

トヨタ自動車労働組合

はあい

2026

July

Vol.39/No.454

7

Vision

一人ひとりが
変革の主役となり、
共創しつづける

+++
+++
+++



+++
+++
+++

特集

働き方の多様化に作業着も進化
マタニティ作業着
レンタル制度始まっています！

4号連続
クイズ

誌面のどこかに
隠れている**カバ太**を
見つけてね！





4号連続 クイズ カバ太を 探せ!

毎号、誌面のどこかに隠れている
カバ太を見つけてください!

※このページのカバ太は除く

4号分(5~8月号)のカバ太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/>



TOPページ

ニュース一覧

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。

たくさんのご意見・ご感想も
お待ちしております!

はあい 2026 July 7
Vol.39 / No.454

Contents

- 4 **特集**
働き方の多様化に作業着も進化
**マタニティ作業着
レンタル制度
始まっています!**
- 8 ぐらしの相談
教えて 私たちの仲間の議員さん
- 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
安全健康推進部 健康推進室 ウェルボ運営G
- 14 障子を開けて踏み出そう!
はじめての一步
- 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 **Be Challenger with 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**



クルマ開発支部 / がわっちさん



モルモット(ブイクン)の初入浴シーンです。不安
そうでしたが無事、体をキレイにできました。



1ステップで
簡単に投稿!



写真・エピソード大募集!

掲載者の
喜びの声



以前の職場の方や
同期から連絡を
もらいました!



家族と
職場メンバーも
喜んでいました!



QRがURLのフォームから
簡単に入力&投稿ができます!

<https://business.form-mailer.jp/fms/976e3866255773>

みんなの/
HAPPY
コレクション

皆さんのオフでのHAPPYを
写真とエピソードでご紹介します!



田原支部 / しめちゃんさん



我が家のぼんずくん、こたろうくん、そらくん
です☆ 滋賀県でのチワワexpoたのしかった~!



掲載者には
記念品をプレゼント

ガジェットポーチ

モバイルグッズをすっ
きり収納できるポーチ
です! ※画像は使用イメージ



New!

改善型作業着×マタニティ作業着

生地や高い機能性など
さまざまな改善を盛り込んだ改善型作業着に
妊婦さんに特化した機能をプラスしました。



上着

上着の裾にタックを追加してお腹周りに膨らみ
を持たせました。体型の変化に合わせて最大
16cm拡張できるサイドフィット機能も追加。



パンツ

ウエストに伸縮に優れたゴム編みの生地を使用
でお腹に優しくフィット! 体型の変化に合わせて
変更できるウエスト調整機能も付いています。

※安全性確認のための着用例(妊婦ではなく、モデルによる再現)



開発者Voice



職場に馴染むよう配慮したデザインです!

素材材生技部 矢内 紫織さん

「周囲に過度な気を遣わせないようにしたい」「さりげ
なく着用したい」という、多くの妊婦さんの声に配慮し
て、通常の作業着とデザインを統一。一見してマタニ
ティ用とわからないように仕上げました。

作業着の改善と マタニティ作業着 レンタル制度

始まっています!

「困っている人を助けたい」という想いから、2023年、
作業用品の改善プロジェクトが始動。2025年12月改善型作業着の販売開始、
2026年1月にはマタニティ作業着のレンタルが開始となりました!

30年以上変わっていなかったトヨタの作業着

「最新の作業着と比べても遜色ないほど品質が高い」とアパ
レルメーカーが驚くほどの完成度。ただ、ポケットの大きさは
鉛筆やPHSなど当時の持ち物に合わせて設計されたままな
ど、ミスマッチによる困りごととも明らかになってきました。



まずは日常の不便さを解消する作業着の改善から

固定電話が廃止され、スマホ2台持ちなど現場に必要な持ち物や作業環境は
時代とともに変化。日常的な不便に作業着が労力・時間・お金を使って対処しています。



はつれたポケットを
自分で縫い直す、
テープで補強する。



袖留めのマジッ
クを縫い直す、接
着が弱くなった
のでクリップで留
めている。

など...

スマホが落ちないよ
うに胸ポケットを押さ
えてかかむ。

ポーチを自前で購入して
カウビナで腰に装着する。

作業着を改善する過程で見えてきた 妊婦さんが抱える苦勞

- ・トヨタで働く夫の作業着を借りて着用している
- ・自費で大きなサイズを購入している
- ・お腹の成長に合わせて何度も買い直している





マタニティ作業着 レンタルの流れ

1. 申し込み

専用窓口へメールもしくはT-waveに
掲載の申請書で申し込みしてください。

専用窓口メール

ag-rentalwear@mail.toyota.co.jp

T-Wave

T-Wave▶Quality of Life▶ライフシーンから
探す▶出産・育児▶作業着マタニティウェアレ
ンタル

2. 受付・在庫確認

在庫の有無を確認してご連絡します。これま
で在庫がないケースは発生していませんが、
万が一在庫切れの場合は前後サイズの有無
や利用可能日程などのご案内をします。

3. 発送

在庫を確認した後、社内便にて職場へ
発送いたします。

レンタル期間が終了したら
そのままご返却ください。

検品(破れ、ほつれ、忘れものなど)を実施した後、レ
ンタルサービス運営側でクリーニングを実施します。

レンタル制度利用後の
ご感想やご質問・ご意見など
ぜひお寄せください！

ag-rentalwear@mail.toyota.co.jp



なりました。
徳田 完成したマタニティ作業着
には、改善型作業着の高い機能
性をすべて搭載しています。例え
ば横から出し入れできる「縦型
のポケット」。かगंदでも物が落
ちにくくスマホなど大切な物も
安心して入れられます。生地を
変更したことによって「丈夫では
つれにくい」「シワがつきにくくな
った」と現場から好評です。

