

トヨタ自動車労働組合

はあい

2026
August

Vol.39/No.455

8



our value 01
心にゆとりを持つ

+++
+++
+++

特集

TOYOTAのプロボノ ×
里親制度を広める取り組み

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!

※ご応募はKABANETから

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 August 8
Vol.39 / No.455

Contents

- 4 **特集**
**TOYOTAのプロボノ×
里親制度を広める取り組み**
- 8 暮らしの相談
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!
こそこトヨタ
BTET (BYD TOYOTA EV TECHNOLOGY CO., LTD)
- 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



生産・TPS支部/あさののさん



夏の北海道を大満喫! とにかく過ごしやすく
伸び伸び楽しめました。



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>

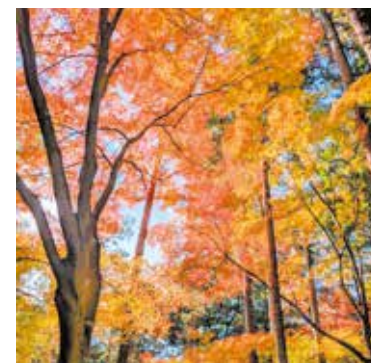
みんなの/ HAPPY コレクション



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!



元町支部/しろさぎさん



緑化センターに行き、近場でこんなにも綺麗な
紅葉が見られて幸せな気持ちになりました。

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





児童養護施設 梅ヶ丘学園

里親制度啓発・普及の取り組み

梅ヶ丘学園は子どもたちの養育や自立の手助けをする児童養護施設です。一方で「地域の家庭の中でのびのびと育てほしい」「自立後も愛着関係が続く関係づくりを大切にしたい」という思いから愛知県の委託を受けて里親制度の啓発や里親支援活動等の事業も展開しています。

里親制度とは

里親制度は、さまざまな事情で親と暮らせない子どもたちを一時的に、もしくは長期的に家族の一員として迎え入れて、さまざまなサポートを受けながらあたたかい愛情をもって子どもたちを育てる、児童福祉法に基づく制度です。

愛知県における 親と暮らせない子どもの数

約1,800人

親の病気や離婚、虐待、貧困などさまざまな理由で、親や家族のもとで暮らせない子どもがたくさんいます。



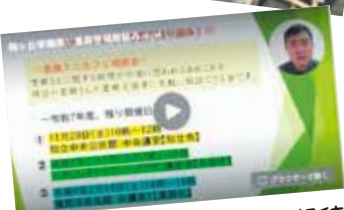
TOYOTAのプロボノで里親認知活動のお手伝い



里親募集のポスターづくり



工場紹介イベントで
里親紹介ブースの設置



社内SNSへの動画投稿

TOYOTAのプロボノ

里親制度 を広める取り組み

里親制度はさまざまな事情で親と暮らせない子どもを家庭に迎え入れ、温かい愛情をもって養育する児童福祉法の制度です。TOYOTAのプロボノ活動では、児童養護施設「梅ヶ丘学園」の里親制度啓発・普及活動を支援しています。皆さんもまずは知ることから、小さな一歩を踏み出してみませんか。



TOYOTAのプロボノとは

TOYOTAのプロボノは趣味や遊びなど一人ひとりの得意なこと、家事や子育て、仕事などさまざまな経験が活かせる社会貢献活動です。

登録者数
約340人

プロジェクト総数
24件

※数字は2026年6月現在

仲間が増えて
活動も
広がっています!

活動事例



TOYOTAのプロボノポータルサイト



お子さんが描いた「交通安全を願う」絵を社用車にラッピング。街を走りながら交通安全の意識向上を目指す活動です。



障害のある方がつくるお菓子や雑貨を販売するワゴンを作りカラフルに飾りつけ。販売場所の提供や社内周知をする活動です。



地域に入り込んで活動する中で困りごとを学び、新しい活動につながることもあります。



児童養護施設 梅ヶ丘学園さまと
活動する中で学んだお困りごと
里親制度が知られていない

「里親」を知るイベント

参加費無料

梅ヶ丘学園は愛知県から里親啓発事業の委託を受け、令和8年度(2026年度)は「知立市・豊田市・岡崎市」で里親さんのことを知っていただく活動を行っています。

里親さんのお話を聞く会

里親登録に至るまでの経験や子どもを迎え入れてからの体験談を里親さんから直接聞くことができる会です。

8/29(土) 10:00~12:00

知立中央公民館(中会議室)
知立市広見3丁目1番地
(知立市役所隣り)

里親ミニCafé+相談会

里親に関するハテナを現役の里親さんや里親支援者にお茶を飲みながら気軽に相談できます。

9/5(土) 10:00~12:00

岡崎市民会館(205号室)
岡崎市六供町字出崎15番地1

9/12(土) 10:00~12:00

梅ヶ丘学園(多目的ホール)
豊田市梅坪町5丁目3番地

参加者の声

ぼやっと何かできればと思っていたことが具体的になりました。せっかくの機会をいただいたので、**一歩進んでみたい**と思いました。

大変勉強になりました。里親になる予定のない方にも、ぜひ聴いてもらいたいなと思う内容でした。**地域、周囲の理解も大切**だと思いました。

血のつながりのない2人が「夫婦」だから…
血のつながりのない子が入って「家族」になっても楽しいだろうな♡ どんな形でも「家族」。
家族の絆は揺るがない!!

