

安全運転教育記録

営業所名	所長	運行管理者
本牧営業所		

実施日	2026年 2 月 24 日 ~ 25 日
実施場所	本牧営業所 事務所
教育指導の内容 ○国土交通省告示第1366号にもとづく安全運転教育 11、健康管理の重要性 事業用トラックドライバー研修テキスト⑩ 第3章P51-P61 1、健康管理のポイント ・血圧の管理 ・生活習慣病と予防対策 ・精神面へのアドバイス ○指示徹底事項(年間) 1、飲酒運転・酒気帯び運転の根絶 2、4時間以上の連続運転禁止・休憩時間の確保 3、デジタコの正確な操作の徹底	
実施対象者	
別紙: 受講者一覧	

2月度 実施日 24 日 ~ 25 日

	氏名	サイン(自署)	* 実施日	時間 開始 ~ 終了	実施者	点数
1	福島 雄三	福島雄三	24 日	10:05 ~ 10:15	山本	90
2	佐々木 啓二	佐々木啓二	25 日	10:00 ~ 10:15	山本	100
3	市川 誠	市川 誠	24 日	8:15 ~ 8:25	山本	100
4	武藤 健司	武藤健司	24 日	6:35 ~ 6:45	山本	100
5			日	: ~ :		
6			日	: ~ :		
7			日	: ~ :		
8			日	: ~ :		
9			日	: ~ :		
10			日	: ~ :		
11			日	: ~ :		
12			日	: ~ :		
13			日	: ~ :		
14			日	: ~ :		
15			日	: ~ :		
16			日	: ~ :		
17			日	: ~ :		
18			日	: ~ :		
19			日	: ~ :		
20			日	: ~ :		

氏名 福島 翔三

90

安全運転教育 理解度テスト (11)

次の設問について、正しいと思うものについては○を、誤っていると思うものについては×を、解答欄に記入すること。 (10点×10問)

設問	問題	解答
1	1366 (11) 運転者の体が健康であることは、安全な運行のための基本であることを自覚して、日頃の健康管理を心掛けることがプロのトラックドライバーとして大切である。	○
2	1366 (11) 運転中に運転に支障をきたす可能性がある体調の異常を感じたときであっても、ひとまず我慢して営業所へ早く戻るようにする。	×
3	1366 (11) 当社では、健康管理を行うために、1年に2回（6ヶ月以内ごとに1回）の定期健康診断を必ず受診することとしている。	○
4	1366 (11) 健康診断で注意事項が指摘された場合には、適切な治療を行って健康な状態に戻していくことは、プロドライバーとして大切なことである。	○
5	1366 (11) 万一運転中に疲労や眠気を感じたときは、すぐに最寄りの安全な場所に車を停めて休憩や仮眠をとりますが、休憩後はいきなりハンドルを握って急いで出発しなければならない。	×
6	1366 (11) 脳卒中や心臓病、高血圧症、糖尿病、肥満、高脂血症は、生活習慣に関係していることから「生活習慣病」と呼ばれている。	○
7	1366 (11) 生活習慣病の要因は、日々における生活の5つの習慣（食生活、運動、睡眠、飲酒、喫煙）にあり、これらの習慣が不健全であることの積み重ねによって発病するものである。	○
8	1366 (11) ストレスを解消するには、十分な睡眠を取ることは有効な手段ではない。	×
9	1366 (11) 乗務前点呼では、体調不良などの自覚症状を報告する義務があるが、薬を服用していることは報告する必要はない。	×
10	1366 (11) 運転中の疲労を溜めないためにも、運転時間4時間に30分の休憩を纏めて取るのではなく、運転2時間以内に15分以上の休憩を取ることが大切である。	×

感想文

教育を受けて「安全運転」について感じたこと、これから心掛けることを記入してください。

睡眠を充分に取って、体調に気をつける。

氏名 佐々木 啓二

安全運転教育 理解度テスト (11)

100

次の設問について、正しいと思うものについては○を、誤っていると思うものについては×を、解答欄に記入すること。

(10点×10問)

