2026年10月6日発行　第138号（季刊）　JR東日本クロスステーション労働組合　〒151-0051東京都渋谷区千駄ヶ谷3-9-2

Four Seasons

AUTUMN No.138
2026

―季刊労働組合報 フォーシーズン―

● ユニオン通信
「新体制スタート！13人13色！分会長が勢ぞろい」
「13分会、それぞれの色。～あなたの一番近くの組合役員です～」
「評価・フィードバックと働きがいに関する実態調査　結果報告」
「新宿分会長髙橋GO！の『心のSOS』に気づいてみた！」
「人生の先輩に聞いてみました。『働き続けて見つけた、大切なこと』」
「集まれ！JR-Cross（リテールカンパニー）野球チーム！」

● 投稿コーナー
「秋と言えば思い出す〇〇のこと」



JCU

Greeting



ビジョン策定から3年目となる2026年度。組合員の皆さんと共に、ビジョンの実現に向けた変化の歩みを止めない一年にしていきます。

執行委員長　**樋口 北斗**

組合員の皆さん、日々の業務、大変お疲れさまです。

今年の夏は残暑が厳しく、この先も暖かい日が多くなり、秋の深まりは遅くなるとされています。また、7月には熊本地震の発生、8月には台風15号の上陸など、自然災害に見舞われた夏となりました。特に、台風の影響はJR-Crossにも及び、休業せざるを得ない店舗もありましたので、一日も早く通常の日常が戻ることを祈っております。

このような夏を終えたJR-Cross全社の業績ですが、直近（8月31日時点）の収益ベースでは、対前年102.1%、対計画で100.2%となっています。今年度も高い計画が掲げられていますが、中期的に計画を達成し続けていくためには、職場で働く皆さん一人ひとりの働きがいを高めていくことが重要であると考えています。安心して働くことができ、そのうえで、やりがいや働きやすさを感じられる職場の実現に向け、労使で目線を合わせながら、継続的に話し合いを進めていきたいと考えています。

さて、JR-Cross労組は、この10月に新年度（2026年度）を迎えますので、2025年度の活動を振り返るとともに、組織における中長期的な課題を踏まえ、2026年度の活動方針案を策定しました。詳細については職場集会等でお伝えさせていただきますが、会社役員、組合役員が変わるなかにおいても、これまで組合員の皆さんと共に積み重ねてきた取り組みを組織の力として根付かせ、ビジョンの実現に向けた歩みを止めない一年にしていきたいと考えています。そのためにも、より一層、組合員の皆さんの参加・参画を大切にしながら、活動を進めていきたいと思います。

最後に、直近の活動である、『自分づくりプロジェクト』について紹介します。まだ、活動を開始したばかりですので、具体的に何を実施するのかはこれからとなりますが、このプロジェクトは、ビジョンにも掲げている「共に思いやり、共に支え合い、共に高め合う」ことのできる活動であると考えています。現在4名で活動していますが、これから一緒に活動していく仲間の輪を広げていきたいと考えていますので、興味のある方は、ぜひ組合役員までお声掛けください。

ビジョン策定から3年目となる2026年度。これまで仲間と共に積み重ねてきたものを大切に、しっかりと組織に根付かせながら、『心からの笑顔』の実現に向けて、仲間と共に更なる一歩を踏み出しましょう。

JR-Cross労組　ビジョン

私たちは、組合員の『心からの笑顔』のために、
共に思いやり、共に支え合い、共に高め合うことで、
『JR-Crossで働く喜び』を分かち合える未来を目指します。
そのために、
みんなで『3つの笑顔』を実現していきます。

