

トヨタ自動車労働組合

はあい

2025
June

6

Vol.38 / No.441

our value 05

変化を
楽しみ、

挑戦する



特集

初心者からできる！
新時代のデジタルスキル
デジタルバッジで
はじめよう！

4号連続 **クイズ**



誌面のどこかに
隠れている**カバ美**を
見つけてね！



4号連続クイズ カバ美を 探せ!

毎号、誌面のどこかに隠れている
カバ美を見つけてください!

※このページのカバ美は除く

4号分(5〜8月号)のカバ美が隠れているページ
番号の数字を合計して応募してね。正解者の中から
抽選で素敵なプレゼントが当たります!

※4号連続クイズのご応募は8月号でご案内します

プレゼントの詳細は
裏表紙をチェック!

クイズのご応募・
アンケートはWEBから

KABANETにアクセス!

<https://www.kabanet.org/>



スマホは
こちらから



ログイン

ニュース

はあいWEB版を更新しました

アンケートはこちらから!

必要事項・アンケートを記入して
送信してください。

ユーザー名: KABA

パスワード: 2019

たくさんのご意見・ご感想も
お待ちしております!

はあい

2025
June
Vol.38 / No.441

Contents

特集

初心者からできる! 新時代のデジタルスキル
デジタルバッジではじめよう!

10 会社制度・取り組み
あれこれ探求学

12 全国からはあい!
ここそこトヨタ
トヨタ鞍ヶ池記念館

14 障子を開けて踏み出そう!
はじめの一歩

16 地域の観光協会おすすめ!
周辺ヨリドコロ

18 組合MVV さあ実践!
みんなでバリュー

20 未来を変えるNew Action
ウェルビーイング向上計画!

22 FOCUS ON! 一般部

24 簡単・時短でオイシイがウレシイ♪
ちゃちゃっとレシピ

26 すぐれmono紹介!
便利アイテム帳

28 Reader's Room

30 私の気持ちにGood Spice!

31 クイズ王国

写真・エピソード大募集!



ご応募はコチラから

◀ フォームから
簡単に入力&投稿!

掲載者には記念品をプレゼント
お薬手帳カバー



高岡支部 / しゃけさん



実家の犬との楽しいひとときを過ごした時の
写真です。



本社工場支部 / にゃんたろさん



地域ネコなんです、うちの玄関の隅っこで、
よくまるまっています。



4号連続クイズ 1〜4月号 カバ太を探せ!

答え 1月号のページ + 2月号のページ + 3月号のページ + 4月号のページ = 合計 69



プレゼント当選者発表

防災用毛布 A4サイズ非常用圧縮毛布

①みみさん(生産・TPS支部・家族) ②もりもりネームさん(本社工場支部) ③ミントメイさん(明知支部) ④サモンさん(生産・TPS支部) ⑤ベンペンさん(田原支部) ⑥かつさん(三好支部) ⑦あーちゃんさん(モノづくり開発支部) ⑧たしまさん(衣浦支部) ⑨こもさん(堤支部・家族) ⑩翔さん(水素・CN・パワトレ支部) ⑪しじみさん(田原支部・家族) ⑫yosiさん(田原支部) ⑬お麗さん(水素・CN・パワトレ支部) ⑭みつさん(堤支部・家族) ⑮Nさん(三好支部) ⑯ノンブーさん(元町支部) ⑰ゆうとのばばさん(高岡支部) ⑱コービーさん(高岡支部) ⑲k@さん(上郷支部) ⑳hsさん(事業・営業・CF支部)

取り組みの背景

デジタルバッジの種類と合格者数

(合格者数は5月12日現在)



デジタル価値創出人材 Lv.1
7,537人



デジタル価値創出人材 Lv.2
3,350人



Lv.3以上(ビジネスアーキテクト、デザイナー、
 データサイエンティスト、エンジニア) 合計 3,885人

**Lv.1は
全社員が
対象**

全員にクリアしてほしいLv.1は所要時間約15分。
クイズ感覚で簡単に腕だめしができる内容です！



デジタルバッジは
社会的に信頼性ある
スキル学習・資格証明書

トヨタのデジタルバッジテストは
経済産業省とIPA（情報処理
推進機構）の基準に則ったも
の。スキルや資格を客観的に示
すことができるデジタル証明書と

なり、社内はもちろん社会全般に能力をアピールすることができます。



企業部門 奨励賞

トヨタのデジタルバッジはIPA(情報処理推進機構)が定めるデジタルスキル標準(DSS)に整合性を持たせつつ客観性を維持し

て、実践的なスキル評価を
実現している点が評価されま
した。この賞は文部科学省、
経済産業省、デジタル庁な
どが後援しており、優れた
オープンバッジの活動として
認められたものです。



デジタルバッジではじめよう！



2024年からトヨタで始まった
【デジタルバッジ】制度をご存じですか？この制度は、
デジタルスキルの基礎から学べる絶好のチャンスです。
あなたも、新しいスキルを無理なく
身につけてみませんか？



マンガ「デジ太とばっ爺」はTeamsで配信中!

心配性の猫社員・デジ太くと、守護霊・ぱっ爺のゆる〜い日常からデジタルバッジの良いところをお伝えするマンガシリーズです。



デジタルバッジのメリットを知る

デジタルスキルの向上はあなた自身のキャリア機会の拡大につながります。
多くの分野でデジタル技術が求められている中、業界や社会全体にも大きなメリットがあります。

会社のメリット

- 全社基準のデジタルスキルの可視化
- デジタル人材育成の活性化 など

バッジ取得者のメリット

- 職場でのデジタルスキル活用と評価獲得
- キャリア選択の拡大 など



皆さんにも
職場や会社にも
メリットがある
取り組みです。

デジタルバッジは
スキルの
評価ポイントに

デジタルバッジ取得は仕事に活かせるスキルとして
アピールポイントになります。
高度なデジタル技術を習得する予定がない方も、
Lv.1・2をクリアして基本知識を身につけましょう！

／ 全社員取得を目指す 必要最低限のデジタルリテラシーが身につく ／

Lv.1 Basic	デジタル価値創出 人財	デジタル時代の 必須リテラシー を修得する
Lv.2 Skill		ITツールとデータを使いこなし、浸透する

／ 高度な専門性を修得 5つのデジタル人材ロールから適性や興味に合うキャリアが広がる ／

Lv.3 Beginner	ビジネス アーキテクト人財	情報セキュリティ 人財	データサイエンス 人財	デザイン人財	ソフトウェア 人財
------------------	------------------	----------------	----------------	--------	--------------

