

トヨタ自動車労働組合

はあい

2026
September 9
Vol.39/No.456



特集

61期後期

組合三役・支部長／副支部長
ご紹介とごあいさつ

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(9~12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12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
September
Vol.39 / No.456

9

Contents

4 特集

61期後期

組合三役・支部長／副支部長
ご紹介とごあいさつ

12 暮らしの相談

教えて 私たちの仲間の議員さん

14 障子を開けて踏み出そう!

はじめの一步

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



下山支部／隆さん



お一人様限定ツアーでエジプトへ。ピラミッド
やスフィンクスなど見学できて感動MAX!



1ステップで
簡単に投稿!



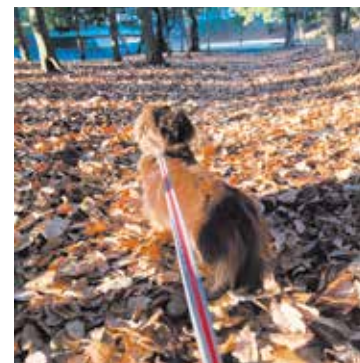
13年寄り添う愛犬と歩く木漏れ日の散歩道。舞う
落ち葉の美しさに、胸がじんわり温くなりました。

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!



住宅支部／てつあにBRさん



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!



楽しかった思い出やお気に入りの写真と50文字ほどの
エピソードを投稿してね!



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>



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



61期 後期 組合三役・支部長/

副執行委員長・書記長

組合員の皆さんへ

日々、組合活動へのご協力をいただきありがとうございます。皆さんと共に、安全健康を第一に、笑顔あふれる職場にしていきたいと思っておりますので、よろしくお願いいたします。

Q1. 子どもの頃の夢は？ プロ野球選手

Q2. 最近ハマっていることは？

経験を記録に残す よく写真を撮ります

Q3. 組合活動で大切にしていることは？

「真摯に向き合う」

「共感を生む」



副執行委員長
飯田 智士

組合員の皆さんへ

明るく楽しく元気よく！一瞬一瞬の偶然の出会いや機会に感謝しながら、小さな一歩を大切に今期も引き続き頑張ります。どうぞよろしくお願いいたします！

Q1. 子どもの頃の夢は？

ぶどう屋さん 家がぶどう農家です

Q2. 最近ハマっていることは？

ピクセルボールについて調べる

まだやったことはありません

Q3. 組合活動で大切にしていることは？

『たまたま』から始まる

新しいつながりを

大切にすること



副執行委員長
秋山 大樹

組合員の皆さんへ

「一人ひとりが変革の主役となり、共創しつづける」という2033年ビジョンに向けて、確実に歩みを進めるべく、今期も職場の代表・リーダーとして頑張ります！

Q1. 子どもの頃の夢は？

社長 書記長ではないです

Q2. 最近ハマっていることは？

読書 特に哲学、宗教とか今まで知らなかったこと

Q3. 組合活動で大切にしていることは？

愛情 愛がすべてだと本気で思っています



書記長
江下 圭祐

副支部長のご紹介&ごあいさつ*

執行委員長



執行委員長

鬼頭 圭介

組合員の皆さんへ

私たちを取り巻く環境は、急速に変化しており、依然として、先々を見通すことが難しい状況下にあります。 「組合員と家族の幸せ」と「会社の持続的成長」の実現に向け、今期も様々な取り組みを進めて行きます。それぞれの職場が抱える課題、皆さんの困りごとに寄り添いながら、対話を重視し、丁寧に取り組んで行きますので、組合活動への積極的な参画とご理解ご協力をお願いします。

ちょっと聞かせて！

Q&A

Q1. 子どもの頃の夢は？

プロ野球選手

Q2. 最近ハマっていることは？

サウナ

Q3. 組合活動で大切にしていることは？

既存の枠にとらわれない、

みんなで決めて

みんなでやる

車両技術支部



多谷 大輔
支部長

- ①大阪府堺市
- ②デカわんこ派
- ③モンハン

仕事が面白い! そんな
声で溢れる職場を作り
ましょう!

先進技術支部



岡田 強志
支部長

- ①中国四川省成都市
- ②わんこ派
- ③ランニング

みんなが幸せに働ける
職場を一緒に作りま
しょう!

事業・営業・CF支部



町田 貴明
支部長

- ①埼玉県川口市
- ②にゃんこ派
- ③野球観戦

楽しい! と思える職場
を皆さんと一緒につく
りましょう!

支部長・副支部長に質問!

- ①出身地は?
- ②わんこ派? にゃんこ派?
- ③最近ハマっていることは?

先行モノ技支部



末田 洋丈
支部長

- ①大阪府枚方市
- ②わんこ派!
- ③お尻の筋肉ほぐし

皆で血の通った職場
をつくっていきましょう!

東富士支部



富安 洋志
支部長

- ①静岡県浜松市
- ②わんこ派
- ③サウナ

ココロオドル職場をみ
んなでつくっていきま
しょう!

コーポレート支部



山中 亮汰
支部長

- ①京都府京都市
- ②わんこ派
- ③乳児の匂い

皆で手を取り合って、
より良い職場をつくりま
しょう!

