

# HOLON

CND 機関紙 ホロン  
vol. 212

2026年3月9日発行

ご家族の皆さんで  
ご覧ください!



佐賀トヨペット  
労働組合  
Y・Rさん



宮城トヨタ自動車  
労働組合  
T・Tさん



トヨタ  
モビリティ富山  
労働組合  
K・Mさん



トヨタ  
レンタリース愛知  
労働組合  
T・Mさん



- 02 CNDの仕事図鑑  
「トヨタL&F宮城株式会社」
- 04 みんなの声が政治を動かす
- 06 CND活動報告
- 07 あってよかった労働組合
- 08 レク自慢  
「札幌トヨタ自動車労働組合」「奈良トヨタ労働組合」
- 09 組合員stagram  
「旭川トヨタ労働組合」「トヨタモビリティ釧路労働組合」  
「京都トヨタ自動車労働組合」  
「トヨタモビリティパーツ労働組合 大阪・和歌山支部」
- 10 おすすめウォッチング
- 11 にゃんトレ
- 12 組織内議員の活動紹介 他

紙面のクイズに答えて  
プレゼントをゲットしよう!

今号は  
米沢牛



応募はこちら



クイズは裏表紙を  
チェック!

大募集  
!!

皆さんの似顔絵が  
表紙になります!

似顔絵にしたい人のお顔が  
わかる写真を送ってください。  
クイズと同じフォームから  
応募してね。



委員長の  
はやし  
です

似顔絵は  
プレゼント  
ですよ!

★応募者多数の場合は抽選となります。  
★応募をもって掲載に同意されたものとして取り扱います。  
ご本人、または同意を得た方の写真をご応募ください。



Follow Us!

WebサイトやSNSでもCNDの活動の様子や  
HOLONの情報をお届けしています

技術の継承と、安全な業務環境の整備

- 採用・育成・継承の仕組み化…ベテランの基準が高く、停滞しがちな育成の見直しと技術・ノウハウの属人化が課題となっており、業務の円滑化に向けた教育・伝承の仕組み化が求められている。
- 業務環境の改善と安全確保…リフト周辺の混雑が接触事故の不安や作業の中断を招いているため、配置の見直しなどによる生産性の向上と安全確保の両立が求められる。

若手を支える相談体制と、計画的な人材育成制度の必要性

- コミュニケーション活性化と相談体制…業務上の不明点を気軽に相談できる環境が整っておらず、若手や新規配属者が不安を感じているため、支え合えるサポート体制の構築が望まれている。
- 教育・評価制度の体系化…教育が個人の裁量に依存し、習熟度にばらつきが生じているため、誰もが安心して成長できる標準的な教育プログラムや人事制度の確立が求められている。

トヨタエルアンドエフ宮城労働組合の活動

働きがいのある環境づくり

組合員数76名、執行部8名で活動しています。働く仲間の声を集め、賃金・労働条件の改善、安全衛生の強化、働きがいのある環境づくりを目的に活動しています。物流・フォークリフト業界特有の安全性や専門性をふまえ、現場の声を大切にしながら、会社との協議や提案活動、福利厚生充実、ハラスメント防止など、組合員一人ひとりの生活と権利を守る取り組みを進めています。



主な活動



通勤時の高速道路利用について

長年課題であった通勤時における有料道路料金の補助について、今秋の取り組みで通勤距離50km未満であっても通勤時間が1時間以上かかる組合員に対して、片道分の補助が決まりました。

職場環境改善に向けた取り組み

職場オルグを通じて、業務量や労働時間、コミュニケーション、職場環境などに関する課題を体系的に洗い出しています。少数での対話を重視し、誰もが意見を述べやすい雰囲気づくりを行いながら、現場の実態を正確に把握することに努めています。

今井 佑輔 委員長より

私たちの組合は誰もが安心して働ける環境づくりを目指し、日々の声を大切にしています。現場で生まれる気づきや意見を共有し合い、より良い環境へつなげていくことが私たちの強みです。これからも、全員で参加しやすい組合活動を進め、仲間とともに成長できる組織を築いていきたいと思ひます。



CNDより

記事の感想、皆さんの仕事のやりがいや困りごとなどを、ぜひアンケートで教えてください



仲間の議員に突撃 Q&A

国民民主党・参議院議員  
いそざき 哲史



**Q** 物価高騰が続くなか、高速道路料金の負担は個人のみならず、業務上の移動をともなう労働者や企業にとっても大きな負担となっています。高速道路料金について、企業利用や業務移動を対象とした新たな軽減策や支援制度を検討していますか。

**A** 以前より、野党の「自動車産業の未来を考える会」議員連盟で検討を進め、同僚の浜口議員を中心に、高速道路料金を大幅に引き下げる「ワンコイン（500円）制」を提案してきました。国民民主党としても経済政策の一環として、定額制等の新たな料金体系を検討することを公約に掲げています。ぜひ応援してください。