デジタルバッジの
将来性と展望

トヨタのデジタルバッジがトヨタグループ全体や
自動車業界はもちろん、業界を越えて活用できる共通基準
となり、日本のデジタル競争力強化に貢献できるようになる
ことを目指して、活動を進化させていきます。



デジタルバッジを取得するには

デジタルバッジ取得には社内パソコン上での受験が必要です。
デジタルの技術や知識がなくても初心者向けのLv.1から始められます。

Try!
すぐに
受験可能

初心者向けLv.1からスタート！



社内PCで T-DISC にアクセス

デジタルバッジ試験を選択

Lv.1 Basicのテストを受験するから開始

T-DISC URL : <https://zamas.dig.toyota/>

Q. デジタルやパソコンは苦手。
不合格にならないか心配です…

何度でも受験できる安心感

不合格が他人に知られることもありません。一度受験してみて、問題の傾向を知ってから再受験で合格を目指すのも良い方法ですよ！

Lv.1のテストについて

心構え(マインドやスタンス)に関する問いが中心。
デジタルの知識がなくても大丈夫です！

所要時間 約**15分**

初回の合格率 **90%以上**

合格は**上司にもアピール**できる

クイズ感覚で
簡単に受験♪



Level up!

デジタルバッジで
継続的な
スキルアップへ！

初心者向けのLv.1から
スタートして**段階的な
レベルアップ**が目指せる

テストを受けてみて、
苦手分野がわかったら
動画で学習できる

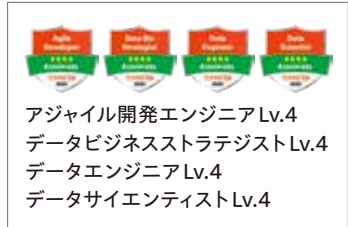
デジタルバッジはウォレットに登録できるため、
バッジを集める**達成感が継続学習の意欲**になる



ウォレット画面イメージ



車両技術開発部
奥田 賢さん



Q1. 現在の主な取り組みは？

「実験にデジタル化の喜びを」をスローガンに、**職場ですぐにプログラミング開発を始められる環境整備**を行なっています。機械学習や生成AIを活用したり、ソフトやサーバ、IoT機器をすぐに使える環境を準備していますので、**挑戦したい方はぜひご連絡**いただければと思います。

Q2. デジタルバッジをどう活用した？

私はもともと、車両開発の振動騒音評価を担当していました。データから原因を探る過程で、さらにメカニズムを追求するためにはデジタル知識が不可欠だと気づき、勉強し続けています。最先端のプログラミング開発を行うためには、システム、ネットワーク、セキュリティなど、広範囲の知識が必要です。**日進月歩の技術を勉強するためにデジタルバッジは最適**だと思いました。

スローガンは「実験にデジタル化の喜びを」



エナジーソリューション事業部
澤田 三奈さん



Q1. もともとデジタルが得意だった？

私は新しいことにチャレンジするのが好きで、学生時代からデジタル技術に触れ始め、入社後はAccessやVBA、PowerPlatformを学び、最近は生成AIのプロンプト作成を勉強しています。コロナ禍には仕入先さまからの感染報告を自動化&リアルタイムで可視化するアプリの企画開発をし、社内外から大変好評でした。部長から「澤田さんがしてくれたことは**単なるデジタル化ではなく、仕入先さまと調達担当との「コミュニケーションの質を向上」**してくれた」と言っていた時にとても喜びを感じました。

Q2. デジタル学習で大切なことは？

幅広く興味を持つことです。よいアプリを作るためにはデザインやビジネスなどの視点も必要だと感じ、国家資格のITパスポートと社内のデジタルバッジにも挑戦。デジタルバッジLv3ではビジネス、デザイン、データサイエンなど、**広い視野を学ぶことができました。**

デジタルの学びはコミュニケーションにも役立つ

Q4. デジタルバッジを学習に使う良さは？

プログラミングはコードや文章が長く、初心者は挫折しがちです。デジタルバッジは基礎から初めて、最初は短いコードから勉強できます。**これを機にプログラミングに挑戦**するのもよいのではないのでしょうか？

Q5. 現在、各務さんは何を手掛けている？

生産デジタル変革室で「CRAFTREE(クラフトリー)」というアプリを開発しています。現場では「本当に良いツール」しか使ってもらえないことを実感していますので、あくまで**現場を主役として導入を進めています。**

工場品質検査アプリ CRAFTREE



メニューを順に追うだけで、誰でも簡単に現場オリジナルの自動判定AIをつくらることができるアプリ。撮影・画像編集・アノテーション(タグ付け)・モデル作成・モデルテストの5ステップです。

高岡工場 導入事例

部品のウレタン塗布の不具合をAIで判定。作業者が行っていた検査を自動化して一人工の工数低減を実現しました。



丸囲みはAIカメラ

Q6. 今後の目標は？

製造現場が主導でAIを使うことが当たり前の文化にしたいと思い、導入現場数100件／年を目指しています。CRAFTREEは社外への提供も始めていて、ゆくゆくは自動車産業550万人の仲間にも届けたいと思います。日本では労働人口の減少が進みますが、今の生産体制を維持するために、良いデジタル技術を導入してもっと**現場を楽にし、そこにいる人間はより付加価値の高い仕事に集中できる環境にするのが目標**です。

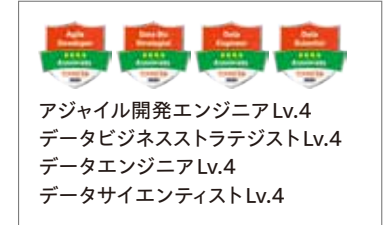
インタビュー

デジタルバッジを取得して、職場で活躍されている方にインタビューをしました。



生産デジタル変革室 AIグループ
各務 慶太さん

金型保全の現場からデジタル開発者へ転身



Q1. もともとは製造現場で仕事を？

はい。元町工場車体部では金型保全を担当していました。その後、カーボン課に異動。金型作成や保全、制御盤作成など、自分たちで仕事を考える立場として多くのことを経験させていただきました。

Q2. デジタルを学ぶきっかけは？

車体部カーボン課にいた時にデジタル改善チームを作る話があり、興味があり立候補しました。当時はまったくプログラミングの知識はなかったのですが、何とかできるようになって飛び込みました。(笑)

Q3. デジタルバッジとの出会いは？

デジタル改善チームでプログラミングを学び始め、Udemyなどで独学していたところ、**デジタルバッジを知り腕試しに受験**してみました。さすがにレベル4ともなると合格するのは大変でしたが、**なんども挑戦して合格できた時には「よっしゃ!」とガッツポーズ**をとりました。

より深い学びに!