妊婦さんに最適な
レンタル制を導入
佐藤 マタニティ作業着は産後が
難しく、購入すると通常の作業
着の3倍近い高額になります。
使用期間も産休まで約3カ月と
短いためレンタル制で妊婦さんの
負担をなくしたいと考えました。
矢内 利用している妊婦さんから
は「お腹が大きくなっても動きや

すく安心」「長時間着ても締め付
けがない」「職場で浮いた感じがし
ない」と好評です。
読者の皆さんへ
メッセージ
徳田 一人ひとりが充実して働く
ためのツールとして、ぜひ改善
型作業着を知っていただき、積
極的に活用してほしいです。
矢内 仕方ないと諦めず、**「当た**

り前」を疑ってみることで良い方
向に進んでいけるということを実
感しました。皆さんもぜひ身の
回りの作業環境に目を向けてみ
てください。
佐藤 適切な作業着の着用は周り
で働くメンバーの安心感にも繋
がります。皆さんが安心して長く
活躍するためのひとつのツール
として、マタニティ作業着のレン
タルを気兼ねなく活用してくださ

Special Talk!



— マタニティ作業着のレンタル制度に込められた想い —
作業着の改善で快適・安全な環境づくりを支えたい

トヨタ自動車で改善型&マタニティ作業着を開発し、
トヨタパーソナルサポートでレンタル制度を構築



作業着の開発
素形材生技部
矢内 紫織さん

作業着の開発
成形生技部
徳田 貴拓さん

レンタル制度構築・運用
トヨタパーソナルサポート株式会社
佐藤 優子さん

「何とかしたい」という
想いから始まった
徳田 私は自動車の樹脂パーツの
生産設備に携わり、多くの工場
で現場の方と関わってきたので
が、以前から「作業着が使いにく
い」と感じていました。
矢内 私も、生産準備やライン構
築に携わる中で、現場に近い立場
で業務を進めてきました。現場
で見てきたのは作業着が「会社の
支給品だから仕方ない」と自ら作
業着を縫ったり付け足したり工
夫する姿。自分たちができるこ
とはないかという強い想いが徳田
と合致。一緒に時間外の自主的な
活動として動き出しました。
ペインから
解決策を導き出す
徳田 作業着の開発にあたり、
メーカーさんなど100社以上
に声をかけて情報収集。現場で
は作業着の困りごとをヒアリン
グしたのですが「特になし」「これ
が当たり前」という声ばかり。具
体的な要望は出ませんでした。
現場に埋もれていた
妊婦さんの苦勞
矢内 現場で上がったのは妊
娠中の方々の切実な声。「夫の
大きな作業着を借りている」「自
費でお腹周りが大きいサイズを
買い直した」という実情です。
妊婦さんに向けた専用の作業着
もつくらないといけないと痛感
し、人事部主導の「工場の景色
を変えるプロジェクト」に参画し
て作業着の改善を進めることに

くらしの
相談

教えて！ 私たちの仲間の議員さん

政治をもっと、あなたのすぐそばに。

「組合員と家族の真の幸せ」と「トヨタと産業の持続的成長」を実現するために、
今日もどこかで動いている仲間の議員の
取り組み・活動を紙面+動画で紹介します！

ぜひQRをクリックしてYouTubeをご覧ください。



田原市

えぐち
江口 ひでかず



現任の平松さんから、くらしの相談対応内容に加え、これまでの想い、そして地域の皆さまの願いをしっかりと受け継ぎました。真面目に働く人が報われる、人にやさしい社会を実現するために「みんなの声」を聴き、本気で取り組みます！

【出身職場】田原工場 車体部
【担当職場】田原工場 工場統括・品質管理・組立・車体

担当支部
全支部

地域と皆さまへの想いに本気で向き合います！



想いを託し 引き継ぐ

はい！しっかり受け取りました！

【くらしの相談】平松さんから後任の江口さんへ！
これまでの活動と皆さんの想いが引き継がれます
【平松あきのり 江口ひでかず/田原市】

組合員の皆さま、地域の皆さまへ。幅広い範囲で困りごとに対応する平松さんの姿をご覧ください！後半には後任の江口さんへ想いを託す場面も！

田原市

やなぎもと
柳元 ひろゆき



【出身職場】田原工場 エンジン製造部
【担当職場】田原工場 エンジン製造・塗装成形・レクサス製造

担当支部
全支部

YouTube



現地現物で
困りごとを解決！

【くらしの相談】困りごとを現地現物で確認！丁寧な対応で困りごとを解決！【柳元ひろゆき/田原市】

現地動画を交えながら困りごと解決事例を幾つかご紹介いたします！動画の中では時々お茶目な姿も出てきます！

豊橋市

およべ
及部 かつひろ



【出身職場】
田原工場 レクサス製造部

担当支部
全支部

YouTube



新アリーナ建設
冠水・渋滞対策
命を守る道
及部かつひろ
現場レポート！

【くらしの相談】豊橋のまちづくりを徹底解説！新アリーナ建設から渋滞対策まで最前線をレポート【及部かつひろ/豊橋市】

「豊橋のあの場所これからどうなるの？」スポーツやエンタメの拠点となる新アリーナの計画、長年の課題だった渋滞・冠水トラブルの解消、明海町で建設中の災害時に「命を守る道」。生活に直結する取り組みを及部かつひろがレポート！