国民民主党政策参照



※「①高速道路網の整備促進と料金改定」部分。

CNDの仕事図鑑

CNDの組合員の仲間、一人ひとりのリアルな仕事内容や、彼ら彼女らが日々直面している職場課題取材してきました。また、これらの課題に対し、労働組合がどのように声を上げ、会社と協力しながらより良い職場環境の実現に向けて活動しているのかをご紹介します。



トヨタL&F宮城株式会社 従業員数 109人

トヨタL&F宮城株式会社は、宮城県内の物流現場を支えるフォークリフト・産業車両の専門ディーラーです。本社を富谷市に構え、仙台・石巻・古川・仙南・気仙沼の5拠点で営業・サービス体制を展開し、迅速で高品質な物流をサポートしています。

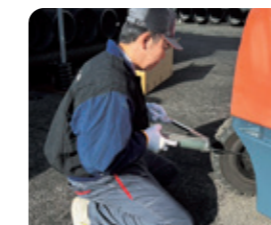
働く仲間の仕事紹介

フィールドエンジニア



主な1日のスケジュール

- 9:00 年次修理見積作成メール確認
- 10:00 点検修理作業
- 16:00 伝票処理



やりがいを感じる瞬間は？

経験を積むなかで生産性を高め、自らの成長を実感できることに喜びを感じています。正確な物流管理でお客さまとの信頼を築き、感謝されることもモチベーションにつながっています。ベテラン社員の背中を追いかけてながら、中堅として後輩を牽引する「架け橋」になれるよう、日々取り組んでいます。

ショップエンジニア



主な1日のスケジュール

- 8:30 ミーティング（1日のスケジュール確認）、点検作業、部品の出庫、車検業務
- 13:00 工場内作業（リフトのリア回り専用作業）、塗装
- 16:00 来店のお客さま対応、ミーティング、伝票作業（適宜）



やりがいを感じる瞬間は？

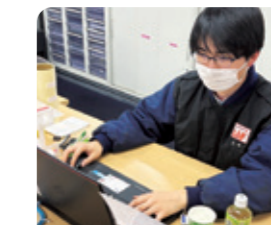
資格取得など「自分への投資」を通じて、日々の成長を実感することに大きなやりがいを感じています。今後はその経験を活かして、より高度な知識が必要な「重整備」にも挑戦していきたいです。先輩方との仕事にしっかりと貢献し、自らの技術で組織を支えていけるよう、さらなる高みを目指します。

事務



主な1日のスケジュール

- 8:30 部署ミーティング、中古車販売・レンタル車の管理運営
- 13:00 商談状況の管理、サービス代車の管理
- 16:00 商談状況の管理、サービス代車の管理、中古車の管理業務



やりがいを感じる瞬間は？

職場の風土改善を通じて、仲間がイキイキと働く姿を見ることが私のやりがいです。他部署からの依頼にも最大限応えられるよう細やかな気配りを欠かさず、「みんなの支え」としての役割を全うしたいです。現状に満足せず、いま以上に社員の皆さんの力になれる存在を目指していきます。

営業



主な1日のスケジュール

- 8:30 朝礼、一日のスケジュール立て
- 9:30 営業活動
- 16:00 活動内容記録、見積等作成



やりがいを感じる瞬間は？

宮城県内の老舗企業のパートナーとして、一人で外回りを担う責任と誇りを感じています。リフトなどの商材を通じ、各社の状況にあった最適な提案でお客さまを笑顔にすることがやりがいです。また先輩方との同行でプロの視点を吸収し、自らの成長を実感できる環境に、日々大きな充実感を得ています。

※掲載している取材対象者の職種、役職、組合情報は取材当時のものです。

# 組織内議員の活動の原動力は皆さんの声!

政策の実現は皆さんの声からスタート



手取りを増やしてほしい



自動車の税金が高くて複雑!



ガソリン・軽油が高くて生活が苦しい

## 組織内議員が皆さんの声を国会に届けます



## みんなの声が動かした! 政策がついに実現

世論全体すなわち私たち組合員の声

手取り増が実現!

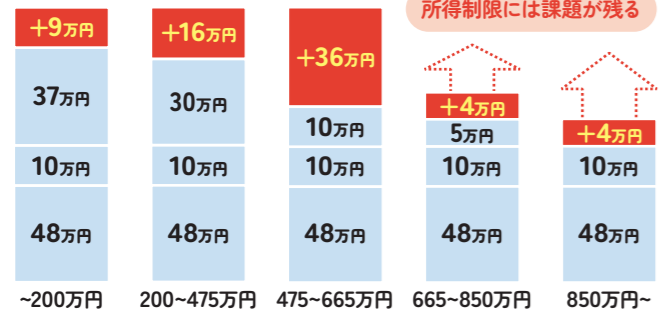
103万円の壁が178万円に!

物価や最低賃金の伸びを考慮し178万円までの収入が非課税に!