1. 職場で働くことを通じて得られる笑顔
2. 仲間と共に活動を通じて得られる笑顔
3. 生活の安心感・豊かさを感じる笑顔

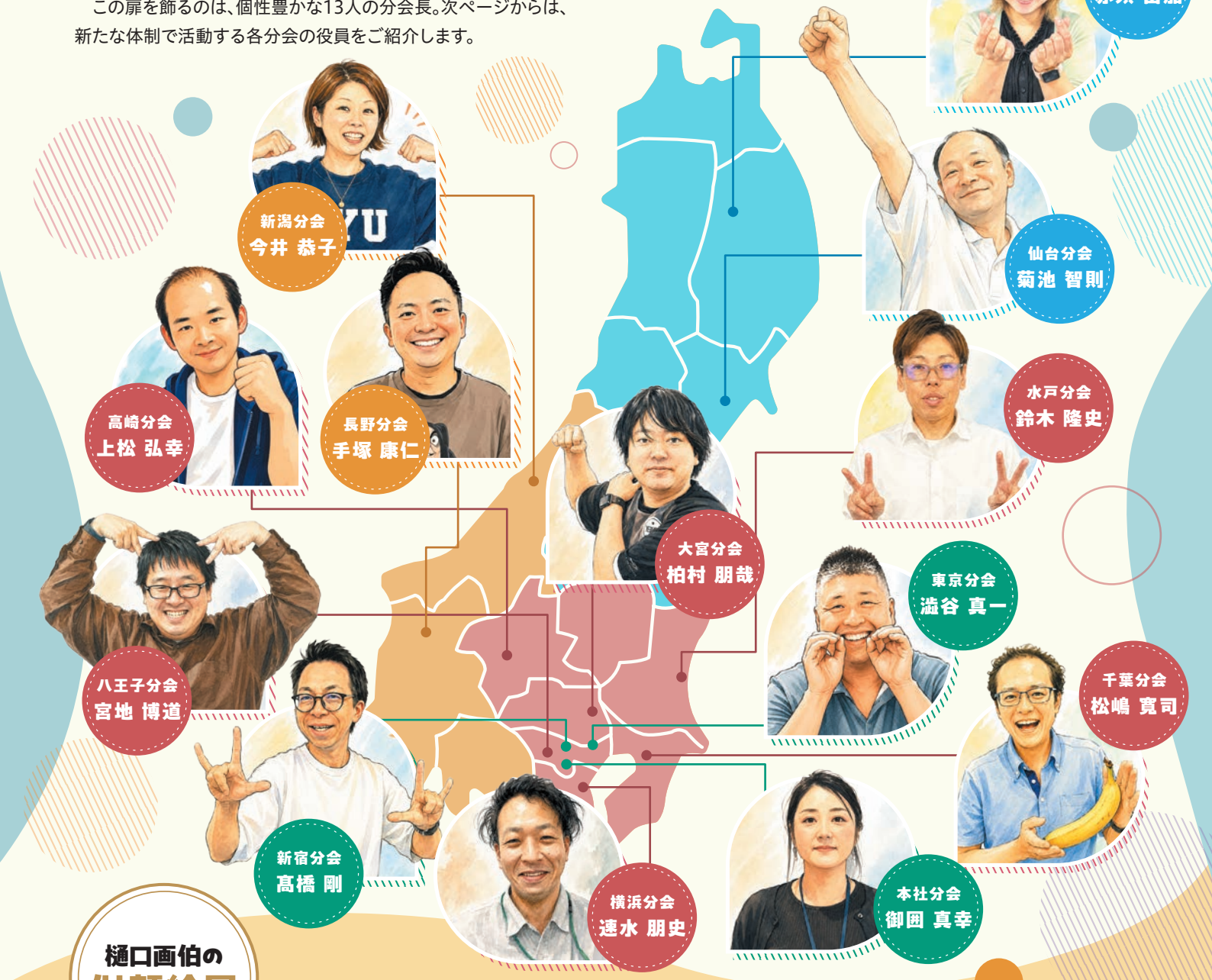


自分づくりプロジェクト「Cross Garden」のメンバー

新体制スタート！13人13色！分会長が勢ぞろい

2026年度、JR東日本クロスステーション労働組合は、13分会の新体制でスタートしました。私たちは「働きがいのある元気な職場づくり」を目指して、組合員の皆さんの身近な存在として、声をカタチにする活動を進めていきます。職場の声を活動につなげる身近な存在として、それぞれの分会が仲間と力を合わせ活動していきます。

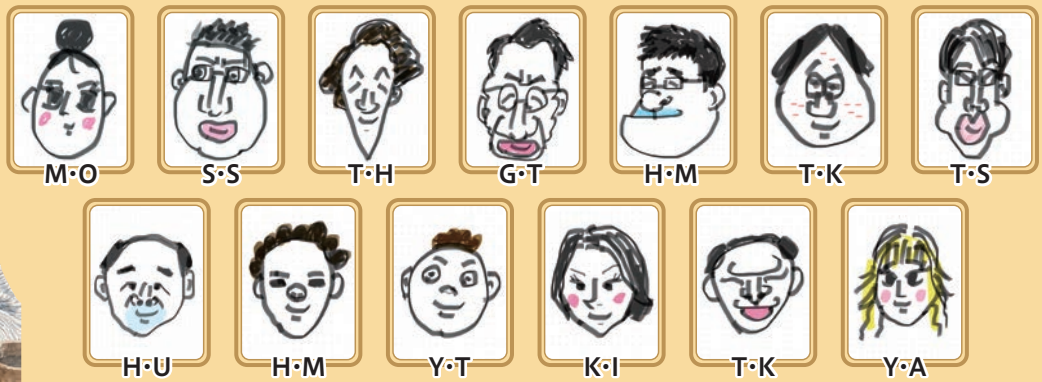
この扉を飾るのは、個性豊かな13人の分会長。次ページからは、新たな体制で活動する各分会の役員をご紹介します。



樋口画伯の似顔絵展



芸術の秋ということで…
樋口画伯に分会長の似顔絵を描いてもらいました。どれが誰かわかりますか？（笑）



13分会、それぞれの色。

～あなたの一番近くの組合役員です～

分会が違えば、メンバーも個性もさまざま。
ここからは、13分会の役員を一挙にご紹介します！
名前や顔だけでなく、今回は役員のみなさんにちょっとしたアンケートにも答えてもらいましたので、それぞれの分会らしさをお届けします。「こんな人が役員なんだ」と、少しでも身近に感じてもらえたらうれしいです。ちょっとしたことでも構いません。気軽に声をかけてくださいネ！



本社分会
安田 晴一郎　臼井 健一郎　武田 治樹　御囲 真幸　吉井 俊亮　橋本 烈

会社に声をとどける
本社分会
～無限大の発想で～



東京分会
清水 俊吾　田中 努　亀井 一央　海老原 博　市川 史典
小林 友紀恵　山田 優希　澁谷 真一　海老原 佑城

“人に興味を持つ”
東京分会



横浜分会
林 功志　守屋 誠　伊東 淳子
新岡 宙翔　速水 朋史　鳴瀬 陽一

気持ちを伝える、
想いが伝わる、
心の通う横浜分会



新宿分会
石川 侑弥　寺門 翼　加藤 晃一　宮沢 絢子
姫野 義紀　高橋 剛　太田 恵介　髙橋 拓人

全員野球
～みんなで勝ちとる
新宿分会～



八王子分会
笹原 千鶴　宮地 博道　鈴木 弘次郎
箕輪 美樹　栁澤 孝輔

みんなでいって、
みんなにあって、
みんなとはなす
八王子分会



大宮分会
内田 志郎　井澤 礼生　柏村 朋哉　新美 貴将　白井 真紀　大久保 藍

「皆が主役」の
大宮分会☻



水戸分会
高﨑 直樹　山崎 理沙　菊地 真夫
中川 拓　鈴木 隆史

組合員のサポーター
になる水戸分会



高崎分会
佐々木 智哉　今村 一斗　飯田 裕樹
上松 弘幸　村田 美穂

気軽でフレンドリーに
参加できる高崎分会



組合員の心に寄り添った
やるときはやる千葉分会

千葉分会
盛本 一翔　小林 将人　福田 竜也
佐藤 健太　松嶋 寛司　根本 裕一



わかりやすい、長野分会

長野分会
上野 大地　手塚 康仁　野口 祐也　橋詰 周一　大島 優哉



新潟分会
鈴木 未歩　森 麗奈　岩橋 靖人
齋藤 優貴　今井 恭子

～みんなにやさしい新潟分会☻～
（自分たちを犠牲にしすぎず、
かつ組合員の気持ちを汲み取る）



計画的に巡回する仙台分会
ードブ坂戦略ー

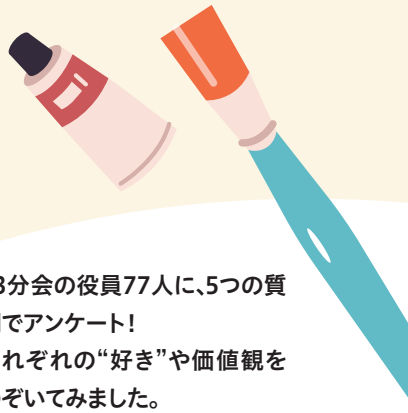
仙台分会
奥野 幸椰　藤田 聡視　前東 尚之　菊池 智則　豊田 悠　長内 湧輝　八木沼 亮



