

<報道関係各位>

2025年3月10日

大阪経済大学

認知機能の低下を防いで、高齢ドライバーの交通事故ゼロを目指せ！  
人間科学部の学生が、判断力・注意力を高める“考えるエクササイズ”を開発  
南堺警察署の高齢者講習会で「交通安全エクササイズ」を実践・指導

■3月20日(木・祝)13:30~14:30/竹城台4丁集会所(堺市南区竹城台)

■4月5日(土)14:00~15:00/アクロスモール泉北・中央広場(堺市南区原山台) ※学生が指導

大阪経済大学(学長:山本俊一郎/所在:大阪市東淀川区大隅2-2-8)は、人間科学部 高井逸史ゼミの学生が開発した高齢者向け「交通安全エクササイズ」を活用した交通安全講座(主催:大阪府南堺警察署)が、2025年3月20日(木・祝)、4月5日(土)に開催されますので、お知らせします。

■高齢ドライバーの事故を減らすため、学生が認知機能の低下を抑えるエクササイズを開発。

高齢ドライバー増加による交通事故が社会問題となっています。警察庁は「免許返納」や「安全運転」を推奨していますが、それだけでは十分な対策とは言えません。

高井ゼミの学生は、高齢ドライバーによる交通事故の一因は、認知機能の低下による判断・操作ミスであると考え、運転に必要な判断力や瞬時の注意力を高める運動プログラム「交通安全エクササイズ」を開発しました。エクササイズは高齢者が無理なく実践できるストレッチや体操で構成、座ったままでもできる動きになっています。また、頭で考えながら身体を動かすことによって認知機能の向上を図ります。

「交通安全エクササイズ」は、大阪府警察交通部のYouTube公式チャンネルで交通安全啓発動画として公開されています。<https://youtu.be/BLNQch10rUE>

■大阪府南堺警察署が主催する交通安全講座で“考えるエクササイズ”を実践。

今回の交通安全講座は地域の高齢者を対象に行います。前半は南堺警察署による現在の交通事故の発生状況や高齢ドライバーの事故リスクについて説明、高井ゼミによる「交通安全エクササイズ」の実践は後半に行われます。

「交通安全エクササイズ」は、単純に体を動かすだけではありません。手と首と頭の動きを連動させる、道路標識を見て事前に決めたステップを踏むなど、考えながら動作を行うことで認知機能の低下を抑えます。



今回の講座では3種類のプログラムを実施しますが、高井ゼミで開発した認知機能の低下を抑えるプログラムは他にもあり、介護予防のための健康体操なども地域と連携して取り組んでいます。

※3月20日(木・祝)は高井教授のみが参加、4月5日(土)はゼミ生3名と高井教授が参加します。

<本件に関するお問い合わせ先>

大阪経済大学 企画部広報課 高濱、東 TEL:06-6328-2431 Mail:kouhou@osaka-ue.ac.jp

大阪経済大学 広報デスク(プランニング・ポート内) 福嶋、井上 TEL:06-4391-7156

<https://www.osaka-ue.ac.jp>

※ご取材いただける際は、上記広報デスクまで、取材日前日17時までにご連絡をお願いします。

## 交通安全講座開催概要

- 日 時：2025年3月20日（木・祝）13:30～14:30（受付13:00から）  
2025年4月5日（土）14:00～15:00（受付13:30から）
- 会 場：≪3月20日（木・祝）≫  
府営堺竹城台4丁住宅 集会所  
（住所：堺市南区竹城台4丁16-4）  
・泉北高速鉄道 泉ヶ丘駅北口から徒歩約17分
- ≪4月5日（土）≫  
アクロスモール泉北・中央広場  
（住所：堺市南区原山台）  
・泉北高速鉄道 梅・美木多駅 ※無料シャトルバス運行  
南海バス「原山台回り」、「敷物団地」下車徒歩約3分
- 受 講 者：地域の高齢者  
府営堺竹城台4丁住宅 約40名  
アクロスモール泉北・中央広場（モール来場者を対象）
- 講 師：大阪府南堺警察署 交通課 警部補 田中良昭  
大阪経済大学 人間科学部教授 高井逸史  
大阪経済大学 人間科学部高井ゼミ生3名  
※学生の参加は4月5日（土）のみ。
- 内 容：前半（約30分）  
現在の交通事故の発生状況について  
高齢ドライバーの事故リスクについて  
講師 大阪府南堺警察署 交通課 警部補 田中良昭  
後半（約30分）  
交通安全エクササイズ3種類実践
- ①手と首と頭のエクササイズ  
手と首と頭を連動させる運動です。手本を示す学生や高井教授と同じ動作をします。
  - ②後だし全身じゃんけん  
じゃんけんを全身で表現します。対戦相手となる学生や高井教授の動作と信号の色を見て、信号が青だったら勝つ、黄色だったらあいこ、赤だったら負ける動作をします。
  - ③ごちゃまぜSTEP運動  
道路標識を見てあらかじめ決められたステップを踏みます。  
「止まれ」は足踏み20回、「横断禁止」は足を前に出す動きを20回、  
「信号マーク」は横ステップを20回行います。
- ※参考 大阪府警察交通部公式チャンネル  
【大阪府南堺警察署×大阪経済大学】認知機能の低下を防ぐ「交通安全エクササイズ」  
<https://youtu.be/BLNQchl0rUE>
- 主 催：大阪府南堺警察署
- 協 力：大阪経済大学 人間科学部高井ゼミ

**FAX:06-4393-8216**  
**MAIL: fukushima@planning-boat.com**

《 F A X 返信用紙 》

大阪経済大学 広報デスク  
 (プランニング・ポート内) 福嶋・井上 宛

認知機能の低下を防いで、高齢ドライバーの交通事故ゼロを目指せ！  
 人間科学部の学生が、判断力・注意力を高める“考えるエクササイズ”を開発  
**南堺警察署の高齢者講習会で「交通安全エクササイズ」を実践・指導**  
**■3月20日(木・祝)13:30~14:30/竹城台4丁集会所(堺市南区竹城台)**  
**■4月5日(土)14:00~15:00/アクロスモール泉北・中央広場(堺市南区原山台) ※学生が指導**

**□ご取材 \_\_\_\_月 \_\_\_\_日**

媒体名		
御社名		
部署名		
ご芳名	他 _____ 名様	
	(ムービー) _____ 台 / (スチール) _____ 台	
連絡先	TEL	FAX
	E-Mail	
当日のご連絡先	TEL	

《備考欄》 ご取材につきご要望・ご質問等ございましたら、ご記入願います。

**※お手数ではございますが、会場準備の都合上、ご取材日前日17時までに、お電話、メールもしくはFAX返信用紙にてご連絡をお願いします。**