▶社員など給与所得者の所得税の支払いが発生する境界線=年収の壁の上限額を178万円へ引き上げると合意しました。年収655万円までの中間層まで、上限額が適用されます。

【基礎控除の引き上げ額】



年収(万円)	200	300	400	500	600	800	1000
減税額(万円)	2.7	2.8	2.8	4.7	5.6	3.8	2.8

自動車産業からの声

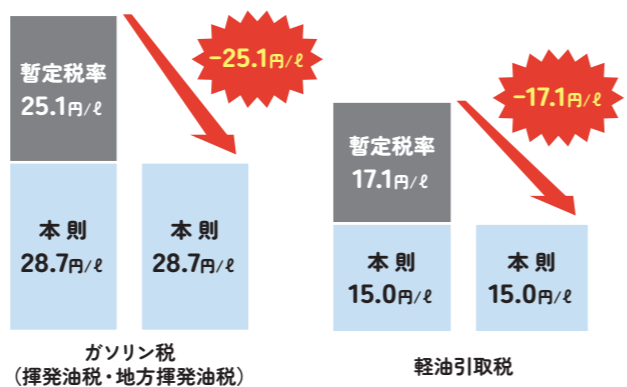
50年以上も続いた暫定税率をついに廃止へ!!

ガソリン暫定税率廃止!

与野党6党の実務者協議を重ね、正式合意!



▶ガソリンの暫定税率を廃止(令和7年12月31日)  
⇒大幅な価格変動は、国民民主党が提案していた補助金を段階的に増額し対応  
▶軽油引取税の暫定税率を廃止(令和8年4月1日予定)



国会での政策推進セミナーや、職場への訪問、CNDホームページの「議員さんに“声”を届けよう」コーナーなどからいただいた組合員の生の声を国会に届け、政策に結びつけています。地域や社会の困りごと、法律や税金の問題など、職場で解決できない問題は、私たち組織内議員へお寄せください。



いそざき哲史 参議院議員



はまぐち誠 参議院議員



議員さんに“声”を届けよう!

地域や行政のかかわる問題について、私たちの仲間である議員さんに相談してみませんか?



# みんなの声が政治を動かす

皆さんの日々の暮らしや職場から生まれる「良くしてほしい!」という声は、私たちの代表である組織内議員を通じて国会へ届け、政策として形にしてくれます。今回は「政策実現までの流れ」と、実際に「皆さんの声」が政策の実現に結びついた事例を紹介いたします。

## CND政策推進セミナーや各加盟組合の研修会などでいただいた意見が政策へ!!



## みんなの声・要望が組織内議員を通じ、政策に結びついた事例を紹介

### 1 【車検受付時期の前倒し】

**要望**

- 自動車ユーザーの負担軽減
- 整備現場の人手不足解消

国土交通省に現場の実態を伝え、見直しを要請  
満了日の1ヵ月前から受検可能

**実現** 2ヵ月前からに改正

### 2 【自動車環境性能割廃止】

**要望**

- 二重課税の廃止
- 自動車購入時のユーザー負担を軽減

取得税廃止の際に国の税収を確保するため、名前を変えて残っていた税制の廃止を実現!!

**実現** 「環境性能割」廃止が決定

### 3 【新規登録前のパーツ取り付け】

**要望**

- 効率的な作業計画に
- ワンストップで仕上げたい

自動車技術総合機構への現車提示前に、オプションパーツの取り付けを可能とする  
※指定部外品で長さ幅が一定の範囲を超えるなどの場合、騒音・排ガス規制へ影響する場合は対象外

**実現** 一定範囲内のパーツは取り付け可能に

### 4 【自賠責保険からの繰入金が一括返還】

**要望**

- 貸していたお金を早く返してほしい
- 被害者支援が手薄になるのは困る

一般会計に貸し付けていた分を、交通事故の防止や交通事故被害者を支援するため早期の返還を毎年政府に要請

**実現** 残り5,741億円全額一括返還に!

# あつてよがった労働組合

## 組合員限定サービス 組合員ならではの「メリット」をご紹介します！

今回のテーマ

# みんなの家庭の医学

組合員の皆さんの暮らしの安心のために提供しているサービス「みんなの家庭の医学」。病気や医療に関する「不安」「疑問」「悩み」に直面したとき、すぐに頼れる情報と相談の窓口です。

### あつてよがった①

### 暮らしのさまざまな場面で役立つ、「豊富なサービス」

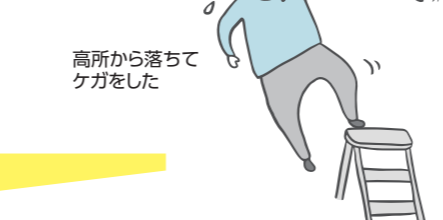
「これって何の病気？」と不安なとき



相談しづらい「からだの悩み」があるとき



転倒や出血など「ケガをした」とき



### みんなの家庭の医学なら

不安を安心に変える検索機能

#### 症状から調べる

落ち着いて対応できてよかった



専門家からアドバイス

#### みんなのお悩みQ&A

約5,000件掲載中 (毎日更新)



