

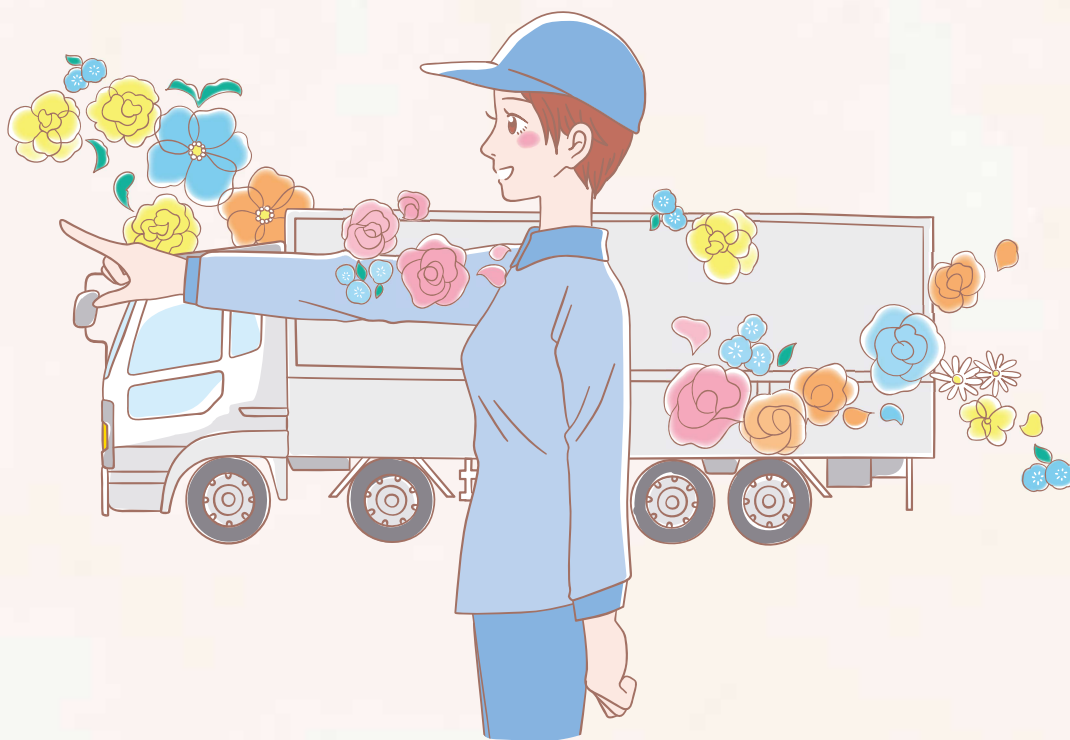
わだち

vol. **515**
2024.9

WADACHI 福島県トラック協会広報誌
Fukushima Trucking Association report

Topics

- 第47回
福島県トラックドライバーコンテスト
- 適正化からの事故防止情報
- トラックドライバー向けヘルシー弁当レシピ



幸せ運びのプロフェッショナルです。



女子トラ走る 福島県トラック協会公式YouTube公開中



▲こちらから！



9月は、「健康増進普及」月間です。
今月号は、
ヘルシー弁当企画があるよ。

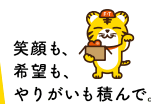
公益
社団法人
福島県トラック協会
FUKUSHIMA TRUCKING ASSOCIATION



#女子トラ走る！



幸せ運びの
プロフェッショナルです。



福島県トラック協会
FUKUSHIMA TRUCKING ASSOCIATION

Contents -目次-

県ト協NEWS

第47回福島県トラックドライバーコンテスト	1
「協賛スポーツチームを応援」広報活動及びクリーンアクティビティの実施	1
令和6年度 第2回理事会	2
適正化だより	2
令和6年度 第1回運行管理者試験対策勉強会を開催	3
県ト協女性部会 令和6年度定時総会	3
県ト協ダンブトラック部会 令和6年度定時総会	3
磐城通運(株)が「グリーン経営講習会」を開催	4
福島県北運輸(株)が「全体会議・講習会」を実施	4
会員だより	5

福島県高速道路交通安全協議会より	5
支部だより	6
PR戦略事業動画	8
PR戦略事業 ヘルシー弁当企画	9
女子トラ PR 戦略事業 オリジナルの紅茶完成	9
トラックドライバー向けヘルシー弁当レシピ	10
A day in the life ～今活躍している女性たち～	12
コラムわだち	13
陸災防 NEWS	14
こむこむ館で乗車体験イベントを開催	16
編集後記	16

お知らせ

交通事故統計

第一当事者が県内居住の事業用貨物車の交通事故発生状況は下記の通りとなります。交通規則を守ることが、社会人としての基本的な責務です。会員事業所におかれましても、プロドライバーとして、より一層の交通安全対策をお願いします。

第一当事者が県内居住の事業用貨物車の交通事故発生状況

		1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	合計
2024年(概数)	発生件数	6	1	3	3	6	6	3						28
	死者数	0	0	0	1	0	0	0						1
	傷者数	9	1	3	2	8	9	4						36

よろしく
お願いします！



4つの
心得

交通ルールの遵守

速度の抑制

思いやり運転等交通マナーアップ

交差点での安全確認の励行

第47回 福島県トラックドライバーコンテスト

開催日 令和6年7月13日(土)

開催場所 郡山市 県中研修センター

出場者 36名

いざ!
全国へ!



各支部から推薦された4部門(4t・11t・トレーラ・女性)に合計36名が出場した。

競技内容は学科競技(全80問 全400点満点(交通法規40問・構造機能20問・運転常識20問))で競われ、各部門で優勝したドライバーが10月に開催される全国大会に出場する。



■入賞者

部門	順位	氏名	所属会社名
4t	👑 優勝	国分 勇治	西濃運輸(株) 福島支店
	👑 準優勝	大内 幸男	双葉運輸(株)
	👑 3位	菅野 貴弘	丸カ運送(株)
11t	👑 優勝	柳沢 匠	ヤクルトロジスティクス(株)
	👑 準優勝	古川 利雄	西濃運輸(株) 郡山支店
	👑 3位	本間 洋平	磐梯貨物(株)
トレーラ	👑 優勝	近藤 正行	菱化ロジテック(株) 東北支店
	👑 準優勝	畠山 裕太	日本通運(株) 仙台支店ロジスティクス 第三部いわき営業課
	👑 3位	伊藤 一幸	レンゴーロジスティクス(株) 福島営業所
女性	👑 優勝	大内 さゆり	日本郵便輸送(株) 東北支社郡山営業所