Udemy

Udemyは世界最大級の動画学習プラットフォーム。最先端のデジタル知識や実践スキルの講座も豊富です。

Udemyの申し込み(受講無料)や掲載インタビューの詳細はデジタル変革推進室のT-Waveから



あれこれ
探究学

知っておきたい会社の制度や
取り組みなどポイントをお伝えしていきます！

今月のテーマ

医療費低減に取り組もう

2025年4月の改定により、健康保険料率が引き上げとなりました。保険料率を維持するために私たちにできることは健康でいることです！これを機にトヨタ健保の取り組みを利用し、日頃の健康づくりをできることから実践していきましょう。

医療費低減に向けた取り組み

取り組み	内容
健診・検診	健診・検診によって生活習慣病や重篤な疾病を早期発見し、早期治療につなげます。
るぶるポイント	健康づくりをポイント化。健康づくりのサポートをします。
ジェネリック医薬品の利用推奨	ご希望の方にはお薬手帳に貼る「ジェネリック医薬品希望シール」をお配りします。 ジェネリック医薬品切り替えが可能な方々へお知らせをしています。
予防接種の補助	生後6か月～中学3年生までのお子様を対象に、インフルエンザ予防接種補助を行い重症化を防ぎます。
保健指導	生活習慣病予防の為に、食事や運動についての情報提供を行い、生活習慣の改善を図ります。
元気っ子キャンペーン	満2歳～小学1年生までのお子さんと大人（従業員）・被扶養者（配偶者）を対象に「うがい・手洗い・歯磨き」の習慣をつけるためのキャンペーンです。
医療費の請求チェック	医療機関から届く請求書に誤りが無いかをチェックして無駄な医療費の支出を抑制しています。
扶養調査	ご家族として加入できる収入基準等を満たしているか確認をしています。
マイナ保険証	診療・処方情報の共有化により、重複検査や重複処方避けることができます。 マイナ保険証の登録と利用をお願いします。

トヨタ健保の取り組み

2025年4月から
保険料率引き上げ
8.3% ▶ 8.6%

保険料率引き上げの主な原因は**医療費の増加（私たちの医療費）**と**納付金の増加（前期・後期高齢者の医療費）**です。

このまま財政が悪化するとトヨタ健保独自の制度が縮小される可能性も…

トヨタ健保には独自の給付制度による優位性があります

高額療養費還付金

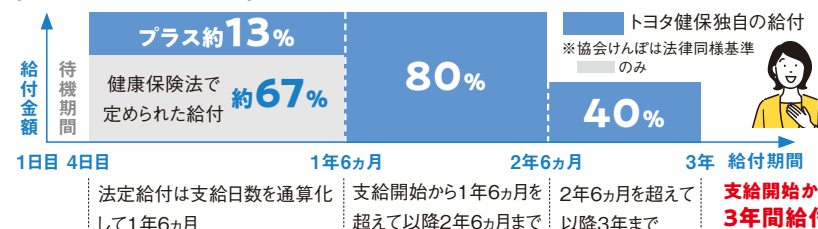
入院など医療機関で支払う窓口負担額（一部負担金）が高額となる場合、**基準額を超えた金額を還付する制度があります。**

例 医療費総額100万円で窓口負担額30万円の場合（負担3割）



傷病手当金

私傷病による欠勤・休業の際、**生活費を保障する制度があります。**



トヨタ健保の独自給付は、もしもの時にとても安心。でも健保の財政への負荷が大きいのです。

トヨタ健保の取り組みをサイトでもチェックしよう！

健康でいることは、あなたや家族にとっても大切なことです。トヨタ健保の取り組みを活用して、できることから健康づくりを実践していきましょう！

<https://www.toyotakenpo.jp/>



医療費の低減には、トヨタ健保の取り組みだけでは不十分。皆さん一人ひとりのご協力と健康管理が不可欠です。



トヨタの歴史を 全力でお伝えします!

(株)トヨタエンタプライズ、
中日コプロ(株)の皆さんと一緒に!

(前列中)佐藤 直彦さん
(後列左)澁谷 誠司さん
(後列右)岩下 元一さん



職場を拝見!

近くのおすすめ情報

鞍ヶ池公園



東海環状自動車道「鞍ヶ池スマートIC」からすぐ。屋根付きの芝生広場やプレイハウスもあり雨天時も安心。

動物園



木曾馬をはじめ約38種248点の動物が飼育されています。飼育員さんの手づくり紹介パネルが面白い!

植物園



ツインドームの植物園には熱帯樹が大きな葉を広げ、南国の楽園のよう。無料で自由に入館できます。



◀ 豊田式汽力織機(写真左)
無停止杼換式豊田自動織機(G型)(写真右)

トヨタのルーツを象徴する織機。お客さまが見学する日は、デモンストレーションで動かせるように朝から準備。

非常用自家発電機の点検▶

館内の開館準備から1日がスタート。施設の日常点検、巡回点検なども実施し改善活動にも力を注いでいます。

おもてなしの心で
お出迎え!