みんなに会いに行く
盛岡分会

盛岡分会
佐藤 雅子　土屋 ひとみ　伊藤 和美　赤須 由加　武田 里沙

赤文字：分会長　青文字：副分会長
緑文字：書記長

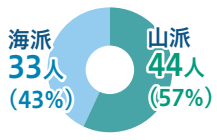


分会役員って、
どんな人たち？

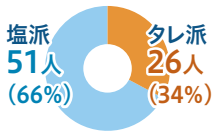
役員77人に聞きました！

13分会の役員77人に、5つの質問でアンケート！
それぞれの“好き”や価値観をのぞいてみました。

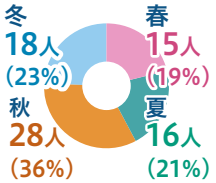
❶ 海派？山派？



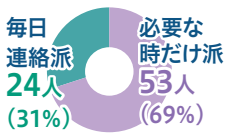
❷ 焼き鳥はどっち派？



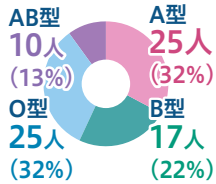
❸ 好きな季節は？



❹ 連絡はどっち派？



❺ 血液型は？



※小数点以下を四捨五入しているため、合計が100%にならない場合があります

13分会、それぞれの色が出ました！

分会によって、特徴や傾向もいろいろ！
特徴的な5分会をピックアップしました。

新宿分会
遊びに行くなら山派が圧倒的！
そんな中、新任の寺門さんはただ一人の海派（笑）

大宮分会
分会長だけタレ派!?
あとはみんな塩派！
懇親会の焼き鳥、注文はどうする!?

水戸分会
タレ派が優勢！
そして夏派はゼロ！
水戸分会、なかなか個性派ぞろい!?

長野分会
冬が長いから…
やっぱり春が好き！
そんな中、新任の大島さんはまさかの冬好き（笑）

仙台分会
仙台分会は、
あっさり塩味!?
焼き鳥は塩派、連絡も「必要な時だけ派」が多数でした！

意外な共通点や、それぞれの個性が見えてきますね！これからも、役員一同、みなさんの声を大切に活動していきます！

評価・フィードバックと働きがいに関する実態調査　結果報告

組合員の声から見えた、働きがいのかたち

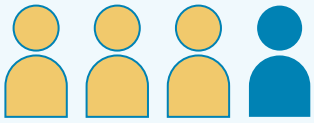


583人の回答から、働きがいを支えるものを考えました。

2026年春季生活闘争の職場集会では、評価・フィードバックに関する課題が多く寄せられました。そこでJR-Cross労組では、働きがいを感じる場面や、評価・フィードバックの受け止め方を把握するため、実態調査を実施しました。ニューデイズや専門店の各店舗、エリア室、支店、統括本部、デベロップメントカンパニーなど、現場から本部まで幅広い職場の組合員583名から回答が寄せられました。その結果をもとに、日頃の関わり、賃金・処遇、評価・フィードバックなど、働きがいを支える要素について考えます。

まず見えてきた 3つのこと

❶ 約4人に3人 働きがいを感じている



73.9%

働きがいを感じている人は73.9パーセントで、約4人に3人でした。多くの組合員が日々の仕事にやりがいや意義を感じている一方、約4人に1人は働きがいを十分に感じられていません。

❷ 賃金は働きがいを感じるうえで重要



96.2%

賃金を働きがいにとって『非常に重要』『やや重要』とした人は96.2パーセントでした。賃金は生活の基盤であるだけでなく、仕事や役割がどのように評価されているかを実感する要素でもあります。

❸ 約3人に1人以上 評価・フィードバックの機会が少ない・ほぼない



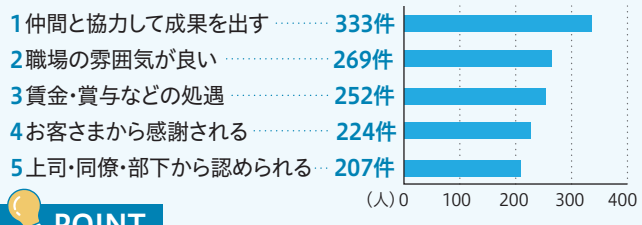
39.3%

評価・フィードバックの機会が『少ない・ほぼない』とした人は39.3パーセントでした。約3人に1人以上が機会の少なさを感じており、評価に関する対話の機会をどう確保するかの課題が見えてきました。

働きがいは、日頃の関わり、賃金・処遇、評価・フィードバックが重なり合って生まれます。
どれも欠かせない要素であり、それぞれをバランスよく高めていくことが、働きがいのある職場づくりにつながります。

01 働きがいを感じる要素

●働きがいを感じる要素は何ですか。(複数回答)

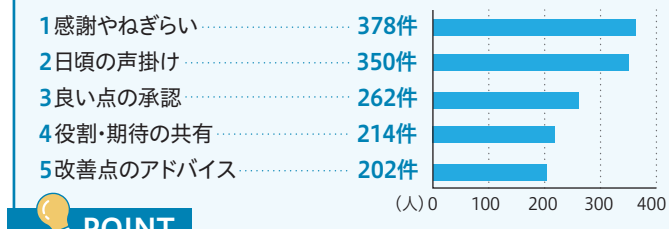


POINT

最も多かったのは『仲間と協力して成果を出す』でした。職場の雰囲気や周囲からの承認も上位にあり、人との関わりが働きがいを支えていることが分かります。一方、賃金・賞与などの処遇も3番目に多く、働きがいは人間関係だけでなく、処遇や仕事の手応えを含めて形づくられています。

02 働きがいを高めるコミュニケーション

●どのようなコミュニケーションが働きがいを高めますか。(複数回答)



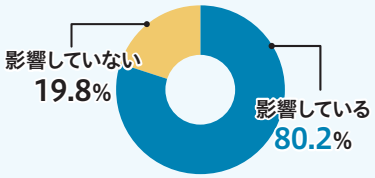
POINT

『感謝やねぎらい』『日頃の声掛け』が上位となりました。面談などの特別な機会だけでなく、普段から仕事を見ていることを伝え、良い点や役割への期待を具体的に共有することが、働きがいを高めると考えられます。