「協賛スポーツチームを応援」広報活動及びクリーンアクティビティの実施

実施日 令和6年8月21日(水)

参加者 女性部会県中支部2名、事務局3名 計5名

場所 本宮市 しらさわグリーンパーク

福島レッドホープスの公式戦会場にてトラック業界のイメージ向上を目指し、広報活動を実施しました。観戦に訪れた家族連れなど約100名にノベルティを配布しながら業界の魅力を伝え、また、球場周辺の道路で清掃活動にも取り組みました。参加した大原亮子(有)大原運送)さんと三瓶知香子(有)福島軽貨流通)さんからは「一般の方と触れ合いながら、運動を兼ねた清掃活動もでき、充実した活動でした」との感想が寄せられました。

この取組は県ト協が協賛するスポーツチームの試合会場で継続的に実施することとしています。



令和6年度 第2回理事会

開催日 令和6年7月24日(水) 場所 郡山市 県中研修センター 参加理事 27名 参加監事 5名

報告事項

報告事項の1 令和6年度安全性評価事業申請結果について
新規申請:23事業所 更新申請:135事業所 計:158事業所

報告事項の2 令和6年度事故防止講習会について
令和6年9月12日(木)に「ビッグパレットふくしま」にて実施予定。

報告事項の3 災害物流専門家研修について
令和6年8月28日(水)に参加者を選定し実施。

報告事項の4 トラックドライバー・コンテスト県大会について
詳細については本誌1頁を参照。

報告事項の5 健康管理セミナーの開催について
令和6年6月20日(木)に福島県トラック協会県中研修センターにて開催。参加者:88名

報告事項の6 「トラック運転手のためのヘルシー弁当制作」について

令和6年7月27日(土)に福島学院大学にて求評会を実施。

報告事項の7 全ト協差出し役員の変更について

報告事項の8 要請行動について

要請先 (福島県・自民党福島県議会議員会・公明党福島県本部)

報告事項の9 「令和6年度東北ハイウェイ・セーフティ作戦」について

報告事項の10 「協会けんぽ」からのお知らせについて
令和6年12月2日(月)より「健康保険証の新規発行」の廃止およびマイナ保険証の利用登録についての説明。

報告事項の11 福島県主催による価格転嫁セミナーの開催について

議題

第1号議案 入会会員及び退会会員について
2社の入会、3社の退会が可決された。(承認後会員数1,221(賛助会員276含む))

第2号議案 各種委員会の構成(案)について

第3号議案 令和6年度東北運輸局長表彰及び
福島運輸運輸支局長表彰推薦者について

第4号議案 事業者大会の対応について

第5号議案 第3回理事会について

第6号議案 「ふくしまゼロカーボン宣言」の取組みについて

第7号議案 献血の取組みについて

1号～7号議案は原案通り承認・可決された。

その他

その他の1 お盆期間中の事務局休日について
令和6年8月14日(水)～令和6年8月16日(金)の3日間ということと説明をした。

その他の2 今後の行事予定について
県ト協本部及び各支部の予定を説明した。

適正化より 危険運転行為を回避するには！

適正化事業部には様々な苦情が寄せられます。一番多いのは「危険運転行為」ですが、その中でもアオリ行為と割り込みがトップに挙げられます。

事業者を確認を行うと「アオリをしたつもりはない。割り込んだ記憶はない。」という回答がありますが、掘り下げて聞き取りすると意外な事実が出てきます。それは高速道路等におけるオートクルーズ機能の使用方法です。

これは運転者の疲労を軽減する便利な機能ですが、使い方によっては危険な場合もあります。

例

車両Aが走行車線で前の車両Bを追い越す時、追越し車線に他車両が走行していて進路変更が出来ない場合、車間距離が短くなり車両Bは「アオリ行為を受けた」と感じるようです。車間保持機能が装備されていないあるいは短距離(ショート)設定の場合は注意が必要です。

また、車両Aが追越し車線から走行車線に戻るときに十分な車間距離を確保しないと車両Bは「割り込まれた」と感じます。(十分な車間距離があれば進路変更に過ぎない)

POINT

オートフルーズ機能は車間距離を長めに意識(確認)して使用しましょう！



令和6年度 第1回運行管理者試験対策勉強会を開催

開催日 令和6年7月5日(金)

場所 郡山市 県中研修センター

参加者 91名



令和6年度第1回運行管理者試験の受験者に対する合格率アップ取組事業として、協会員・非会員事業所を対象に運行管理者試験対策勉強会を開催した。(非会員は有料)

この勉強会は、受験対策のテクニック習得に向けた内容になっている。講師は(株)輸送文研社の梶山孝氏が務めた。新改正基準告示については、今回の試験から労働基準法の範囲で出題されることがあらかじめ示されている。このことから、講師からは新改正基準告示のポイントをはじめ、過去問題の分析、出題傾向、試験に出題される分野ごとの要点等について詳しい説明があった。

県ト協女性部会 令和6年度 定時総会

開催日 令和6年7月10日(水)

場所 郡山市 県中研修センター

出席者 45名(本人19名、委任状26名)

来賓 福島県トラック協会 佐藤信成 会長

冒頭の部会長あいさつで永山忍部会長は女性部会設立7年では会員数が39名から46名に増えたことを喜び、今後いわき支部で部会員を入会させたいと話した。また、適正運賃と安全運行の重要性を強調した。

佐藤信成会長の来賓挨拶の後、以下の議案が承認された。

議案内容

- 令和5年度事業報告
- 女性部会規約改正
- 令和6年度事業計画(案)
- 副部会長就任と幹事候補

規約改正により、副部長が3名から4名に増員となったことに伴い、郡山トラック運送株式会社の上石美代子さんが副部会長に、有限会社大原運送の大原亮子さんが幹事に就任した。

部会員からは、今後の活動への積極的な参加が呼びかけられた。



県ト協ダンプトラック部会 令和6年度 定時総会

開催日 令和6年7月24日(水)

場所 郡山市 県中研修センター

出席者 73名(本人出席14名、委任状出席59名)

来賓 福島県トラック協会 佐藤信成 会長

総会の冒頭、伊藤浩一部会長から経営課題として物流2024年問題、ドライバー不足の対応と公共工事等における営業用ダンプトラックの優先使用を地方自治体及び建設業各団体に引続き要望していきたい。との挨拶があった。