トヨタ鞍ヶ池記念館

愛知県豊田市池田町南250番地

【開館時間】9:30~17:00

【休館日】日曜、年末年始、GW、夏季連休等

【入場料】無料

【URL】<http://www.toyota.co.jp/kuragaike/>



今月の職場

トヨタ鞍ヶ池記念館

豊田市の中心部から北東の位置にあり、豊田市駅から車で約15分の距離に所在。近隣には鞍ヶ池公園や動植物園があり、トヨタの歴史と豊田の自然を楽しむことができるエリアです。

愛知県



全国からはあい!
ここそこ
トヨタ

全国の仲間の職場を誌上訪問!
ご当地のおすすめ情報にも注目です。

トヨタの革新と伝統を一度に体感できる場所



旧豊田喜一郎邸



年表&写真による紹介



トヨタAA型乗用車

トヨタ自動車は創業35年で生産台数累計1,000万台達成。それを記念して、1974年に竣工しました。「トヨタ創業展示室」には創業者の豊田喜一郎らが活躍した創業期の資料やトヨタ初の乗用車トヨタAA型乗用車を展示しています。また創業期の象徴的な4つのシーンを「ジオラマ」模型で紹介。ラジオラマ*の解説によって創業期の熱量をうかがい知ることができます。

*ラジオラマ:「ラジオ=Radio」と「ジオラマ=Diorama」の合成語



ラジオラマ

仕事内容について

私(佐藤:左ページ写真)は以前、堤工場で保全業務に携わっていましたが、2023年10月からこちらで施設管理業務と、お客さまへの創業施設説明業務に従事しています。全く異なる分野で働くことに困惑しましたが、今ではやりがいを感じています。

仕事のやりがいについて

織機の説明は、子どもから海外のお客さままで幅広い層の方々に分かりやすく丁寧に説明することを心がけています。お客さまが理解して笑顔を見せてくれた瞬間は本当に嬉しくて「次も頑張ろう!」という気持ちになります。

鹿の解体体験



目の前の命と真剣に向き合いながら、解体を実体験しました。

はじめは座学



食材や地域のことなど背景を学びました！

体験からの学び



動物から食肉に変わるまで立ち会うことができた貴重な経験！

ジビエBBQ

命への感謝と食のありがたみを実感しました！



命への感謝を込めていただきます！

Voice 参加者の声

食のありがたみを
知りました。

とても貴重な体験をさせていただくことが
できました。日頃いただいているお肉の命を
感じる事ができました！

命に感謝することを
学びました！

里山の課題など
背景も学びました！



今後の注目企画

7/19(土) レクサスクルーザー体験

トヨタが生産しているクルーザーの魅力を実際に
味わえる、特別な試乗体験イベントを開催！

募集期間 **6月予定**

詳細はMYプロサイトで！
KABANETもしくはカバコネからアクセス！



カバハウスイベント！ 夏フェス開催予定

7/27(日)

夏休みの思い出に
ご参加をお待ちしています！



組合員さんご家族が参加 大人18名・子ども2名

実施日 2025年4月13日(日)

場所 猪鹿工房 山恵

猪鹿工房 山恵
ホームページ



<https://yamakei.biz/>

畑を荒らす害獣として駆除される里山の獣
たち。かつては人々のご馳走となる山の恵
みでした。命を無駄にせず、人間の営みと
バランスよく持続する世界をつくりたいと
願う里山産ジビエ専門の解体施設です。

ジビエ解体体験を通じて命の大切さを学ぶ

普段、食べているお肉はどのようにして食卓に並ぶか知っていますか？

実地項目

- 座学 (命の大切さ・自然の大切さ)
- 解体体験・見学
- BBQ (ジビエ料理)



教えてくれたのは



井原さん (猪鹿工房 山恵)

メッセージ

獣害駆除というと山の中のできごとのように感じるかもしれませんが、実は街に
野生動物が現れたり、作物が荒らされたりすることで、食材の価格に影響が出
るなど、私たちの生活にも身近な問題。実際に「見て」「知って」「触れて」い
ただくことで伝わるがあります。ぜひ、現地に足を運んでみてください。

障子を開けて
踏み出そう！

はじめの 一歩

新しい趣味との出会いや学び、
ボランティア、イベントなど
あなたの人生を豊かにする
多彩な取り組みを
組合で用意しています。
一緒に新しいことを
始めてみませんか。

今月の活動レポート

命の授業 — ジビエ解体体験 —

MYプロ



いわき市石炭・化石館ほるる

常磐炭田の歴史と市内外で発掘された化石が展示されている博物館です。「フタバサウルス・スズキイ」の化石は地元の高校生によって発見され、日本の古生物研究史に残るもの。週末にはアンモナイトやコハクの工作体験も楽しめます！

場所	いわき市常磐湯本町向田3-1
時間	9:00～17:00(最終入館16:30)
休館日	第3火曜(祝日の場合は翌日)、元旦
料金	一般660円、中高大学生440円、小学生330円、未就学児は無料 ※高校生・大学生は学生証をご提示ください。

●写真提供・掲載協力：(一社)いわき観光まちづくりビューロー

世界的に貴重な化石にも出会える！



潮目の海がテーマの体験型水族館



企画展やイベント、体験参加など詳細は公式サイトで！

<https://www.aquamarine.or.jp/>



環境水族館アクアマリンふくしま

福島沖は暖流の黒潮と寒流の親潮がぶつかる「潮目の海」という、多様な種類の生き物が集まる豊かな海です。三角トンネルがある大水槽は潮目の海を表現した人気エリア。魚釣り体験や磯遊びしながら海辺の生き物が観察できるビーチ、里山など自然と生態を楽しむ学べる画期的な体験型水族館です！

場所	いわき市小名浜字辰巳町50
時間	【通常】9:00～17:30(最終入館16:30) 【冬季(12月1日～3月20日)】9:00～17:00(最終入館16:00)
料金	大人1,850円、小～高校生900円 未就学児 無料 ※高校生は学生証をご提示ください

●写真提供・掲載協力：環境水族館アクアマリンふくしま

JRA競走馬リハビリテーションセンター

現役競走馬のリハビリテーションを専門とする日本で唯一の施設。リハビリやプールトレーニング、日々の疲れを癒やすため温泉に入る競走馬の様子などを無料で見学することができます。

場所 いわき市常磐白鳥町上ノ原71

見学時間

調教馬場、ウォーターレッドミル、温泉	平日・土曜・祝日(日曜を除く) 8:00～11:00頃
プール調教、温泉	5月中旬～10月中旬の平日 13:30～14:00頃

※馬の健康状態、天候などにより、リハビリのメニューは変更や中止になることがあります。

●写真提供・掲載協力：JRA競走馬リハビリテーションセンター



ただいま温泉中 ♨



いわきってどんなところ？

「常盤もの」とよばれる美味しい海の幸も楽しみ♪



福島県の南部に位置し、太平洋に面しているいわき市。フラガールが生まれたまちとして有名です。美しい海岸線、山や川など豊かな自然が広がる絶景や温泉、歴史や文化、グルメ、多彩なアクティビティなど魅力たっぷりのエリアです！

