



認知症と運転免許

家族が知っておくべき
制度と説得のコツ

その症状、大丈夫？ #19

医知創造ラボ ～脳神経内科医がAIで紡ぐ最新医療情報～

こんな経験、ありませんか？



親の運転が心配だが、どう伝えればよいかわからない



駐車が下手になった、道に迷うことが増えた気がする



「まだ運転できる」と言い張って聞いてくれない



免許返納を勧めたいが、制度がよくわからない



免許を返したら生活が不便になるのでは、と心配

認知症と運転 — なぜ危険？

安全な運転には、複数の脳機能が同時に働く必要があります



記憶障害

道順を忘れる・駐車場所を忘れる



判断力の低下

反応が遅れる・優先判断を誤る



空間認識の障害

車線変更を誤る・縁石に乗り上げる



注意力の分散

複数のことに同時対応できなくなる

⚠️ 認知症と診断されていなくても、**MCI**の段階から運転リスクは上昇します

運転に必要な脳の機能

運転は「脳の総合テスト」— 多くの認知機能を同時に使います



注意・集中力

標識・歩行者・対向車を同時に把握する

脳領域: 前頭葉・頭頂葉



判断力

「曲がれるか」「止まるべきか」を瞬時に決める

脳領域: 前頭前野



空間認識

車の位置・距離・車線の幅を感じる

脳領域: 頭頂葉



反応速度

危険を察知してブレーキを踏む

脳領域: 小脳・運動野


認知症の初期に現れる運転の変化

「まだ大丈夫」と本人が言っている場合でも、こんな変化が出ていたら要注意

 駐車できない・縁石に乗り上げる

 いつも走る道なのに迷ってしまう

 信号を見落とす・一時停止を無視する

 小さなこすり傷や接触が増えた

 あおり運転や急ブレーキが増えた

 駐車場所・エンジン切りを忘れる

日本の制度 — 75歳以上の免許更新

道路交通法（**2022年改正**）で**75歳以上の運転者への規制が強化されました**

① 認知機能検査（更新時・3年ごと）

時計の描写・記憶力テストなど。「第1分類」と判定されると医師の診断が必要になります。

② 高齢者講習（75歳以上全員）

実車評価を含む講習。運転技能を客観的に確認します。

③ 運転技能検査（**2022年改正**で新設）

過去3年間に一定の交通違反がある75歳以上は、合格しないと免許更新ができません。

臨時適性検査とは — 診断後の手続き

⚠ 認知症と診断された場合、医師には公安委員会への通知義務（2017年改正）

免許取り消しまでの流れ

診断

専門医が認知症（アルツハイマー型・レビー小体型など）と診断

通知

医師が都道府県公安委員会に診断内容を通知

検査

公安委員会が臨時適性検査を実施（または医師に診断書を提出）

処分

認知症と確認されると免許取り消し・停止の行政処分

家族の対応 — 説得のコツ

対立ではなく「一緒に考える」姿勢が鍵です

やること（推奨）

- ・ 医師から直接伝えてもらう（権威がある）
- ・ 具体的なエピソードで話す（「先日〇〇で…」）
- ・ 「家族が心配している」という気持ちを伝える
- ・ 免許返納後の生活サポートを先に提示する
- ・ 地域の返納支援制度を一緒に調べる

やらないこと（NG）

- ・ 「あなたは認知症だから」と病名で攻める
- ・ 感情的に怒鳴ったり責める
- ・ 頭ごなしに「絶対ダメ」と禁止する
- ・ 一度の会話で決めようとする
- ・ 本人の尊厳を傷つける言い方をする

運転をやめた後の生活支援

「車がないと生活できない」は今や過去の話 — 代替手段を一緒に整えましょう



タクシー助成券・乗車クーポン

多くの市区町村が高齢者向けに補助。免許返納者は特典を受けられることも。



コミュニティバス・デマンド交通

地域の乗合サービス。予約制で自宅付近まで来てくれる地域も増加。



買い物・食事の宅配サービス

スーパーの宅配・食材キット・弁当配送。日常の買い物困難を解決。



家族・近隣とのサポート体制

定期的な送迎の役割分担。「〇曜日は私が送る」の明示が重要。



移動支援アプリ・シニア向け交通

Uber・乗合タクシーアプリ。自治体のシニア向けライドシェアも各地で普及中。

受診の目安 — 緊急度3段階

● すぐに受診

- ・ 逆走・信号無視など重大な交通違反があった
- ・ 事故を起こしたが本人が覚えていない
- ・ 帰宅できずに警察に保護された

受診の目安 — 緊急度3段階

● すぐに受診

- ・ 逆走・信号無視など重大な交通違反があった
- ・ 事故を起こしたが本人が覚えていない
- ・ 帰宅できずに警察に保護された

● 早めに受診

- ・ 小さな接触事故・こすり傷が増えてきた
- ・ いつもの道で迷うことが複数回あった
- ・ 家族が運転に同乗して不安を感じた

受診の目安 — 緊急度3段階

● すぐに受診

- ・ 逆走・信号無視など重大な交通違反があった
- ・ 事故を起こしたが本人が覚えていない
- ・ 帰宅できずに警察に保護された

● 早めに受診

- ・ 小さな接触事故・こすり傷が増えてきた
- ・ いつもの道で迷うことが複数回あった
- ・ 家族が運転に同乗して不安を感じた

● かかりつけ医に相談

- ・ 駐車が少し下手になった気がする
- ・ 標識への反応が遅くなった（同乗者の感覚）
- ・ 本人が「運転が怖い」と言い始めた

早期発見のためにできること

認知症は早期発見・早期対応で進行を遅らせることができます



かかりつけ医への相談

「物忘れが気になる」と伝えるだけでOK。血液検査・簡単な認知機能テスト（MMSE・HDS-R）を受けます。



もの忘れ外来・神経内科の受診

専門医によるMRI・神経心理検査で認知症の種類と程度を詳しく評価します。



認知機能のセルフチェック

「認知症チェックリスト」は市区町村や厚生労働省のサイトで無料公開。まず自分でチェック。



家族が気になることをメモする

「いつから、どんなこと」を具体的に記録して受診時に持参すると診断がスムーズです。

まとめ

1

認知症は運転能力に直接影響する

記憶・判断・空間認識・反応速度が低下し、事故リスクが高まる。MCI段階からリスクが上昇。

まとめ

1

認知症は運転能力に直接影響する

記憶・判断・空間認識・反応速度が低下し、事故リスクが高まる。MCI段階からリスクが上昇。

2

制度を知ることが家族の力になる

75歳以上の認知機能検査・臨時適性検査・免許取り消し制度を把握し、「本人だけの問題」にしない。

まとめ

1

認知症は運転能力に直接影響する

記憶・判断・空間認識・反応速度が低下し、事故リスクが高まる。MCI段階からリスクが上昇。

2

制度を知ることが家族の力になる

75歳以上の認知機能検査・臨時適性検査・免許取り消し制度を把握し、「本人だけの問題」にしない。

3

対立せず、代替案を示しながら説得を

医師の力を借り、生活支援を先に提示する。免許返納後も「生活できる」と見せることが鍵です。

ご視聴ありがとうございました

次回 #20

脳ドックは受けるべき？

— 検査の意味と結果の活かし方

チャンネル登録・高評価をよろしくお願いします！

概要欄にブログ記事・参考文献リンクを掲載しています

その症状、大丈夫？ #19

医知創造ラボ ～脳神経内科医がAIで紡ぐ最新医療情報～