続いて佐藤信成会長の来賓挨拶の後、下記の報告事項に続き、議案について承認された。

報告事項

- ① 令和5年度事業報告について
- ② ダンプトラック部会会則改正について

議案

令和6年度事業計画(案)について



磐城通運株式会社が「グリーン経営講習会」を開催

開催日 令和6年6月15日(土)

場 所 いわき市 いわき市生涯学習プラザ

参加者 26名

磐城通運(株)は県内各事業所の管理者及び関連企業の代表者等が参加し「グリーン経営講習会」を開催した。

平成17年12月の「グリーン経営認証」取得以来、環境教育の一環として「環境問題対策委員会」の主催により毎年1回実施しており、今年度は講師に日本エネルギー経済研究所 石油情報センター 所長 佐々木 忠則 様を迎えて「地球温暖化問題と石油」をテーマに、「エネルギーと石油」「国内石油製品価格と原油価格」「地球温暖化とは?」「カーボンニュートラルとは?」「温暖化対策としてのEV化」「脱炭素と石油」等についての説明を受けた。

参加者は受講内容に基づき、各事業所において従業員教育を実施し、企業グループとしての環境対策のレベルアップを図ることとしている。

同社は、社員の家族を含めて環境保全の取り組みを実践しており、「グリーン経営」の認証機関である交通エコロジー・モビリティ財団主催の「2022年度エコドライブ活動コンクール」において、国土交通大臣賞を受賞しており、2023年度も同等レベルの活動を継続しているとの評価を受け、「優秀認定証」が授与された。(コンクール規定により、大臣賞受賞事業者は、その後の3回のコンクールでは受賞できないため)



福島県北運輸株式会社が「全体会議・講習会」を実施

実施日 令和6年6月16日(日)

場 所 伊達市 伊達ふれあいセンター

参加社員 80名



福島県北運輸(株)が社員教育の一環として「全体会議・講習会」を実施した。

午前の部では、日常点検講習のため福島日野自動車(株)福島支店により座学と実演を実施し、実演では実際にドライバーが担当している車格に合わせ、大型車・中型車をそれぞれ用意し、各点検項目やタイヤホイールを点検ハンマにより叩き確認するなど日常点検の講習が行われた。

午後の部では、2024年問題についての社員への再認識及び知識習得のため、講師に社会保険労務士を招き講習が行われた。講習では改善基準告示改正の生い立ちや要因、その他少々踏み込んだ内容も含まれており、ドライバーのみならず管理者側も考えさせられる講習となった。

この取り組みは全支店、営業所を含んだ全社での取り組みになっており、当日は約80名の社員が参加した。

会員事業所の皆様、事業所での取組みをご紹介しますか？
随時募集しております。掲載ご希望の事業所様は、業務部までご連絡ください。





会員事業所の最新情報



新規入会事業所

支部	店・社名	代表者名	郵便番号	住所	車両台数
県中	(株)ホームエネルギー東北 郡山センター	榮 広 貴	963-0726	郡山市田村町下行合字田ノ保下 1-20	11
県南	勅使川原産業(株) 福島営業所	加藤 正 貴	969-0401	岩瀬郡鏡石町深内町 46-26	23
相双	宇徳プラントサービス(株)	佐々木敏幸	979-0606	双葉郡檜葉町大字上繁岡字山根 54-1	12

新賛助会員事業所

支部	店・社名	代表者名	郵便番号	住所	車両台数
県中	(株)大阪大松運輸 郡山営業所	菊 池 修	963-0547	郡山市喜久田町卸二丁目 29	5
県南	(株)ホームエネルギー東北 白河センター	仲西 正 人	969-0206	西白河郡矢吹町赤沢 831	11
相双	(株)ホームエネルギー東北 原町センター	青田 清 二	975-0039	南相馬市原町区青葉町 1-154	6
いわき	(株)ホームエネルギー東北 いわきセンター	諏 訪 永	971-8183	いわき市泉町下川字八合 91-2	17

福島県高速道路交通安全協議会より

通常総会を開催

開催日 令和6年7月26日(金)

場 所 福島市 ホテル福島グリーンパレス

出席者 117名(本人出席26名、委任状出席91名)

来 賓 東北運輸局福島運輸支局 佐藤雅和 支局長
福島県警察本部 武藤孝雄 交通部長
福島県生活環境部 佐藤 司 生活交通課長
福島県警察高速道路交通警察隊 小松 聖英 隊長

東日本高速道路株式会社東北支社
茅原佑樹 福島管理事務所長
齊藤啓之 郡山管理事務所長
木下 篤 会津若松管理事務所長
中矢 洋 いわき管理事務所長

総会では佐藤信成会長、ご来賓の挨拶に続き、事務局が下記の議案について説明し、全て承認された。



議案

- 第1号議案 令和5年度事業報告並びに収支決算書の承認について
- 第2号議案 令和6年度事業計画(案)並びに収支予算(案)の承認について
- 第3号議案 会則の変更について
- 第4号議案 任期満了に伴う役員改選について
- 第5号議案 顧問・参与の変更承認について

東北ハイウェイ・セーフティー作戦「ペースカー出発式」に参加

開催日 令和6年7月20日(土)

場 所 福島市 東北道福島飯坂インターチェンジ

東北ハイウェイ・セーフティー作戦7月21日(日)～8月20日(火)の実施に伴い「ペースカー出発式」が執り行われ福島県高速道路交通安全協議会から佐藤信成会長及び関係者が出席した。

出発式では参加したバスやトラックの運転者にペースカーのステッカーが手渡され、運転者代表が安全運転宣言した。

今回の出発式では当協会マスコットの「ふくトラくん」も参加しペースカーの出発を見送った。



支部だより

各支部の活動をお知らせ



県北支部

「夏の交通事故防止キャンペーン」に参加

開催日 令和6年7月22日(月) **場 所** 福島市 道の駅ふくしま **参加者** 7名(うち女性部会5名)
参加団体 福島北地区交通安全協会・福島北地区安全運転管理者協会・安全運転管理福島北事業主会 他

県北支部(蓬田隆信支部長)が道の駅多目的広場にて交通事故防止のための広報啓発キャンペーンに参加した。

交通安全の啓蒙活動として県北支部の女性部会が交通安全の標を掛けた協会マスコット「ふくトラくん」グッズを100個来場者に配布した。



安全運転技能講習会を開催

開催日 令和6年6月5、6、12日(3回実施)
 令和6年7月3、4、10日(3回実施)