くらしの相談をするには

くらしの相談システム

スマホやPCでできるオンライン相談窓口。あなたの「困った」がくらしの相談担当の議員に届きます！

<https://kurashino-soudan.jp/>



くらしの相談トーク

担当議員と直接話ができる組合のオープン相談会もぜひ利用してください！

CB年金を年金として受け取る方法（勤続20年以上のみ）



CB年金は退職時に一括で一時金として受け取るほか、勤続20年以上の場合は年金で受け取る方法が選択できます！

終身型

一時金を20年で分割し、利息をつけて支払。20年を過ぎた後もお亡くなりになるまで受け取ることができます。

5年有期型

一時金を5年で分割し、利息をつけて支払。5年間受け取ることができます。

5年前厚終身型

5年有期型と終身型を半分ずつ組み合わせて受け取り。

	60歳	65歳	80歳
終身型	亡くなるまで同水準の年金額を受け取り（20年保証）		→
5年有期型	5年間で受け取り完了		
5年前厚終身型	5年有期型の半分		
	終身型の半分		→

お役立ちインフォメーション



受取額の試算や、勤続20年未満の方の受取方法も確認できます！

「トヨタ自動車企業年金基金」のサイト

TOP

加入者の方

パスワード:tmpfka

<https://www.toyotakikin.jp/kanyu/>



サイト内の「動画でわかるトヨタの年金」では動画でわかりやすく解説しています！

T-Waveからもアクセス可能

TOP

Quality of Life

トヨタ自動車企業年金基金

トヨタ自動車企業年金基金 メールアドレス・LINE登録

保養所やセミナー情報、年金制度情報を定期的に発信しています。ぜひご登録ください！

メールアドレス登録
こちら



LINE登録
こちら



執行部からのメッセージ

退職金や年金の制度を正しく知ることは、これからの人生をより自由に、自分らしく楽しむためのヒント。世代を問わず、まずは制度を覗いてみてください。多様な選択肢の中から、自分にぴったりの形を見つけることが、豊かな明日へと繋がります。

DC年金（確定拠出年金）については「はあい5月号」をご覧ください。



CB年金の受け取り方法

今月のテーマ

【CB年金（確定給付年金）】制度を解説

TMCでは確定給付年金（DB年金）のことを「CB年金」と呼んでいます。

皆さんは、退職金をどのように受け取るかご存知でしょうか？今回は退職金の54%であるCB年金（確定給付年金）の受け取り方法を解説していきます！

会社制度・取り組み

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！

退職金の内訳

退職金には、一括で受け取る「退職一時金」と、年金または一時金受け取りが選択できる「DC年金（確定拠出年金）」・「CB年金（確定給付年金）」があります。

	退職金構成内訳	退職金の構成内容
退職金	35%	退職一時金 一括で受け取り
	11%	DC年金（確定拠出年金） 年金または一時金で受け取り
	54%	CB年金（確定給付年金） 年金または一時金で受け取り

※退職金の構成内訳：労使にて取り決め



今回はCB年金（確定給付年金）を解説していきます。CB年金とは在職中に掛金（全額会社負担）を基金に積み立て、運用することで、退職後に一定の利息を付与して給付する制度です。

退職金の確認方法

WEB明細票「あなたの資産状況」の退職一時金（P）・CB年金（P）に1万をかけて、金額を算出します。

右のWEB明細例の場合
退職一時金（P）1,238×1万
CB年金（P）1,422×1万

WEB明細例

（3）退職金（毎年4月算出、1ポイント（P）＝1万円）

退職金ポイント	定年（ ）内は自己都合
退職一時金（P）	1,238 （ 1238 ）
内 DC控除額（円）	2,026,788
CB年金（P）	1,422 （ 1422 ）
基礎ポイント（P）	58

退職金の内訳と確認方法

健康づくりの仲間たち

ウェルポ運営Gの皆さん

(前列左から)

高井 あいさん・鈴木 加奈子さん・川合 晃子さん
北原 崇章さん・森谷 紋子さん・浅井 萌花さん
酒井 有香さん

(後列左から)

福岡 美佳さん・神谷 愛さん・田中 遥賀さん
宇藤 優里奈さん・門田 直樹さん・加藤 菜月さん
黒原 未来さん



職場を拝見!

今月の職場

安全健康推進部 健康推進室 ウェルポ運営G

「健康支援センターウェルポ」は愛知県豊田市の南東部、トヨタ自動車本社から車で約15分ほど、旧フォレストヒルズの敷地内にあります。緑豊かな環境にある、健診施設です。



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。

元気に働き続ける体づくりを支える健康支援施設

ウェルポトピックス

トヨタ自動車健康宣言



健康による生命力を、植物が芽吹き地面から力強く伸びる姿で表現。

マシュマロチャレンジ!



チームワークや雰囲気づくりで活用しています!

グループ内でウォーキングイベント!



健康意識の高まりとともに、コミュニケーションの活性化にもつながりました。



肌診断▶

今の肌状態の正確なデータをお届けできるよう、手早く習熟した手技で運用します。

大人気コーナー

◀ダイバーシティ対応

聴覚に障がいのある方にも安心して参加いただけるよう、音声認識アプリやApple Watchを貸し出し、快適に過ごせる工夫をしています。



◀朝礼で手話練習

本日の受診者数や配慮が必要な受診者の情報をスタッフ間で共有。毎日少しずつ手話の練習もしています。



楽しい休憩時間▶

仕事の合間のリフレッシュ時間。こうした何気ない交流が、円滑な業務運営につながっています!

一緒にひと息♪



「ウェルポ」はウェルネス（健康づくり）とポジティブ（積極的）の造語です。トヨタ自動車健保組合加入会社の従業員・配偶者を対象に、4年ごとの節目健診を実施し、疾病の早期発見と予防に取り組んでいます。さらに学習会を通じて生活習慣の見直しを促し、一人ひとりの健康意識向上と継続的な健康改善を支援する健康づくり拠点です。

ヘルシーランチ



仕事のやりがいや力をいれていること

受診者さまから「今日ここに来てよかった」とのお言葉をいただいた時や、疾病の発見で早期治療介入につながられた時に大きなやりがいを感じます。不安を感じやすい検査では内容を事前に丁寧に説明することを心がけています。

一緒に働く仲間たちについて

ウェルポの健診は医療職だけでなく技能職の方などさまざまな職種の方と一緒に運営しています。職種の垣根なく意見交換できるフラットな環境で、健診や学習会を円滑に進める明るく働きやすい職場です。

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

花火職人体験会 講義&工場見学& 花火づくり体験

MYプロ

花火を知る講義&見学

完成前の花火玉



花火はいつの時
代から始まったか
知っているかな?