いろいろな話が聞けて良かったです。
自分にできること、私たち家族にできることを考えたいと思いました。

参加申し込み方法

社会福祉法人 愛知玉葉会
児童養護施設 梅ヶ丘学園

<https://umegaoka.site/>

0565-32-1107(音声案内5番)

fostering@umegaoka.org



ホームページ



Instagram



公式LINE

ホームページ・Instagram・公式LINE
からお申し込みいただけます。

もっと知ってほしい!

「里親」のこと

「里親」には4種類があり、子どもを迎え入れる形はさまざま。里親さんへの支援も整っています。
私たちにできることを考えてみませんか。

養育里親

家庭で生活することができない子どもを、家庭に戻るようになるまでの間、または自立する18歳(場合によっては20歳)までの間養育していただきます。

養子縁組里親

家庭で生活することができない子どもを、養子縁組によって養親となることを前提に養育する里親さんです。

他にも虐待や非行等の問題や障害など専門的なケアが必要な子どもを養育する**専門里親**、扶養義務のある親族およびその配偶者が里親となって養育する**親族里親**があります。

いろいろな里親さんの形があります

養育には幅広い形があり、里親さんも地域の支援を受けながらチームで子どもの成長を応援していきます。

- 幼少期から**長期間**、育てていただく里親さん
- **短期間**だけ育てていただく里親さん
- **養子縁組**を前提とした里親さん
- **中・高生**を育てていただく里親さん
- **緊急的、一時的**に子どもを受け入れていただく里親さん

里親さんへの支援

養育里親の場合

養育費は支給されます

里親手当

預かる子ども1人あたり

9万円/月

生活費

乳児 約6万5,000円/月

乳児以外 約5万7,000円/月

別途、教育費や医療費なども支給されるので安心して養育できます。

児童相談所職員・里親支援専門相談員による訪問支援、個別相談、里親ヘルパー、里親支援研修など、地域の里親さんへのサポート体制も整っています。

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。



愛知県(豊田)

なみき
並木 りゅういち
※候補者



トヨタ自動車労働組合 車両技術支部長の「並木りゅういち」です。これまでの車両開発の経験と労使協での想いを胸に、愛知県議会議員へ挑戦します！組合員とそこそご家族、そして地域の方々の方々に貢献したいという決意を動画にしました。

【出身職場】
GR車両開発部

担当支部
全支部
(除く 上郷/下山/元町/東富士)



【くらしの相談】トヨタ労組から愛知県議会へ！
クルマづくりから県政への挑戦！
【並木りゅういち/愛知県(豊田市選出)】

組合員さんやそこそご家族の幸せのため、そして地域の方々の方々の声を愛知県知事や行政に届けていきたいという想いが詰まっています！

愛知県(岡崎・幸田)

やまぐち
山口 たけし



【出身職場】
生産管理部

担当支部
全支部(除く 東富士)



日々の活動への想い、愛知県が抱える「モノづくり産業の人手不足」や「地域の安全対策」といったリアルな課題にどう立ち向かっているのかをお伝えします！

愛知県(豊田)

ようすけ
あべ 洋祐



【出身職場】
浜口 誠の秘書

担当支部
上郷/下山/元町/東富士



上郷支部の組合員から受けたくらしの困りごとについて、仲間の豊田市議から相談を受けて県議会で一般質問。対策完了後は東海地方で初の事例になりますので、ぜひご覧ください！

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！

組合員の育休取得月割合(人数比)



女性は1年以上取得する方も多いですが、男性は数週間～3ヵ月が多いですね。

男性育休取得の現状

3ヵ月以上育休を取得した男性の声



事技職 Aさん
育休期間3ヵ月

かけがえのない時間を過ごす期間

育休で子どもが生まれてから成長するまでの過程を真近で見られてよかった。初めての笑顔や寝返りが打てるようになったのを見られて、子どもの成長と一緒に喜べ、かけがえのない時間を過ごすことができた。

長期育休の取得で得られた 家族の笑顔、職場の好循環、自身の成長



技能職 Bさん
育休期間12ヵ月

妻から感謝され、自身も育児の苦労を実感しました。育休中は外遊びや手づくりの食事など丁寧な関わりを意識。TL職ですが職場の批判はなく、短期より長期の方が人員補充され現場の負担が減るのではないかとと思う。

第2子誕生時に1.5年の育休取得で 実家からも感謝されました

第2子誕生時に家族の負担を考慮し、1.5年の育休を取得した。実家に長期帰省して親からも感謝された。復帰後は長期のブランクに不安もあったが、普段の業務は体が覚えており、問題なく取り組むことができた。



技能職 Cさん
育休期間18ヵ月

執行部からのメッセージ

トヨタ自動車内での男性育休取得者は増えています(2025年は70%ほど)。育休を取ろうか迷っている方は、上司に相談したり、右のT-waveから詳細を見てみてください！

今月のテーマ

【両立支援】男性育休について

育児は母親だけの役割ではありません。父親が育児に関わることで子どもとの絆が深まり、パートナーの負担も軽くなります。職場や周囲の理解を得て育休を取ることは、決してわがままではなく、家族にも職場にもプラスになる選択です。何より、子どもの成長を間近で見守れる時間は、かけがえのないものになります。