場 所 福島市 福島自動車学校

参加者 6月:24名 7月:24名 合計:48名



県北支部が、「安全運転技能講習会」を開催した。

当講習会は運転技能の基本を再確認し、自己流運転(注意を要する癖等)の修正を行い、安全運転に務めることを目的に全6回開催された。

県南支部

安全パトロールを実施

実施日 令和6年7月3日(水) **場 所** 白河地区会員事業所
巡回指導者 (公社) 福島県トラック協会県南支部 橋本一美 支部長
 (公社) 福島県トラック協会県南支部 人見守良 安全衛生委員長
 白河労働基準監督署 森合吉徳 署長



県南支部(橋本一美支部長)が「令和6年度夏期労働災害防止強調運動」の一環として安全パトロールを実施した。これは、例年3地区に行う県南支部独自企画事業である。今回白河地区、労働災害防止、交通事故の絶無を目的に白河地区7事業所を訪問し巡回指導した。

親睦ゴルフコンペを開催

開催日 令和6年6月29日(土)

場 所 矢吹ゴルフ倶楽部 **参加者** 43名



上位入賞者は、次の通り。

👑 優勝 内山 達夫 (有内山急送)
 🏆 準優勝 伊勢野信一 (矢吹運送有)
 🥉 第3位 佐藤 信成 (県ト協)
 ベストグロス賞 佐藤 文夫 (株藤日)

いわき支部

安全運転ドライバー研修会を開催

開催日 令和6年7月6日(土) **場所** いわき市 タイヘイドライバーズスクール **参加者** 23名

いわき支部(松尾活秀支部長)が安全運転ドライバー研修会を午前・午後の部に分け開催した。

研修会は座学、実技のカリキュラムとなり、受講者は適性診断を活用した実技走行などに取り組んだ。



県中支部

安全運転ドライバー研修会を開催

開催日 令和6年6月29日(土)、7月20日(土)

参加者 6月:19名、7月:13名

場所 6月:郡山市 昭和ドライバーズカレッジ、7月:郡山市 田村自動車教習所

県中支部(小野田弘明支部長)が「安全運転ドライバー研修会」を開催した。2日間とも午前、午後の部に分かれ合計32名が参加し、運転適性検査「電腦OD式安全性テスト」、視力検査「静止視力・動体視力・夜間視力・深視力」を行い、自身の長所、短所を再認識した。視聴覚(DVD)「中型貨物の安全知識」「交通事故における企業・ドライバーの責任」では、死角に注意した運転等を研修し、安全運転のまとめでは、「車輪脱落事故惹起時の責任と日常での防止対策」「飲酒運転がドライバー・事業者に及ぼす影響」等の講話を真剣な表情で聞き入っていた。



第11回 県中支部健康増進ソフトボール大会を開催

開催日 令和6年8月4日(日)

場所 須賀川市 須賀川市民スポーツ広場

参加者 4チーム



県中支部(小野田 弘明支部長)は8月4日(日)に須賀川市「須賀川市民スポーツ広場」において、第11回県中支部健康増進ソフトボール大会を開催した。

ソフトボール大会は、4チーム55名が参加し、阿部副支部長の挨拶・須賀川市ソフトボール協会会長の挨拶・徳江実行委員長の競技説明の後、選手代表 (有)大原運送 鈴木清貴選手の選手宣誓を経て、暑い中、各チームは熱戦を繰り広げた。

- 参加チーム
1. (有)大原運送
 2. NX日本通運(株)仙台支店 ロジスティクス第三部
 3. 第一貨物(株) 郡山支店
 4. (株)サカイ引越センター 郡山支社



成績

- 優勝 NX日本通運(株)仙台支店 ロジスティクス第三部
準優勝 (株)サカイ引越センター 郡山支社
第3位 (有)大原運送
4位 第一貨物(株) 郡山支店
MVP賞 NX日本通運(株) 仙台支店 ロジスティクス第三部
渡邊 翼
敢闘賞 (株)サカイ引越センター 郡山支社
猪俣 貴浩



相双支部

日常点検メンテナンス講習・健康セミナーを開催

開催日 令和6年7月6日(土)

場所 相馬市 トラック協会相双支部

参加者 15名

講師 日常点検メンテナンス講習 …… 実技4t車を使用 いすゞ自動車東北(株) いすゞ自動車東北(株) 福島支社相双支店
健康セミナー …… (株)エヌジェイアイ 健康経営支援事業部 トレーナー・健康経営アドバイザー 仲田 貴之様

相双支部(遠藤秀弥支部長)が「日常点検メンテナンス講習・健康セミナー」を開催した。今回で2回目となる当講習会は、二部構成で行い、一部 日常点検メンテナンス講習はいすゞ自動車東北(株)ご協力のもと日常点検のポイント、車両不具合時の対応方法などを座学・実技を通して学んだ。二部 健康セミナーは、「人生100年時代の【貯筋】大作戦」と題して、筋力トレーニングが健康に及ぼす効果などを実際に体を動かしながら学んだ。参加者からは、車両のメンテナンスと、体のメンテナンスを学ぶことができ、有意義な時間だったとの声が寄せられた。



日常点検メンテナンス講習



健康セミナー

夏の交通事故防止県民総ぐるみ運動出動式に参加

開催日 令和6年7月16日(火)

場所 Jヴィレッジホテル

参加者 相双支部女性部会5名



令和6年夏の交通事故防止県民総ぐるみ運動(7月16日(火)~25日(木))の実施の伴い「夏の交通事故防止県民総ぐるみ運動出動式」が執り行われ相双支部の女性部会5名が出席した。

女性へのイメージアップへ！

イメージアップPR動画 福島市 桃畑ver 完成しました！

Enhance one's Image



県ト協では、女性がトラック業界に抱くイメージをよりクリーンで魅力的なものにするため、積極的に広報活動を展開しています。その一環として、今年度は県北地区といわき地区を舞台にした2本のPR動画を制作します。8月に1本目の動画「福島市 桃畑ver」が完成しました。

主人公の女性がトラックドライバーとして活躍するシーンに、プライベートでは家族と共に桃狩りを楽しむシーンを織り交ぜた、ワークライフバランスを鮮やかに描きだした内容となっています。