花火勉強会



ふむふむ
なるほど!

星込めを見学



「星(ほし)」と呼ばれる
発光剤の粒を花火玉に
詰める工程です。
隙間なく丁寧な職人技!

花火づくり体験



火薬がない模擬玉をつく
るので、小さなお子さまも
安心・安全に楽しめました!



没頭中です!

世界にひとつだけ
オリジナル花火玉づくり!



組合員さんご家族が参加
大人10名・子ども11名

実施日 2026年4月26日(日)

場所 有限会社 豊田煙火

豊田市を拠点に全国各地で革新的な花火
イベントを展開する「豊田煙火」。伝統を大
切にしながら、音楽や最新技術を融合させた
「先進のショーイベント」へと花火を進化さ
せているプロ集団です。

公式
ホームページ
こちらから



<https://toyotaenka.co.jp/>

一瞬の輝きに込めたものづくりの真髄

ものづくりの楽しさを体感し、世界に一つだけの作品づくりを通じて思い
出に残る時間を提供するとともに、参加者同士の交流や新たなつながり
を生み、日常に彩りを添えるきっかけにしたいという想いで企画しました。

豊田煙火 青山さんからメッセージ



青山 豊さん

花火の世界に入って約半世紀、おいでんまつりをはじめ毎
年多くの花火大会で夜空というキャンバスを華やかに彩り
続けています。花火の色や間(ま)にこだわり、“脳裏に残
る花火づくり”を手掛けています。

花火の歴史・つくり方を
知ることができて
勉強になりました!

花火の実際の
大きさに驚きました
(直径180m
バンテリンドームぐらい)

参加者の声

自分だけの花火が
できたので
大切にします。

花火を打ち揚げるために
大変な準備があると
知りました。

今年の花火大会の見方が変わります!

今後の注目企画

8/2(日) お皿の絵付け体験第2弾

ご好評につき第2弾開催! オリジナルのお皿づくりを
楽しめる絵付け体験イベントです。

募集期間 7/8(水)まで

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!





高千穂あまてらす鉄道

2005年に廃線となった旧高千穂鉄道の線路を利用して走るグランド・スーパーカート。高千穂鉄橋最高地点(105m)でカートは停車。眺めをじっくり楽しめます♪強化ガラスの床部分を覗けば、さらにドキドキ! 30分の乗車は非日常感たっぷりの人気アトラクションです!

- 場所** 西臼杵郡高千穂町大字三田井1425-1 (旧高千穂駅駅舎内)
- 時間** 【受付時間】9:00~15:25
※事前予約はできません
【運行時間(1日10便)】9:40~15:40
- 定休日** 毎月第3木曜
※雨天・強風等は休業の場合あり
- 料金** 【入場料】100円(環境整備費として)
【グランド・スーパーカート】
高校生以上2,300円 小・中学生1,500円
未就学児800円

絶景が楽しめる30分旅!



運行状況や時刻表を確認しよう!

あまてらす鉄道公式サイトで事前に確認しておくと便利です!
<https://amaterasu-railway.jp/>



天岩戸神話の舞台となった 伝説の地



天岩戸神社(あまのいわとじんじや) 天安河原(あまのやすかわら)

天岩戸神社の西本宮には天照大神がお隠れになった天岩戸がご神体として祀られています。その西本宮から徒歩約10分の場所にあるのが「天安河原」。天照大神が天岩戸に身を潜め世の中が闇になった際、八百万の神々が集まり神議したと伝えられる場所です。

- 場所** 【天岩戸神社】西臼杵郡高千穂町岩戸1073-1
- 時間** 【社務所・授与所】8:30~17:00



高千穂神楽(たかちほかぐら)

毎年11月中旬から翌年の2月上旬にかけて、約20の集落ごとに夜通し奉納される「高千穂の夜神楽」。神事の季節以外にも夜神楽を楽しめるのが「高千穂神楽」です。三十三番の神楽から代表的な四番を毎晩奉納しています。

- 場所** 【高千穂神社境内の神楽殿(畳の広間)】
西臼杵郡高千穂町大字三田井1037
- 日時** 毎晩 20:00~21:00
※12/31・1/1はお休みです
※11/22・23「神話の高千穂神楽まつり」
まつりの神楽をお楽しみください。
- 拝観料** 1人1,000円(小学生まで無料)

ご予約・詳細は観光協会の公式サイトで
確認ができます!



お問い合わせも高千穂町観光協会にご連絡ください。
<https://takachiho-kanko.info/kagura/information/>

●写真提供・掲載協力:一般社団法人 高千穂町観光協会 <https://takachiho-kanko.info/>

高千穂町ってどんなところ?



高千穂牛など
ご当地グルメも
楽しみたいね♪



宮崎県北部に位置する西臼杵郡にある高千穂町。日本神話の舞台となった町として暮らしに神話が息づき、伝統が受け継がれています。九州山地の山々と渓谷、雄大で美しい自然が作り出す景色など見どころいっぱいの人気エリアです!

おすすめ
スポット

非日常な体験を満喫する!

神秘の大自然と渓谷美を体感!



遊歩道の散策も
あわせて
楽しみたい!