もしもの備え

#### 健康・医療の心得 救急・応急処置編

こんな症状のときは病院へ



いまの状況から考えられる疾患を即座にチェック。病院が開くのを待つべきか、夜間救急へ走るべきかの**判断基準**になります。

多くの人が抱える「あるある」な悩みに対し、**医師や専門家**からの回答を掲載。「悩んでいるのは自分だけじゃない」という心のケアにもつながります。

受診目安がわかる症状や、**セルフケア方法**を知ることができます。この「初動」が、その後の回復を大きく左右することもあります。

### あつてよがった②

### 職場や家庭の悩みを臨床心理士などに相談できる「健康相談」

#### ハラスメント相談

#### 1人で抱え込まずに相談を

ハラスメントとは、精神的・身体的な苦痛などを与え、職場環境を悪化させる行為です。どこに相談するべきか、お困りの方は一度ご相談ください。

#### メンタルヘルス【こころの相談】

#### 不調はSOSです

気分の落ち込み、不安、睡眠障害などの気になる症状から、職場の人間関係、子育てまで幅広い内容にお答えします。

メールや電話予約で相談するには

初回の会員登録と、団体登録の2つが必要です。詳しくは全トヨタ労連HP内 キラキラの素・安心の素をご確認ください。  
※フリーダイヤルへの電話相談は登録なしで利用できます。

全トヨタ労連  
キラキラの素  
安心の素



各相談の  
フリーダイヤル

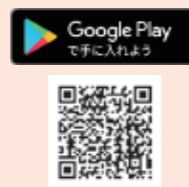


### あつてよがった③

### サービスの利用は「アプリ」が便利



アプリならではのサービスが続々と搭載されています。



「みんなの家庭の医学」へのアクセスはこちら

Webサイト  
<https://kateinoigaku.jp/>

みんなの家庭の医学



# CND活動報告

CNDでは、全国各地で加盟組合の役員の方々と一緒に各種セミナーやさまざまな会議・研修を実施しています。それらの活動の一部と参加者のコメントを紹介します。

Instagramでも活動を配信中



### 第2回 支部会議

12/1 [月]~4 [木] 全国11カ所



25秋の取り組みの総括（一次案）と、26春の取り組み方針案を中心に議論しました。26春の取り組みについては、「人への投資」を持続的なものにするため、賃上げだけでなく、組合員の声を集め経営に届ける活動に力を入れていきます。また、自己診断チェックシートの結果をもとに、各支部で好事例の共有や意見交換を行いました。

参加者より

質疑応答と意見交換がこれまで以上に活発で、大規模な議論のなかから普段は気づかない視点や新たな学びを得ることができました。

島根トヨペット労働組合

### 第20期前半期 ユニオンカレッジ「賃金コース」

12/8 [月]~10 [水] 東京



CND第20期前半期ユニオンカレッジ「賃金コース」を開催しました。講義では、賃金に関する基礎知識や賃金体系など、賃金について幅広く学んでいただきました。また、自社の賃金制度や賃金プロットについての意見交換も行き、理解を深めていただきました。

参加者より

春の取り組みに向け、セミナーで学んだことや賃金検証ツールを活用し自社の賃金課題の洗い出しや他社比較を行い、要求構築をしていきます。

トヨタユニテッド静岡労働組合

### 第20期前半期 第3回ホーム連絡会 住宅3組織情報交換会

1/16 [金] 埼玉



パナソニックホームズ労組、全積水労連、CNDの3組織で交流を実施し、26春の取り組み要求構築や住宅業界の課題の情報共有を行いました。工場見学ではセキスイハイムの生産ラインや建物を見学し、多くの学びを得られました。分科会の情報交換では、人材不足や賃上げ・労働条件改善の交渉の切り口について意見交換を行い、今後の労使交渉の一助となりました。

参加者より

他社の賃金や働き方の具体例は、自組合の春の取り組みを考えるうえで大きな示唆となりました。自組合にどう活かすか検討を進め、ご縁を大切に今後も継続的な交流を深めていきたいです。

トヨタホーム愛知労働組合

### 第43回 全国代表者会議

1/22 [木] 広島



初めて広島の地で全国代表者会議を開催しました。議案としては、26春の取り組み方針が提案され、代表者の満場一致で可決されました。今回の方針では「人への投資」を定着させ、「未来に向けた魅力ある販売業界づくり」を、力強く前進させよう～をスローガンに掲げ、加盟組合が一丸となって取り組むことを確認しました。

本部より

雪がちらつくなかでの開催となりましたが、今回も盛会のうちに終了できました。加盟組合が結束し前進できるよう、本部としても連携を強め、各取り組みを力強く支えてまいります。

全トヨタ販売労働組合連合会

みんなはどんな風に  
プライベートを  
楽しんでいるの？

# 組合員stagram

日本中の組合員の皆さんに、働くモチベーションにしている  
趣味やとっておきの思い出を投稿していただきました！  
プライベートの過ごし方のヒントにしてみたいはいかがでしょうか？

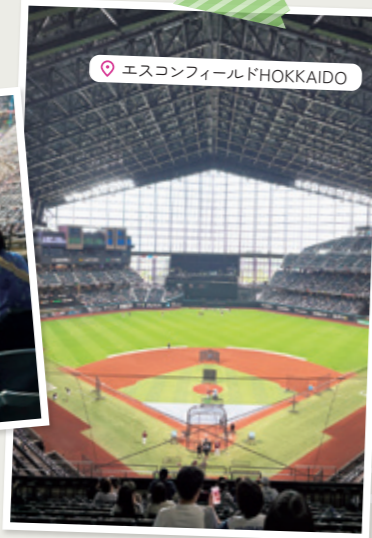


Follow  
us!