動画には今年3年目となるモデルのわたひきあやさんのほかに、そのご家族、桃農家役を務めた広報委員会の松尾活秀委員長、さらにわたひきさんの同僚役として(株)帝北ロジスティックスの佐々木絵里さんが出演し、自然体で生き生きとした表情を見せ、動画に温かみと親しみやすさを添えました。

この動画は協会YouTubeチャンネルを通じてご覧いただけます。

YouTube 

 #女子トラ走る！



撮影の裏舞台



当日は雨で撮影が何度も中断。
最後は晴れてステキなシーンを撮影することができました！

緊張気味の佐々木さん、
わたひきさんと笑顔の2ショット



ロケ地のすずき果樹園 代表の鈴木将之さんから、桃の取りかたを
教えてもらった松尾広報委員長



クランクアップ 笑顔の一枚





トラックドライバーさんのための ヘルシー弁当求評会



開催日 令和6年7月27日(土) 場所 福島市 福島学院大学

参加者 県ト協／佐藤会長、田母神専務、上田監事、佐伯広報委員、女性部会引地さん、ドライバー2名
福島学院大学／学科長 池田教授、学科主任 室井准教授、助手、学生8名

トラックドライバーには偏った食生活が多く、生活習慣病が深刻な問題となっています。そこで、協会では食物栄養に詳しい学生に「トラックドライバーのためのヘルシー弁当」のレシピの開発を依頼しました。「簡単に作れて手軽に食べられる、美味しい、ヘルシーなお弁当」をコンセプトに検討を重ね、ようやくレシピが完成。福島学院大学にて「求評会」が開催されました。

教室中央のテーブルに並んだ8点のお弁当と試食用サンプルを前に、学生によるプレゼンテーションが行われました。どのお弁当も学生自ら工夫を凝らした、ドライバーの立場に立ったメニューになっています。その後参加者はそれぞれの試食を行いながら、学生とのコミュニケーションを通して求評用チェックシートに記入。試食終了後講評が行われ、佐藤会長からは「どのお弁当も工夫されており本当に低カロリーなのかと驚いた。華やかな色使いで食欲が刺激された」。学生からは「ドライバーさんはたくさん食べると聞きました、ボリュームがありカロリーを低くすることが難しかったけれど、喜んでもらえて良かったです」との感想が述べられました。

今回のレシピは今月号と次号に掲載されますが、今後、参加者の意見を反映してさらにレベルアップした内容になるものと思われます。



求評会の様子

まずは
これを食べてみよう！

どれも
美味しそうです！

県帝北ロジスティクス
山田 孝宣さん

南大原運送
鈴木 裕花さん

レシピは次ページへ！

女子トラPR戦略事業



オリジナルの紅茶完成！

参加者

女性部会 4名
引地さん、大竹さん、
佐藤さん、吉田さん



女子トラ走る広報ノベルティの紅茶が完成しました！8月19日に女性部会実行委員会の後に紅茶の試飲会を行い、パッケージを開けた時とお湯を注いだ後の香りの違いなど確認しながら楽しみました。

紅茶が持つ効果

紅茶に含まれるポリフェノールには抗酸化作用、生活習慣病の予防、抗菌・抗ウイルス作用などさまざまな効果があるといわれています。

◀紅茶のパッケージ

ラカベンミールや
の香りもする

とっても美味しい

パッケージも
福島らしさもありながら可愛い



トラックドライバーさんのためのヘルシー弁当レシピ

安全祈願♥おいなり弁当



二学年 佐々木 華さん

アピールポイント

- 様々な食感を楽しめる！
いなりの上にお肉を巻いたこと！
- おにぎりにも出来るようにした。

工夫した点

- ただの肉巻きおにぎりにしなかったこと。
- 食感、視覚を楽しめるようにした。

ご飯	120g
豚バラ肉	90g
大葉	2.5g
白ゴマ	1g
塩昆布	2.5g
白だし	2.5g
油揚げ	22.5g
(A)しょうゆ	4.5g
(A)みりん	4.5g
(A)砂糖	3g
豆腐	100g
はんぺん	30g
枝豆	15g
ハム	15g
鶏ガラスープの素	2.5g
片栗粉	5g
ミニトマト	15g
きゅうり	30g
セロリ	30g
(B)すりおろしにんにく	3g
(B)ごま油・白だし	各4g

肉巻きいなり

- ①ボウルにご飯・塩昆布・ごま・大葉(刻んだもの)を入れ、白だしと混ぜる。
- ②油揚げを半分に切り、切り口から①を入れる。
- ③②を豚バラで巻きフライパンで焼く。
- ④(A)の調味料をフライパンに回しかけ味をからめて完成。

ふわふわ焼き

- ①はんぺん・豆腐を袋に入れ手でもんで混ぜる。
- ②混ぜたら1.5cm角に切ったハムと枝豆・鶏ガラスープの素と片栗粉を入れ更に混ぜる。
- ③よく混ぜた②を楕円に成形してフライパンで焼く。片面が焼けたら弱火で3分程蒸し焼きにして完成。

ナムル

- ①トマトは半分に切り、きゅうりは斜め半月切り、セロリも斜め半月切りにする。
- ②ボウルに具材と(B)の調味料を入れ、混ぜ合わせて完成。

エネルギー：725kcal 脂 質：58.4g 食塩相当量：2.3g
たんぱく質：41.3g 炭水化物：69.3g

Wishing for safe driving

卵	50g
砂糖	5g
サラダ油	3g
サニータス	10g
ウインナー	50g
バターロール	70g
ちくわ	20g
きゅうり	15g
プチトマト	15g
白米	60g
十五穀米	10g
ごま塩	3g
人参	20g
玉葱	20g
ベーコン	10g
ウインナー	20g
(A)鶏がらスープの素	5g
(A)コンソメ	5g
(A)塩	少々

バターロールサンド

- ①フライパンに油をひき、砂糖を加えた卵をスクランブルエッグにし、ソーセージを焼く。
- ②パンにレタス、スクランブルエッグ、ソーセージを挟む。

ごま塩おにぎり

- ①お米をとぎ、十五穀米を入れ炊飯する。
- ②炊き上がったおにぎりにしてごま塩をふる。

コンソメスープ

- ①人参、玉葱、ベーコン、ウインナーを食べやすい大きさに切る。
- ②鍋に水を入れ、具材を入れ野菜が柔らかくなったら、(A)の調味料を入れて出来上がり。

アピールポイント

- 片手で食べやすく、バターロールに具材をサンドしました。
- 不足する栄養素を十五穀米のおにぎりにプラス！

工夫した点

- 「白米に十五穀米を入れて少量のごま塩をふりおにぎりにしました。食べやすいようにバターロールをサンドイッチ風にしました。



二学年 日下 楓月さん



今日も頑張ってね！
弁当

Do your best!

