何十年経った時にペーパードライバーだった頃の自分を懐かしく思う日が来ると思いますが、今の気持ちを忘れないで欲しいですね。それから、私は現在も中部地方でペーパードライバースクールをやっておりますので、もし車の運転について困ったことがありましたら気軽にスクールにご連絡ください。みなさんが一日でも早くペーパードライバーを克服できるように心から願っています。最後までこの本を読んで頂き、ありがとうございました。

稲山 巧
愛知県内の自動車学校で 10 年以上指導員として勤務しておりました。

お客様の立場になって、分かりやすい丁寧な講習に心掛けております。
＜経歴＞
1980 年生まれ 愛知県小牧市出身
H14.3 名古屋経済大学経済学部消費経済学科 卒業
H14.3～H24.10 株式会社星が丘自動車学校 勤務
H26.10～H30.4 一般財団法人愛知県交通安全協会一宮自動車学校 勤務
H30.6 運転教室スタートライン 開業
＜資格＞
普通自動車指導員資格/普通自動車検定員資格/中型自動車指導員資格