生産モノ技・TPS支部



上田 雄一郎
支部長

- ①愛知県知立市
- ②わんこ派
- ③AIとの会話

一人ひとりが職場を想
い、考動できる活動に
しましょう!



横田 哲士
副支部長

- ①静岡県焼津市
- ②圧倒的にゃんこ派
- ③リズム天国

皆様の声を集め、魅
力ある職場をつくって
参ります!



加藤 大樹
副支部長

- ①茨城県
ひたちなか市
- ②わんこ派
- ③冷水シャワー

生産性、付加価値の
高い職場にしていま
しょう!



服部 倫子
副支部長

- ①大阪府吹田市
- ②にゃんこ派
- ③山登り

一緒に、楽しくて明るい
活動にいきましょう!



平川 和馬
副支部長

- ①愛知県豊田市
- ②にゃんこ派
- ③キャンプ

笑顔と挑戦が溢れる
職場を一緒ににつくりま
しょう!

水素・CN・パワートレーン支部



奥水 和志
支部長

- ①静岡県富士宮市
- ②わんこ派
- ③2歳児との戯れ

良い職場づくりのため
に本音で話しましょう!



辻 佑樹
副支部長

- ①大阪府豊中市
- ②わんこ派
- ③AI活用

感謝と対話を大切に、
楽しく取り組んでいま
しょう!

クルマ開発支部



田中 一馬
支部長

- ①群馬県東吾妻町
- ②わんこ派
- ③小旅行

地道に、着実に、職
場改善に取り組んで
まいります!



橋口 和也
副支部長

- ①熊本県上天草市
- ②わんこ派
- ③息子のサッカー

何か困ったら組合! そ
んな身近な存在を目
指します。

支部長・副支部長に質問!

①出身地は? ②わんこ派?にゃんこ派? ③最近ハマっていることは?

61期

後期

支部長・副支部長紹介

よろしく願います!

田原支部



森下 佳信
支部長

- ①愛知県豊川市
- ②わんこ派
- ③トレイルラン

「笑顔」と「らしさ」を大切に活動していきましょう!



渡辺 広宣
副支部長

- ①愛知県豊橋市
- ②にゃんこ派
- ③釣りに行きたい!

皆さまの笑顔とありがとうが私の原動力です!



西村 圭介
副支部長

- ①三重県伊勢市
- ②にゃんこ派
- ③間食

1人でも多く笑顔になれる活動をしていきましょう!

住宅支部



大塚 陽二郎
支部長

- ①愛知県豊田市
- ②断然わんこ派!
- ③やっぱりゴルフかな!

「できるか」より「やってみよう」があふれる職場へ!

堤支部



廣岡 功記
支部長

- ①三重県南伊勢町
- ②決められません
- ③ベイマックス

笑顔だけが取り柄です! 皆さんもぜひ!



清水 崇史
副支部長

- ①茨城県ひたちなか市
- ②わんこ派
- ③釣り(ずっとだけど)

「この会社でこの時に働けて良かった」と思われるように尽力して参ります!

下山支部



藤村 健太
支部長

- ①愛知県みよし市
- ②にゃんこ派
- ③料理

より働きやすい職場づくりに尽力します。

衣浦支部



太田 一馬
支部長

- ①兵庫県川西市
- ②わんこ派
- ③愛犬ボメラニアンウォーキング

面着対話にこだわりの笑顔で活動します!

高岡支部



新泉 智章
支部長

- ①秋田県秋田市
- ②わんこ派
- ③ボディーパープ

みんな笑顔で働ける職場を一緒につくっていきましょう!



佐藤 文彦
副支部長

- ①愛知県豊田市
- ②わんこ派
- ③ギター

今日より明日がよくなるように地道な活動を共に!

三好支部



南方 智也
支部長

- ①和歌山県和歌山市
- ②わんこ派
- ③ジョギング

忍耐と謙虚を持って職場の役に立てよう頑張ります!

明知支部



川本 直之
支部長

- ①愛知県長久手市
- ②わんこ派
- ③プロ野球スピリッツA

家族のような心地よい職場を皆でつくっていきましょう!

本社工場支部



山田 英揮
支部長

- ①岐阜県八百津町
- ②完全にゃんこ派
- ③温泉

一人ひとりが輝ける職場を目指しましょう!

元町支部



三浦 智
支部長

- ①山形県村山市
- ②わんこ派
- ③食べ歩き

スマイルあふれる職場へ一緒に前進させましょう!



大中 隆弘
副支部長

- ①愛知県豊田市
- ②わんこ派
- ③子どもとランニング

皆さんと一緒に笑顔あふれる職場へ!

上郷支部



内田 準也
支部長

- ①愛知県みよし市
- ②わんこ派
- ③もが抜けにくいダチョコザップ

どうせやるなら楽しく全力で! そんな職場をつくりましょう!

退任の ごあいさつ

ありがとうございました!

堤支部



浦田 光章
副支部長

4年間の多くの出会いと成長させてくれたことに感謝し、学んだことを職場でしっかりと活かしていきます。

元町支部



徳富 稔
支部長

多くの方に支えていただき、任期を全うする事ができました。今後この経験を活かし職場と仲間に貢献していきます!

先進技術支部



神藤 龍仁
支部長

たくさんの方に支えられ、任期を全うできました。組合活動で得た経験を職場で還元できるよう、精一杯頑張ります!