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

宮崎県高千穂町

高千穂峡(たかちほきょう)

約100mから平均80mの断崖が約7km続く雄大な峡谷美として知られる高千穂峡。阿蘇山の火山活動で噴出した火砕流が冷えて固まり、五ヶ瀬川が侵食してできた景観は国の名勝・天然記念物に指定されています。日本の滝百選に選ばれた「真名井の滝(まないのたき)」のほか、神話や伝説ゆかりの見どころスポットも多数! 貸しポートを利用すれば、水面から断崖や滝を見上げる迫力ある体験が楽しめます♪

- 場所** 西臼杵郡高千穂町大字三田井御塩
- 入場料** 無料

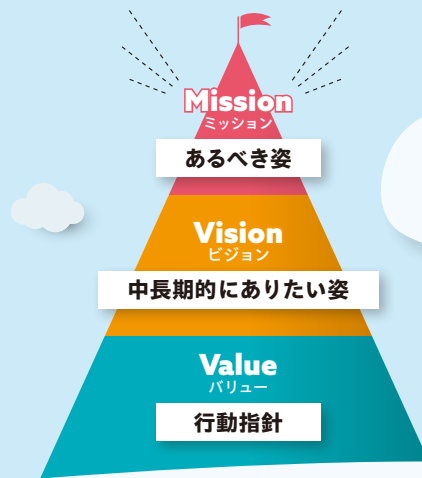


貸しポートは事前予約しておこう!



繁忙期は当日券販売がない場合も。
詳細のご案内・事前予約などは観光協会の公式サイトでご確認いただけます!

<https://takachiho-kanko.info/boat/detail.php>



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

私のアクションエピソード

金子さんが日々意識して 行動していることは?

大きな課題は上層部に届きますが、日々の些細な困りごとはなかなか声が上がりず現場にたまりがち。私はフロアを歩く際もメンバーの顔や表情をよく見るようにしています。人が集まり、相談している場所があれば「何かあった?」と積極的に入り込むことも。自分から気づき、声を掛けることが大切だと思います。

「助けてくれる人」がいることが 前向きな力になることを実感。

私は長年、車載 ECU で車両の不具合を診断する機能「ダイアグノーシス」の開発に携わってきました。2024 年に異動した現部署では、市販車両の膨大なデータを活用して新たなサービスの開発や「もったいウルマづくり」につながる価値創造を手掛けています。電子技術から畑違いの領域に飛び込んできた私を温かく受け入れ、サポートしてくれたメンバーたちへ恩返し的心态で「自分ができることでの助けになりたい」と強く意識するようになりました。

気づき 自分から声を上げるのが難しい状況を
気づいてもらえることのありがたさ。

大切なのは「We」の視点で 何が必要なのかを考えること。

私たちの領域で「データ収集基盤の開発」と「データ活用」の担当で互いの情報やニーズがつかない課題がありました。そこで私は車載機器設計の知見と人脈を活かした橋渡し役に。野球で誰の守備範囲でもない隙間にボールが落ちることがありますが、担当者の隙間にある課題を拾い上げて解消へ動きだす役割です。「誰が」ではなく「どう」解決するか。「I」から「We」の視点へ意識や行動を変化させていくことで、いざという時に助け合う関係が広がっていきます。

効果 上司の後押しもあり、部署間の連携が
広がって効率的な組織変更につながった。

金子さんにとって

「助け合う」とは?

助けることは、助けてもらうこと。
いつか自分に返ってくるものです。



今回のテーマ 助け合う

実践者プロフィール

コーポレート支部
金子 健さん

2016 年 TTDC からトヨタ自動車へ転籍。長年ダイアグノーシス(車載 ECU の自己診断機能)の開発に携わった後、現在はコネクティッド基盤開発部で市場を走る膨大な車両から新たな価値を生み出すデータ活用の推進役を務める。

推薦者 コメント

コーポレート支部
副支部長

山中 亮汰さん



金子さんは職掌や部署を越えて積極的に関わる取り組みを進めています。また、メンバーの悩みや頑張りを上司に伝えたり、逆に上司の意図を噛み砕いて伝えたりすることで、お互いの信頼関係を深める役割も担う存在。金子さんのように自ら縦横斜めの関わりを増やす動きを広めるため、ご紹介させていただきました。

トヨタで働く皆さんへ 周りの人に興味を持ちましょう!

「身近な人が何を考え、何を大切にしているか」周囲に興味を持つことが、自分も興味を持ってもらえることにつながり、いざという時に助け合える関係になります。「誰のために何ができるか」を考え、挨拶からでも良いですし、会議の後の立ち話でも良いので、アクションを起こしてみてください。つながりの広がりは、組織を変えるような大きな動きになることもあります。

カバディの見どころ

両チームが攻守を繰り返すスピード感



戦術やフォーメーションがどんどん変化！30秒のタイムアタックをハーフで男子は20分、女子は15分繰り返す、息つく間もない展開にドキドキ！

「アンクルホールド」の衝撃

守備側がレイダーの足首を掴んでなぎ倒す大技。一瞬の隙を突く電光石火のタックルは迫力満点！



味方が得点するとアウトになった味方が「復活」！



レイダーは複数人タッチして自陣に戻れば、人数分得点可能！得点と共に、アウトの味方も復活するため、残り1人になっても、複数得点すれば、一気に味方が3人、4人と復活し、形勢がひっくり返ります。

+ Learning

攻撃中は静かに！

カバディは、審判が「攻撃側のキャント（声）が途切れていないか」を耳を澄ませて確認し、選手もまた相手の呼吸や足音を察知して動く競技です。レイダー（攻撃手）が敵陣に入っている間は声援を控え、静かに見守るのがマナー。レイダーが自陣に戻った瞬間、またはアンティ（防御側）がレイダーを完全に捕まえたタイミングで、拍手や歓声で選手を称えましょう！