おすすめスポット

大人も子どもも感動体験！

遊びも癒しもエンタテインメントも！



スパリゾートハワイアンズ

いわき湯本温泉の湯を利用したレジャー温泉リゾートで6つのテーマパークが楽しめる常夏の楽園♪全天候型ドームでたっぷりプール遊びができるウォーターパークのほか、世界最大級の広さの大露天風呂、スパ、グルメ、ショッピング、ダンス体験など世代を問わず楽しみ方も多彩です。フラガールなど本格的なボリネシアダンスショーは必見のエンターテインメント！



公式サイトをチェックしよう！

アトラクションや詳細情報など事前にチェックしておくとお便利！
<https://www.hawaiians.co.jp/>

●写真提供・掲載協力：スパリゾートハワイアンズ



地域の観光協会おすすめ！

周辺ヨリドコロ

地域の観光協会に聞いた
おでかけ・立ち寄りスポットを
ピックアップしてご紹介します。
オフもアクティブに楽しもう！

今月のエリア情報

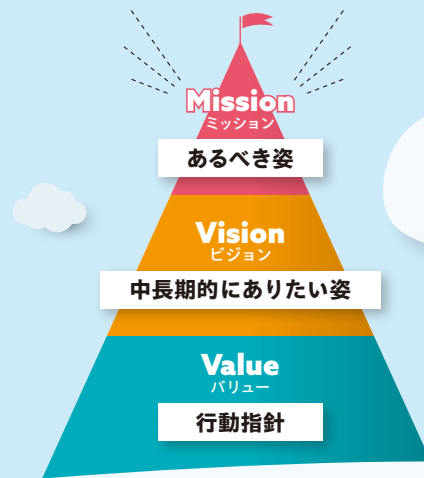
福島県いわき市



場所	いわき市常磐藤原町蔵平50
時間	【平日】10:00～21:30 【土日祝】9:30～21:30 ※終了時間は施設により異なります ※時期により変動あり
休館日	2025年12月1日(月)～4日(木) 2026年1月26日(月)～29日(木)
入場料	【通常:平日】 大人(中学生以上)3,570円 小人(小学生)2,250円 幼児(3歳以上)1,640円 【通常:土日祝・特定期】 大人(中学生以上)4,120円 小人(小学生)2,800円 幼児(3歳以上)2,190円 ※詳細情報は公式サイトでご確認ください。

※営業状況等とは変更となる場合があります。





私たちのミッション

『組合員と家族の真の幸せ
(ウェルビーイング)』と
『トヨタと産業の持続的成長』を実現する

私たちのビジョン

一人ひとりが“変革の主役”となり、
“共創”しつづける

私たちのバリュー

ビジョンを達成するために
共通化して実践する行動指針

- 1 心にゆとりを持つ
- 2 助け合う
- 3 互いの個性を尊重する
- 4 垣根を越える
- 5 変化を楽しみ、挑戦する

TOPIC

さあ、実践!

組合 MVV

みんなで
バリュー
Value!

組織として目指す姿を達成するために、判断・行動の共通基準となるバリュー。できることから実践へ。皆で一步を踏み出していきましょう!

バリュー実践者編

トヨタで働く皆さんへ

変化に戸惑う人を 後押ししたい

変化を避けてきた私は、知らない人と未知の仕事をする異動に最初は戸惑っていました。実際に異動をしてみると、畑違いな仕事と思っていたことも会社の事業としてつながっていることを実感。新たな知識が元職場に戻ってもプラスになっています。小さなことでも勇気を持って行動に移してみると、思いがけず良い結果につながることもあります。私自身の経験が、変化に迷っている人に1歩を踏み出す後押しとなるよう尽力していきたいです!

変化を楽しみ、挑戦する

小さな一歩からでも 実践&体感しよう!

- 飲み会やイベントなど人から誘われたら、一度は試しに参加してみる
- 遊びや仕事でも、やりたいことがあったら、誰かに話してみる

私のアクションエピソード

外食メニューは常に同じというほど、 変化は避けたいタイプだった。

入社以来頑張ってきたフォークリフトでの出荷作業は自信もついていたし、省人・効率化の改善も行ってきました。そこへ上司から「生産管理室で勉強してみないか」と。環境の変化に不安しかなかったです。異動初日はパソコンや電話に忙しそうな雰囲気圧迫されっぱなしでした。それでも積極的に質問しようと努めると、親切にサポートしてくれる方ばかり。コミュニケーションが広がっていくとともに、新たな知識を得て視野も広がりました。

変化 仕事以外でもバドミントンや飲み会など
他部署の方も含めて人間関係が広がった。

環境の変化に乗っかれば 自分自身を変えることができる。

生産管理室では仕入先さまへの発注や納期調整などを行っています。部品の流れを大局で知った経験は大きな収穫です。以前の私はひとつの方法に頼る傾向がありましたが、知識の広がりによって臨機応変に考えることもできるように。メールやチャットに頼っていたやりとりも電話などコミュニケーションの幅を広げて、効率的になりました。変化を避けてきた私が、変化をポジティブに捉えられるようになったのは、異動を契機に新しい挑戦に踏み出せたおかげです。

気づき 未知のことへの不安はただの思い込み。
得られることの方が大きく、成長できる。

小谷さんにとって
「変化を楽しみ、
挑戦する」
とは?

どんな変化も、一度やってみる。
ダメならやめればいいという気持ちで



今回のテーマ

変化を楽しみ、挑戦する

実践者プロフィール

田原支部 小谷 美輝さん

2016年に入社して田原工場に配属。他拠点工場やボデーメーカーへのプレス品の出荷・発送に携わり、フォークリフトも操縦する。2023年の夏から約1年半、生産管理室へ異動。2025年1月より出荷・発送業務に戻っている。

推薦者 コメント

田原支部
副支部長
鷹巣 将之さん



誰にでもいつも明るく接する小谷さん。入社当時は、変化を拒み挑戦から避ける傾向が強く中々前向きな行動ができなかったようです。今では人財育成の一環での職場異動をきっかけに、変化を楽しみ挑戦する体現者へと変革。元職場に戻ってから一歩踏み出すことへ迷われている方への後押しを実践しています。

Day 04 サブスクダイエット

現在加入しているサブスクを見直してみよう! 無理に解約する必要はありません。

Point! 元を取るために時間を使ってしまっているものはありますか?

Day 06 いのちプロジェクト

一日の中で「いのち」と触れ合い、その息吹を感じ、素敵な「今」を感じてみましょう!



編集部でもやってみました!