職場活動局



平野 恭兵
局長

すべての出会いと経験が私の宝物です。感謝しかありません。月曜日が楽しい職場を目指して一生懸命働きます。

田原支部



鷹巣 将之
支部長

執行部・職場の皆さんなど多くの方に支えられて、任期を全うする事ができました! 経験を糧に職場でも努力していきます。

明知支部



長岡 昭登
支部長

貴重な出会いと大きな経験をもらった4年間。皆さんに感謝! 職場に戻っても明るく楽しい職場を皆さんと一緒につくっていききたいと思います!

クルマ開発支部



中橋 和樹
支部長

3年間、多大なるご支援をありがとうございました。職場復帰後もこの経験を活かし、もっといい職場づくりに取り組んでまいります!

労働政策局



亀井 雄矢
局長

4年間のすべての出会いと学びに感謝です。培ったつながり・学びを職場でも生かします。支えてくださった皆さんに心から感謝です。

皆さんの
今後のご活躍を
応援しています!

堤支部



宮崎 陽平
支部長

皆さんとの出会いや経験、全てが私の財産です。これからも同じ仲間として共に頑張ります! う。4年間、本当にありがとうございました。

東富士支部



橋本 翔
支部長

東富士から皆さんにワクワクを届けたくて必死に行動していたら、私もココロおどる毎日でした。支えてくれた皆さんに感謝です!

コーポレート支部



幡野 文哉
支部長

お支え頂いた全ての皆さま、感謝しきれません! 恩返しは職場からしていきます! 幡野を嫌いになっても、組合を嫌いにならないでください。

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。



豊田市

つちや 仁志
※候補者



自分が32年住み続けた豊田市を、皆さんが住みたい、住み続けたいと思えるまちにしたい。皆さんの生声が、私の気づきとなり、武器になります。未来を一緒に考え、共に頑張りましょう！

【出身職場】

中村たかひろ：堤工場 総組立部
つちや仁志：堤工場 統括部

担当支部

堤/明知/田原



YouTube



【くらしの相談】中村市議の実績を胸に！豊田市をさらに前へ進める「つちや仁志」さんのスタート【中村たかひろ つちや仁志/豊田市】

豊田市議会議員の候補者として活動をスタートした「つちや仁志」さんが、これからの豊田市にける熱い想いをお届けします！

豊田市

しおや まさき



【出身職場】本社工場 機械部

担当支部

生産・TPS(製技, サバ物 以外)
コーポレート/本社工場



YouTube



「安心・安全なまちづくり」をテーマに、皆さまとの「対話」から実現した取り組みをご紹介します。住民の願いを形にした活動の裏側をぜひご覧ください！

豊田市

やまもと
山本 よしかつ



【出身職場】元町工場 総組立部

担当支部

元町/三好



YouTube



トヨタ自動車労働組合以外でも支援をしてくださる労働組合の働く仲間との交流や、くらしの相談から市政に投げかけて解決した事例をご紹介します！

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！

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

基礎から学ぶ スケート教室

スケート部×
組合イベント



組合員さんのご家族が参加
子ども49名

実施日 2026年5月16日(土)

場所 中京大学アイスアリーナ(豊田キャンパス)

中京大学豊田キャンパス内にある本格スケートリンク「オーロラリンク」。トップアスリートも利用するリンクで、子どもたちがスケートの魅力を存分に体感しました。



スケートの楽しさと選手の魅力を知る!

スケート部の活動や選手たちの魅力を知っていただき、応援の輪を広げたい。そして、子どもたちにスケートの楽しさを体感してもらい、好きになるきっかけをつくりたいという想いで企画しました。

スケート部からのメッセージ

坂爪 亮介ヘッドコーチ

スケートを通じて体を動かす楽しさや挑戦する気持ちを感じていただけましたでしょうか? 私たちも教えることで楽しさの原点を再確認できました。ぜひ今後もスケート場へ足を運び、スケートを楽しんでいただけたら嬉しいです!



バランスを保って滑る



コーンを相棒にレッツチャレンジ!

安全な転び方を学ぶ



転ぶのも大事なレッスンです!

デモンストレーション



トップスピードで滑る選手たちに
親御さんも子どももくぎづけ♡

重心を安定させる



手を前に出すと、バランスが保てるね!

Voice
参加者の声

段階を踏んで教えてもらえて、
とても楽しく滑れるようになりました!

デモンストレーションも
見応えがあり、
とても良かったです。

子どももスケートに
興味が出たようで
良い機会でした。
ありがとうございました。

素敵な企画を
ありがとうございました。
次回も開催があれば応募したいです!

今後の注目企画

10/25(日) グランパス×トヨタ労組コラボ企画第4弾
みんなでグランパスを応援しよう!

- ・豊田スタジアム3階指定席で横浜F・マリノスを観戦
- ・ピッチサイドウォーク+選手握手会
- ・試合後、周辺ゴミ拾い など

募集期間
9月末まで

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!