次回は、
セバタクロー編！

競技の魅力をご紹介します。

第20回アジア競技大会開催！ 熱戦の感動をわちあおう！

9月19日～10月4日、アジア最大のスポーツの祭典「アジア競技大会」が32年ぶりに日本で開催、愛知・名古屋へやってきます！メジャー種目の他、アジア独自の伝統競技が観戦できるのが最大の特徴です。全4回にわたり、アジア伝統競技やパラ競技のルールや見どころをご紹介します！観戦を通じて感動を分かち合う、心豊かなウェルビーイング習慣を楽しんでみませんか？



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

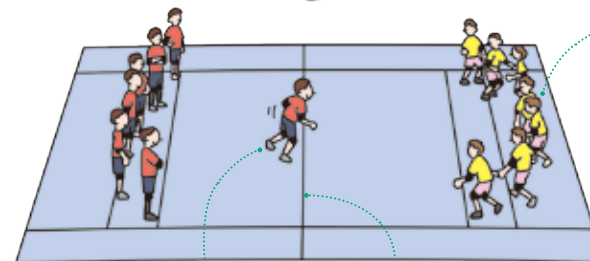
アジア大会を 楽しむ

カバディ編

コート上の格闘鬼ごっこ「カバディ」



インド発祥の伝統競技。攻撃側（レイダー）は、「カバディ」という掛け声（キャント）を絶やさず、30秒以内に相手（アンティ）をタッチし、自陣へ戻れば得点、できなければアウト。タッチせず無得点で自陣へ戻るのも戦略のひとつ！攻撃側1名、防御側7名で戦い、1回の攻撃ごとに攻守交替します。



アンティ

レイダーから逃げて相手の得点を防ぐ！レイダーを捕まえて自陣に戻らせないか押し出せば得点も可能！

Point!

レイダーにタッチされた瞬間鬼ごっこは格闘技に！！レイダーが自陣に戻れないようなタックルやダイブで足を止めます。

レイダー

1人で敵陣に乗り込む。得点すればタッチしたアンティをアウトにできる。

ミッドライン

レイダーがラインを越えると30秒カウントダウンがスタート！

Member&Staff

三好・明知工場第1DL製造部
主将 刈脇 和也
パワートレーン認証部
副将 泊 裕介
水素基盤開発部
長野 拓士
新事業企画部
河田 則彦
高岡工場 塗装成形製造技術部
小林 均
電池研究部
千村 諒
堤工場 車体製造技術部
吉留 大樹
衣浦工場 駆動H-EV製造技術部
西川 剛史
先行電池プロジェクト推進部
政岡 壮太
高岡工場 組立部
下村 拓也
アライム・ラボ・エンジニアリング(株)出向中
船引 誠馬
モノづくりエンジニアリング部
市川 剣都
物流・情報製造技術部
伊藤 厚陽
車両技術開発部
天野 裕也
高岡工場 統括部
高木 明良
アルゼンチン出向中
土橋 慧亮
中国出向中
新田 航生
インドネシア出向中
酒井 来征

部長・監督・スタッフ

BRパワートレーン性能開発室
部長 坂本 貴紀
テクニカル統括部
監督 小松 徹
TC車両性能開発部
幹事 大池 開平
本社工場 水素開発製造部
会計 山下 修司
トヨタ記念病院第四診療室
コーチ 桂川 健司

直近の試合予定

【7/11(土)・12(日)】
第40回実業団対抗トーナメント(A)
東海予選(団体戦)

【7/25(土)・26(日)】
国スポ第47回東海ブロック大会
(出場:伊藤 厚陽)

選手直伝 Onepoint

覚えてくれたのは...

入部2年目 伊藤 厚陽さん
学生時代から全国レベルの実績を
重ねる。今年の国体予選で県代表
になり、7月に東海大会に出場予定!



バックハンドは左手6~7割、
右手3~4割の力加減で! ※右利きの場合

利き手の力を入れるとコント
ロールが難しくなるため、逆の
手で押し込むイメージで balan
スを調整します!



すぐにはできないの
で、練習で地道に
体に覚えこませよう!

ボールに入る際に踏
み込む足は「かかと」
から着地。お尻の筋
肉が使えるので、ショ
ットが安定します!

覚えて!

おすすめの

自主トレーニング方法

捻転運動

スイングの深さとパワーに直結する捻転動作。普段
からラケットをかつぐようにして、捻転動作を反復する
ことで、可動域を広げるようにしています。ほうきや傘
なども使えるので、テニスをしない方も自宅での軽い
運動に取り入れてみてください!

実践しているトレーニングメニュー

30分程度の短時間で日によってジムでの
トレーニングを使い分けています。

・デッドリフト ・スクワット ・ベンチプレス など

Be Challenger! with 一般部



硬式テニス部

活動場所 トヨタスポーツセンター 第2庭球場

活動日 水・金 19:00~21:00 土・日 9:00~12:00



ある1日の全体練習メニュー

- 9:00 アップ
準備&アップ
- 10:00 基本メニュー
各ショットのレベルや
精度アップ
・サーブ
・レシーブ
・スマッシュ
・ボレー
・ストローク
振り回し練習
左右に走りながらストロークを打ち、
体力アップ
- 11:00 パターン練習
試合を想定したポイントを取
り切るための練習
- 12:00 コート整備
4/25(土)・26(日) MAZDAさんと交流戦を実施

POINT!

赤身と脂身の境目にある筋に1.5センチ間隔くらいで切り込みを入れておくと焼いたときの反り返り防止に。



豚肉は筋切りをし、塩、黒こしょうをふっておきます。焼く直前に片栗粉をまぶします。

4

フライパンにごま油と③のにんにくを入れ、香りが出るまで弱火で熱したら、④の豚肉を入れて中火で7~8分、裏返してから3~4分ほど両面しっかり焼き目をつけるように火を通します。



5

POINT!