スタミナ満天 おにぎりセット

小さじ一杯 おおよそ5g
大さじ一杯 おおよそ15g

うどん	210g
豚バラ肉	100g
(A)生姜	5g
(A)焼き肉のタレ	20g
(A)豆板醤	5g
(A)味噌	20g
玉葱	20g
人参	10g
ご飯	55g
(B)天かす	10g
(B)塩昆布	3g
(B)ごま	5g
(B)めんつゆ	5g

生姜焼きうどん

- ①(A)の調味料を混ぜておく。
- ②冷凍うどんを記載時間茹でる。
- ③玉葱はスライス、人参は千切りに切る。
- ④フライパンにごま油を入れ、豚バラ肉を炒める。
- ⑤火が通ったら、玉葱と人参を入れ炒める。
- ⑥混ぜた調味料を入れて味付けをする。

天におにぎり

- ①ボウルにご飯を入れる。
- ②(B)の調味料を入れて混ぜ、ラップをして完成。

エネルギー：796kcal 脂 質：49.5g 食塩相当量：4.0g
たんぱく質：24.9g 炭水化物：70.4g

アピールポイント

生姜焼きご飯のイメージですが、あえて「うどん」にしてみました。うどんだけだと、寂しかったのでおにぎりも付けてみました。

工夫した点

「生姜焼き」の味付けをピリ辛にしたところ。おにぎりは天かすを入れて、香りを付けました。タイトルにある「満天」の天は、天かすとかけてみました。

一学年 八巻りょうさん

Stamina up!

健康に気を付けて！ 元気いっぱいお弁当

肉巻きおにぎり

- ①大葉をみじん切り（細かく切れていればOK）にする。
- ②ご飯に①、白ゴマを混ぜ、3つ（1つ30g）に成形する。
- ③②を豚肉スライス（1つ20g）で包む。
- ④フライパンで弱火から中火で蒸し焼きにする。
- ⑤弱火or火を消し、(A)の調味料を絡めて完成。

小松菜と卵の炒め

- ①小松菜の茎を切り流水で洗い、3〜5cm幅に切る。
- ②フライパンに油を敷き小松菜を炒める。
- ③②に鶏ガラスープの素、しょうゆ少々を加えて手早く（しょうゆが蒸発してしまうため）炒める。
- ④卵を器に割り、溶きほぐしマヨネーズを加える。
- ⑤③に④を加えさっと炒めて完成。

ちくわ焼き

- ①ちくわに縦の切り込み入れる。
- ②①にスライスチーズ、レタス、かにかまの順に重ねてくるくと巻き、爪楊枝（竹串）で止める。

かぼちゃスープ

- ①かぼちゃの種とわたをとり皮を切り落とし、1cm幅に切る。
- ②耐熱ボウルに1を入れ、ふんわりラップをかけて600wの電子レンジで4分加熱、柔らかくなったらフォークで潰す。
- ③鍋に②を入れ小麦粉をふるい入れ、ゴムべらで粉っぽさがなくなるまで、混ぜ合わせる。
- ④牛乳を3回に分けて入れ混ぜ合わせる。
- ⑤中火にかけ沸騰直前に弱火にし、有塩バター、コンソメ、塩胡椒し沸騰直前に火から下ろし、器に盛りバセリをふる。

アピールポイント

- オレンジを入れることでさっぱりとした後味を与えられるようにした。
- ちくわ巻きにチーズを入れることで飽きないようにした。
- かぼちゃスープは消化も良く、体を温める効果があります。

工夫した点

- 肉巻きおにぎりを小さめに作ることで食べやすくした。白ゴマ・大葉を入れ食べた時の見た目、食味を良くした。

ご飯	90g
大葉	3g
豚肉(スライス)	60g
白ゴマ	1.5g
(A)しょうゆ	10g
(A)酒	7.5g
(A)砂糖	4.5g
ちくわ	30g
スライスチーズ	20g
レタス	2g
かにかま	7g
小松菜	67g
卵	60g
鶏ガラスープの素	1g
マヨネーズ	1.3g
ミニトマト	10g
オレンジ	21g
かぼちゃ	125g
牛乳	100g
小麦粉・バター	各2.5g
コンソメ	1g
塩・胡椒	少々
パセリ(みじん切り)	少々

エネルギー：898kcal
たんぱく質：37.0g
脂 質：41.8g
炭水化物：86.8g
食塩相当量：3.8g

二学年 木村 雪美さん

Full of energy

A day in the life

今 vol.01 活躍している女性たち

県内の運送業界で活躍している女性の魅力をご紹介します

第1回目は、須賀川市にある(株)中村建運代表取締役役の中村須美子さん。6月14日(金)、全ト協女性部会全国代表者協議会へ出席するため東京出張しました。全国の女性部代表者26名が参加し、研修会では、国土交通省の運崎さんより「我が国の物流の革新に向けた取組みの動向」について講話いただきました。

それでは、この日のお仕事の様子を中村さんの素敵な笑顔の写真も交えながら紹介したいと思います。(矢吹)

10:30~



新幹線で
東京へGO!!

12:30~



協議会前 にパワーチャージ!!
暑いので冷たいお蕎麦
ごぼう天肉蕎麦を♡美味しい!

16:30~

交流会のため4Fへ移動



パ原女
女性部
会長の

14:30~

協議会 研修中

研修会では、物流2024問題等に触れ、講師を務めた国土交通省の運崎さんへの質問や要望で熱くなる場面がまさに!!
「議論! 反論! オブジェクション!!」

全ト協ビル
3Fへ



みなさんと情報交換をしながら談笑。
この後、名刺不足になり、名刺を切らせて
という言うのが申し訳ない…。
という想いから会場のすみっこで誰とも目を合わせないという荒業をΣ(㉿)
この時の中村さんはまだ気付いていない…。

交流を深めた後に
みなさんと一緒にパチリ♡



ボク要潤です

(※いつもの自己紹介の鉄板ネタです笑)
全ト協 副部長 楠木寿嗣さん

Thank You♡

写真を撮らせてくださいと言った
ところカッコ良くポーズを
してくださいました!

20:00~ 郡山駅到着

今日は一日お疲れ様でした!

