

# 夜の教習コースで 安全にジョギング・ ウォーキング

株式会社武蔵境自動車教習所は、JR中央線武蔵境駅から徒歩5分の場所にある自動車教習所です。教習所でありながら、教習以外にも様々な取組を行っており、その中で代表的な取組として、教習所のコースを夜に走る、「東京車人ナイトラン<sup>しゃじん</sup>」をご紹介します。

## 活動内容

### 教習終了後のコースを走る！

教習時間が終わった夜の教習所内コース（外周1周約400m）にて、ジョギング・ウォーキングを行っています。

開始前にはみんなで一緒に準備体操を行い、その後は各自のペースで自由に走り（歩きます。最後にはみんなでクールダウンも行います。



### コミュニケーションをとる機会を作っています

走った後は教習所が無料で用意した飲み物を飲みながらプチ懇親会を開催。

また、翌日を考え、みんなでストレッチそしてリフレッシュしています。参加者様どうしの情報交換は何よりも楽しいです。



### 募集方法は様々

ホームページやSNS、メールでの募集がメイン。教習所内のポスター掲出や、地域の方々の口コミもあります。

また、公益財団法人武蔵野健康づくり事業団健康づくり支援センター発行の「健康づくり活動情報誌」にも掲載されています。

### 「活動日時」

毎月第3土曜日 19：20～20：30頃

（教習所営業時間が平日9：00～21：00

土日祝9：00～19：00の為、土曜日夜の所内コースを開放）

### 「参加状況」

毎回10～20名ほど、社員、教習のお客様、地域の方々などが参加しています。参加者以外にも、地域のスポーツクラブのインストラクターの方にボランティアでしてもらい、ストレッチや走り方などレクチャーしてもらった時もあります。

### 「活動紹介」

毎回の活動は武蔵境自動車教習所のブログで紹介！

ブログURL：<https://musasisakai-ds.co.jp/mobile/blog/>

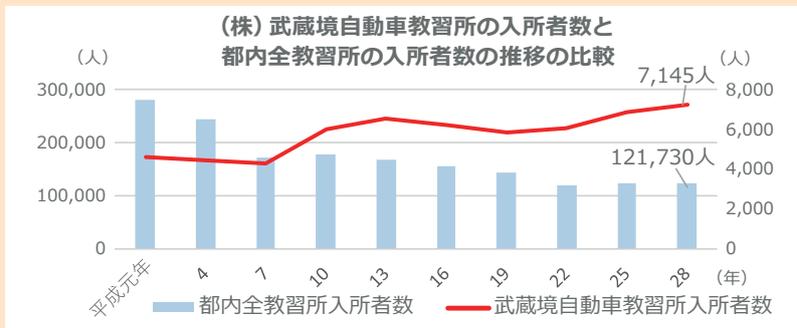


地域の方々を対象にした様々な取組を行い、地域貢献！



その他、  
毎月ミニコンサートや  
日本舞踊教室もあり！

地域貢献の取組が、業績にも効果あり?!



様々な取組で、地域の方々から親近感を持ってもらえています。  
教習所としても、JR中央線・西武新宿線沿線22年連続利用者数No.1（東京自動車教習所協会調べ 2019年末現在）になっています。

株式会社 武蔵境自動車教習所 — 武蔵野市 —

担当者または参加者からのコメント

運転免許くんからの声

参加の皆様と時間を共有させていただけて、とても楽しいです。私もダイエット目的で一緒に走らせていただいておりますが、皆様と一緒にすると、より頑張れます。これからも、皆様にはこのナイトランをご活用いただき楽しんでいただければ幸いです。初めての方でもお越ししやすい雰囲気です。ぜひお待ちしております。



ポイント 1

本来業務だけでなく、地域貢献で地域社会とともに発展！

ポイント 2

休眠資産の活用で、様々な活動展開！



株式会社 武蔵境自動車教習所

所在地：東京都武蔵野市境2-6-43

電話：0422-51-7381 | 営業時間：9:00～21:00（土日祝 9:00～19:00）

株式会社武蔵境自動車教習所は、1960年8月1日に創業した自動車教習所で、お陰さまで武蔵野市に根差し、2020年に60周年を迎えます。

今後も経営理念『共尊共栄』を軸に、社員満足、顧客満足、地域社会貢献を追求することにより、さらに皆様のお役に立つことができる企業に成長して参ります。