豚肉をフライパンに入れてからはあまり触らないのがキレイに仕上げるポイントです。表面に肉汁が出てきたときに裏返すタイミングの目安。

完成!



6

1度火を止めてから②のソースを入れ、再点火してとろみがつくまで熱します。その後、器に①の水を切ったキャベツと一緒に盛りつけ、お好みでマヨネーズを添えれば完成。

教えてくれたのは

●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適な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。

yuge
FOOD LIFE STUDIO



愛知県名古屋千種区春岡通7丁目35-9 吹上ユニゾン2F



調理時間
30分

豚肉のビタミンBや梅のクエン酸が夏の疲れを美味しくサポート

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れば…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.31 夏バテ知らずのスタミナ料理といえば…「トンテキ! 梅肉ソース」

作り方

キャベツ、大葉は千切りにして水にさらしておきます。



1

ちゃちゃっとポイント

片栗粉を活用して簡単にとろみ付け!

【ソースをつくります】



2

梅干しは種を除き、果肉部分をペースト状になるまでしっかりと包丁で叩いてから、他の材料と合わせます。

にんにくを薄切りにします。



3

【材料】2人分



●豚肉 (ステーキ用)…2枚
●塩、黒こしょう…少々
●にんにく…1片
●片栗粉…大さじ1
●ごま油…大さじ1
●キャベツ…2枚
●大葉…4枚

【ソース】
●梅干し…大1個
●みりん…大さじ1
●酒…大さじ1
●水…大さじ1
●しょうゆ…小さじ2

ボディまでめかりなく 紫外線カット!

サッと着けるだけで
腕の日焼け対策に

●接触冷感アームカバー
2,200円

日傘メーカーならではの
機能性を詰め込んだ接触冷感アームカバー。
UVカット率96~98%、UPF45~50+で腕の紫外線対策も万全!
持ち歩きしやすい薄くて軽い素材も◎。

コンパクトに
ためて
持ち運びも
便利!



合わせるファッションを
選ばないベーシックカラー



はっ水防水加工
されているから雨傘
としても使える!

収納袋にはバッグに
取り付けられるカラナビ付き!

軽さも機能性も妥協しない高機能日傘

●遮光エアリアルタイニー ラベンダー
4,070円

軽やかなニュアンスカラーが魅力のコンパクト日傘。
遮光率100%の高機能タイプながら、
約147gの超軽量でバッグにすっぽり収まるサイズ感。
お出かけ時に大活躍間違いなし!

家族でシェアできるUVジェル

●紫外線予報 さらさらUVジェルF
1,980円

サッと肌になじみ、塗ってすぐに服が着られる
さらさらタイプのUVジェル。お子さまにも使える
やさしい処方で、石けんで落とせるのがうれしいポイント。

家族みんなで
使える大容量
サイズ



ベタつかず白くならない
透明ジェルタイプ

●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。
※人気商品につき完売している場合もあります。詳しくは店頭スタッフまで。

気になる首や胸元まで
紫外線対策できるのが
うれしい!

顔も首も徹底ガードする
高機能マスク

●YOKI フェイスカバーマスク 2,200円

UVカット率99%以上、UPF50+の高機能フェイス
カバーマスク。接触冷感素材に加え、メントール加工で
ひんやり快適な着け心地! 口元に開きがあるため
呼吸もしやすく、着けたまま
水分補給もOK。



後ろはスナッ
ボタン仕様で、
メイクや髪型を
崩さず着脱可

内側のテープで、
簡単に頭周りの
サイズ調整もOK

外出時に必須のつば広ハット

●UVカット 接触冷感つば広ハット
3,960円

広めのつばが髪や顔まわりをしっかりと覆い、
日差しから肌をガード。
UVカット率・遮光率100%、UPF50+で、
接触冷感生地にもなっているから暑い日も快適。
取り外し可能なあご紐付きで使い勝手も抜群!



シンプルデザイン
だからどんなコーデにも
合わせやすい



顔まわりを
しっかりとカバーして
シミ対策を!

すぐれmono紹介!
便利 アイテム帳

第55回

夏の日差しを
シャットアウト!
紫外線対策アイテム

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!

会社制度・取り組み「あれこれ探求学」について。制度を調べるのは大変なので、よく見る「はあい」に載っていると見る機会になってありがたい。

あられ猫さん(コーポレート支部)

☺️ 制度や情報を正しく知って、必要な時に使えるように、今後も制度の情報をお伝えしていきます。必要としている職場の仲間がいたら教えてあげてくださいね♪



「はあい」への
ご意見・ご感想など
ご紹介していきます

毎月楽しみにしています。ユーザーアンケートをとって総集編とかあってもいいのかなって思いました。

かわちゃんさん(元町支部)

☺️ 素敵なアイデアをありがとうございます！総集編、いつかやってみたい。皆さんのご意見が「はあい」の源です。ぜひたくさん投稿してくださいね！

猫好きなので、いろんなヨムヨムを見て、可愛いくてニヤけてます。はたこさん(生産・TPS支部)

☺️ なんと！ヨムヨムへのコメントありがとうございます。はたこさんのニヤニヤが止まらなくなるくらい、皆さんの投稿におこたえしていきたいので、どんどんコメントしてください♪

投稿
大募集



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)
パスワード 生年月日(8桁)