## 旭川トヨタ労働組合 T・Sさん

子どもと一緒にエスコンフィールドへ！ 広い球場とにぎやかな  
雰囲気に、終始楽しそうな笑顔でした。歓声に包まれながら過  
ごした時間は、特別な思い出になりました。皆さんも北海道に  
来た際は、ぜひ立ち寄ってみてください！

#家族時間  
#子どもとお出かけ  
2025年8月



エスコンフィールドHOKKAIDO

## トヨタモビリティ釧路労働組合 K・Tさん



Nisshoアイスアリーナ

北海道の釧路市はスケートが盛んな地域です！ 小学校へ入学  
すると学校のグラウンドでスケートリンクを作り、スケート授業が  
始まるのでNisshoアイスアリーナへ練習に行ってきました！ 寒い  
なかでかく汗はとても気持ち良かったです！

#スケート練習 #汗をかくのも気持ちいい  
2025年12月30日

## 京都トヨタ自動車労働組合 M・Nさん



比叡山



趣味の山登り。今日は京都と  
滋賀にまたがる延暦寺で有  
名な比叡山にアタック。標高  
848mと決して高くない山で  
すが、平坦な道が少なく急勾  
配の登りが連続するため意  
外にキツイ。この日の山頂は  
うっすら雪化粧。寒かった！  
来週はどこを登ろうか。

#比叡山にアタック  
#達成感  
2026年1月14日

## トヨタモビリティパーツ労働組合 大阪・和歌山支部 K・Uさん

毎年元旦の恒例行事！ 今年也和歌山の祖母の家で獅子舞を見  
ました。しっかり頭を噛んでもらい今年の「無病息災・家内安全」  
を祈りました。昔は怖くて泣いていましたが、いまでは自ら頭を差  
し出すようになり、成長を実感する26歳です！

#無病息災・家内安全を祈願  
#獅子舞との成長記録  
2026年1月1日



和歌山県由良町

# レク自慢

各組合が独自の工夫をこらして  
開催している「レクリエーション」を  
ご紹介します！

## 世代を超えて大盛り上がり！ 納涼ビアパーティー



アトラクションや歓談で笑顔と歓声があふれる、納涼ビア  
パーティー。世代や職場を超えた交流で大いに盛り上がりま  
した。

**ここがポイント** アトラクションに工夫をこらし、開催前後も楽しめる応援  
グッズコンテストを実施することで、参加意欲を高め、一体  
感のあるレクリエーションとしました。

## 楽しいがつながる！ オンラインボウリングレク



グループ労連共同で実施している、オンラインボウリングレク。  
各地域の組合員も参加しやすいよう、オンラインでつないで  
開催しました。

**ここがポイント** グループ労連の文体委員会で議論を重ね、広域でも参加  
しやすいオンライン形式や組合レクとの運動など、楽しめる  
工夫を行いました。

※グループ労連とはトヨタカローラ道北労働組合、札幌トヨタ自動車労働組合、トヨタカローラ苫小牧労働組合、ネットトヨタ札幌労働組合、ネットトヨタ  
道都労働組合、トヨタレンタリース札幌労働組合、北海道中央自動車学校労働組合、函館トヨタ自動車労働組合、トヨタL&F札幌労働組合、9労働組合  
がグループ会社として結成した札幌トヨタグループ労働組合連合会のことです。

レクリエーションは、仲間と笑顔を共有し、つながりを深める大切な場です。  
これからも交流の機会を大切にしていきます。

執行委員長  
笹谷 篤央さん



〔北海道支部〕 札幌トヨタ自動車労働組合

## 参加者増加中！ 釣り堀大会

ビンゴ大会も



年に2回、自然を満喫しながら組合員の親睦を深めるための  
釣り堀大会。奈良から和歌山まで、何台かに別れ、乗り合わせ  
て行くので、道中から盛り上がります！

**ここがポイント** 初心者の方でも楽しんでいただけるように釣り好きの執行  
部がサポート！ 豪華景品が当たるビンゴ大会も開催し  
ます。回を重ねるごとに参加人数も増え、好評です。

## 「笑い」で暑さを吹き飛ばす！ 吉本新喜劇鑑賞



関西といえば吉  
本！ ということで  
毎年恒例になっ  
ております、吉本新  
喜劇鑑賞。夏の暑  
さを笑い飛ばし  
ます、家族参加型  
のレクリエーショ  
ンです！

