



無理なダイエットはやめましょう！

相変わらず暑かったり寒かったりと変な気候ですが、皆さまはお元気で過ごして
すか？

5月も怒涛の一ヶ月でした。5月の初めはGWがあるので、通常日が少ないのもあ
るかもしれませんが、やるが多すぎて書類が溜まるばかりです(汗)

毎年のことですが年末年始とごちそうを食べて、その後も新年会とかがあり、冬と
いうこともあってお腹に脂肪がつきやすく、薄着になってくるとお腹の膨らみが目
立ってくるのでダイエットしなきゃということで、経営者仲間とダイエットをかけて
勝負をしました。それぞれの目標体重を決めて、次回会うのが6月中旬なのでそれ
までに達成すればオッケーというものです。

始めたのは4月1日からで少しずつは絞ってきたのですが、GWは妻と旅行に出か
けたのでその期間は食べてしまい少し焦ってきました。5月も中旬以降は色々与会
合があって、それが約束の日まで続くので、ここしかないということでGW明けから
の10日間にかけてました。

普段からお昼ご飯はおにぎり一個程度、休みの日はお昼ご飯抜きにしていますが、
追い込みは田んぼで労働した後にも食べずに、最終は脂肪燃焼サプリでなんとか
達成しました。

ということで、後半は気にせず色々な会合で美味しくいただきました！
くれぐれも無理なダイエットはしないようにしましょう(笑)

今月もよろしくお願いします！



6月に入りましたが5月から既に夏の暑さを感じ
ている早川です。

さて5月は横浜アリーナで私の推しアーティスト
のライブがありました。

今回は横浜旅行も兼ねていつも付いてくるオカ
ン+今まで行かなかったオトンと一緒に横浜へ
行きました。土曜日は中華街をぶらぶら食べ歩
き、日曜日はライブのため私だけ別行動で楽し
みました。オトンとても楽しかったらしく次の旅
行も行く気満々です(笑)

次のイベント&旅行までお仕事頑張ります！

今月も**株カワキタエクスプレス**をよろしくお願
いします！



こんにちは！野村です！
大阪ででっかいクレヨンしんちゃんの
クッキーを作ってきました！
頑張って作ったので愛着がわき、最初
は勿体無いと思いましたが、食べ始め
たら止まらなかったです笑
夜はもんじゃを食べて幸せな一日でし
た！

今月も**株カワキタエクスプレス**をよろしくお願
いします！



GWは皆様、如何でしたか？
僕はGW中も1日輸送があった為、
近場で何か？BBQやるぞやるぞ
昔ありましたよね「日本全国酒飲
み音頭♪」こんな歌が(笑)
呑む口実しかありません
気になっていた、クラフトジン
「六」も購入しましたが、ビー
ル・ハイボール・焼酎を**ちゃんぽ**
んし過ぎて覚えてませ(泣)



統括部長・中村



引越部配車担当・原



GWはもくもくファームで豚と戯れ、20年前の万博
長久手コパークでジブリと戯れ、twin'sラスト親子遠足
で豊田鞍ヶ池公園へ、翌週には戸田川緑地へ毎週末
どこかの公園へ行って子供達と遊びまくってます。
遊んでもらえるうちに、いっぱい色々な所へ連れて
行ってやりたいです。

Twin's友達と公園行ったときにツリシヨしてる

後ろ姿に感動しました

今月の写真



季節外れですが横浜の花火です！

今月の格言

何でもかんでも
人のせいにする
のは止めよう！
悪いのは自分と
思っている自分
を変えていこう！



株式会社カワキタエクスプレス

519-0169 三重県亀山市白木町60番地21 TEL: 0595-83-1690 FAX: 0595-83-0665

http://www.kawakita-express.co.jp 発行責任者: 川北辰実 e-mail kawakita@kawakita-express.co.jp

365日・24時間(夜は寝させて！) 受け付け電話 090-3381-6382 ソフトバンク080-4143-1117



スタッフによる今月のハッピーな出来事をお届けします！



今月のGood & New!!



