

photo — 沼田孝彦  
report — 佐藤 圭  
取材協力：リンクサーキット



●コイツらみたいな目先のことしか考えない運転では「いつか絶対に事故を起こす!」と心配したチンゴ先生。今回は、「先を見るドライビング」を頭と体へたたき込むことに。

チンゴ先生が「速く走る」をイチから指南

# 大人のグリップ のための 修練塾

6時間目

1つ先のコーナーを見る!

目先ばかり  
見ていちゃダメ!



運転に必要な“認知・判断・操作”のうち  
速さと危険回避に直結するのが認知力!

視線は少し先に  
置くように!



ブーストアップ  
してきたのに……

## “落ちぶれた実業家” 坂東マサ



### クルマの動きを予測した運転 コレができれば劇的に成長する



●クルマはカッコ良くカラーリングされたけど、走りは相変わらずイマイチ。もしかして、前回クラッシュしたトラウマが残ってる？

■今回もマサは散々でした。ブーストアップで速くなったはずなのに、タイムは更新できなかった。理由のひとつがABS。調子が悪くヒューズを抜いたらいいんだけど、おかげで思い切り走れなかったみたいだね。今回のテーマ“先を見る”ってのは、マサが上達しない原因そのものといえる。なにかを予測してクルマを動かすのではなく、なにか起きてから初めて対処方法を考える。だからすべての動作が遅れてしまい、運転のリズムもつかめないんだ。

## “くたびれた大学生” えなり日暮

オレとビートの  
コンビは最強！?



### 淡々と走っているように見えて 意外(?)に頭を使っている!



●「人は見かけによらない」とは、まさにコイツのためにあるような言葉。そろそろLSDともしっかりグリップするタイヤを投入しては？

■目覚ましい進歩を遂げたのが、普段はぼーっとしているえなり。視線の話と3コーナりの走り方をレクチャーしたら、オイルとあまり変わらないタイムを出したのにはビックリしたぞ。まあ、再アタックでまた引き離してやっただけさ。教えたとおりに先を見て運転しているから、クルマが挙動を乱しても焦らないんだ。しっかりコントロールして立て直すことができるんだよ。さすが大学に7年も通っているだけあって、頭を使うのは得意なのかな？



●マサはGTウイングも装着してカッコ良くなった……。でも、アンダーしか出さないマサにリヤのトラクションアップは不要？



●「グリップしないんです」と悩んでいたえなりですが、空気圧がまったく足りないので判断！このへんはまだまだ初心者レベル



●休憩時間にもイメージトレーニングを欠かさないえなり。こんなにマジメで頭も使えるのに、なぜ大学は卒業できないんだろう……。

### 視野が広いと 安心感も アップする

■遠くを見る、ということは視野が広がるということ。目に入ってくる情報が増え、さらに対応までの時間も早くなり、ドライバーの精神的な余裕が増えるんだ。夜の運転で、ハイビームにすると恐怖心が減るでしょ？ 視線を遠くに置くメリットはまさにコレ。目の前ばかり見て走っている人は、真っ暗やみのなかをロービームで走っている状態といえるぞ。

さて、今回のテーマは「先を見る運転」だ。コレは教習所でも習うことなんだけど、ちゃんと理解して実践できている人は意外なほど少ないんだよね。たとえば街中目の前の信号だけを見るのではなく、もうひとつ先またはもっと先の信号まで見ているだろうか？ 先の先まで交通状況を把握して急な減速を繰り返さず、スムーズなドライビングが可能になるワケだ。

高速道路も同じ。前のクルマしか見ないのではなく、もっと先のクルマを見ていれば、流れに乗った走りができるはず。普段からこういうことを意識している人なら、今回のお題はそんなに難しくないとと思う。スピードが速くなると視野が狭くなる、って話は聞いたことがあるよね？ 実際に体験した人も多いだろうけど、そんなときはどう対処すればいいだろう。答えはカンタン、遠くを見るだけ。でも、自分の限界に近いスピードで走っているのに、遠くを見るなんて最初は恐怖心もあって難しいだろう。でも、トラボジを適正にすることでたいいは解決するはずだ。まずはシート。コレはできるだけ低くしよう。フルバケなら座面のクッションを抜いたりしてね。ボンネットなんか見えなくてOK！ 純正シートまたはセミバケは、背もたれを少し寝かせ気味に。

視線に話を戻そう。まずはダメな例から。直線でブレーキを踏きました。どんだんコーナーが迫ってきます。そろそろステアリングを切らないといけません。ここからクリッ

プに視線を移す。ハッキリいって、コレじゃ速くなんて走れません。オイルの場合、ブレーキをしたらすぐにクリップを見る。適正速度でブレーキングのミスもなければ、視線を移すタイミングはこんなもんで、なぜ先を見たほうがいいんだろう？ それは、ステアリングを切る準備、いわゆる「予備動作」ができるから。これがイチバン大切なポイントで、声を大にしていいたいトコロ。少し先を見ていけば、操作に対する準備もできるし、「スピンしたクルマがいる」とか「オイルがまかれてる」なんて情報もいち早くキャッチすることができちゃう。まずは「自分はどこを見て走っているのか？」を理解するのが最初かな。それがわかったら、徐々に視線を先へ先へ送るように意識しよう。この方法なら街中でもカンタンに練習できるでしょ？ 意識をしてコースの先を見る。これだけで君の走りは確実に変わるぞ！

### ワンメイクイベントも開催!

#### リンクサーキット

福島県福島市大笹生字台山2-2  
☎024-559-4460 <http://www8.ocn.ne.jp/link>

■今回も、マサ&えなりの練習場所は福島県のリンクサーキット。ココではホンダ車やミツビシ車といった車種限定、さらにコンパクトカーだけの走行会なども開催されているんだ。なお、12月10日(日)は「平成18年度感謝走行デー」となっており、たった3500円(入場/計測/保険/ピット使用料を含む)で走行可能!