「デジタルデトックスをしよう」と意気込むのではなく、スマホ以外のことに目を向けてみるだけで、自然とデジタルから離れて過ごす時間が増えていました。離れて得た最大の収穫は「自分が充実を感じられるのはどんな時間の過ごし方なのか」に気づけたこと。1日の満足度が上がり幸せな気持ちです。心身共に余裕が生まれ、元気が出てきました!

Day 03 The Short Good-Bye -スマホとしばしお別れ-

寝室、トイレ、お風呂、いずれかひとつの場所でOK。持ち込むことをやめて、ほんのひとときスマホがない時間を過ごしてみましょう。

Day 05 スマホを触りたくなったら、3分間本を読む

無駄にスマホを触りそうになったら本に置き換えてみるだけ。読みたかった本に手をつけるいいきっかけにも!



Day 07 3 Good Things を書いてみよう

一日を過ごしてよかったこと、感謝したいことを書き出すだけ! 「好きなご飯を食べた」などどんなことでも構いません。

Point! 自分の感情の機微に注目! 自分らしく向き合ってみよう。

教えてくれたのは



しょうだい 森下 彰大さん <https://digitaldetox.jp/seminar/digital-detox-advisor-program/>

一般社団法人日本デジタルデトックス協会理事。日本初となる通信講座『デジタルデトックス・アドバイザー養成講座』の講師として海外事例などを中心にデジタルデトックスの普及に務めている。近著『戦略的暇』(飛鳥新社)。

DIGITAL DETOX JAPAN



スマホの世界以外に目を向ける新習慣に挑戦!

デジタルデトックスの実践で最も大切なのは「すぐにできることにまめに取り組むこと」です。デジタルデバイスを切り離せない現代だからこそ、“自衛の意識”はとても重要。まずは“スマホ以外のことに目を向ける新習慣”からチャレンジしてみませんか。



さっそくAction!

7-DAY デジタル・デトックス

一カ月のうち一週間、1日1つ、スマホ以外のことに目を向けるアクションに取り組んでみましょう。デジタルを完全に手放すのではなく「少し離れて休む」意識で実践してみてください。

Point! 毎日できなくてもOK! まずはデジタルと自分の関係を意識することから始めましょう。

Day 02 歩行禅

歩行時に、しっかりと意識的・自覚的に歩いてみるだけ。「今、自分は歩いている」と歩行感覚に集中する時間をつくってみましょう!

Point! ほんの数分でOKです。「今」に集中し、心のさまよいを減らす時間を持つことが大切!



未来をかえる New Action

ウェルビーイング向上計画!

身体と心の健康や将来に役立つ新習慣・活動をご紹介します!

現在から未来につながる

持続的な幸せの実現(ウェルビーイング)を向上させるActionにレッツトライ!

今月のAction

デジタルデトックス

後編

check!

「7-DAY デジタル・デトックス」は月ごとにお題が変わります!



LINEのオープンチャットから誰でも手軽に参加可能な日本デジタルデトックス協会主催の無料プログラムです!

Day 01 使っていないアプリを削除

インストールアプリの平均数は103に対し、利用しているのは約40と言われています(2020年調べ)。アプリが103個より多い人は3個、103個または以下の人は1個、削除してみましょう!

iPhone [設定]→[一般]→[情報]→[App]
Android [設定]→[「アプリ」または「アプリと通知」]→[「すべてのアプリを表示」または「アプリ情報」]

※総数が表示されない場合は、手動で数える必要があります

卓球部

試合結果

第64回東海卓球選手権
ダブルス **優勝** 畑・杉浦組
シングルス **3位** 畑 直希

第47回全国ろうあ者卓球選手権
シングルス **優勝** 川口 功人

これからも全力で!



日頃より卓球部の活動にご理解・ご協力ありがとうございます。

応援いただいている皆さまに良い結果を報告できるように、全力で取り組んで参りますので、ご声援よろしくお願いいたします。

畑 主将

陸上競技部

試合結果

中部実業団対抗陸上競技大会
岐阜メモリアルセンター長良川競技場
2024年実績

男子の部 **優勝**
女子の部 **優勝**
男女総合 **優勝**
8位入賞者 **11名**

切磋琢磨して上位を目指す!



陸上部では、陸上競技を通じて横のつながりを深め、めんどろ見の風土を醸成しながら互いに切磋琢磨して活動。各実業団大会での上位入賞を目指しています。何事にも前向きに取り組む姿勢を職場に還元できるよう努力していますので、今後とも温かいご声援をよろしくお願いいたします。

千田 キャプテン

仕事と競技を両立して頑張る一般部。活動の様子と魅力をご紹介します!

今月のフォーカス

試合結果のご報告 vol.4

FOCUS ON! 一般部

今号は

24年にご紹介した一般部の試合結果をご報告します!

10月号掲載

男子バレーボール部
(サンホークス)



11月号掲載

卓球部



12月号掲載

陸上競技部



男子バレーボール部 (サンホークス)

試合結果

全国6人制バレーボール
実業団選抜男女優勝大会
準優勝

全国6人制バレーボールリーグ
グランドチャンピオンマッチ大会
優勝

明るい話題を提供したい!

いつも男子バレーボール部の活動にご理解・ご協力いただきありがとうございます。皆さまに明るい話題が提供できるよう、チーム一丸となり頑張っています。引き続き熱い応援をよろしくお願いいたします。

吉岡 キャプテン



POINT!

卵のつなぎ代わりにマヨネーズを代用することで手軽に!



3

マヨネーズを①の皮面のみに薄く塗り、
②のバットにマヨネーズがついた面を
下にして広げ、ゴマの衣をつけます。

完成!



4

フライパンにオリーブオイルを入れて熱し、
ゴマがついた面から中火弱で焼きます。

POINT!

アジの身がふっくらして、
ゴマが黄色くなってきたら
ひっくり返すタイミング!

焼き色がついたらひっくり返し、しばらくしてから
白ワインを入れて蓋をし、4分ほど火を通します。
器に野菜とアジを盛り付け、レモンを添えれば完成!