初期パスワードは「生年月日」
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からの投稿

TOPページ

ニュース一覧

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/>



今月のテーマ

新生活の思い出& 新入社員へのメッセージ！

Reader's Room編集員 ヨムヨム

僕が投稿や
お便りを紹介するよ！



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！

新生活の思い出

●就職で初めて神奈川を出て、愛知にきました。当時の平山豊和寮を見て愕然としたのを今でも覚えています。今思えば4畳半豊部屋は懐かし、楽しかったいい思い出です。

●就職が決まり寮に引越す際、寮に入る前に親に無言で力強く背中を押されたこと。

●自分がまだ4歳か5歳の時、刈谷から豊橋に引越すときに父親がトレー



●初めて愛知県に引越してきたときは不安でいっぱいでした！しかし、海や山に囲まれたこの地は第二の地元になりました！

●年末に中国赴任し、海外で一人で新年を迎えた時に家族の大切さを痛感した思い出。

おまさたさん(生産・

ラーを運転していて恰好いいなって思ったことを今でも覚えています。

●新しいランドセル、慣れない通学路、そして初めてのテスト……。そんな小さな背中を優しく、応援しようとする家族。

かつじさん(田原支部)

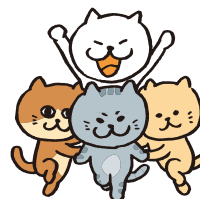
TPS支部)

●トヨタには面倒見の文化があります。なんでも先輩に相談してください！

ぼよたさん(田原支部)

●学生は待っていても学べるが、会社は自分から学ぼうとしないと学べないので積極的に質問しよう。

●まずは挨拶から！仕事



●大事だけどそれ以上に職場の仲間との人間関係が大切！

●まずは楽しんで。なんでも聞いて、確認して、ゆっくり一人前になってください。

●これから先、いつだって隣の芝生は青く見える！でもきつと周りから見たらあなたの芝生も青いはず！

●新入社員さんも慣れてきた頃かな。先輩たちも応援しています！



クイズ王国

家族や職場の仲間とレッツトライ!

クイズ王国
プリンス

6月号の答え

石井さんは
私より上の
順位です

私は
3位では
ありません

うそ
石井さんは
うそをついて
います



岩田



石井



山本

1位の人は **石井** さんでした。

クイズに答えてプレゼントをもらおう!

今月のクイズはいくつあるかシークワーズ

パズル制作 / ニコリ

イ イ ス ン イ ト ン タ イ ト
ス ン ト ン タ ス ン イ ス ン
イ イ ス タ ン ス ン イ ン タ
イ ン ス タ ン ト ン イ ト ス
ン ス イ ン ス ス ン ト ン
ス タ ト タ タ ト タ ス ン イ
タ ン イ ン ス イ タ イ ン
ン イ ト イ ン ス タ ン ト ス
ト タ ン イ ン イ ト ト タ ン
ト ン ス タ イ ン ス タ ン ト

ルール

盤面の中から

タテヨコナナメ8方向のどれかに

一直線に読める「インスタント」を

探しましょう。

一つの文字を複数回使うこともあります。

問題

**「インスタント」は
いくつ隠れているでしょう?**



個

応募はKABANETから

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

TOPページ→ニュース一覧→

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 2026年7月24日(金)

編集後記

5月に初開催した「基礎から学ぶスケート教室」では、未経験の子どもたちが氷の上に立つ姿に、見守る大人のほうがドキドキしていました。しかし、スケート部の皆さんのサポートのおかげで、転んでも笑顔、滑れたら大歓声! 子どもたちの上達の早さには驚かされました。私も挑戦してみようかと思いましたが、翌日の筋肉痛が目に見え、断念…。組合では毎年運動部と連携したイベントを企画していますので、ぜひお気軽にご参加ください!

栄口フ
セレクト!

汚れや
水アカを
強力に
弾きます



今月のプレゼント

**超撥水コーティング剤弾き
Ag除菌プラス 400ml**

水アカ・湯アカ・石鹸カス等の汚れを防止しカビ、コケの発生を防ぐ水回り用コーティング剤です。

はあい Vol.39 No.454 2026年6月30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/小田川達也
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!**
グッド
スペース

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



堤支部 支部長 宮崎 陽平さん

最近は焚き火を見て、頭をリフレッシュさせる「何もしない時間」を大切にしています(笑)。映画や音楽に浸る時間も同じですが、毎日をただ忙しく過ごすのではなく、心に余裕を持つことを何より大切にしています!!

この映画と出会ったきっかけは?

私は普段から映画鑑賞が趣味です。俳優の一人として大好きなデンゼル・ワシントンがキャストをつとめた、人種差別という難しい壁を、アメフトを通じて乗り越えていく実話に基づいた名作があることを知り、鑑賞した映画です。

おすすめのポイントは?

バラバラだったチームが一つになる瞬間を描くスポーツ映画です。衝突を繰り返した選手たちが、合宿や対話を通じて肌の色を超え、固い絆で結ばれていく姿が印象的です。試合前に士気を高める場面は必見。「勝つ」以上に、認め合い信じることの難しさと大切さを教えてくださいます。仲間と協力する仕事にも通じる一作です。2001年と少し古い作品になりますが、ぜひ、観てみてください!

タイタンズを忘れない

(C)Disney.

どんな人におすすめしたい?

「新しい環境で不安な人や、周りと打ち解けられずに悩んでいる人へ」
本音で向き合う勇気が、友情に変わることを教えてくださいます! 見終わったあと、誰かに「ありがとう」と言いたくなる優しさをもらえる映画です。

運動部
応援
NEWS



女子バスケットボール部 アンテロープス
2025-26 Wリーグプレーオフ
準優勝



PLAYOFFS FINAL



たくさんの応援
ありがとうございました!

2026年秋に来シーズン開幕。
引き続きご声援をお願いします!



白崎みなみ選手



渡嘉敷来夢選手

26-27大型移籍選手を獲得!

最新情報は
公式HPを
チェック!



★ 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!! ★

タニタ 非接触体温計(アイボリー)

ボタンを押して約1秒で測定。

子どもが寝ている時や赤ちゃんの体温もはかりやすくなります!



4号連続 クイズ
カバ太を
探せ!



毎号誌面のどこかに隠れているカバ太を見つけて
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