中村さん、お疲れ様でした〜。
では、また…。ん? そのお土産は、
「鳩サブレ」ですよ? 鎌倉土産の…。
きっと好きなんです! 好きなんです! いいんです!!

初回に掲載いただき大変光栄に思います。
女性部会代表者協議会への出席は、非日常な一日ではありましたが、同業者としての共通の問題や課題を再確認できたとても有意義な時間となりました。また、四ツ谷駅から会館まで徒歩で向かいましたが、何事もタフな身体をして、商いは飽きないで続けることだと思いました。
最後になりましたが、同行していただいた事務局の矢吹さんのおもてなしの心に感謝致します。
(株)中村建運 代表取締役 中村須美子

中村さんより

風の時代を生きる Air

熱海運送株式会社 佐藤 友美

これはいろんなところで話しているのが皆さん既にご承知だと思いますが、私は、以前、ピアノ教師をしていました。ということで「ピアノ教師から運送業の社長への転身だと、苦労したのではないですか」とよく聞かれます。もちろん苦労もありましたが、ピアノ教師の経験も子育ての経験も、全て、今の社長業の糧となっています。人生のあの時に戻りたいかと思ったことがないくらい常に今が一番充実している人生です。

私は幼い頃から大学までピアノを学ぶ環境でしたが、当時のメソッドを思い返すと、合理的でない所があったりして、すごく遠回りをしていたように感じていました。ピアノ教師となった私が教えていた生徒たちは、必ずしも音大に行くためにピアノを習っている子ばかりじゃない。とにかく、今の子どもたちって忙しいんです。限られた時間の中で、どれだけ近道で弾けるようになるか、私なりに合理的な方法を考えていました。ちゃんと家で練習してきてねって生徒側に投げるのではなくて、ピアノの教室に来てこの場でいかに弾けるようになるかを工夫しながら指導しました。こういったことは、今の会社経営に生かされていると思います。

私は不器用で一度に二つのことができないんです。だから、こどもが産まれたらピアノ教師は休んで子育てだけに専念しました。子育てで心がけていたことは、子どもの言うことを絶対否定しないことでした。子どもの言うことを否定しないで認めてあげると、そのうち、本当に欲しいもの・大事なものは何かということ子ども自身が考えて、親にお願いするようになるんです。それから、進学に当たっては目標を決めて、その目標達成のためには何をすべきかと逆算で考えてさせました。このように自主的に考えさせること・目標を明確に定めさせることといった子育てで得た経験も、今の社員教育・会社経営に生かされています。

今の会社を継ぐためピアノ教師を辞めることになりましたが、未練とかは無かったです。辞めるとなったら、そこはスパッと決断しました。盛大に最後の発表会をやりましたし、その時の曲はドビュッシーの「ピアノのために」。これが私の限

界だなんて思って演奏しました。

副社長として会社経営に携わるようになった当初は大変でした。運送業は子どもの時から身近に感じてはいましたが、全くわからない世界でした。新しい風を会社に入れようと思っても、昔からいる人たちは否定的でしたし。経営学を学んできたわけでもないのだから学ばなければと思って、当時、私が選んだセミナーが「ビューティーライフアカデミー」。これ会社に領収書出しても「ビューティー何やら」とか経費で落とせる訳ないでしょ！って却下されたんですよ（笑）。この頃の勉強は、未来への投資と思って全て自腹でした。運送業とは直接繋がらないかもしれませんが、この頃受けたセミナーからは、学校では教えてくれないような内容を沢山学ばせて頂き今の私の原点であるくらい影響を受けました。

副社長五年、社長になって二年経ちますが、会社は変わりました。女性社員ややる気のある若い社員が活躍できて、社員の中に協調性が生まれ、そして笑顔も増えました。子どもの時、祖父から「跡継ぎは友美だ」と言われたことを今でも覚えています。祖父は、私の中の経営者の資質を見抜いていたのかもしれない。私自身、今の社長業が天職だと思っています。

今から二十〜三十年前だったら、私は多分こんな風に社長として出てこれなかったかもしれません。（西洋占星術の世界では「土の時代」から「風の時代」に移ったとされているように）社会の大きな流れとして、女性が活躍できる時代がやってきたということですね。

私はもちろん女性ですが、仕事の時は「オンⅡ男性思考」で仕事をしています。でも、仕事を離れたら「オフⅡ女性思考」で生きています。オンとオフの切替は徹底しています。運送業界はまだまだ男性社会なので、女性は私一人といったような環境が多々ありますが、お酒なども交えて交流を深めています。その分、オフタイムは（体は女性なので）女性ホルモンを活かしたライフスタイルでバランスを取っています。また、ストレスになることがあっても頭の中にため込まないことにしています。つまり、常に頭を軽くしておいて、チャンスが来たら確実にキャッチできるようにしておくこと、そういうことが経営者として大事なことでと思っています。

これからの時代は、自分の会社だけのことを考えていては儲からない時代です。皆さんと協力し合って、より良い運送業界を作っていきたいと思っています。



陸災防NEWS

今月のお知らせ

第42回福島県フォークリフト運転競技大会

開催日 令和6年6月22日(土)

場所 福島市 福島県トラック協会研修センター

一般の部

梅津 吉広さん(ロジスティード東日本(株))
小針 直貴さん(日本通運(株)須賀川営業課)

女性の部

関根 唯 さん(ロジスティード東日本(株)) が全国大会へ

陸災防福島県支部主催、フォークリフトの運転技術の向上と労働災害防止を目的とした第42回福島県フォークリフト運転競技大会は、6月22日(土)、県トラック協会研修センターで開催され、県内各分会より推薦された19人(13企業)が出場し、一般の部16人・女性の部3人で学科、点検、運転競技を競った。その結果、9月28日～29日に愛知県で開催される全国大会に出場する選手は、大会規定により一般の部から梅津吉広さん(1位)、小針直貴さん(2位)と女性の部から関根唯さん(1位)の合計3人に決定した。

成績は次の通り。



【入賞者】

一般の部

- 1 優勝 梅津 吉広 ロジスティード東日本(株) (いわき分会)
- 2 第2位 小針 直貴 日本通運(株)須賀川営業課 (県中分会)
- 3 第3位 阿部 遥也 (株)帝北ロジスティックス (県北分会)

女性の部

- 1 優勝 関根 唯 ロジスティード東日本(株) (いわき分会)
- 2 第2位 瀧澤 文枝 丸力運送株式会社 (相双分会)
- 3 第3位 中山 里恵 丸力運送株式会社 (相双分会)