教えてくれたのは

● whole foods studio yuge



フードスタイリストとして活躍するオガワヒロコさんが運営する、料理教室兼ショップ、パーソナルキッチンアドバイザーとして暮らし方や家族構成に合う最善のキッチンツールを提案してくれます。実際に使用感を試しながら選べるのも魅力。教室は月に1回少人数制で開催。
愛知県名古屋市千種区姫池通2-25-2 AS末盛ビル1F



<https://yuge.sajikagen.com/>



調理時間
20分

ゴマを使って栄養価も満点!
お弁当にもおすすめの魚レシピ

簡単・時短でオイシイがウレシイ
ちゃちゃっと
レシピ

できるだけ手間や時間をかけずに
美味しい料理ができたなら…を叶えるレシピを紹介。
ちゃちゃっと料理をした後は、自分時間を楽しんで!

Vol.18 旬の魚を美味しく!「アジのセサミチーズソテー」

POINT!

茶こしなどを使うと
均一に振りかけられます。

作り方

1



アジに塩をして10分ほど置いたら水気を拭き取り、
身の部分(片面)に小麦粉を振りかけておきます。

ちゃちゃっとポイント

- 卵を溶く代わりにマヨネーズを代用!
- ゴマや粉チーズを混ぜるだけ
- 粉チーズやマヨネーズで味付け簡単!

【材料】2人分



- アジ(3枚おろし)…2尾分
- 塩…少々
- 白ワイン(水でも可)…大さじ1
- マヨネーズ…大さじ1
- 小麦粉…適量
- レタス、ペビーリーフ…適量
- ミニトマト…2個
- レモン(くし切り)…2切れ

- A 白ゴマ…大さじ2、黒ゴマ…大さじ1
パルメザンチーズ…大さじ1、
黒こしょう…小さじ1/2

2

バットにAを入れて
混ぜ合わせ、ゴマの衣を
つくります。



嬉しい機能付きで 雨の日も安心！

紫外線防止効果もある晴雨兼用傘

ベルト無しでたためるから手が濡れない！

●Shupatto アンブレラ 6,380円

傘を閉じると生地が軸に巻き込まれ、ベルトが無くてもたためるスパイラル機構の傘。傘を乾かしたい時は、少し開いた状態で干せる乾燥用ストッパー機能もついた優れもの。



閉じる時に生地が
軸に巻き込まれる
のでベルトいらす！

はっ水と防汚のW機能！

雨に濡れる前にしっかり防水！

●傘屋が作った防水スプレー 1,320円

大切な靴やバッグなどを雨から守るために使いたい防水スプレー。はっ水効果と防汚効果のハイブリッド処方、素材を選ばずスプレーできるのが嬉しいポイント。



15分で乾く速乾性がGOOD
スプレーしても

お気に入りの靴を雨から防御！

●A/D2エーディーーツー シューズ
レインカバー クリア M(23~25cm) 1,980円

お気に入りのシューズを突然の雨や泥ハネから守ってくれる、シューズ用のレインカバー。コンパクトにたためるので携帯にも便利！通勤通学だけでなく旅先でも活躍しそう。



さっと履くだけ！

たためる軽い
素材なので
持ち運び
しやすい！



●取材協力 栄ロフト

愛知県名古屋市中区栄三丁目4番5号
SAKAE NOVA 3~6F
<https://www.loft.co.jp/>

※商品の値段はすべて税込み価格となります。

内側は吸収性の高い マイクロファイバー生地

折りたたみ傘が濡れても安心

●吸水傘ケース 2Way ミニ 1,408円

雨に濡れた折りたたみ傘は取り扱いに困ることも。そんな時に役立つのがこの収納ケース。内側がマイクロファイバーになっているため、雨水を吸収してくれます。



バッグにも外付け
できるのが嬉しい！

すぐれmono紹介！

便利

アイテム帳

第42回

あると便利な
雨の日対策グッズ

雨に濡れた傘の対策に！



珪藻土素材よりも
吸水量・吸水速度が高い！

絞って何度も使える吸水力抜群のタオル

●スッタ シートタイプ ライトグレー 1,320円

濡れた傘をすぐに拭きたい時に便利な、絞ればすぐに吸水力が復活する折りたたみサイズのシート型タオル。コンパクトサイズなので、バッグに入れても場所をとりません。



持ち運びやすい
サイズ感も◎

日常生活に役立ちつつ、ほんのり癒しや楽しみももたらしてくれる、ちょっとユニークで使えるアイテムをご紹介します！



Thank
you
お便り
ありがとう!

「はあい」へのご意見・ご感想やヨムヨムへのお便りを紹介します!

Reader's Room

組合員のみなさんから
お寄せいただいた
お便りで作るコーナーです!



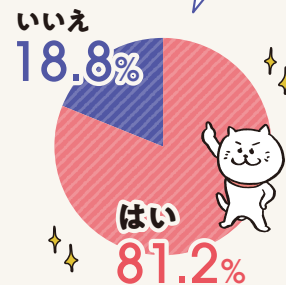
僕が投稿や
お便りを紹介するよ!

Reader's Room編集員
ヨムヨム

今月のテーマ

人から見習いたい、憧れるところ!

見習いたい人や
憧れている人は
いますか?



※はあい3月号アンケート回答より

ダントツ人気!

アスリート・有名人!

●大谷翔平。ものすごい場所でも怖気づかずに楽しく、自分らしくプレーしているところ。
●ばたやんさん(高岡支部)
●大谷翔平。人柄・努力・パフォーマンス。
●ゆりババさん(元町支部)
●大谷翔平。チャレンジ精神。
●ゆづちゃんさん(衣浦支部)

●イチロー。一言一言の発言がとても感慨深く、胸に刺さる。
●amiba24さん(高岡支部)
●柴崎岳。常に他人や環境のせいにならず、自分にベクトルを向ける所は尊敬しています。
●TACさん(生産・TPS支部)
●なかやまきんにくん。あの年齢であの肉体美、そして英語まで話せるのは本当に尊敬。そこに痺れる。

●所ジョージ。知的で遊び上手。
●Knotさん(田原支部)
●デイズニーキャストのいつも楽しく笑顔で働いているところ。
●ユウマさん(堤支部)
●芸人のとっさの一言や大喜利回答に憧れる。
●クリスチーネ剛田(生産・TPS支部)

●元上司のいつもポジティブで人を引き上げるところ。
●モスチキンさん(事業・営業・CF支部)
●私の母。80歳を過ぎても学ぶ好奇心が強いところ。
●くまおさん(住宅支部)
●会社の一つ年上の先輩。考え方や働き方をお手本にしています。
●なみさん(クルマ開発支部)
●職場の上司のどんなことにも対応する力。
●なつちゃんさん(田原支部)

身近にも!

