



あおり運転と不寛容な社会 ～『深呼吸と6秒』・広い心で～

あおり運転・不寛容社会

今年には車に関するニュースが、多く報道されています。ゴールデン・ウィークには、「高齢者ドライバー」による事故が相次ぎ、8月以降は「あおり運転」による話題で持ちきりです。

ある調査によると、『免許保有者のうち、70・4%の人が「あおり運転」をされたことがある』、この結果が出ています。

その内容は、車体を接近させ、速く走るよう挑発されたり、幅寄せされたり、急ブレーキをかけられて追突しそうになるなど、身の危険を感じたということですね。

(チューリッヒ保険会社調べ)

そのため、あおり運転に遭わない運転のしかたや、あおり運転に遭ったときの対処法が紹介され、ドライブレコーダーの販売台数が、過去最高に伸びています。

道路交通法の改正であおり運転の罰則が強化され、さらには、毎日のように危険性が報道されているにもかかわらず、依然、あおり運転が後を絶たないのは、

一体なぜなのでしょう。

また、タレントの不倫問題に過剰なバッシングを浴びせたり、自分の主義主張と合わないから許せないと過剰に反応してしまったり、直接自分に関係のないことにも許せないとSNSに投稿したりといった不寛容な考えが、今急速に社会に広がっています。

6秒と広い心がカギ

車は個室と同じような空間のため、ついつい自分の感情が表に出やすい乗り物であると言われていています。自分の思うようにならないと、イライラし愚痴を言ったりしてしまうそうです。

人間の怒りのピークは、6秒間と言われます。その間、大きく一つ深呼吸したり、6秒数えたりすることで、心の波が落ち着き、冷静な判断に戻れるとのこと。これは、車の運転に限らず、日々の生活にも応用できます。

家族や友人とのちょっとした行き違いも、一呼吸おいて言葉をかみ砕きながらコミュニケーションをとることで、ケンカに

発展せず、気持ちよく過ごすことができます。

現代社会は時間や規則に縛られたうえに、多忙でありストレスの多い社会です。イライラを解消する方法を見つけ、相手の一挙手一投足に過敏に反応しすぎず、相手の良さを認められるよう心に余裕を持って、広い心で生活できる寛容な社会になることを、心から望んでいます。

講演会のお知らせ

左記のように講演会を開催します。講師の鈴木さんは、自動車事故で車いす生活になりました。みんなが暮らしやすい社会、ユニバーサルデザインや寛容な社会についてのお話もあります。当日は、小中学生の表彰やコミュニケーション・スクールの実践発表もあります。ぜひ、お誘い合わせのうえ、会場にお越しください。

令和元年 教育振興大会

日時：11月9日(土) 無料
13時30分 開演

場所：町民会館

講師：鈴木 ひとみさん



82年度ミス・インターナショナル準日本代表。世界大会でミス・エレガンスに選出。その後ファッションモデルとして活躍。

84年に交通事故に遭い、車いす生活になる。その後、イギリスでの国際競技大会で車いす陸上の金メダルを獲得。アテネパラリンピックの射撃日本代表。2016年車いすカーリング日本選手権で準優勝。現在、講演活動の他、企業のバリアフリーのアドバイス、NHK障害福祉賞の審査員を務める。著書が『車椅子の花嫁』と題してドラマ化。「徹子の部屋」「クイズ\$ミリオン」「ザ・ベストハウス1・2・3」。「アンビリバボー」「笑ってこらえて」他多数出演。