03 評価 フィードバックの実態

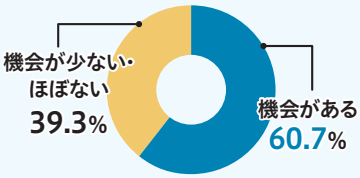
約5人に4人 評価は働きがいに影響する

●上長からの評価やフィードバックは、あなたの「働きがい」に影響していますか？



評価・フィードバックの機会がある

●上長から仕事に関する評価やフィードバックを受ける機会はありますか？



機会がある割合 役職別

フィードバックを受ける機会には、役職による違いが見られました。副課長、エリアマネージャー、マネージャーなどでは6割台後半となる一方、アシスタントマネージャー・チーフは46.6%、販売員は40.6%にとどまっています。立場や働く場所にかかわらず、日常的に振り返りや対話の機会を持てる環境づくりが求められます。

結果から見えてきたこと

重要性は広く認識

約5人に4人が、評価・フィードバックは働きがいに影響すると回答。働きがいの向上には、評価・フィードバックが重要であるという認識が、広く共有されています。

受ける機会には差

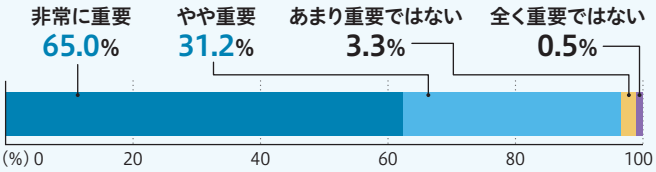
39.3%が機会の少なさを感じており、役職による違いも見られました。すべての組合員に対し、評価・フィードバックの機会を確保していくことが課題です。

次につながる説明

良かった点、評価理由、次に期待することを具体的に伝えることが求められています。評価結果だけでなく、過程や期待を伝えることで、次の行動につながります。

評価結果を伝えるだけでなく、日頃の努力や過程を見て、良かった点、評価の理由、次に期待することまで具体的に伝える。その積み重ねが、評価への納得感と次の行動につながると考えられます。

04 賃金は 働きがいにどの程度重要か 「働きがい」を感じるうえで、賃金はどの程度重要ですか？



賃金を『非常に重要』『やや重要』と回答した人は、あわせて96.2パーセントでした。賃金は生活を支える基盤であるとともに、自分の仕事や役割がどのように評価されているかを実感する要素の一つでもあります。処遇への納得感は、働きがいを考えるうえで欠かせません。

05 自由記述に寄せられた声 ※自由記述に寄せられた意見の一部を、趣旨を変えない範囲で整理・要約しています。

こんな関わりが働きがいにつながっている

- 日頃から声を掛け、仕事の様子を見てもらえる
- 良かった点を、その場で具体的に伝えてもらえる
- 面談で良い点と、次に伸ばす点の両方を伝えてもらえる
- 感謝やねぎらいの言葉がある

もっとこうしてほしい

- 日頃の努力や過程も見てほしい
- 評価の理由や基準を具体的に説明してほしい
- 次に期待する役割や目標を伝えてほしい
- 評価者や職場によるばらつきを抑えてほしい

良い事例と改善要望に共通しているのは、『自分の仕事を見てもらえている実感』と『次にどうすればよいかが分かる具体的な説明』です。一方的に評価結果を伝えるのではなく、日頃から対話を重ね、良かった点と今後への期待を共有することの大切さが見えてきました。

働きがいのある職場に向けて

分会別や業態別に見ると、働きがいを感じる要素や重要なコミュニケーションでの順位や、評価・フィードバックの状況に差が見られ異なる特徴が見られました。今後は各分会で調査結果を共有し、職場巡回や組合員との対話を通じて、数値の背景にある職場の実情を確かめます。単組では各分会の声から共通課題を整理し、各階層の労使で話し合います。話し合った内容を具体的な行動につなげ、職場にどのような変化が生まれたかを継続して確認していきます。

調査概要

調査主体：JR東日本クロスステーション労働組合
調査対象：組合員1,635名
調査期間：2026年7月16日～8月23日
調査方法：Googleフォーム
回答者数：583名
回答率：35.7%
※回答は統計的に集計・分析したもので、個人を特定するものではありません。
※割合は端数処理により、合計が100%にならない場合があります。



新宿分会長 高橋GO!の「心のSOS」に気づいてみた!

秋は、これまでの疲れや悩み、不安が表れやすい時期でもあります。10月10日は「世界メンタルヘルスデー」。この機会に、いつも一緒に働く仲間の様子に少し目を向けてみませんか？何気ない変化は「心のSOS」かもしれません。今回は髙橋GO！さんと一緒に、SOSに気づき、声をかけるヒントを考えてみました。

「あれ、いつもと違う?」GO!さんが気づいた小さな変化



知っておきたい心のSOSサイン

いつもと違う小さな変化に気づくことが、心のSOSに早く気づける第一歩！
声をかけることで、相手は安心して話せるようになります。



こんな変化はありませんか？

1. 表情が暗い・元気がない
2. あいさつが減った・声が小さい
3. ミスが増えた・集中できない
4. 遅刻や欠勤が増えた
5. 残業が増えた・やる気が見えない





