



発行/豊田自動織機労働組合 発行人/土手新吾 編集人/横井寛之 発行日/2017年11月30日





そうだよ！  
それぞれの支部が工夫を  
凝らして健康づくりレクを  
企画してるよ！



あっ、丸山副委員長  
こんにちは。

斎藤さん  
どうしたん  
ですか!?

事技職：石川さん(20歳)

ちょっと週末に  
無理して走ったら  
体が痛くてね…



どうしたんですか  
急に走るなんて。



いや、最近体に  
衰えを感じてきた  
から体力をつけ  
ようと頑張って  
みたんだが…

まあ僕には  
関係ないです  
けどね。

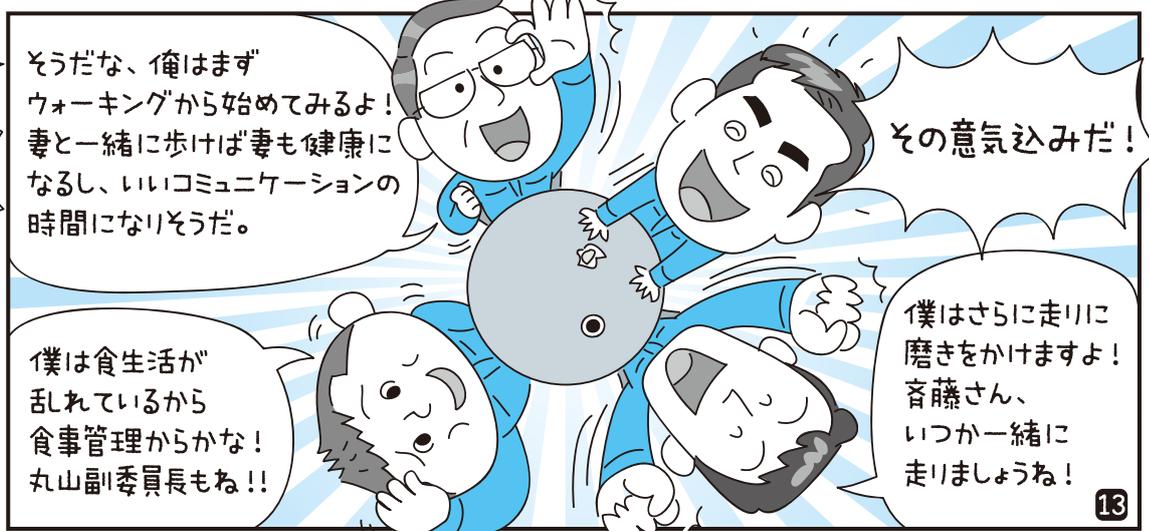


何を言ってるんだ！  
デスクワークだから  
と何もしないと、  
年を取ってから  
苦労するかも  
しれないよ！

それに体力が  
落ちるだけ  
ではなく病気  
にもなりやす  
くなるんだぞ！



今、自分に何が  
出来るか考えて  
小さなことから  
少しずつ始めて  
いこうよ！



そうだな、俺はまず  
ウォーキングから始めてみるよ！  
妻と一緒に歩けば妻も健康に  
なるし、いいコミュニケーションの  
時間になりそうだ。

その意気込みだ！

僕は食生活が  
乱れているから  
食事管理からかな！  
丸山副委員長もね!!

僕はさらに走りに  
磨きをかけますよ！  
斎藤さん、  
いつか一緒に  
走りましょうね！



14



みんなが自分にできることを“考え”みんなで“行動する”ことが  
このWi-Liプランでは必要なんだ！ぜひ、みんなも一緒に考え行動しよう！

15