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！



パートナー(男性)の育休制度は2種類あります。

取得可能期間以外に大きな違いはなく、お子さまの出生後からどちらでも選択することができます。

産後パートナー育休

期間	出生後～8週間以内で 最大4週間(28日) 取得可能
分割	2回まで

育児休暇

期間	出生後～ 2歳になる前日まで 取得可能
分割	2回まで

「産後パートナー育休」と「育児休暇」を連続して取得する場合

まとめて1回の育休のみの申請で問題ありません

T-Wave

育休についての詳細を
ご確認ください！

- TOP ▶ 人事部 ▶ Diversity Net ▶ 育児との両立 ▶
- 両立制度(休暇・時短等) ▶ 育児のために「休む」 ▶
- 社員(or社員以外) ▶ 育児休暇

※ 出生前/出生後(取得予定日の1ヵ月前)のどちらでも申請できます。(所属長→人事担当部署に提出)
※ 余裕を持った申請をお勧めします。

トヨタの育休制度について



中国市場のリアルに挑む BEV開発の最前線

BTET拠点の皆さん

(左から)

山田 剛志さん・山口 達也さん
道久 明宏さん・毛利 郁太郎さん
山本 洋平さん



職場を拝見！

今月の職場

BTET (BYD TOYOTA EV TECHNOLOGY CO., LTD)

BTETは中国の南側、香港の隣に位置する広東省・深圳（シンセン）都心から、車で50分の郊外にあります。街中を無人ロボットや自動運転車が日常的に行き交う、世界有数の最先端テクノロジー都市です。

BTET 入居ビルの外観
メインフロアは25F, 26F



来客会議室



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。



300人以上が勤務するフロア



BTETは2020年設立のBYDとの合併会社です。電気自動車＝BEV(Battery Electric Vehicle)の開発業務を行っています。中国は特にBEVの進化・競争が激しく、お客さまが求める機能やデザイン、最新技術も絶えず変化し続けている市場です。そうした中国のお客さまのニーズを現地で直接把握しながら、BYD製電池などの先進技術も活用し、クルマの骨格部分からBEVを開発しています。

仕事のやりがいや力を入れていること

激戦の中国市場でBYDと議論し、最先端のクルマづくりに挑戦できることが最大のやりがいです。その中で「BTETニュース」(T-Waveで配信)にも注力。担当の枠を超えた行動で、お客さまの理解を深め、学びを社内外に発信しています。

一緒に働く仲間について

BYD126名、TMC53名、直接採用118名、関係会社出向などを含む計324人※が出身や国籍の壁を越えて協働。社内公用語は中国語で、お客さまにより良いBEVをお届けすべく中国市場の激しい価格競争や日進月歩のトレンドの中で力を合わせて頑張っています。 ※2026年5月現在

近くのおすすめ情報

創新智慧美食広場のランチ



入居する創新広場ビル3Fフードコート。安い！旨い！お腹いっぱい！

イチジク鍋



ほんのり甘いイチジクのスープに薄切りの鶏肉を入れていただきます！

中国華潤大廈 (チャイナ・リソース・タワー)



先端が尖ったタケノコのようなユニークな形状で、市内のランドマークとなっています。



打ち合せ風景

日常の打ち合わせも中国語！市場のリアルなニーズを知るため、現地スタッフと日々徹底的に議論します。

実車検討場

実車を使った企画検討や他社車の比較などがオフィス1Fですぐ行える環境です。



市場調査

深圳では自動運転(Lv4)のタクシーが24時間運行中。乗り心地などを検証します。



完全自動運転です！

倶楽部活動

BTETでは8つの倶楽部が活動中！中国で人気上位のバスケットなど、日・中従業員の交流の場です。

リフレッシュ＆コミュニケーション



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
組合でご用意しています。
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

レッドクルーザーズの 選手とふれあう 野球教室

硬式野球部×
組合イベント



組合員さんのご家族が参加
子ども33名

実施日 2026年5月9日(土)

場所 トヨタスポーツセンター 硬式野球場

子どもたちの喜びと夢をサポート!

「野球って楽しい!」と小学生の皆さん
に心から感じてもらえるよう、レベル
別のコースを用意しました。憧れの選
手と触れ合い、笑顔で白球を追う時
間は、未来のスター達にとって大きな
夢と自信につながりました。



レッドクルーザーズからメッセージ

グラウンドに立つワクワクする気持ちを大切にしてください。うまくいく日も
いかない日も、仲間と白球を追いかける時間は宝物です。レッドクルー
ザーズはいつも皆さんの挑戦を応援しています。

レッドクルーザーズからのお知らせ

第97回 都市対抗野球大会に出場!

大会期間 8月26日(水)～9月6日(日)

場所 東京ドーム

12年連続28回目の出場となります。
応援よろしくお願いいたします!

公式サイト



最新情報を
チェック!

インスタ



ピッチング



ボールを握る時のコツや力の入れ具合がわかったよ!

バッティング



打撃フォームをチェック!

ゴロ捕球



足を動かして
リズムをつくるよ

捕球姿勢や足の運び方を練習!

ティーボール対戦



みんな走れ!

声をかけあってゲームを楽しみました!

Voice 参加者の声

普段はゲームが好きな息子ですが、
このイベントに参加して、前向きに
『野球をやってみよう』という気持ちに
なれたようです。

子どもの目が
終始キラキラしていて、
見ている親としても
非常に嬉しかったです。



お楽しみ抽選会!

サイン会



応援して
います!

選手が一人ひとりに対して
真剣に指導してくれたのが
とても嬉しかったです!