設問	問題	解答
1	1366 (11) 運転者の体が健康であることは、安全な運行のための基本であることを自覚して、日頃の健康管理を心掛けることがプロのトラックドライバーとして大切である。	○
2	1366 (11) 運転中に運転に支障をきたす可能性がある体調の異常を感じたときであっても、ひとまず我慢して営業所へ早く戻るようにする。	×
3	1366 (11) 当社では、健康管理を行うために、1年に2回（6ヶ月以内ごとに1回）の定期健康診断を必ず受診することとしている。	○
4	1366 (11) 健康診断で注意事項が指摘された場合には、適切な治療を行って健康な状態に戻していくことは、プロドライバーとして大切なことである。	○
5	1366 (11) 万一運転中に疲労や眠気を感じたときは、すぐに最寄りの安全な場所に車を停めて休憩や仮眠をとりますが、休憩後はいきなりハンドルを握って急いで出発しなければならない。	×
6	1366 (11) 脳卒中や心臓病、高血圧症、糖尿病、肥満、高脂血症は、生活習慣に関係していることから「生活習慣病」と呼ばれている。	○
7	1366 (11) 生活習慣病の要因は、日々における生活の5つの習慣（食生活、運動、睡眠、飲酒、喫煙）にあり、これらの習慣が不健全であることの積み重ねによって発病するものである。	○
8	1366 (11) ストレスを解消するには、十分な睡眠を取ることは有効な手段ではない。	×
9	1366 (11) 乗務前点呼では、体調不良などの自覚症状を報告する義務があるが、薬を服用していることは報告する必要はない。	×
10	1366 (11) 運転中の疲労を溜めないためにも、運転時間4時間に30分の休憩を纏めて取るのではなく、運転2時間以内に15分以上の休憩を取ることが大切である。	○

感想文

教育を受けて「安全運転」について感じたこと、これから心掛けることを記入してください。

健康に気をつける

氏 名 市川 誠

安全運転教育 理解度テスト (11)

100

次の設問について、正しいと思うものについては○を、誤っていると思うものについては×を、解答欄に記入すること。 (10点×10問)

設問	問 題	解 答
1	1366 (11) 運転者の体が健康であることは、安全な運行のための基本であることを自覚して、日頃の健康管理を心掛けることがプロのトラックドライバーとして大切である。	○
2	1366 (11) 運転中に運転に支障をきたす可能性がある体調の異常を感じたときであっても、ひとまず我慢して営業所へ早く戻るようにする。	×
3	1366 (11) 当社では、健康管理を行うために、1年に2回（6ヶ月以内ごとに1回）の定期健康診断を必ず受診することとしている。	○
4	1366 (11) 健康診断で注意事項が指摘された場合には、適切な治療を行って健康な状態に戻していくことは、プロドライバーとして大切なことである。	○
5	1366 (11) 万一運転中に疲労や眠気を感じたときは、すぐに最寄りの安全な場所に車を停めて休憩や仮眠をとりますが、休憩後はいきなりハンドルを握って急いで出発しなければならない。	×
6	1366 (11) 脳卒中や心臓病、高血圧症、糖尿病、肥満、高脂血症は、生活習慣に関係していることから「生活習慣病」と呼ばれている。	○
7	1366 (11) 生活習慣病の要因は、日々における生活の5つの習慣（食生活、運動、睡眠、飲酒、喫煙）にあり、これらの習慣が不健全であることの積み重ねによって発病するものである。	○
8	1366 (11) ストレスを解消するのには、十分な睡眠を取ることは有効な手段ではない。	×
9	1366 (11) 乗務前点呼では、体調不良などの自覚症状を報告する義務があるが、薬を服用していることは報告する必要はない。	×
10	1366 (11) 運転中の疲労を溜めないためにも、運転時間4時間に30分の休憩を纏めて取るのではなく、運転2時間以内に15分以上の休憩を取ることが大切である。	○

感 想 文

教育を受けて「安全運転」について感じたこと、これから心掛けることを記入してください。

安全運転と健康管理に務める。

氏 名 武藤 健司

安全運転教育 理解度テスト (11)