しみやん

GWに釣り、コテージキャンプに行きました。
自然に癒されました。



もえ

友達と遊べて楽しかったです！



まさや

GW4日間しっかり遊びリフレッシュできました！
5月は娘の3歳の誕生日があり、プレゼントも喜んでくれ毎日の成長が楽しいです！
しっかり遊んだ分しっかり働きます！



まごた

哥磨会さんのイベントに参加出来た事です！
こういうイベントをきっかけに色んな方に知ってもらえるようにガンガン参加したいと思います！



あたえ

5月は、結婚式を挙げました！
良い縁に恵まれて、とても幸せです！
今ある繋がりを大切にこれからも頑張ります！



あかね

GWに愛知の竜泉寺の湯に行きました！人が多すぎて逆に疲れましたが帰りに山本屋本店の味噌煮込みうどんを食べれて最高でした！



やだ

BBQをしました！
暖かくなってきたので最高でした！



ひろ

5月はGWにイカ釣りしたり、植物の植え替えをしたりして趣味の時間充実しました！
平日も早く帰れる日は育児家事をできるのでやっぱり定時に帰れると人生豊かになるなあ実感できました。
来月も楽しく生きます！



キャタ

5月はプライベートが充実した1ヶ月でした。
ゴールデンウィーク初日はサーキットで開催されていた働くのりもの大集合に先輩と行き最終まで観ていました。
2日目から最終日までは大阪に旅行に行きアメリカ村散策・道頓堀で飲んだり・りんくうアウトレットにも行き帰りには金城埠頭にいきカメラで車撮影したりしてめちゃくちゃ充実しました。
6月からは仕事とプライベートどちらも充実させて行きます！
梅雨に入っていきますがトラックの洗車を怠わらないよう頑張ります！



さんちゃん

ゴールデンウィークに家族で出掛けようと思っていたのですが、ゴールデンウィーク初日に娘が熱を出したのでどこにも行けず、、、。
これはこれで良かったと思うことにします(笑)
来年はどこか行けたらいいなと思います！



なえ

有給を使って5/17～19の三連休で横浜へライブ＆家族旅行へ行ってきました。
横浜アリーナでのライブは最高に楽しくて叫びすぎた結果、次の日声がガラガラになりましたが後悔はありません！



ふじた

5月は引越しでの上げも楽しくて、フットサルもいい頻度で行けたので良かったです。



うちやまちゃん

おいしいラーメン屋みつけました！



えりこさん

保育園の運動会がありました。
保育園のかっこはフライングしたら1位になれます(笑)この世に生まれてまだ3年しか経ってないのにすごいスピードで色々できる事が増えてきます。そのうち抜かされそうでヤバイですー。



はすみ

車の免許をとれたことです！
事故しないように気をつけます！



かわせ

乃木坂のライブに行ってきました！
前から3列目で今までで1番近い席で見れたので良かったです！推しは全然映ってませんでした...



もりた

GWはBBQや志摩スペイン村を楽しむなど、充実した時間を過ごせたことはしゃく息子の姿を見て、とても癒されました



つとちゃん

GWはのんびりBBQであ～だの・こ～だの楽しく呑んでくれました。



ゆうき

twinsラスト親子遠足、バスでゲームして、みんなで弁当食べて、1日遊びまくりました、帰宅したらランドセルが届いて大喜び×2。切なさ嬉しさ×2、出費も×2(T^T)



たまき

車の集まりに参加してきました！
前の車から参加している集まりで、顔馴染みの方も多く、色々な話で盛り上がって楽しかったです！



つつつん

おばあちゃんの家の片付けが順調に進んで綺麗になっていきました。



ゆみさん

めでたく誕生日を迎えられました。
娘家族から大きなケーキとプレゼントをもらってとても嬉しかったです。
また1年元気で楽しく過ごせるようにしたいです。

NEW
FACE



らんき

5月誕生日で、24歳になりました。
やる気元氣欄樹で楽しく、明るく、全力で駆け抜けます！



いづか

名古屋駅の新幹線ホームで大学の同期に会いました。すごい偶然。



あんどー

GWに一度は行きたかった姫路城へ。思った以上に広い、デカイ。とはいえ天守閣は最上階まで狭くて急な階段で昇降なので人数規制があり入城にも時間が掛かりました。歴史とインバウンドを感じつつ雰囲気も最高でした。



のざき

少しずつ日々の運転や業務にも慣れて来ました



さいどう

楽しかった映画がやっと公開されました。



ざわ

GWは鳥取に帰省しました！久しぶりにおじちゃんおばあちゃんに会えて元気な姿見れて良かったです！



たかし

色々な人に支えて貰いながらですが新たな仕事にチャレンジ出来る事です

今月もこのメンバーで頑張ります！ よろしくお願ひします！