大変貴重で素晴らしい
経験をさせていただき、
子どももとても喜んでいました!

プ
レ
ゼ
ン
ト
を
ゲ
ット
した
よ
☆

MYプロの
お申し込みは
組合アプリ
「カバコネ」から!



ダウンロードはこちら
【ログイン】
ID:従業員コード
初期PW:生年月日8ケタ

手順書



お申し込みはカバコネからの会員登録が必要です。



鬼岳(おにだけ)

標高315mの鬼岳は福江島のシンボルとして親しまれています。かつては噴火活動をしていた火山で、緩やかな斜面を登ると火口が広がっています。駐車場から展望所まで約15分。歩きやすい散策ルートや芝に覆われた丘陵は家族づれにも人気です。尾根からは市街地が一望でき、朝日や夕陽の眺めも格別！2023年5月に「未来に残したい草原の里100選」に選定されました。

場所 五島市上大津町
※東屋(休憩所)は当面の間利用できません。

登っても眺めても楽しめる！



鬼岳天文台

五島列島を訪れる人に「美しい宇宙を見てほしい」という想いからオープンした天文台。街の喧騒から離れ、肉眼でも満天の星空が美しい立地です。九州でも有数の口径60cmのニュートン式反射望遠鏡で、さらに迫力ある星空が楽しめます。

場所 五島市上大津町2873-1
時間 19:00~22:00(入館は21:00まで)
休館日 年末年始(12/29~1/3)
料金 入館料無料
【観望料金】一般300円、高校生220円
小・中学生150円、乳幼児無料
【観望+解説セット】
一般1,300円、高校生1,100円、
小・中学生900円、乳幼児無料



観望は完全予約制です

前日16:00までに、
鬼岳天文台公式サイト内の
フォームからお申し込みください。

<https://onidakeshikinatosato.wixsite.com/observatory>

グラスボート「シーガル」 竹の子島周遊コース

半潜水式グラスボート「シーガル」で福江港を出発して、国から海中公園の指定を受けた竹の子島を周遊。船内から透明度が高い海中のサンゴ礁や熱帯魚などが観察できます！

夏休み期間は完全予約制

2026年
7月18日(土)~8月23日(日)

事前予約 前日15:00まで
集合場所 福江港1号桟橋



運航や料金など詳細やご予約は
木口汽船の公式サイトから

2026年10月1日以降、料金改定があります。
詳細をご確認ください。

<https://www.kiguchi-kisen.jp/contents/sightseeing/detail.php?id=6>

●写真提供・掲載協力：一般社団法人 長崎観光連盟・五島市役所 文化観光課

五島市ってどんなところ？

釣り人の聖地
としても有名な
海の幸やグルメも
たくさん！



長崎の西方に浮かぶ大小約150の島々からなる五島列島。最大の島の福江島や久賀島、奈留島を中心とした南側の島々で形成された下五島が五島市です。美しい自然や極上の島グルメ、アクティビティ、世界遺産など楽しみ方もいろいろ！

おすすめ
スポット

美しい自然を体感する夏に！

絶景ビーチで夏遊びを楽しむ！



マリンアクティビティ

自然の美しさそのままに、透き通る青い海。「日本の渚100選」選定の高浜海水浴場をはじめ、五島には絶景が広がるビーチが多数点在しています。海水浴はもちろん、SUPやシーカヤック、ダイビング、シュノーケリングなど豊富なアクティビティが体験できるのうれしい♪

五島のビーチ&マリンアクティビティ情報



詳しい情報は五島市観光サイト
「五島の島たび」でご確認いただけます！

<https://goto.nagasaki-tabinet.com/feature/umiasobi>



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

長崎県五島市



高浜海水浴場

白い砂浜と遠浅で透明度が高いコバルトブルーのビーチは「日本一美しい」と称されるほど。

2026年高浜海水浴場開設期間

7月18日(土)~8月22日(土)
9:00~17:00

場所 五島市三井楽町貝津1054-1
料金 桟敷料金：大人500円 子ども300円
シャワー：200円/1回
ロッカー：100円/1回

※イベントや営業状況等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
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

人を動かすのではなく、 人が動き出せる「場」をつくる。

昨年末からモーターのステーター製造工程で組長を務めています。未経験の分野なので、現場ではメンバーたちの方が熟練者です。そこで自分なりに課題を設定。彼らの力を借りて対話しながら、一体感を持って問題解決を学ぶ場をつくりました。かつてウェイクボードで「競技に出たい」「上手くなりたい」と一念発起してボートを購入した際、上級者や熱量が高い若者が練習に集まる場になった経験が職場でも「前向きに挑戦できる場づくり」に活かしています。

気づき 自然と人が集まり、輝ける環境づくりが
成果を最大化するベースとなる。

転機や役割の変化などは 新たな楽しみを見つけるチャンス。

ウェイクボードではプロを目指して最上級クラスで戦っていましたが、大ケガが原因で恐怖心を感じるように。葛藤した末、ボードライダーとして仲間を支える役割に活路を見出しました。ライダーがパフォーマンスを発揮できる波をつくる操船技術を磨き、競技知識を活かした実況(MC)や解説で大会運営にも挑戦。「誰かのため」に尽力する喜びと楽しさに目覚めました。巡ってきた機会にポジティブに 대응することで、新しい世界が広がっていきます。

心がけ 自分で限界を決めず、機会を受け入れて
新しい視点での楽しみ方を見発すること。

北村さんにとって
「変化を楽しみ、
挑戦する」
とは?

