

## 健康は幸せの源です！ 社員と地域の健康づくりに尽力

### 株式会社銚子大洋自動車教習所 [銚子市]

#### 事業内容

自動車教習 ペーパードライバー・外国免許切り替え講習、企業安全運転講習、高齢者講習



夏期のユニフォームはオリジナルのアロハシャツ！冬期は目の覚めるようなオレンジのブルゾンで、元気いっぱいです！

#### 運動も交流も「歩くこと」で活発に

銚子大洋自動車教習所は、1961年創業の歴史ある自動車教習所です。関東の最東端に位置し、温暖な気候に恵まれた銚子市にあります。青い空と吹き抜ける潮風、敷地内には椰子の木が植えられた職場は、海辺の街らしい開放的な雰囲気ですが、大半の社員はマイカー通勤のため、歩く機会がほとんどありません。そこで2021年から、社長、会長を含めた全社員を6チームに分け、個々に配布された万歩計を使ってどのチームが一番歩いているか歩数を競う取り組みを始めました。毎月歩数を集計し、たくさん歩いた個人ランキング上位3位までを発表し、さらに年に1度、平均歩数でチーム部門と個人部門のチャンピオンを決定します。1チームはおよそ6人、部署や業務内容がなるべく異なるメンバーで編成します。

「人と命を大切に、共に成長し続けます」という当社の経営理念のもと、健康で仲良く楽しく働ける職場環境をずっと守ってまいります！

代表取締役 澤田 裕江 さん

「痩せた、という嬉しい報告もありますし、歩数や健康に関する話題が増えました。」と澤田社長。歩数を楽しみながら競うことが慢性的な運動不足を解消し、社内コミュニケーションを活性化しています。

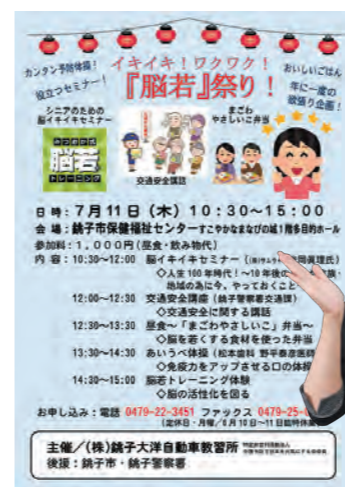
#### 目指すはNOストレス、NOスモーク

同社の健診受診率は100%で、健診後のフォローも澤田社長自ら入念に行います。メンタル面のケアについても、2014年から産業カウンセラーによるメンタルヘルスセミナーを年1回開催し、2019年からは定期的なストレスチェックや健康習慣アンケートを実施するなど、早期から取り組んでいます。コロナ禍においては不安を感じる社員が多い傾向にあったため、感染対策を徹底しました。乗車中は必ず対角線上の窓を開け、マスクとフェイスシールドを装着。アルコール消毒はもちろん、教習車にプラズマクラスターの車載器も設置しました。万全の対策により、職場における感染をゼロに抑えています。

また、2022年から就業時間中の完全禁煙を実施しました。それまでは施設内のみ禁煙でしたが敷地内全面禁煙として、喫煙所を撤廃。喫煙所はマスクをはずす上、密になりやすく、何よりお客様をタバコの匂いで不快にさせるわけに



技能検定員の竹中康次郎さん：登山、自転車、水泳、ジョギングが趣味の同教習所のスポーツ番長です！



毎回70~80人が参加します！



前野 友栄 さん

年に一度の「脳若まつり」：健康体操や笑いヨガ、健康弁当を楽しむ自社主催イベント。状況判断力や対応力が鈍ると交通事故リスクは高まります。「脳若トレーニング」で脳を活性化させ、事故を未然に防ぎましょう！

はいきません。全面禁煙に「かなり反発はありました」と澤田社長は振り返りますが、喫煙者には禁煙館を配布して強行突破。これをきっかけに就業時間外も禁煙できた人もいるなど、今では禁煙が当たり前の環境として定着しました。

#### シニアの事故防止対策で地域に貢献

日常の移動手段は車がメインである銚子市において、高齢者の交通事故を少しでも防ぎたいと2015年から同所が始めた取り組みが「脳若トレーニング教室」です。ipadを使用した認知症予防のトレーニングで、対象は市内の高齢者。澤田社長はじめ社員数名が「脳若コミュニケーター」の資格を取得し、定期的に開催しています。毎回およそ65歳から90歳までが参加し、その人数は毎月延べ100人。年間では延べ1,200人、8年間で1万人近くが受講したことになります。また、75歳以上の高齢者が運転免許更新時に受ける認知機能検査の模擬体験と脳若トレーニングを組み合わせた「高齢者講習予備校」も実施しています。「認知機能の低下が原因で交通事故にあたり、起こしたりしてほしくない、その想いで取り組んでいます」と澤田社長。社員の健康づくりとともに、地域の安全と健康保持にも大きく貢献しています。

### 健康な職場づくりへの取り組み

- 万歩計を全社員に配布  
平均歩数上位3位までを表彰



2021年度個人の部チャンピオンは金井真弓さん。チャンピオンチームにはQUOカードを、個人チャンピオンには「パンダちゃんケーキ」を贈呈。この取り組みで歩くことに対する意識が高まり、プライベートでランニングを始めた人もいます。

- メンタルヘルスセミナー、ストレスチェックの実施

2022年に開催したメンタルヘルスセミナーには全従業員が参加しました。



- 社内コミュニケーションの促進

### 取り組みをはじめた契機

趣味の料理では食材の選定にこだわる等、澤田社長は元々健康志向が強い。2012年に代表取締役就任してからは特に社員の健康について配慮してきました。健康な職場づくり宣言を知り、自然な流れで取り組んでいます。

#### Company Profile 会社概要

#### 株式会社銚子大洋自動車教習所

https://choshitaiyo-ds.com

所在地 〒288-0837  
銚子市長塚町3の654

電話 0479-22-3451  
FAX 0479-25-0409

設立 1961年10月  
代表 代表取締役 澤田 裕江  
従業員数 35人