下田海中水族館

入江で暮らすイルカたちと触れ合ったり、一緒に泳いだりできる体験プログラムが豊富！至近距離で楽しめる海上イルカショー、アシカの「水中ショー」や餌やり体験などで生きものたちがグッと身近に！海に浮かぶ係留船「アクアドームペリー号」内の大水槽では50種5,000点の生物たちを観測できます。

場所 下田市三丁目22-31

時間 【通常】9:30～16:30

※春休み・GW・夏休み・シルバーウィークは変動。
公式サイトでご確認ください。※最終入館は閉館の60分前

休館日 2026年12月15日(火)～18日(金)

料金 【入場料金】

中学生以上2,500円 4歳～小学生1,250円

※体験やプログラムなどは別途料金がかかります。

自然の入り江を利用した
珍しい水族館！



大人気！
アメージング・シート

浮船になった専用観覧
席ではイルカが頭上を大
ジャンプ！

●写真提供・掲載協力：下田海中水族館

下田市ってどんなところ？

水揚げ量日本一の
金目鯛などご当地
グルメも楽しみ！



伊豆半島の南部東側に位置する下田市。エメラルドグリーンの海に白砂のビーチなど海岸線の美しい景観が広がります。サーフィンやダイビング、釣りなど人気のマリンアクティビティのほか、幕末開港の史跡や温泉など、楽しみ方も多彩です！

おすすめ
スポット

非日常感を楽しみたい！

自然の神秘を堪能できる！



龍宮窟(りゅうぐうくつ)

龍宮窟は波の力で地層の柔らかい部分が削られてできた洞窟(海食洞)。さらに天井の一部が削れて、直径50mほどの天窓が開いた空間が生まれました。天窓の下に立ってみると神秘的な景色を楽しむことができます！遊歩道から見下ろす地形はハート型で、縁結びスポットとしても話題です。

場所 下田市田牛



龍宮窟の詳細情報

詳しい情報は下田市観光協会の
公式サイト「下田旅」をチェック！
<https://www.shimoda-city.info/ryugu>



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

静岡県下田市

日本開国の舞台を黒船で周遊！



伊豆クルーズ 下田港内めぐり

日本開国の地となった下田港を黒船の遊覧船「サスケハナ」号で巡ります。ペリー艦隊が錨を下ろした場所、吉田松陰が身を隠した弁天島などの歴史と絶景を感じる約20分の船旅です！

場所 (乗り場) 下田市外ヶ岡19

料金 大人(中学生以上)1,500円 小人(小学生)750円



公式サイトはこちら

運航状況や時刻表などをチェック！
<https://izu-cruise.com/shimoda-port-cruise/>

ペリーロード

黒船で来航したペリー提督一行が日米和親条約付録下田条約締結のために了仙寺まで行進した道です。石畳の小径沿いに「なまこ壁」や伊豆石造りの建物が並ぶ風情ある町並みは下田を代表する観光スポット♪おしゃれなカフェやショップめぐりも楽しみたい！

場所 下田市三丁目



●写真提供・掲載協力：一般社団法人 下田市観光協会 <https://www.shimoda-city.info/>



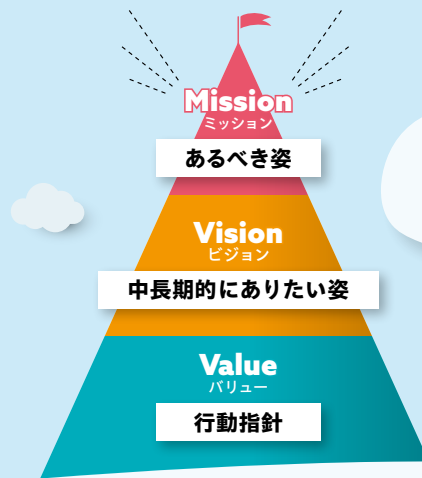
田牛サンドスキー場

龍宮窟のすぐ隣には美しい田牛海水浴場と田牛サンドスキー場があります。傾斜30度、長さ45m、幅100mの天然砂のゲレンデをソリで一気に滑り降りるアクティビティが楽しめます！

場所 下田市田牛

料金 入場料：無料

※近くの民宿などでソリの有料レンタルあり



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

釣り船で周囲や地域へ還元



釣り船には「俺も乗せてくれ」と多くの方が集まり、新入社員や部長、定年を迎えた元上司、仕事では関わることがない部署や関係会社の方、ご近所さんや飲食関係の方とのつながりもできました。最近では地元のお祭りの企画にも参加。釣り船のために行動していなければ出会えなかった世界が広がっています。

トヨタで働く皆さんへ

やらない理由を探すより まずはやってみる!

やらない理由を探すのは簡単ですが、それでは何も変わらない。まずはやってみて、失敗してもそれは貴重な経験です。一步踏み出してみれば、新しい景色に出会えると思います。

私のアクションエピソード

人と人の関係づくりから、 部署を越えた新しい動きが生まれた。

私が手掛けるのはエンジンの燃焼で発生する一酸化炭素などを無害化する「排気浄化システム」の開発。より良品廉価なシステムの実現には化学反応を起こす「触媒」の性能向上が必要で、材料技術部の協力が不可欠。まず同年代の担当者に目的や想いを共有し、一緒に釣りに行くなど親交を深め、信頼関係を築きました。材料技術側の話し合いの場に呼んでいただくようになり、部署の壁を越えて互いの強みを活かす効率的な開発体制ができました。

結果 部署を超えた協働でより厳しい
環境規制に対応できる浄化性能を実現。

勇気を持って踏み出した行動で 人のつながりと可能性が広がる。

もともと趣味で磯釣りを楽しんでいたのですが、「もっと沖で自由に楽しむため、釣り船を持ちたい」と思うように。船舶免許を取得した後、船の置き場の確保が至難の業です。地元の方は代々相続するため、いつ空くかわからない枠を100人以上が待っている状態。これでは一生船を持ってないと思い、行動を起こしました。地元のバーに通って情報を集めて交流を広げるうち、船のオーナーとご縁ができ、船と係留場所を譲り受けることができました。

想い 「やらなかった」後悔はしたくない。
やってみてダメならやめればいい。

小林さんにとって
「垣根を越える」
とは?