年齢や立場などの言い訳を捨てれば、
変化もポジティブに楽しめるはず。



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

衣浦支部 北村 賢一さん

衣浦工場でトランスミッションの組付けに約25年携わり、4年前から組長を務める。昨年末からトランスアクスルのモーター製造を担う組の組長に。プライベートではウェイクボードでチームの立ち上げや全日本大会に出場した経験を持つ。

推薦者 コメント

衣浦支部
職場委員長
古川 昭弘さん



何事にもアクティブな北村さん。仕事も持ち前の明るさと行動力でチームを引っ張ってくれています。仕事だけでなく趣味のウェイクボードの大会にも出場し自分も楽しみ、仲間にも楽しんでもらっていることも踏まえて、今回推薦をさせていただきます。

若手の情熱が生んだシナジー



しばらくウェイクボード競技からは離れていたのですが、新入社員の石川龍之介くん(写真左)が「大会に出たい」と熱心に練習を続けています。彼に教えるために自分でも積極的に滑るようになり、10年振りに出た大会で6位入賞。若手の情熱が再び私に火を灯してくれました。44歳、大人の滑りで新たな挑戦がはじまっています!

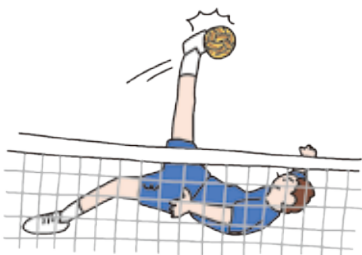
トヨタで働く皆さんへ

いつまでも挑戦する気持ちを!

自分の役割や立場、年齢などで、いつの間にか挑戦することを見守ったり、後押しする側になっていることも。いつまでも自分が挑戦することで周囲へ波及効果となり自身の成長や気づきにもつながると思います。

セパタクローの見どころ

「空中の格闘技」と称される迫力！

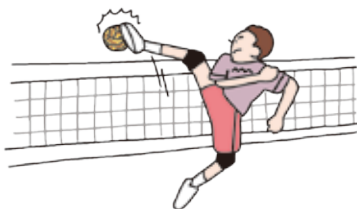


アタック

オーバーヘッドでボールを叩きつける「ローリングアタック」と空中で足をはさみのように交差させ、コースを打ち分ける決め技「シザースアタック」が代表的な技です。

Point! トップクラスの選手の場合、ローリングアタックの球速は 140km/h、最高到達点は 3m 近くに達することも！

強烈なアタックとブロックの空中での攻防が見どころ！



ブロック

高さ 155cm のネット(女子は 145cm)を軽々と超え、足もしくは背中中で相手のアタックを防ぎます！

「柔軟性」と「技」サーブの駆け引き

軸足を床のサークル内に接地したまま打つため、足を高く上げる柔軟性が必要。足の甲で打てば強烈なサーブボールに、足の内側で打てばボールコントロールがしやすく、足の裏でポンッと軽く打てば、意表をついたスローボールに。多彩な技と緩急による駆け引きが面白い！



曲がったり落ちたり、くせモノボール！

プラスチックを編み込んだ約 14cm の小さなボールは、表面に凹凸があり空気抵抗を受けやすい！扱いにくいボールで戦う巧みな技術にも注目です！



足や頭だけでボールをつなぐ！ 「セパタクロー」

東南アジア発祥の「セパ(マレー語で蹴る)」+「タクロー(タイ語で編んだボール)」。ネットを挟み、手・腕を使わずに足や頭だけでボールをつなぐ、バレーボールに似た競技です。「空中の格闘技」と称されるアクロバティックな試合の躍動感に圧倒されること間違いなし！



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！

現在から未来につながる

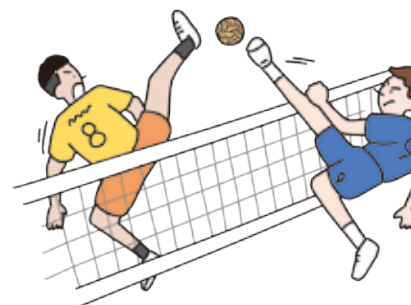
持続的な幸せの実現(ウェルビーイング)を
向上させるActionにレッツトライ！

今月の Action

アジア大会を 楽しむ

セパタクロー編

セパタクローのきほんルール



バドミントンと同じサイズの狭いコートを舞台に、ボールをつなぎ合います。手と腕以外なら、肩や膝、頭どこを使ってもOK。基本は3人1組。バレーボールと同じ「ラリーポイント制」で、15点先取・2セット先取制です。

キラー(アタッカー)

凄まじい跳躍力で空中に舞う、攻撃の要です！

レグ(3人制)の場合



フィーダー(トサー)

ネットの左右どちらかに構え、アタックしやすい柔らかいトスを上げる。サーブトスの時だけ、手を使います。

テコン(サーバー)

フィーダーが手で投げたボールを蹴ってサーブを打つ。サーブ後はコート後方へ下がり、守備や次の攻撃に備えます。

Point!