心のSOSは、誰にでも起こりうること。「気づく」ことで、支え合える職場になります。



どうすれば気づける？
気づく力は「観察」と「思いやり」から生まれます。

観察してみよう！

まずは、いつもとの違いを見てみましょう。

- 表情や声のトーンは？
- 仕事の様子はいつもと違う？
- 周りとのコミュニケーションは？
- 休憩は取れている？



&

思いやりを持ってみよう！



気づいたら、相手の立場に立って考えてみましょう。

- ♥相手の状況を想像してみる
- ♥「大丈夫かな？」と気にかける
- ♥困っていそうな時は、そっと声をかける

その一言が、相手の支えになります。

小さな変化に気づくことが、支え合う職場づくりの第一歩。
「いつもと違う」と感じたら、まずは声をかけてみましょう。

声をかけてみよう！～やさしい声かけのポイント～

❶まずは、あいさつから！

「おはよう！最近どう？」
「元気なさそうだけど、大丈夫？」



まずは自然に、短く声をかけてみましょう。

❷話を聞く姿勢が大事！

「よかったら、話してみて。」
「無理に話さなくても大丈夫だよ。」



相手が話したくなるように、安心できる雰囲気をつくりましょう。

❸否定せず、受け止める！

「そうだったんだね。」
「よく頑張っているね。」
「話してくれてありがとう。」



相手の気持ちを否定せずに受け止めると、安心して話せます。

やってはいけない声かけ

- ×「頑張れ！」
- ×「気にしすぎじゃない？」
- ×「みんな同じだよ」
- ×「そんなことで落ち込むなよ」

悪気が無くても、相手を追い詰めてしまうことがあります…



今日から出来る！3つのアクション

❶ 自分の状態をチェックする

セルフチェックで、心のコンディションを知ろう！



❷ 仲間の変化に目を向ける

「いつもと違うな？」そんな時こそ、気にかけてみよう！



❸ 一人で抱え込まず、つながる

相談できる人や相談窓口を活用しよう！





一緒に働く仲間が「なんかいつもと違うな」と思ったら、ちょっと声をかけてみてください。何かを解決しようとしなくても、話を聴くだけでいいこともあります。それでも「どうしたらいいんだろう？」と迷ったら、組合にも気軽に相談してくださいね。一緒に考えたり、必要に応じて相談窓口などの支援につないだりすることもできます。まずは気づいて、声をかける。大事なのは、いつもの仲間の“ちょっとした変化”を見過ごさないこと。ですね！

人生の先輩に聞いてみました。

働き続けて見つけた大切なこと

仕事、家族、健康、そして仲間。長く働き続けるなかでは、うまくいくことばかりではなく、悩んだり、迷ったり、ときには誰かに支えてもらったりすることもあります。今回は、それぞれの道を歩んできた5人のエルダー社員の方々に、これまでの経験や転機、そして今だから伝えたいことを伺いました。

「人は財産」「一人じゃねえぞ！」「そのままで良いじゃん！」「自分が変われば、相手も変わる！」「1%の良いところ」――。

それぞれの経験から生まれた、5人5様の言葉。あなたの心に残る言葉を見つけてみてください。



“完璧を目指さず、等身大で。悩んだ時は『そのままで良いじゃん！』”

千葉分会

菅井 真由美さん
（1988年入社）

「キオスクから専門店、NDへと新しい場所に挑み続けてきました。専門店の慣れない仕事で悩んでいた時、先輩から『同じ販売でしょ、そのままで良いじゃん、何無理してんの』と言われ、フッと肩の荷が下りて等身大の自分に気づけました。その後、特定の本の販売で日本一を達成して少し天狗になった時もありましたが、以前キオスクで働いていた時の先輩が『井の中の蛙だよ』と諭してくれたことを思い出し、千葉から東京に異動となった時も「これも良い経験」と捉えられました。

東京駅のブック店舗でのスタッフからの反発があった時も、『私は運営のプロ、あなた達は本のプロ。役割を分担して良いお店を作ろう』と等身大で向き合うことで信頼を獲得できました。ND営業課の副課長時代に企画業務の難しさに悩んだ際も、仲間と販売するなかでモノを売る原点の楽しさを再確認し、自ら店舗への異動を希望したんです。どんな時も素晴らしい仲間に恵まれたことで、つらいことも楽しく乗り越えてこれましたね。」

働く仲間みんなへ

今つらくても、いつか全部が良い思い出になります。思い込みを捨て、原点を忘れずに、与えられた居場所を仲間と共に楽しんで進んでいきましょう！

取材協力：澁谷真一



“一人じゃねえぞ！現場第一、お互いさまの精神で”

八王子分会

八木橋 聖さん
（1983年入社）

「入社早々の国鉄分割民営化に『仕事はどうなるのだろう』と大きな不安を抱えていましたが、30歳前後の分会役員の経験で自分の担当業務以外の仕事や幅広い人との繋がりに触れられたことが、一生の財産になりました。42歳とその5年後に大病を経験し、しばらく現場を離れる時期を乗り越えたからこそ健康のありがたみが身に染みており、これからの人生を『余生（ボーナスタイム）』と捉えて一生懸命に働いて生きています。

年齢を重ねて価値観や関わり方が変わっても、昔も今も『現場第一』の想いは変わりません。仕事は常に変化・進化していて、追いつかなくなってくることや、周りに助けてもらうことも増えましたが、一緒に仕事をしている仲間にも現場に向き合う大切さを伝えています。現場が困っていることに対しては困らないように自分ができるフォローをし、そのまま放置しない姿勢には、若い頃に分会役員をやっていた経験が今も生きていますね。10年後の夢は若い世代から声をかけてもらえる、かわいいおじいちゃんでいたいです(笑)。」

働く仲間みんなへ

決して一人じゃねえぞ！限界が来る前に自分からＳＯＳを出してみて。私の人生経験や失敗を踏まえて、いつでも相談に乗るし、いくらでも話を聴くからね。

取材協力：宮地博道



“しんどい時は仲間に頼ること。つながりを大切に、一度きりの人生を楽しもう”

大宮分会

吉岡 哲示さん
（1987年入社）

「22歳から35年間、歩けない母のための介護を通いで続けました。体力的・精神的に追い詰められ、お酒に逃げた時期もありましたが、いつも話を聴いてくれた分会の仲間が私を救ってくれました。組合を通じて多くの人とつながり、様々な人の生き方を聞けたことが本当にやっておいてよかった財産です。介護をやり遂げた今は、心配して泣いてくれた娘の言葉で断酒し、お風呂上がりのアイスで最高のリフレッシュをしています。大好きな『赤城しぐれ』を8本一気に食べてしまうこともあります（笑）周りから『動いていないと死んじゃうマグロみたい』と言われるほど今も元気で、週に6日、小・中・高校生や自店舗の働く仲間にテニスを教える日々で充実しています。10年後も元気にテニスを続けたいですね。」

働く仲間みんなへ

しんどい時は一人で抱え込まず、信頼できる仲間に頼ること。周りの人と温かくつながりながら、一度きりの人生を思い切り楽しんで進んでいきましょう。

取材協力：柏村朋哉



“自分が変われば相手も変わる。こちらから笑顔で心を開こう”