やりたいことに立ち返り、
自分から一步を踏み出すこと。



今回のテーマ

垣根を越える

実践者プロフィール

ひろし
東富士支部 小林 大さん

2012年入社。東富士研究所でディーゼルエンジンの排気ガス浄化システムにおける「触媒」の先行開発に携わる。2017年よりガソリンエンジンを手掛け、2年前から職長に。私生活では釣り船オーナーとして多くの方と交流を広げている。

推薦者 コメント

東富士支部
支部長
富安 洋志さん



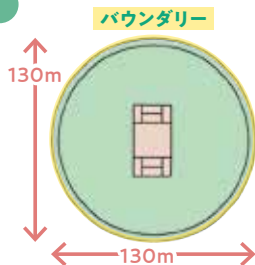
小林さんは常に「目的」を見据え、率先して行動できる頼もしい存在。仕事では専門領域の「垣根」を越えて周囲を巻き込み、プライベートでも地元の方々とのご縁を広げて船釣りを実現するなど、その行動力には驚かされます! フラットに人と繋がり、周囲と協力する姿勢は職場にも良い刺激を与えてくれています!

クリケットの観戦ポイント

攻撃

360°
どの方向へ
打ってもOK

横へ打ったり、
ボールをすくうように
後方へ打つことも!



フィールドは広大な円形

投球や打撃が行われるピッチは長辺が約20.12mの長方形でフィールドの中央にあります。プレーエリアの外周は**バウンダリー**という境界線があり、ロープなどで仕切られています。

主な得点方法

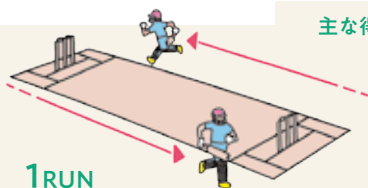


6RUN

野球のホームランのように、バウンダリーをノーバウンドで越える。

4RUN

バウンドやゴロでバウンダリーを越える。



1RUN

フィールドに打球が転がっている間に、2人の打者が走って入れ替わるごとに1RUN(点)。入れ替わる回数に制限はなく、走って得点を稼ぐことが可能。

守備

バッターがアウトを取られるケースは11種類あります。今回は代表的な3つをご紹介します。

Bowled
ボールド



空振りや見逃しなど投球が直接ウィケットに当たりボールが落ちた場合。打球が直接当たる場合も含まれる。

世界レベルの速球派の投手の球速は740～750km/h台、変化球は70～90km/h台とされています。

Run Out
ランアウト



走者がピッチの反対側のラインに到達する前に守備側が送球やボールでタッチしてウィケットが倒された場合。

Caught
コート

ノーバウンドで捕球された場合。



華麗なダイビングキャッチは盛り上がる!

次回は、
ユニバーサルリレー編!
競技の魅力をご紹介します。

英国発祥! 野球の原型とも いわれるスポーツ「クリケット」

直径130mの広大な円形の芝生のフィールドを舞台に、11人对11人が大量得点を目指し、ボールを投げて打って戦います。じつは世界の競技規模はサッカーに次いで第二位のメジャースポーツ! この機会にぜひクリケットの魅力に触れてください!



未来をかえる New Action

ウェルビーイング 向上計画!

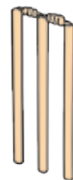
身体と心の健康や将来に役立つ
新習慣・活動をご紹介します!

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!

クリケットのきほんルール

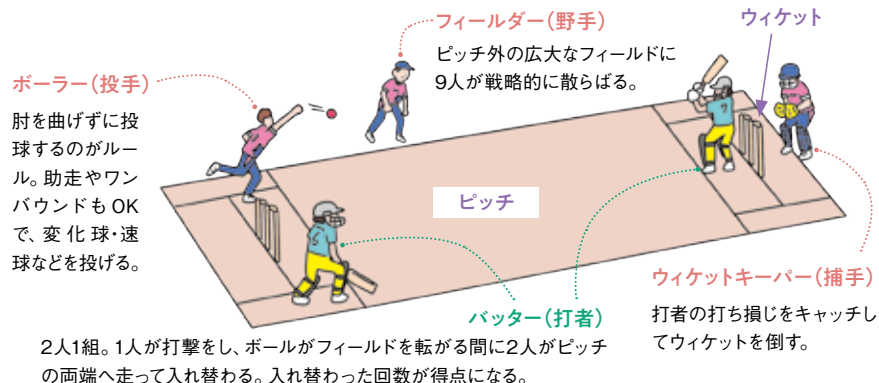
攻撃側はボールを打って得点を稼ぎ、守備側は11人全員で守備にあたりアウトを狙います。守備側が規定投球数を投げ切るか、攻撃側10人のバッター(打者)からアウトを取れば攻守交代。得点が多いチームが勝ちです。