バレーボールと違い、1人で連続タッチもOK。チームで3タッチ以内に相手のコートに落とさずに返すのがルールです。

次回は、
クリケット編！

競技の魅力をご
紹介します。

Member&Staff

男子	高岡工場 組立部
主将	徳永 尊
男子	グローバル電池製造部
副主将	吉 優樹
男子	パワートレーン機能開発部
副主将	池内 直貴
女子	海生部品物流部
主将	平山 まりん
	国内部品調達物流部
	森永 健太
	海生部品物流部
	林 賢次郎
	高岡工場塗装成形部
	細江 有悟
	高岡工場組立部
	森永 英太
	元町工場塗装成形部
	堺 達輝
	モノづくりエンジニアリング部
	喜多 深森
	プラント・環境技術部
	川地 結女
	車両物流部
	平山 こはる
	元町工場統括部
	岡田 康平
	モビリティ材料技術部
	上野 太暉
	生産管理部
	藤田 悠樹
	元町工場車体部
	尾方 月渚
	高岡工場組立部
	益田 幸輝
	堤工場組立部
	高柳 翔真
	水素製品開発部
	畔柳 雄太
	モビリティ安全製品開発部
	小菌 邦生
	情報セキュリティ・トラスト部
	三田 拓夢
	高岡工場組立部
	横井 柊哉
	計測・デジタル機番改革部
	吉田 智宥
	元町工場組立部
	坂下 香乃
	モビリティツーリング部
	久野 千夏
	国内部品調達物流部
	里 心乃花
監督・コーチ	
男子	MS制御開発部
監督	熊城 拓人
女子	本社工場水素開発製造部
監督	栗山 猛行
男子	パワートレーン制御開発部
コーチ	村上 恭章
男子	電子性能開発部
コーチ	田中 広志
女子	国内部品調達物流部
コーチ	久田 博満

選手直伝 Onepoint

教えてくれたのは…

入部10年目 徳永 尊さん

高校時代はインターハイ出場や県選抜の主将などの実績を持つ。現在、トヨタでも男子主将を務める。



丹田(たんでん)に力を込めて
大きな声を出すことが強さへの第一歩

打突時の大きな声で
氣勢が充実している
ことは「一本」に必要な
条件のひとつ!



試合前から「行くぞ!」と気持ちをつくっておくことも大事!

大きな声を出すコツはおへその下にある「丹田」に力を入れること。

力強い発声には自分の気持ちを充実させ、相手を威圧する効果があります。

教えて!

おすすめの自主トレーニング方法
正しい姿勢を保つ

歩く時や椅子に座る時など、日常生活でも丹田に力を入れ、背筋を伸ばして顎を引く。これだけでも剣道の姿勢づくりに通じます。心を整えることにもつながるので、スポーツをやっていない方にもおすすめです!

実践しているトレーニングメニュー

- ランニング(5~10km) 週1回
特に坂道は下半身強化に効果的!
- ジムで筋トレ(ベンチプレス、アームカールなど) 週1~2回

直近の試合予定

【9/21(月・祝)】第68回 全日本実業団剣道大会(日本武道館)
【11/22(日)】オールトヨタ剣道大会

Be Challenger! with 一般部



剣道部

活動場所 トヨタスポーツセンター 第2体育館

活動日 平日 19:00~21:00 休日 9:30~11:00

ある1日の全体練習メニュー

- 9:30 体操
体を大きく使いケガ予防
- 9:35 素振り
竹刀、体を正しく使っているか確認
- 9:45 整列・稽古開始の礼
全員の気持ちをひとつに
- 9:50 基本稽古
刃筋、姿勢正しく打突できているか確認
- 10:10 応じ稽古
試合で使う技を磨く
- 10:20 地稽古
試合や場面を想定して自身の技術を磨く
- 10:45 追い込み稽古
自分の限界を引き出し、超える
- 11:00 整列・稽古終了の礼

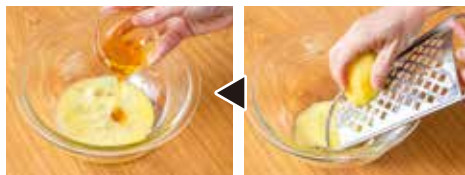


②に①を入れて、ヨーグルトと生クリームがしっかり混ざり合うまでさらに泡立てます。



3

【ソースを作ります】



キウイの皮をむいておろし器ですりおろし、レモン汁とハチミツを合わせます。

5



③を容器に入れて、冷凍庫で3〜4時間ほど冷やします。

4

6

器に⑤のソースを入れ、冷蔵庫から取り出した④を少し溶かしてからスプーンですくって器に盛り、ミントを添えれば完成。お好みでレモンの皮を振りかけてもOK!

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高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。

yuge
FOOD LIFE STUDIO



愛知県名古屋市千種区春岡通7丁目35-9 吹上ユニゾン2F



※ヨーグルトの水切り時間と、アイスクリームを冷凍庫で冷やす時間を除く。

調理時間
15分

おうちでアイスクリームを手づくり!
ヘルシーなひんやりスイーツ

簡単・時短でオイシイがウレシイ
ちゃちゃっと
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.32 夏にうれしい!「濃厚ヨーグルトアイス キウイレモンソース」



【材料】4人分

- ヨーグルト…200g
- 生クリーム…100cc
- グラニュー糖…30g
- ゴールデンキウイ…2個
- レモン汁…1/2個分
- ハチミツ…大さじ2
- ミント…適量

ちゃちゃっと ポイント

- ヨーグルトの水切りにコーヒーフィルターを活用
- 混ぜて冷やすだけで本格アイスクリームが完成!
- 少ない材料でできる!