横浜分会

土屋 美紀さん
（2005年入社）

「子供3人の育児の両立に必死だった若い頃、上司に『仕事か子どもか』と迫られましたが、どうにか乗り越えたくて園長先生に必死に頼み込み助けてもらいました。仕事を続けるには家族の理解が必要だと思ったので、家計も子どもたちに『フルオープン』にして家族チームで協力し合いました。何より『仕事は楽しく！』が私の元気の源。若い頃は『自分が自分が』と主張を通す自分ファーストでしたが、今は相手を思いやる『相手ファースト』を大切にしています。できないことは無理せず笑顔で周りに頼り、自分自身がみんなにとって等身大でホッとできる『優しい逃げ場』になれたらと思っています。将来、地域の子どもを支える夢のため、毎朝のラジオ体操で体力づくりを続けていますよ。」

働く仲間みんなへ

直接会って、笑顔で『ありがとう』『ごめんなさい』を言葉で届けてみて。その一言が、お互いを優しく包み、職場をハッピーにしてくれますよ。

取材協力：速水朋史



“苦手な人でも1%の良いところを。個人プレーではなく、みんなでやろう”

東京分会

飯田 恵美子さん（1984年入社）

働く仲間みんなへ

ちょっとした言葉の伝え方で、すれ違ってしまうのはもったいない。周りと声をかけ合い、頼り合いながら、みんなで温かい人間関係をつくっていけたらいいですね。

「盛岡で採用され大宮に期間限定で上京した若い頃、大量の伝票に不安でしたが、温かい先輩たちのおかげで毎日が本当に楽しかったです。私の健康の秘訣は、人と話してたくさん笑うこと。おしゃべりして笑い合うだけで、不思議なほど気持ちがフッと軽くなるんです。普段は家で暴飲暴食をせず、今ではお酒も控えめにするのが日課。休日は家にこもりすぎず娘とちょっと遠くまで出かけたりして元気をチャージしています。年齢を重ねて体力の変化も実感しますが、そこは我慢せずに病院に行き、決して無理はしません。周りに頼ることも大切にしながら、どんなに苦手な相手であっても必ず『1%の良いところ』を見つける対話を心がけています。10年後は、子どもたちの幸せを穏やかに見守りながら、のんびり孫のお世話をしていたいですね。」

取材協力：澁谷真一

仕事や家族、健康など、それぞれに悩みや転機を経験してきた5人の先輩方。
その言葉から見えてきたのは、一人で抱え込まず、周りを頼ること。そして、人とのつながりを大切にすること。働き方も、生き方も人それぞれ。これからも、自分らしく歩んでいくヒントにして頂ければと思います。

取材・文：角田恵梨

投稿コーナー

「秋と言えば思い出す○○のこと」

暑かった夏も過ぎ去り、いよいよ実りの秋がやってきました。今回は、組合員の皆さんに「秋と聞いて思い出すエピソード」を募集。景色、食、そしてご家族とのほっこりする思い出や、ちょっぴりほろ苦い青春の一コマなど、色鮮やかな「秋」が集まりました。ページをめくりながら、皆さんもご自身の「秋の思い出」に思いを馳せてみてはいかがでしょうか。

旧竹林院

青ちゃん（新宿分会）

まだ、1回しか行っていないんですが、床に反射する紅葉の綺麗なことといったらないです。リフレクションのシンメトリーが凄いです。ライトアップも幽玄です。場所がら、比叡山の麓になりますので、知らない方も多いんですが、是非行って見て下さい。11月中旬がベスト。

中学の合唱コンクール

オスカルさん（新宿分会）

合唱コンクールで勝ったクラスが、大会に出る権利を獲得することがあり私のクラスが勝ったのに、大会に出たのは、本命のクラスでした。大人のずるさや音楽教師恨んだな。それ以来頑張ってもムダなんだと思うようになった。

秋は短い

2人の孫はとても可愛いけど
目にいれると痛いさん（千葉分会）

秋…難しい。春は入学式やお花見。夏は海水浴、キャンプ。冬は温泉、スキーとすぐに思い出が出てくるのに。秋は短いのか中々出てこない。よーく考えて…しいてあげれば9月は上の孫の誕生日。10月は息子の嫁と下の孫、11月は息子の誕生日でお祝いの出費が多い季節になることくらいかな。今や辛い季節となったのであろうか…。



文化祭の騒がしさ

まいまいまいんさん(新宿分会)

学生時代の文化祭や体育祭の騒がしさをよく思い出します。
大人になるとあの頃のような出来事もなく、たまにそういった集団で何かをするような催しがあってもいいと感じています。

秋といえば「なべっこ遠足」

きむらです。さん（東京分会）

思い出すのは地元秋田で秋に開催される「なべっこ遠足」。わたしの地域では、リヤカーで鍋や材料を集団登校で学校まで運び、マラソン後に皆で鍋を作って食べるという謎の行事でした。なべっこ、まんずうめど。

紅葉の時期などに走ってた小湊鐵道、4両編成

よんたんださん（千葉分会）

千葉県市原市にある親戚の家の前を走る小湊鐵道。普段は1両や2両でトコトコ走っているのですが紅葉の時期など利用客が多いタイミングで3両編成や4両編成の長い列車が走ります。現在は廃車や休車で車両の数が減ってしまい、しばらく4両編成は見ていません。養老渓谷の紅葉シーズンになると4両編成が来ないか毎年期待してしまうのです。

秋と言えばお月見バーガー

猫北会さん（本社分会）

各ハンバーガーチェーン店がこぞってお月見バーガーを販売します。目玉焼きをお月さまに見立てているハンバーガーですが、各社毎年趣向を凝らして、それぞれの強みを生かしたハンバーガーを提供しています。
ソース、具材、バリエーション、セットメニューなどなど。見ているだけで面白いだけでなく、とても学びになります。
今年はどんなお月見バーガーが発売されるのか？今から楽しみです



秋と言えば食！

くりまんじゅうさん（東京分会）

秋といえば、マクドナルドの月見バーガーが始まる季節。私は毎年この季節が来るたびにマクドナルドに通っては月見バーガーを食べ、「食欲の秋」を感じています。

栗の渋皮煮と甘露煮

みちみちさん（高崎分会）

親戚に栗の木があり、毎年栗を頂けるので、甘露煮と渋皮煮を作ります。皮を剥くのは、大変ですが、毎年作っていると、少しずつですが、上手くなります笑。冷凍保存をしてクリスマスやお正月くらいまで、ちびちび食べます。