攻守のポイント「ウィケット」

3本の柱(スタンプ)とその上に乗せた2つの木片(バール)で構成。ウィケットにボールが当たり、バールが落ちるとバッター(打者)はアウトになります。

攻撃側はボールを打ち返してウィケットを守りながら得点(RUN)を稼ぎ、守備側はウィケットを倒すなどでバッターをひとりずつアウトにします。



Member&Staff

計測・デジタル基盤改革部
西村 駿佑
品質保証部
山崎 聖空
国内部品調達物流部
田邊 二喜
生産管理部
柴田 佳祐
電動化・環境材料技術部
柴田 康平
田原工場 塗装成形部
下村 将史
モビリティ材料技術部
岸森 翼
車両技術開発部
山岡 龍司
車両技術開発部
平野 太一
電子性能開発部
川端 下大
車両技術開発部
大野 祐大朗
計測・デジタル基盤改革部
下島 茉紘
電子性能開発部
新 和真
海生部品物流部
牧田 蒼翔
開発試作部
野添 陽人

GM・コーチ・スタッフ

車両技術開発部
GM 伊藤 公浩
材料技術統括室
アシスタント
アドバイザー 近藤 浩
パワートレーン機能開発部
総務 二宮 弘樹
パワートレーン機能開発部
総務 東野 晴輝
開発試作部
広報 上坂 将輝
ヘッド
コーチ 福島 孝輝
アシスタント
コーチ 瀧江 陵友
マネージャー
コーチ 田中 一希
広報
コーチ 愛甲 貴広

インスタで
さまざまな
情報を発信
しています！



@sunhawks_toyota

選手直伝 Onepoint

教えてくれたのは…

入部8年目 西村 駿佑さん
高3の時にインターハイ優勝を経験。
社会人1年目でVリーグ新人賞、V3リーグの優勝時にはMVPにも輝いた！



レシーブのコツはしっかり顎を引き、
ボールが当たる瞬間まで目を離さないこと。

顎が上がって手
元が見えないと、
腕の「面」でボー
ールを当てること
ができません。

両腕の腹の部分
で平らな「面」を
つくり、この部分
でミートするとボー
ールがコントロール
しやすいです！

バスを出す相手の動きは
周辺視野で捉えます。

一人でできる
「壁打ち」も効
果的な練習！

腕の下にボールを挟んで
腕の「面」を意識づけ！

覚えて！

おすすめ自主トレーニング方法 空気椅子

レシーブで踏ん張る時もジャンプする時も強い足
腰が欠かせません。足腰を鍛えるために組み
やすいのが空気椅子です。すき間時間に30秒だ
けでもいいので、日々の積み重ねが大事！確実に
変わってきます。

実践しているトレーニングメニュー

週5回ほどジムに行ってウェイトトレーニングを中心に
全身を鍛えるようにしています！
・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



男子バレーボール部（サンホークス）

活動場所 トヨタスポーツセンター 第2体育館

活動日 火～金 19:15～21:30 土・日 9:30～13:00

ある1日の全体練習メニュー

- 9:30 ランニング・ストレッチ
ウォーミングアップ
- 9:45 トレーニングアップ 身体づくり
- 10:00 キャッチボール・対人レシーブ
基礎練習と感覚の確認
- 10:15 ブロックトレーニング
ブロック動作の強化
- 10:30 台上ブロック 2校まで
ブロックと連携強化
- 11:00 スパイク～コンビ練習
攻撃面強化
- 11:30 5本連続コンビ
攻撃連携・守備連携強化
- 11:50 サーブ サーブ強化
- 12:00 ゲーム練習 実践ゲームで確認
整理運動 静的ストレッチ・ケガ防止



【目玉焼きをつくります】



別のフライパンに油を入れ、温めたら1度火を止めてアルミホイルをのせます。その中に卵を割り入れ、弱火で7分くらいを目安にじっくりと焼いて目玉焼きをつくります。



アルミホイルを4、5cmの高さになるように2、3回折り曲げて帯をつくり、バンズの大きさに丸めます。この時、端の部分1cmほど折り返しておくと丸めて重ね合わせた部分に差し込んで固定しやすくなります。



フライパンに油を入れて中火にかけ、②を入れてフライ返しなどで押し付けるように焼き、片面に焼き色がついたらひっくり返して蓋をします。さらに2〜3分焼いたら1度取り出します。



フライパンにAを入れ中火で熱し、とろみがついたら③を戻して全体に絡めます。



完成!

⑦
バンズにレタス、パティ、黒こしょう、マヨネーズ、目玉焼きを乗せ、バンズで挟めばできあがり。

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。

yuge
FOOD LIFE STUDIO



愛知県名古屋市中千種区春岡通7丁目35-9 吹上ユニゾン2F



調理時間
20分

お月様に見立てたまんまる目玉焼きと肉汁あふれるパティが好相性!



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。ちやちやと料理をした後は、自分時間を楽しんで!