ボウルに生クリーム、グラニュー糖を入れて、ボウルの底を氷水で冷やししながら“8分立て”に泡立てます。

POINT!

コーヒーフィルターを使うと簡単! 水切り時間がない場合は、ギリシャヨーグルトを使ってもOK。



角が立ってから垂れ下がるくらいが目安。



2

作り方

1



ヨーグルトは冷蔵庫に入れて水切りをしておき、120gにします。

お気に入りを見つけたい ボトルホルダー



巾着仕様でボトルが落ちにくい設計

爽やかなカラーが夏にぴったり

●モアソン 保冷ボトルホルダー 1,925円

やさしいカラーリングが目を引く保冷ボトルホルダー。内側はシルバーコーティング加工でお手入れしやすく、巾着タイプの口元がボトルの飛び出しを防ぎます。

ホック付きストラップで
バッグへの着脱も簡単！

後ろ姿まで可愛い
“しっぽ”付き
デザイン

直径6.5cm程度の ステンレスボトルも入ります

ねこ好きさん必見の癒しデザイン

●ねこみみ保冷ボトルホルダー 1,903円

ふわっとしたねこみみとしっぽがとってもキュート！600mlのペットボトルに対応し、内側はシルバーコーティング加工で保冷効果もサポート。長さ調節できるショルダーストラップ付きも◎。

年齢性別問わず使いやすい シンプルなデザイン

結露対策もできる優秀ボトルケース

●保冷・保温ボトルケースマイクロ 1,650円

内側に結露を吸水するマイクロファイバー素材を使用。さらにアルミ蒸着素材の中材が保冷・保温効果を発揮して飲み頃の温度を長時間キープしてくれるから、幅広いシーンで活躍しよう！

結露を気にせず
バッグに入れられる
のがGOOD

●取材協力 栄口フト

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。



一見シンプル
なのに頼れる
スマート
機能を搭載



登録した指紋だけで開く安心設計

指紋認証で中身を守る次世代ボトル

●c-mon 指紋センサー付き真空断熱ボトル 6,930円

登録した指紋で本人だけが開けられる、ロック機能付きのスマートボトル。オフィスや学校でも中身のプライバシーをしっかりと守ります。最大15個まで登録できるから家族で使える！

機能的がうれしいおしゃれボトル



バッグにもすっきり収納できる コンパクトサイズ

身につけて持ち歩く
新感覚ボトル

●ソフトボトル sui 1,980円

わずか51gとスマートフォンの約1/3ほどの軽さを実現したウォーターボトル。340mlのちょうどいい容量で、通勤通学はもちろん、散歩や買い物など普段のお出かけにも気軽に持ち運べます！

肩掛けにしたり、
首に掛けたりできる
ストラップ付き



すぐれmono紹介！

アイテム帳

第56回

水分補給に便利な ボトル&ボトルホルダー

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！

5月号「みんなでバリュー」について。自衛隊、ポートレーサーへの挑戦、マラソンと挑戦姿勢に尊敬、憧れを感じることができた。

ブチさん(モノづくり開発支部)

ヨムヨムも5月号「みんなでバリュー」でご紹介した挑戦は刺激になりました！ちょっとしたことでも何か始めてみようかな。皆さんの挑戦や新習慣もぜひ教えてください♪



「はあい」へのご意見・ご感想などご紹介していきます

紹介された本(5分後に意外な結末ベストセクション)を読みたいと思いました。

Tak2357さん(三好支部)

「私の気持ちに Good Spice!」でのおすすめは、思わぬ発見があって日常のちょっとした楽しみが広がるのが良いですね！今後も楽しみに～♪

5月号「ウェルビーイング向上計画!」について。家庭菜園にハマっていて、これからの時期に何を植えるか参考になった。

D&Gさん(三好支部)

タイムリーな情報をお届けできて良かったです♪家庭菜園は育てる過程もワクワクしますね。



今月のテーマ

印象が深い サービスエリア&グルメ!

僕が投稿や
お便りを紹介するよ!



Reader's Room編集員 ヨムヨム

Reader's Room

組合員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!

イチオシ!



●「蓮田サービスエリア下り」の角煮丼が美味しかったのが記憶に残っています。キムさん(クルマ開発支部)

●「富士川サービスエリア上り」の大トロ。半額シール貼られてたら超ラッキー(昔はお値打ちだったのに今は高騰して残念)。ゆりママさん(元町支部)

●「静岡サービスエリア」の静岡おでんの卵焼きおでん。M・Hさん(モノづくり開発支部)

●「刈谷ハイウェイオアシス」いろいろなところのお

土産を買うことができ、温泉、遊園地、公園があり、農協があって、魚、野菜も新鮮、1日楽しめます。雪うさぎさん(車両技術支部)



●「刈谷ハイウェイオアシス」のトイレが綺麗。えびせんべいの里が入っていて、ついついたくさん購入してしまします。モコモコさん(コーポレート支部)

●「諏訪湖サービスエリア」のさくら井。クラニーさん(田原支部)

●「土山サービスエリア」自然の豊かさ、たぬきの

キャラに癒やされる。コッターさん(クルマ開発支部)

●「淡路島南パーキングエリア」(四国旅行へ行った際、立ち寄り)景色もキレイで色々なお土産や食事もGOOD!

