

福岡広報 2026-40031

2026 年 10 月 14 日

安全運転のカギは“感情のコントロール”

アンガーマネジメントを学ぶドライバーズセミナーを開催

～11 月 23 日(月・祝) 八幡自動車学校～

J A F 福岡支部（支部長 佐竹伸一）は 11 月 23 日（月・祝）、八幡自動車学校（福岡県北九州市西区）にて、運転歴 1 年以上の方からベテランドライバーまでを対象とした、マイカーで参加できる実技講習会「ドライバーズセミナー 一般コース（半日）」を開催します。

安全運転を続けるためには、運転技術だけでなく、ドライバー自身が感情と上手に向き合い、落ち着いて状況を判断することが大切です。

今回のセミナーでは、マイカーを使用した実技講習に加え、アンガーマネジメントファシリテーターの山本耕一氏を講師に迎え、「アンガーマネジメント講習」を実施します。運転中を含め、怒りと上手に付き合う方法を学び、ゆとりを持った運転や冷静な判断につなげます。

また、実技講習では、クルマの死角確認や適切な運転姿勢の確認、急ブレーキ体験、危険回避体験などを通じて、自身の運転技術の確認や車両特性への理解を深め、安全運転意識の向上を図ります。



講師：山本耕一先生

※アンガーマネジメント…怒りの感情と上手に付き合うための心理トレーニング

※やむを得ない事情により講師対応ができない場合は、講師監修の資料を使用し、JAF 職員が講習を実施します

ドライバーズセミナー 一般コース（半日）開催概要

■日 時 2026 年 11 月 23 日（月・祝）12：30～16：40

■場 所 八幡自動車学校（北九州市西区御開 3-38-1）

■参加条件 運転歴 1 年以上、3. 5. 7 ナンバーの自家用自動車
（任意保険加入済・A B S 付）で参加可能な方

■参加費用 J A F 会員・交通安全協会会員 1,100 円、一般 2,200 円

▲講習会イメージ

■講習内容 運転の基本（走行前点検・適切な運転姿勢・クルマの死角）、スラローム走行、
急ブレーキ体験、危険回避体験など ※カリキュラムは変更となる場合があります

■申込方法 以下（1）（2）いずれかの方法で申し込みください。

（1）U R L または右記二次元コードよりウェブ申し込み

<https://jaf.link/46p3G6b>

（2）J A F 福岡支部事業課へ電話申し込み（下記お問合せ先参照）

▲申し込みはこちら



■締 切 日 11 月 5 日（木）※応募多数の場合抽選、11 月 6 日（金）以降に電話またはメールにて通知

後援：警察庁・国土交通省・交通事故をなくす福岡県民運動本部・福岡県警察・一般財団法人 福岡県交通安全協会
協力：一般社団法人 日本作業療法士協会、八幡自動車学校（順不同）

このリリースへの問い合わせ、取材依頼は以下までお願いします。

一般社団法人 日本自動車連盟 福岡支部事業課 担当：田中・川野

〒814-8505 福岡市早良区室見 5-12-27

Tel：092-841-7731（平日 10：00～17：00）



<https://jaf.or.jp/media>