「安全衛生推進者のための労働災害防止対策セミナー」を開催

開催日 令和6年8月9日(金)

場所 郡山市 福島県トラック協会県中研修センター



陸災防福島県支部は、安全衛生推進者に選任されている方や、安全衛生管理を担う方等を対象に安全衛生管理に関する知識、手法を説明し安全衛生推進者等のレベルアップを図り、職場の安全衛生水準向上を目指すためのセミナーを開催した。

冒頭、福島労働局労働基準部健康安全課の田中課長から来賓あいさつを含め、県内での労働災害の発生状況及び熱中症対策等の講話を頂き、続いて陸災防本部の今井安全管理士による講習会を行った。

受講終了後、受講者49名に対し受講証明書を配布して終了した。

職場の安全衛生意識の高揚のために是非ご活用ください

小企業無災害記録表彰

陸災防では、常時50人未満の労働者を使用する事業場の無災害記録について、表彰を行っています。この無災害記録には、第1種から第5種までの5種類があり、第1種は3年間、第2種は5年間、第3種は7年間、第4種は10年間、第5種は15年間の無災害を称えるものです。

表彰事業場には、会長名の表彰状と副賞（第4種・第5種）を支部長を経由して授与するとともに毎月の「陸運と安全衛生」や陸災防ホームページで紹介しています。また、本部から所轄の労働基準監督署及び都道府県労働局にもお知らせしています。

本表彰は、会員事業場からの申請により実施しています。申請に当たっては、陸災防福島県支部又は、福島県トラック協会各支部に、問い合わせをお願いします。



【表彰状】



【副賞：第4種（10年）第5種（15年間）】

小企業無災害記録証

小企業無災害記録証は、小企業無災害記録表彰第5種取得後も無災害を継続している事業場に対して、その実績を評価し、当該事業場の自主的安全活動の一層の促進を図ることを目的として、第5種無災害記録樹立後5年ごとに交付されるものです。

記録証の交付は、小企業無災害記録表彰と同様に、会員事業場からの申請により実施しています。申請に当たっては、陸災防福島県支部又は、福島県トラック協会各支部に、問い合わせをお願いします。



【記録証】



【証書ホルダー】

まなびチャレンジお仕事体験2024に参加

「トラックに乗ってみよう！」イベントを開催

- 開催日時** 令和6年8月17日(土) 10:00~15:00 **参加スタッフ** 青年部会員 11名 事務局 2名
場所 福島市 福島市子どもの夢を育む施設「こむこむ館」屋外駐車場 ※福島市にある教育文化複合施設
主催 公益財団法人福島市振興公社 **全体来場者** 2,251名 **協会ブース来場者** 約350名
実施内容 屋外駐車場にて大型冷凍ゲート車の乗車体験と運転席乗車体験を実施
体験した子供達に協会ノベルティグッズをプレゼント



本イベントへは、こむこむ館から協会へ依頼があり、去年に引き続き2度目の出展となった。

協会としては、子供達にトラック業界に関心を持ってもらうことで、トラック運送（物流）の重要性の理解につなげ、もって、将来のトラック運送業界を担う人材確保を図るとともに、トラック運送（物流）に理解を持つ消費者等を育てることを目的に参加した。

子供達は、普段接することの少ない大型トラックに実際に乗車し、運転席に座ったりハンドルを握ったりすることで、日常生活では味わえない特別な体験を楽しんだ。体験後には、「楽しかった」「運転してみたい」「また参加したい」といったポジティブな感想が多く寄せられた。

参加した青年部会の吉田部会長からは「あいにくの台風通過で天候不順な中ではあったが、たくさんの親子が足を止めてブースに立ち寄り、楽しんでもらえたと思う。昨年に引き続き2度目の参加だが、昨年の反省を踏まえ、シンプルにトラックを身近に感じることのできる内容に的を絞りを企画した。部会員のコミュニケーションも図れ、たいへん有意義な時間となった」とのコメントもあり、乗車体験をおしトラック業界への関心と理解を深める良い機会を提供できたのではないかと手ごたえを感じるイベントとなった。



編集後記

パリオリンピックが開催され、大いに盛り上がりました。スポーツの楽しさ、大切さを感じました。改めて、県内プロスポーツチームである「いわきFC」、「福島フায়ヤーボンズ」、「福島レッドホープス」、「福島ユナイテッドFC」を応援したいと思いました。ちなみに、東京オリンピックは3年前だったこともあり、この前観たような感じがするのは私だけでしょうか。妻と東京オリンピックの開会式ってどんなだった？あれ？それって閉会式じゃない！なんてスマホを見ずにどれだけ思い出せるか勝負をしながら頭の体操していました。ピクトグラムやってたなど騒いでおりました。

菅野



ゲリラ豪雨のニュースが増えてきていますね。広報担当者にとっても、雨は少々悲しいものです。準備を重ね、万全の段取りで迎えたイベント当日。しかし、まさかの雨…。晴れを期待していただけに、がっかりする気持ちは隠せません。何度も空を見上げては「やっぱるか！」と感じる瞬間もありました。それでも、雨のおかげで新しい風景が見えたり、思いもよぬアイデアがひらめいたりすることも。スタッフや関係者と濡れながら笑い合い、「これもまた一興」と気持ちを切り替える瞬間、まるで映画のクライマックスシーンのような一体感が生まれます。秋はイベントの季節、どうか晴れの日を迎えられますように!!!

佐藤



9月号から「A day in the life 〜今活躍している女性たち〜」という新しい企画ページを作らせていただきました。枠にとらわれず、仕事や休日を、写真を多く掲載しながらご紹介させていただくページとなっております。初回は、(株)中村建運の中村須美子さん取材させていただきました。とても優しく、常に気遣いを欠かさない素敵な方だと感じる1日でした。そして、実はとてもおっちょこちょい（失礼いたしました）な方で、取材中私は、ずっと笑っぱなしでした。掲載出来ていない楽しいエピソードや真面目なお話なども沢山あるので、「わだち」を飛び出してSNS等でお話できたらと思います(^_^)

矢吹



トラック広報 わだち9月号（通巻515号）

2024年9月1日発行（2ヶ月毎に1回）

編集発行

公益社団法人 福島県トラック協会
〒960-0231 福島市飯坂町平野字若狭小屋32
TEL 024-558-7755(代) FAX 024-558-7731
HP <http://fukutora.lat37n.com/>