コナンさん(車両技術支部)

●「宝塚サービスエリア」魅力的なお菓子(お土産)スイーツが多い。オリープさん(高岡支部)

●「壇之浦パーキングエリア」や「めかりパーキングエリア」関門海峡が一望できて景色が綺麗、フグの唐揚げもイチオシ。カズさん(明知支部)

●休憩+αのスポットです!

あるある!

●とりあえずポテト。しまぶんさん(モノづくり開発支部)

●ソフトクリームは見かけるとつい買ってしまふ...。べんぎんさん(車両技術支部)

●サービスエリアのラーメンが好きです!

たぬぼんさん(車両技術支部)

●定番ものはいっぱい買って帰る! わかりやすい!



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! お待ちしています。

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/>



クイズ

家族や職場の仲間とレツツトライ!

王国

クイズ王国
プリンス

7
月
号
の
答
え

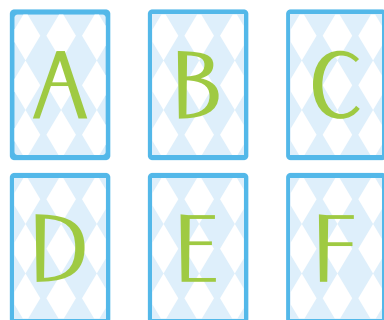
イ イ ス イ ン ト ン タ イ ド
ス ト ン タ ン ス イ ン ス
イ イ ス タ ン ス イ ン タ
イ ン ス タ ン ト ン イ ト ス
ン ス イ ン ス イ ン ト ン
ス タ ト タ ト タ ス イ ン
タ ン イ ン ス イ タ イ ン
ン イ ト イ ン ス タ ン ト ス
タ ン イ ン イ ト ト タ ン
ト ン ス タ イ ン ス タ ン ト

隠れていた
「インスタント」は **10** 個でした。

クイズに答えてプレゼントをもらおう!

今月のクイズはカード推理

パズル制作 / ニコリ



Fのカードに
書かれた数字は?



問題

表面に「1」から「6」までの数字が
一つずつ書かれたカードがあり、
図のようにカードが裏返して置かれています。
「F」に書かれた数字はいくつでしょう?

※同じ数字が書かれたカードはありません

ヒント

「6」のカードの真下に「1」のカードがある。

「B」+「E」=8が成り立つ。

「B」+「D」=「C」が成り立つ。

応募はKABANETから

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

TOPページ→ニュース一覧→

はい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8月25日(火)

編集後記

今号の「Reader's Room」では、組合員の皆さんの「印象が深いサービスエリア&グルメ」をご紹介します。お腹が空いてなくても、ついつい何か食べたり買ったりしてしまう…は、もはやサービスエリアあるですね笑。ワクワクしてしまい、それも含めて旅の醍醐味だと思っています。子どもの頃、浜名湖サービスエリアに寄ると必ず買っていたフライドポテト。ホクホクで大好物だったのですが現在は売っておらず…。もう一回食べたいなあ。

栄口フ
セレクト!



今月のプレゼント

奇跡の歯ブラシスパイラル

HaRENO奇跡の歯ブラシからスパイラル
が登場! トルネード毛で汚れを掻き出し、
毛の側面でも汚れが落ちます。

はあい Vol.39 No.455 2026年7月31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
SPICE!

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



明知支部 支部長 長岡 昭登さん

趣味はサッカーで、6月7月はW杯観戦にどっぷり! ゆるー草サッカーもやっているの、ケガ予防と体力維持のため週2、3回歩いているか?? ですが、ジョギングしています。実家が彦岐という自然豊かな島なので、帰省したら家族で釣りや海水浴(岩場でのシュノーケリング)など海遊びを楽しんでいます!

この本と出会ったきっかけは?

小学5年生か6年生の頃に、テレビで放送されていた映画を観たのが最初です。その後、従兄弟が持っていた原作小説を借りて読んだのですが、すっかりハマってしまい、「ぼくらシリーズ」はほとんど読みました。

おすすめのポイントは?

理不尽な大人に立ち向かう姿に、共感というか憧れのようなものを持った記憶があります。(影響されて、大人に対してちょっと反発的になったような記憶がw)これをきっかけに本を読むようになったので私の読書の原点でもありますし、数年前に子どもと映画を観ましたが、私も懐かしく楽しみながら観ることができ、子どもも夢中になって観ていました。



ぼくらの七日間戦争

『ぼくらの七日間戦争』 宗田 理
KADOKAWA

どんな人におすすめしたい?

あの頃の青春や反抗心を思い出してスカッとした大人の方々はもちろん、ぜひご家族で! 今の子どもたちが観ても(読んでも)ワクワクできる名作だと思います。親子一緒に楽しむのにおすすめです。

運動部
応援
NEWS



TOYOTA RED CRUISERS 都市対抗野球大会 出場決定!

皆さまの応援を
よろしくお願いします!



第97回都市対抗野球大会
（第2作演）
トヨタ自動車 12年連続 20回出場

第97回都市対抗野球大会

【開催期間】 8月26日(水)～9月6日(日)

東京ドーム

トヨタ自動車
硬式野球部
Instagram▶



◀ 公式ホーム
ページ

★ 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	=	?
-----------------	---	-----------------	---	-----------------	---	-----------------	---	---

アクセス・ログイン方法はP3をご覧ください

ご応募はKABANETから

5月号～8月号でカバ太がいたページ番号の合計を答え
としてご応募ください。