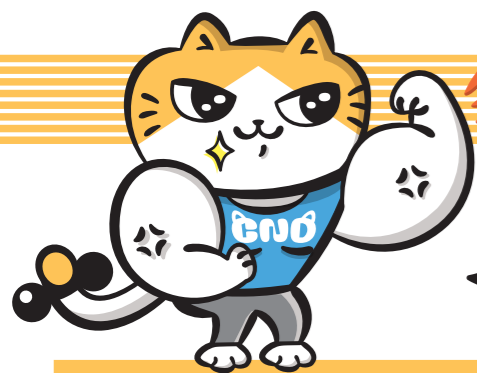
**ここがポイント** 組合員のご家族も参加していただけるよう夏休みにあ  
わせて開催しています。日頃の感謝を込めて家族サー  
ビスの一環として行っています。

仕事ではないところでコミュニケーションを取ることで組合員同士つながりが  
より深くなると思っています。皆さんぜひご参加ください！

執行委員長  
吉田 祐介さん



〔西近畿支部〕 奈良トヨタ労働組合



# にゃッスルの にゃんとレ

にゃッスルの自己紹介

組合員の皆さんへ! にゃッスルです。  
今回も皆さんが安全第一&毎日笑顔で、元気いっぱい働けるように、  
この時期におすすめのストレッチ情報を楽しくお伝えしていくにゃ

## 今回のテーマ 肩まわりの血行改善ストレッチ



春は気温差で自律神経が乱れ、不調を感じやすい

春は1年で最も寒暖差が激しく、体が気温に対応しようと「交感神経」が優位になります。すると血流が悪くなり、筋肉に疲労物質がたまり、寒さで肩をすくめ肩まわりがガチガチに硬直し、痛みが出やすくなります。

肩こりを放置すると...

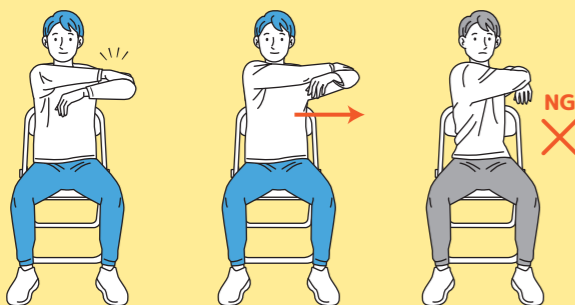


道具不要で、すぐできる! “イタ気持ちいい” ストレッチ

座って

### 肩の後ろ側のストレッチ

左右 20秒 × 2 セット

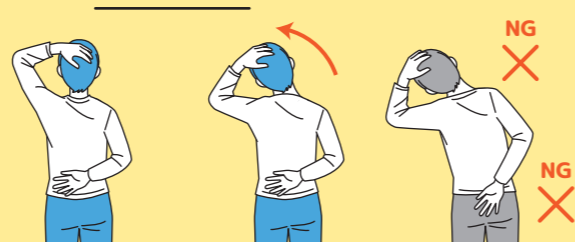


- ①肘を曲げて片方の手で、もう片方の肘を持つ。
- ②胸から下は固定したまま、肘だけを体の外側に床と平行に引く。
- 肘と一緒に体をねじらない! 胸・おへそは常に正面に向けておく。

立って

### 首の付け根あたりのストレッチ

左右 20秒 × 2 セット



- ①片方の手で頭を持ち、もう片方の手を腰におく。
- ②肩から下は固定し、頭だけを横に倒す。
- 頭と一緒に上半身も倒さない! 手はおしりではなく、腰におく。

動作はゆっくりと行うにゃ! しっかりと肩から下を固定することで、効果が期待できるにゃ!

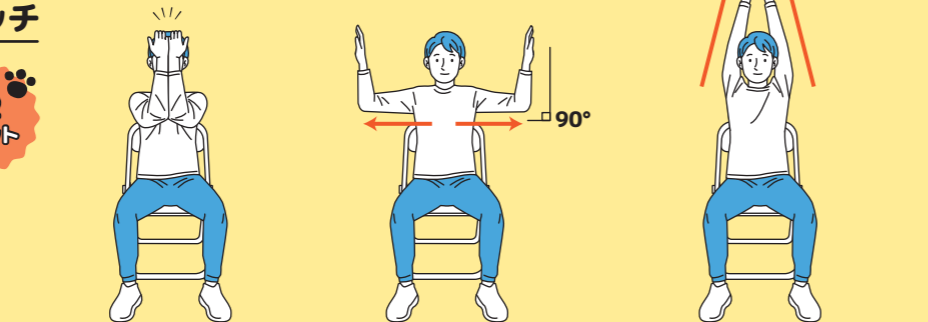
座って

### 肩甲骨まわりのストレッチ

1セット 15回 × 2 セット



①と②では肘を直角にキープすることで、しっかり肩甲骨まわりの筋肉にアプローチできるにゃ!  
③で腕を伸ばすときに、体を反らないようにできるとGOOD。



- ①肘を直角に曲げ、顔の前で両手の小指をくっつける。視線は手首。
- ②肘は直角のまま、左右に開き、手の平を外側に向ける。
- ③腕を天井方向に上げながら肘を伸ばし、手の甲を頂点でくっつける。

【読者アンケート企画】意外と知らない? 困っているのは私だけじゃない?