●身近に見習いたい人がいるのはラッキーなこと! どんどん良いところを真似していきたいですね。



●3月号「便利アイテム帳」では、最近猫がブームだけど、ワンコもかわいく癒されました。
●あひるさん(元町支部)
●癒され文具もいいですよ。にゃんこ好き&全国のヨムヨムファンの皆さんは5月号のにゃんこアイテムも見返してみてください(笑)

●会社制度・取り組み「あれこれ探求学」について、こういった情報を目にする機会が少ないので掲載してくれるのはありがたいです。
●アルボナースさん(元町支部)
●制度や取り組みを「はあい」で知った時は、さらにT-Waveなどでチェックしたり、不明点などを職場役員や上司に確認すると良いですね!

●「ここそこニトヨタ」はホームページとは違って生の感じが見られる。
●ももさん(水素・CN・パワートレーン支部)
●これからも全国各地のリアルな職場情報をお楽しみに!

みてほしいです!

アンケートに答えると抽選でプレゼントが当たります!

テーマへの投稿、ご意見・ご感想、その他面白ネタなど、どしどしお寄せください! お待ちしております。

カバコネからの投稿

組合アプリ「カバコネ」をダウンロードしてね!

iOS、Android 共通

QRを読み取るか、URLへアクセス
https://yappli.plus/kabacone_flyer

ログインID 従業員番号(7桁) 初期パスワードは「生年月日」
パスワード 生年月日(8桁) 例)1991年1月1日生まれの場合
19910101

※ご家族の方は【ご家族の方はこちら】をクリック。ID・パスワード設定画面に入るには組合員ご本人の従業員番号が必要です。

KABANETから投稿

ログイン

ニュース

はあいWEB版を更新しました

アンケートはこちらから!

<https://www.kabanet.org/>

ユーザー名 KABA
パスワード 2019



クイズ

王国

家族や職場の仲間とレツツトライ!

クイズ王国
プリンス

5月号の答え

スモト	199
ト	3
+ モモ	+ 999
スキデス	1201

答えは

199 + 3 + 999 = 1201

クイズに答えてプレゼントをもらおう!

今月のクイズはうそつき推理

私は黒井さんよりも下の順位でした

青山

私は3位ではありません

赤木

赤木さんは3位です

黒井

クイズ制作 / ニコリ

問題

3人がカラオケ大会の順位を比べています。
3人の話から、1位の人を当てましょう。
ただし、3位の人だけがうそをついています。

1位的人是

さん

栄ロフト
セレクト!

うるおい
チャージ



今月のプレゼント

ダイブインマスク (3枚入)

ダイブインセラムがそのまま入った
高保湿密着バックです。エッセンスを
しっかり吸収するスペシャル保湿ケア!

応募はKABANETから

WEB <https://www.kabanet.org>
ユーザー名: KABA パスワード: 2019
ログイン→ニュース→はあいWEB版を
更新しました→「アンケートはこちらから」
で解答してね。

応募締切 2025年6月25日(水)

編集後記

春の大型連休は皆さんいかがお過ごしでしたか? 今回は飛び石連休に加えて物価高もあり、近場でちょっぴり贅沢に過ごす方が多かったようですね。私は連休前にもあれこれとやりたいことをたくさん考えたのですが、実際にできたのはせいぜい3つ... やりたいことを考えている時間が一番充実してるかも? 皆さんの素敵な思い出の写真をメッセージとあわせて「みんなのHAPPYコレクション」にぜひ投稿してくださいね! お待ちしています。

はあい Vol.38 No.441 2025年6月2日発行

発行/トヨタ自動車労働組合
企画総務局
愛知県豊田市丸山町10-5-1
TEL.0565-24-1101
FAX.0565-24-1177

発行人/鬼頭圭介
編集人/相地一宏
編集員/三村早保
編集/glassy株式会社
印刷/長苗印刷株式会社

読んだ、見た、心が動いた

私の気持ちに
GOOD SPACE!

本や映画、音楽に感動したり、刺激を受けたり、
元気をもらったりすることって、ありますよね。

この企画では、皆さんにおすすめしたい作品をご紹介します!

おすすめする人

職場活動局 部長 山村 理恵さん

特に最近ハマっていることはありませんが、ここ何年も続いている楽しみは、飼って4年目になる犬と散歩したり遊んだりすることです。一緒に過ごす時間が癒しで、日々の疲れをリフレッシュしています。

この本と出会ったきっかけは?

テレビで紹介されているのを見て、この本を知りました。「人生を変えた」というフレーズに興味を持ち、お笑いがどのようにして人の人生に影響を与えるのか気になって手に取りました。

おすすめポイントは?

高校時代のいじめを「いじめた相手を買めるのではなく、環境がそうさせた」と捉え、状況を変えようと模索し続けたせいやさん。その強さに私は、心を打たれました。そして、せいやさんを信じて支え続けたお母さんの姿勢からは、「子どもの人生は子どもが決める」という親としての大切な学びを得ました。人には無限の才能がある。せいやさんはお笑いだけでなく、文章力も抜群。この本の構成も素晴らしく、どんな人にも読みやすい内容です。

人生を変えた
コント

人生を変えたコント

「人生を変えたコント」
せいや(霜降り明星)
ワニブックス刊

どんな人に
おすすめしたい?

人間関係に悩む人、子どもを支える親、一歩踏み出したい人、どんな人へもおすすめしたいです。

運動部
応援
NEWS



トヨタ硬式野球部

レッドクルーザーズ



第96回都市対抗野球大会 東海地区2次予選

6/7[±] vs 寿々硬式野球クラブ

10:00

岡崎レッドダイヤモンドスタジアム

トヨタ自動車
硬式野球部
Instagram



@toyota.tm.baseball

★ PRESENT ★

4号連続クイズ 全問正解者の中から抽選で

★ 20名様にプレゼント!! ★

こどもぼうさい19点セット

こどものための防災セットです。棚などに収納しやすい
A4サイズボックス入り。親子で防災意識を高めよう!



4号連続クイズ
カバ美を
探せ!



毎号誌面のどこかに隠れているカバ美を見つけて
4号分のページ番号を合計してくださいね!

5月号
の
ページ

+

6月号
の
ページ

+

7月号
の
ページ

+

8月号
の
ページ

=

?

※4号連続クイズのご応募は8月号でご案内します