Vol.33 お月見シーズンに食べよう! お家で「テリヤキ月見バーガー」

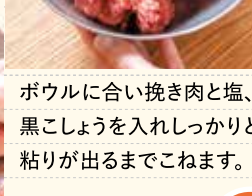


1

作り方

POINT!

こねる目安はボウルの底に脂がつくぐらいまで!



ボウルに合い挽き肉と塩、黒こしょうを入れしっかりと粘りが出るまでこねます。



2

①を2等分に分け、キャッチボールをするように空気を抜いたら、バンズよりも少し大きく平らな丸型になるように成形してパティをつくります。

ちやちやっとなポイント

- 玉ねぎを使用していないのでカット不要!
- 市販のバンズを使用
- シンプルな材料でできる!

【材料】2人分



- バンズ…2セット
- 合い挽き肉…200g
- 塩、黒こしょう…少々
- 卵…2個
- レタス…適量
- 油…適量
- マヨネーズ…大さじ1
- A しょうゆ…大さじ1
- きび砂糖…大さじ1
- みりん…大さじ2
- 酒…大さじ2

毎日のケアで美髪に導く

汗ばむ季節のベタつき対策にぴったり



ベタつく髪も
瞬間リフレッシュ

皮脂を吸収する微粒子パウダーを配合

●ダイアン パーフェクトビューティー ドライシャンプー
フレッシュシトラスペアの香り 1,320円

汗や皮脂によるベタつきを抑え、洗い立てのようなさらさら髪をキープ。
爽やかなシトラス&洋ナシの香りで、外出先でも気軽にリフレッシュできます。

濃厚なテクスチャーで
毛先までしっとり



洗練された
ベルガモット&ダフネの
香りがGood

ダメージを集中補修して
うるおい髪へ

●THE ANSWER EX
モイストトリートメント
FOR DAILY DAMAGE
1,760円

摩擦や紫外線などの日常ダメージを
補修する濃密トリートメント。
髪を包み込むようなリッチな使い
心地で、毛先までうるおった
まとまり髪へと導きます。

プロが考案した
髪にやさしいタオル!

面倒なドライヤー

時間も短縮!

●ヘアドライタオル 1,100円

吸水性に優れたマイクロファイバー
素材が髪の水分を素早く吸収。
ふんわりとなめらかな肌触りの
カットパイル仕上げなので、摩擦に
よるダメージも軽減してくれます。



滑らかな触り心地の
マイクロファイバー素材



●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。



すぐれmono紹介!

便利

アイテム帳

第57回

夏の傷みを解消!
いたわりの
ヘアケアアイテム

髪の汚れも落とせるので
シャンプーは不要!

塩スクラブで
頭皮をすっきり
クレンジング



ひんやり爽快!頭皮リセット習慣

●薄荷の頭皮用スクラブ 1,320円

塩配合のスクラブが毛穴に残った皮脂や汚れをすっきりオフ。
シャンプー前にも、シャンプー代わりにも使え、メントールの爽快感と
ハッカの香りで頭皮を気持ちよくリフレッシュできます。



頭皮から健やかに!

握りやすく
力を入れやすい独自形状



頭皮を引き上げる
イメージで
コリほぐし!

自宅で手軽にヘッドスパ気分

●スカルプスパブラシ 2,420円

リング型で握りやすく、頭皮にしっかりフィット
するスカルプブラシ。シャンプー時はもちろん、
毎日のリフレッシュにもおすすめ。
頭皮を心地よく刺激して筋肉のコリをほぐします。

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!

いつも楽しく拝見しております！ 新入社員アドバイザーを
経験させていただいたので、新入社員にも「はあい」をしっ
かり紹介しておきました！

ていおんとうーりさん(衣浦支部)

🐱 **なんと素敵なムーブ♪** ヨムヨムは感動で涙が…これ
からも活用できるようなお役立ち情報をお届けできるよう
に頑張るにゃ！ 皆さんの投稿が励みになります。



「はあい」への
ご意見・ご感想など
ご紹介していきます

6月号の特集で、今では当たり前の年
休カットゼロが、昔の努力によって出
来たという学びになった。

kaoさん(クルマ開発支部)

🐱 **先人たちの努力で培われた素晴
らしい風土は、次世代にもつないでい
きたいですね♪** 年休活用でご自身の
ライフも充実させていきましょう！

6月号「こそこトヨタ(KD事業部)」に
ついて。ノックダウン生産ってどうや
るんだろう、とずっと不思議でしたが、
その一部だけでも理解することができ
ました。

I.S.さん(東富士支部)

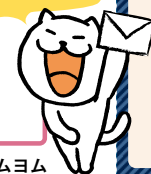
🐱 **社内でも知らないことはあります
よね。お役に立ててうれしいです♪**



今月のテーマ

みんなの暑さ対策を 教えて！

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！

対策＆押しグッツ

● **ハンディファン。** バッテ
リー内蔵なので、落とさな
いように気を付けています。
たぬぼうさん(車両技術支
部)

● **日傘！** 本当に温度変わ
るので旦那にも持たせまし
た。極寒ボディシート！
スースーして一瞬で寒くな
ります。
アンジュフェニックスさん
(先行モノ技支部)



● **カーテンを全て閉めてか
ら出掛けると、帰宅したと
き部屋にこもっている熱の
温度が和らぐ気がします。**

カレーさん(元町支部)