組合員の

## おすすめウォッチング

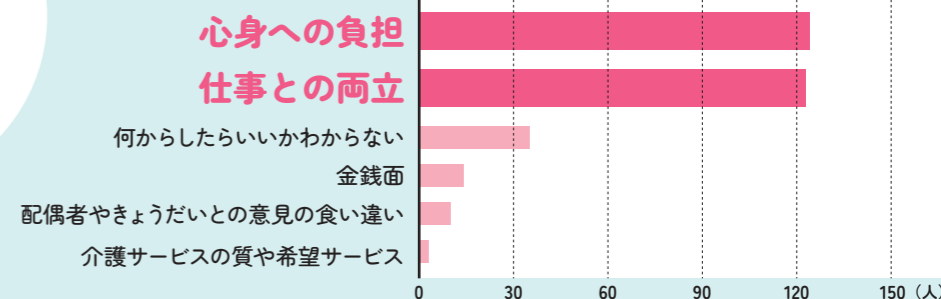
仲間のリアルな声や経験、アイデアをぜひ参考に!

今回のテーマ

介護



## Q1 あなたが介護で最も不安なことは何ですか?



多くの読者が不安を感じていたのが **心身への負担** や **仕事との両立** でした。

これらの不安を少しでも解消するために

「一人で抱え込まないための情報」や「自分や家族にとって必要な情報」を得ることは、とても大切です。

## Q2 介護に関して、情報収集源はどこですか? また事前に知っておくといいいことはありますか?

### SNSでリアルな声や対策を知る

Instagramで情報収集しています。同じようなことで悩んでいる人がいると、「自分だけじゃないんだ」と安心します。(トヨタモビリティパーツ労働組合 愛知支部)

YouTubeでは、よりリアルな実態が見られて良いと思います。認知症対策なども両親に紹介して、実践してもらっています。(トヨタレンタリース石川労働組合)

### 手元に残る書籍もわかりやすい

「イラスト図解 いちばんわかりやすい介護術」という書籍が、身体の負担がかからない方法がわかりやすくて良かったです。(トヨタモビリティパーツ労働組合 四国統括支部)

### 資格を取る

介護専門士の資格を取り、介護が必要な人がどうしてほしいのかが少し理解できました。(トヨタモビリティ東京労働組合)

### 環境を整える

一人で抱え込まず誰かに相談できる環境を整えることが大事だと思う。(トヨタモビリティ東京労働組合)

### 施設見学は必須

施設は必ず見学するべきです。そこでの生活を肌で感じることで得るものがあります。(札幌トヨタ自動車労働組合)

### 身近なところからも

いまのうちから、ご近所と世間話しておいた方がいいと思います。皆さんの良い知恵がいっぱいで参考になります。(愛知トヨタ労働組合)

### ポジティブな気持ちも大事

私の祖母がヘルパーさんというお家に訪問して介護のお仕事をしています。祖母いわく、介護をするうえで大切なのは「常にポジティブでいること」みたいです。(トヨタカローラ岩手労働組合)

### 専門家に直接聞く

末期がんで父を亡くしているのですが、地域の介護支援センターの方や病院の包括支援スタッフさんから、直接説明を受けるのが一番理解ができました。(千葉トヨタ自動車労働組合)

### 安全と安心のための工夫

認知症の祖父の靴底にAirTagを入れておくことで勝手に出て行った時に見つかり役に立った! いまではお守りのなかにも入れて首から下げるタイプにして、一日中身につけてもらっている!(トヨタカローラ長崎労働組合)

### 事前準備で気持ちが楽に

ずいぶん前ですが、「がんばらない介護」というセミナーを受けたことがあります。いざという時にどこに頼ればいいのか、費用はどうするのかなど、介護が始まる前に少し知っておくだけでも気持ちがかなり楽になります。(CND企画総務局)

地域の安心相談室に相談に行くといいです。ケアマネジャーさんと直接話せていろいろと教えてくれます。(KTグループ労働組合)



組織内議員の活動紹介



国民民主党 参議院議員 **いそざき 哲史**

自動車ユーザーの負担軽減の実現。さらなる改革へ

CNDの皆さんの日頃からのご支援に心より感謝申し上げます。  
 昨年は、ガソリンおよび軽油の暫定税率廃止が実現しました。  
 さらに、自動車税・軽自動車税の「環境性能割」の廃止が、自民党と国民民主党の間で年末に合意され、3月の税制改正法案の可決・成立をもって正式に実現する予定です。  
 昨年秋のHOLON210号で、ガソリンなどの暫定税率や環境性能割の廃止の実現を目指すとお伝えしていたことが軒並み実現することをご報告できる

ことに、大変感慨深く感じています。  
 ただ、自動車重量税の暫定税率がまだ残っていることに加え、自動車関係諸税の簡素化に向けた抜本改革も残っています。一方、年末の政府与党の税制改正大綱では、EVやFCVについて自動車税や自動車重量税に新たな課税を検討していく旨の記載がされました。自動車ユーザーの負担をやっと軽減させたいにもかかわらず、同時に新たな税負担を検討するというくはな増税論には、引き続き断固対抗していきます。同時に、カーボンニュートラルに向けて、これから国内市場を大きくしようとする車種に対する増税は、産業目線からみても矛盾していることを強く主張していく決意です。 [1月上旬記]