秋といえば おばあちゃんが作る海老天ぷら

イニングイーターさん（大宮分会）

秋になると地元のお祭りが開催される時期でそれに合わせておばあちゃんの得意料理である海老の天ぷらを毎年作ってくれました。家族や友達がおばあちゃん家に集まり皆で食べていたので秋になると思い出します。

ある秋の鬼怒川ドライブで…

猫田ニャーさん（仙台分会）

毎年楽しみな鬼怒川・日光の紅葉ドライブ。ある年のドライブ中に湖上に架かる橋の欄干に何かのオブジェらしきものが視界に入り、気になってスピード下げて近づてみたら本物の猿！威嚇しながら山へ消え去りました。

近くの公園の紅葉

ひなたさん（盛岡分会）

娘がまだ3歳のとき、バスで近くの公園へ。休みの日にちょっとした探検気分で向かった公園で遊ぶ娘と紅葉。まだまだ小さかったむすめとあの日の紅葉の綺麗さが懐かしい。

食欲の秋



きなこ餅さん（東京分会）

炊き込みご飯とか食べたいです（笑）

秋と言えば思い出す、山梨のハロウィン🎃のこと



ひさばあばさん（八王子分会）

毎年、孫と山梨のホテルでハロウィン🎃イベントがあり、孫と仮装して、ホテルのブッフェに行き、ホテル内、所々に設置されている、おおかみや、💀など、ローストビーフや色々な、料理を楽しみに、お酒も（笑）
孫がまた、来年来ようね。と言うので、満足しています。
また、今年も楽しみにしています。

毎年の山形の食肉まつり、芋煮会

はるさん（仙台分会）

毎年恒例食肉まつり、芋煮会です。
芋煮会は我が家の里芋を収穫したものを参加者で里芋の皮むきをして芋煮会をします。
どちらも秋空の下で飲んで食べての宴会です。
今年も楽しみです。

秋と言えば「秋の空」

のりたんさん（仙台分会）

星が煌めく夜空を見上げるのが好きでしたが、ある秋の日に彩雲を見てから昼間の空も見るようになりました。オススメします！

FourSeasons夏号「分会対抗！お土産甲子園」優勝 お土産決定！



前回の「お土産甲子園」では13分会から出揃った選りすぐりのご当地土産がエントリー。組合員の皆さんに投票をいただき、みごと、本社分会からエントリーされた、アトリエうかいの「フールセック・小缶」が優勝お土産に選ばれました。投票いただいた方には抽選で5名様に、このフールセックをお贈りいたします。なお当選は発送をもって代えさせていただきます。

来年もまた開催する…かも？こうご期待！？



リテール野球チームは、「JR東日本グループ懇親野球大会」および「新宿区軟式野球大会」に毎年参加し、リテールカンパニー公認サークルとして楽しく活動を行っています！

8月17日、西戸山公園野球場にて新宿区大会の2回戦が開催され、UPフレンズと対戦しました。試合は初回、相手に2点を先行される苦しい立ち上がりとなりましたが、続く2回裏に打線が爆発！すぐさま逆転に成功すると、勢いそのままに着実に得点を重ね、最終スコア8対2で見事な勝利を収めました。

この試合のMVPは、投打にわたる大活躍を見せた新美選手です。全打席安打を記録するなど、チームの勝利に大きく貢献しました。【取材：中島】

集まれ！JR-Cross（リテールカンパニー）野球チーム！





「野球でつながる、職場を越えた仲間たち」



▲投打ともに大活躍の新美選手！

所属や年齢の垣根を越え、試合の予定が決まれば声を掛け合い、それぞれの仕事や家庭の都合に合わせて、参加できるメンバーが集まります。先輩・後輩の関係はありながらも、雰囲気は堅苦しくありません。

試合が始まれば、表情は一変。マウンドに立つ投手も、バッターボックスに入る打者も真剣そのものです。「ワンアウト！」「ナイスボール！」。ベンチから絶えず声が飛び、ひとつのプレーをみんなで盛り上げます。

ところが攻守交代となれば、そこにはまた笑顔。「今の、実質ホームランじゃん！」と笑い声が響きます。真剣に勝負する時間と、仲間と笑い合う時間。その両方があるからこそ、野球を通じたつながりが続いているのかもしれません。

取材した日はトンボが飛ぶ秋の様相もありつつも、残暑のなかで、カメラを構えているだけでも汗が止まらないほど。それでもグラウンドには選手たちの元気な声が響き、足を止めて試合を眺める近所の方や、車を停めて見入るタクシー運転手の姿もありました。

職場では別々の仕事をしている仲間が、休日には同じユニフォームを着て、ひとつのプレーに声を上げ、一緒に笑う。

野球がつないだ横のつながりが、ここにはありました。



まだまだいます！野球チームメンバー

廣瀬 康敏［総務部人事ユニット］
土内 昌紀［藤沢エリア］
浅見 友彦［仙台支店総務課］
西村 智之［専門店東エリア］
臼田 航一［NDエキュート上野大連絡橋］
矢口 祥［統括本部経営企画部］



市川 優［盛岡支店長］

当サークルは、カンパニーや部署を越えた多様なメンバーで、明るく真剣に野球を楽しんでいます。

2010年頃、スポーツを通じて従業員同士のつながりをつくろうとしたことがきっかけです。当時はユニフォームもなく、それぞれ思い思いの服装で参加していました。

2013年に正式発足し、野球はもちろん、仕事上のつながりも広がっています。少人数ですが、和気あいあいと活動しています。

初心者も大歓迎ですので、興味のある方はぜひお気軽にお声がけください。

野球チームに関する問い合わせ（参加・見学希望）は、矢吹さん（営業部企画ユニット）・清木さん（企画部企画ユニット）・小山さん（営業部専門店ユニット）まで。

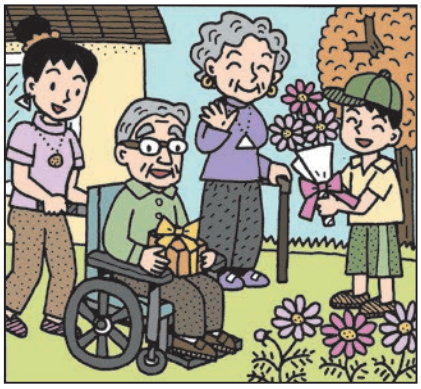
野球部についてもっと知りたい方はこちらにアクセス

7つのまちがいさがし

問 題

左の絵と右の絵を比べると7カ所のまちがいがあります。どこでしょう。印刷のよごれやかすれ、スクリーントーンの濃淡はまちがいに入りません。

絵その1



デジタルギフトが当たる

このクイズの答えを応募用紙（**コピーでも可**）に記入し、郵便はがきに貼り付けて郵送いただくか、写真を添付してメールもしくはLINE公式アカウントより送信してください。