100

次の設問について、正しいと思うものについては○を、誤っていると思うものについては×を、解答欄に記入すること。 (10点×10問)

設問	問 題	解 答
1	1366 (11) 運転者の体が健康であることは、安全な運行のための基本であることを自覚して、日頃の健康管理を心掛けることがプロのトラックドライバーとして大切である。	○
2	1366 (11) 運転中に運転に支障をきたす可能性がある体調の異常を感じたときであっても、ひとまず我慢して営業所へ早く戻るようにする。	×
3	1366 (11) 当社では、健康管理を行うために、1年に2回（6ヶ月以内ごとに1回）の定期健康診断を必ず受診することとしている。	○
4	1366 (11) 健康診断で注意事項が指摘された場合には、適切な治療を行って健康な状態に戻していくことは、プロドライバーとして大切なことである。	○
5	1366 (11) 万一運転中に疲労や眠気を感じたときは、すぐに最寄りの安全な場所に車を停めて休憩や仮眠をとりますが、休憩後はいきなりハンドルを握って急いで出発しなければならない。	×
6	1366 (11) 脳卒中や心臓病、高血圧症、糖尿病、肥満、高脂血症は、生活習慣に関係していることから「生活習慣病」と呼ばれている。	○
7	1366 (11) 生活習慣病の要因は、日々における生活の5つの習慣（食生活、運動、睡眠、飲酒、喫煙）にあり、これらの習慣が不健全であることの積み重ねによって発病するものである。	○
8	1366 (11) ストレスを解消するには、十分な睡眠を取ることは有効な手段ではない。	×
9	1366 (11) 乗務前点呼では、体調不良などの自覚症状を報告する義務があるが、薬を服用していることは報告する必要はない。	×
10	1366 (11) 運転中の疲労を溜めないためにも、運転時間4時間に30分の休憩を纏めて取るのではなく。運転2時間以内に15分以上の休憩を取ることが大切である。	○

感 想 文

教育を受けて「安全運転」について感じたこと、これから心掛けることを記入してください。

体調管理に注意したい

氏 名

安全運転教育 理解度テスト (11)

次の設問について、正しいと思うものについては○を、誤っていると思うものについては×を、解答欄に記入すること。

(10点×10問)

設問	問 題		解 答
1	1366 (11)	運転者の体が健康であることは、安全な運行のための基本であることを自覚して、日頃の健康管理を心掛けることがプロのトラックドライバーとして大切である。	○
2	1366 (11)	運転中に運転に支障をきたす可能性がある体調の異常を感じたときであっても、ひとまず我慢して営業所へ早く戻るようにする。	×
3	1366 (11)	当社では、健康管理を行うために、1年に2回（6ヶ月以内ごとに1回）の定期健康診断を必ず受診することとしている。	○
4	1366 (11)	健康診断で注意事項が指摘された場合には、適切な治療を行って健康な状態に戻していくことは、プロドライバーとして大切なことである。	○
5	1366 (11)	万一運転中に疲労や眠気を感じたときは、すぐに最寄りの安全な場所に車を停めて休憩や仮眠をとりますが、休憩後はいきなりハンドルを握って急いで出発しなければならない。	×
6	1366 (11)	脳卒中や心臓病、高血圧症、糖尿病、肥満、高脂血症は、生活習慣に関係していることから「生活習慣病」と呼ばれている。	○
7	1366 (11)	生活習慣病の要因は、日々における生活の5つの習慣（食生活、運動、睡眠、飲酒、喫煙）にあり、これらの習慣が不健全であることの積み重ねによって発病するものである。	○
8	1366 (11)	ストレスを解消するのには、十分な睡眠を取ることは有効な手段ではない。	×
9	1366 (11)	乗務前点呼では、体調不良などの自覚症状を報告する義務があるが、薬を服用していることは報告する必要はない。	×
10	1366 (11)	運転中の疲労を溜めないためにも、運転時間4時間に30分の休憩を纏めて取るのではなく、運転2時間以内に15分以上の休憩を取ることが大切である。	○

感想文

教育を受けて「安全運転」について感じたこと、これから心掛けることを記入してください。