国民民主党 参議院議員 **はまぐち 誠**

議員さんに声を届けよう

CNDから各議員へ困りごとを届けます。困りごとやご意見・ご要望はこちらから！

「お問い合わせ」フォームへ

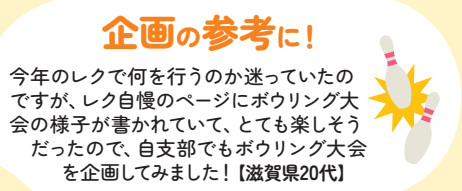


今後を考えるきっかけに

春の取り組みのなかでも「人への投資」はかなり重要だと感じています。人手不足がかなり多いいまの世のなかで、私たちが今後どうしていくべきかをあらためて考えるきっかけをもらえました。【埼玉県20代】



全国の読者の皆さんからいただいた声をご紹介します！



企画の参考に！

今年のレクで何を行うのか迷っていたのですが、レク自慢のページにボウリング大会の様子が書かれていて、とても楽しそうだったので、自支部でもボウリング大会を企画してみました！【滋賀県20代】

早速お試し中！効果が楽しみ！

睡眠について寝ても疲れが取れないのは私だけじゃなかった(笑)。早速、おすすめの方法のなかのひとつ「乳酸菌飲料の摂取」を始めてみました。効果が楽しみ！【大分県50代】

理解が深まった！

見舞金の存在は昨年知ったばかりですが、具体的な保証項目・金額を知ることができて良かったです。【青森県30代】

CNDの仕事図鑑で、共通点発見！

他の組合の方の仕事を知る機会が少ないので、新鮮でした。職種は違っても、やりがいを感じるの「対ヒト」という点は共通していて、私自身も同じなので、深く共感しました。【福岡県40代】

HOLONクイズ

組合員イチオシグルメが当たる！

Q 気温差が激しい春は〇〇神経が乱れ、不調を感じやすい季節です。にゃんと肩まわりの血行改善ストレッチをしましょう！ 〇〇に入るの何でしょうか？ (ヒントP11)

- A 自律
- B 他律
- C 自立

今号のプレゼント どちらがいいか選んでね！



A賞 3名様

山形県 米沢牛黄木 米沢牛霜降りカルビ焼肉用(肩三角) 500g

山形の豊かな自然のなかで育まれた黒毛和牛の銘柄「米沢牛」。そのなかでも肩三角は牛肉の「トロ」とも呼ばれ、濃厚で特別な部位です。きめ細やかな霜降りは、網焼きにも最適です。  
 ※米沢牛黄木より直送。



B賞 15名様

宮城県 お茶の井ヶ田 喜久福 4種詰合せ12ヶ入 抹茶生クリーム/生クリーム/ずんだ生クリーム/ほうじ茶生クリーム

喜久福、全4種類を贅沢に詰め合わせたセットです。香り豊かな抹茶、やさしい甘さの生クリーム、食感も楽しいずんだ、香ばしい風味が魅力のほうじ茶、やわらかな餅とあんどのハーモニーをお楽しみください。  
 ※お茶の井ヶ田オンラインショップより直送。

プレゼントクイズ & 表紙の似顔絵

ご応募はコチラから



- 表紙の似顔絵もクイズと同じフォームから応募してください。似顔絵にしたい人の顔がわかる写真を送ってください。
- 応募フォームに必要な事項を入力して送信してください。

※応募者多数の場合、抽選となります。  
 ※応募をもって掲載に同意されたものとして取り扱います。  
 ご本人、または同意を得た方の写真をご応募ください。

締切 2026年4月10日  
 プレゼント当選者発表 2026年5月8日 (Webサイトにて発表)

発表後、当選された方には、発送代行業者(株)アイワットより、プレゼント発送についてのご案内をメールでお知らせいたします。

当選者の発表はコチラから  
 HOLON211号「クイズ当選者」からご確認ください

vol.211 クイズの正解 C カレーライス 応募総数 655件

HOLON 掲載内容のお詫び 「HOLON vol.211」におきまして表紙の目次表記に誤りがありました。【誤】P12 おすすめウォッチング 【正】P11 おすすめウォッチング 関係者の方々に大変なご迷惑をおかけしてしまい、誠に申し訳ございませんでした。謹んでお詫び申し上げます。

【個人情報の取り扱いについて】CNDでは加盟組合の皆さんの個人情報を厳重に取り扱い、適正な個人情報の管理を実施し、ご提供いただいた個人情報は以下の目的で利用します。また、その取り扱いに関する契約を交わした業務委託先にその取り扱いを委託する場合があります。(詳細についてはCND Webサイト(https://www.cnd.or.jp)のプライバシーポリシーをご確認ください) ●利用目的: HOLONへ読者の声として掲載・クイズ当選者への発送・お問い合わせ事項などに関するご連絡 ●利用後の処分について: 上記の利用目的に使用した後は速やかに適切な方法で処分します。