正解者のなかから抽選で20名の方に「giftee Box500円分」を贈ります。是非、クイズに挑戦してゲットしてください。

応募方法　FAX・メールも可　FAX：03-6871-6617
mail：senjuu05@jretailu.or.jp

あて先　〒151-0051 東京都渋谷区千駄ヶ谷3-9-2
JR東日本クロスステーション労働組合

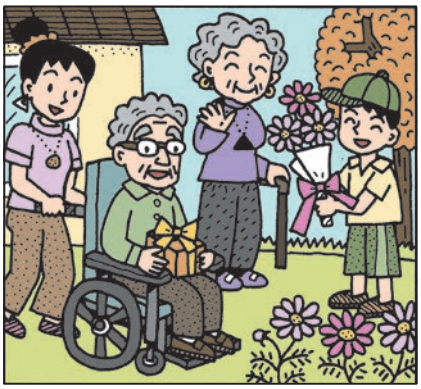
締め切り　2026年11月30日（月）当日消印有効
※クイズ応募の際の個人情報は、当選賞品の発送以外の目的には利用しません。

きりとり（もしくはコピーしてご使用ください）

応 募 用 紙

フォーシーズン No.138

絵その2



絵その1 と比べてまちがっている所にマルをつけてください。

分会名

氏名

郵便番号

住所

●『フォーシーズン』に対する感想・要望等



Four Seasons
季刊138
2026.10.AUTUMN
JCU JR-Cross 労組
JR東日本クロスステーション労働組合　TEL050-3644-2396
■発行人／樋口　北斗　■編集人／角田　恵梨・中島　周一
頒価400円（組合員は組合費に含む）

CONTENTS

執行委員長　あいさつ…… 表紙裏
ユニオン通信「新体制スタート！13人13色！分会長が勢ぞろい」…… 1
ユニオン通信「13分会、それぞれの色。～あなたの一番近くの組合役員です～」… 2
ユニオン通信「評価・フィードバックと働きがいに関する実態調査　結果報告」… 4
ユニオン通信『新宿分会長髙橋ＧＯ！の『心のＳＯＳ』に気づいてみた！』…… 6
ユニオン通信「人生の先輩に聞いてみました。『働き続けて見つけた、大切なこと』」…… 8
ユニオン通信「秋と言えば思い出す〇〇のこと」……10
ユニオン通信「集まれ！JR-Cross（リテールカンパニー）野球チーム！」……12
7つのまちがいさがし・CONTENTS……13

JR-Cross労組 TOPICS 夏〜秋

本誌特集ページで取り上げられなかった、夏の活動について、活動の見える化を図るためにも、旬な情報としてダイジェスト版で皆さんにお届けします。

7/10　TKRU幹事会（名古屋）・ 7/12　駅車販労協幹事会（仙台）




TKRUは、全国のキオスク系労働組合による連絡会です。7月10日の幹事会では、これまでしばらく交流のなかったJR東海リテイリング・プラス労組も参加し、意見交換をおこないました。

また、7月12日には、鉄道系子会社（東京メトロ・名鉄・近鉄など）の労働組合で構成する駅車販労協の幹事会に参加。それぞれの会議では、目まぐるしく変化する事業環境や春闘の振り返り、それに対応する各単組の取り組み状況などについて、充実した意見交換がおこなわれました。

7/4　第79回単組委員会+ろうきんセミナー




7月4日、エデュカス東京にて第79回単組委員会を開催しました。執行部からこれまでの活動経過を報告するとともに、年度内の今後の活動案について提案をおこないました。

また、単組委員会終了後には、中央ろうきん新宿支店による「ろうきんセミナー」を開催。出席した委員の皆さんに、ろうきんをより身近に感じてもらう機会となりました。

8/21　千葉分会エリア（千葉・蘇我）巡回



8月13日に千葉県を中心に発生した豪雨により、千葉支店管内や専門店東エリアの店舗、後方施設などで被害が発生しました。組合員の皆さんの中にも、ご自宅の浸水や自家用車の水没、帰宅困難など、大きな影響を受けた方がいらっしゃいました。

こうした状況を受け、8月21日に千葉・蘇我エリアの店舗や千葉支店を訪問し、被害や職場の状況を伺うとともに、組合員の皆さんに声をかけました。

ユニオンスクール開催中！



JR-Cross労組では、組合員の皆さんに労働組合をより身近に感じてもらう取り組みとして、この夏から各地で「ユニオンスクール」を開催しています。第1回では、「労働組合とは」「JR-Cross労組の活動」「労働組合の組織」などについて学ぶ講義に加え、後半には「仕事をするうえでのやりがい」などをテーマに、参加者同士でグループディスカッションをおこなっています。

ユニオンスクールは今後も継続して開催していきます。労働組合について知るきっかけとして、ぜひ気軽にご参加ください！

9/5　分会三役会議開催



9月5日、各分会の三役を対象とした「分会三役会議」を開催しました。

午前中は「組合員が主役となる組織運営」や「組合員をより活動に巻き込むためには」をテーマとした講義をおこなったほか、LINEや職場集会、アンケートなどの具体的な取り組みを振り返るグループディスカッションをおこない、各分会の現状や課題について意見を交わしました。

午後は、（株）j.unionより野村講師をお招きし、これまでの活動の振り返りと今後の活動を考えるホワイトボードミーティングを実施しました。

LINE JR-Cross労組 LINE公式アカウント

友だち登録はこちらから

◆ 登録のうえ、分会名・名前をメッセージ欄から送信いただくことで、デジタルギフトのGiftee Boxを進呈！
◆ ニュースやイベント情報等を発信！皆さんの声を聴くアンケートも実施！
◆ Four Seasonsへの投稿等も可能に！
◆ 誕生日月には誕生日Giftee Boxを進呈！
◆ 職場集会やイベント等に参加することで、ポイントを集めて、GifteeBoxがもらえる、JCUスマイルポイント実装予定！

LINE