● **お風呂上がり**に冷たい
シャワーで体を冷やす。
ツカさん(田原支部)

● **ウォーキング**で暑熱順
化。
ダダさん(東富士支部)

● **サウナ**に入って暑さに慣
れる。
J.r.さん(田原支部)

● **空調服**を着ている。
amiba24さん(高
岡支部)

● **こまめな水分補給**(目安
5分一回)。のんちゃんさ
ん(クルマ開発支部)

● **寝る時、首にアイス枕**を
する。
キンギヨさん(事業・営業・

CF支部)

● **大型商業施設**で避暑。
S.H.さん(元町支部)

● **あえての筋トレ。**
なべさん(事業・営業・CF
支部)

🐱 **ハンディファンやクー
ルネックが人気！ ひんや
りグッズもいろいろですね。**

食べ物・飲み物！

● **きゅうりをたくさん食
べます。** 切って醤油とお酢
を混ぜたものに10分つけ
るだけで美味しい、早い、
簡単で最高です。水分も
塩分も取れます！
どんさん(堤支部)



● **お風呂上がり**にキンキ
ンに冷えたビールをタンブ
ラーに入れて呑む。
メルちゃんさん(田原支部)



● **トマト、きゅうり、オク
ラ、モロヘイヤ**をそのまま
食べたり、和物にしたり、
さまざまなレパートリー
で食べてます♪
ばななさん(コーポレート
支部)

● **梅干し、梅ジュース、そ
うめん。**
ありちゃんさん(クルマ開
発支部)

🐱 **麦茶という意見も多数
でした！ まだ暑い日が続
きますが、皆さんの意見を
参考に乗り越えましょ！**

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

8月号の答え

A	B	C
6	3	4
D	E	F
1	5	②

Fのカードに書かれた数字は **2** 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 漢字合わせ札



パズル制作/ニコリ

問題

ある2字の熟語を、
それぞれ4つに切断して、
ばらばらにしてみました。
うまく組み合わせて、
元の熟語をあててください。

正解の熟語は?

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9月25日(金)

編集後記

暦の上では秋を迎えましたが、まだまだ暑い日が続いていますね。皆さま、いかがお過ごしでしょうか？ 労働組合は9月から61期後期がスタートし、支部長・副支部長の顔ぶれも新しくなりました。今号では、組合員の皆さんに少しでも身近に感じていただけるよう、メンバーの自己紹介を掲載しています。ぜひご覧ください。季節の変わり目でもありますので、体調に気をつけながら、それぞれの「秋」を楽しみましょう！

栄ソフト
セレクト!



今月のプレゼント

週末と紅茶と日記帳 紅茶色

自分らしく過ごすため、週末のティータイムに日記習慣を始めてみませんか？ 本棚に並べてもかわいい仕様♪

はあい Vol.39 No.456 2026年8月28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!

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

事業・営業・CF支部 支部長 町田 貴明 さん

最近3歳になる子どもの無限の体力に圧倒されつつ、公園で一緒に遊ぶのが楽しみです。一方で、一人の時間も大好きで、家でゲームや読書などでのんびり過ごしながら、日々の疲れを癒しています。

この本と出会ったきっかけは?

大学生の頃、本屋でミステリー小説を物色中に偶然出会いました。そこから読み進めるうちにおもしろくて、はまってしまいました。

おすすめのポイントは?

作中には実在する有名な小説や古書が数多く登場し、物語を楽しみながら自然と本の知識が身につきます。読書初心者には新たな本との出会いがあり、本好きの方には共感しながら楽しめる一冊です。隙間時間に少しずつ読める手頃なボリュームで、読書の入り口にも最適。古書にまつわる謎や人々の秘密を解き明かす物語なので、ミステリー初心者にもおすすめです。

ビブリア古書堂の事件手帖

～栞子さんと奇妙な客人たち～

『ビブリア古書堂の事件手帖
～栞子さんと奇妙な客人たち～』
著者:三上 延
KADOKAWA/メディアワークス文庫

どんな人におすすめしたい?

最近あまり本を読んでいないという方も、本が大好きな方も、ぜひ読んでほしい本です。

運動部
応援
NEWS



応援よろしく
お願いします!

ぜひ、お近くの
会場へ!

公式サイト



Instagram



X



TOYOTA BEACH VOLLEYBALL



【BVT1】Japan Beach Volleyball Tour

9/11(金)~13(日)

第6戦 平塚大会 荒井商事杯

湘南ベルマーレひらつかビーチパーク(神奈川県平塚市)

第20回アジア競技大会(2026/愛知・名古屋)

9/20(日)~10/3(土)

碧南緑地ビーチコート(愛知県碧南市)

JBVシリーズ2026(オープン)

10/10(土)~11(日)

川崎市杯 JVA第18回ビーチバレーボール大会

川崎マリエン(神奈川県川崎市)

・ 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!! ✦

リズム スマートフォン用防水ケース
MAGCASE S

レジャーやお風呂などで映画や音楽などを満喫!
マグネット・スタンド付きの防水ケースです。

※使用イメージ



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!

9月号
の
ページ

+

10月号
の
ページ

+

11月号
の
ページ

+

12月号
の
ページ

=

?

※4号連続クイズのご応募は12月号でご案内します