

セミナーレポート

月刊 三方よし通信

2021年6月号

小さな習慣が未来をつくる

健幸体操セミナー

健康運動実践指導者 河合未寿季

4月17日、大洋産業株式会社様の全社総会にて1時間の健康体操セミナーを実施させていただきました！

大洋産業様は「健康経営優良法人2021」の認定を受けられ、従業員の皆様の「心身の健康」にアプローチされています。

実際に体を動かす体感型セミナーで、
・少し動いただけですっきりした
・健康を維持することの大切さを感じた
・思いついた時だけではなく、習慣にしたい
など、嬉しいお声も！

イキイキと動く、良いパフォーマンスを発揮する…そのためには一人一人が心も体も健幸（健やかで幸せ）であることが大前提。健康管理は経営に欠かせない要素となってきています。

こんな時代だからこそ、「健康」の優先順位を高めたいですね。



参加者の声



何度も学ぶことで 新たな気づき生まれる

7つの習慣®実践会

株式会社エフアイ カープスコーチ 金桂真知子さん

<参加してみて>

エフアイの魅力の内の1つは、三方よしの研修を受けられる事だと思っています。「7つの習慣」とは、人格を磨くための基本的な原則を具体的な形にしたものです。カープスの研修でも学んだ事があり、復習になりますが、「7つの習慣」を身に付けるにはかなりの努力が必要ですので、復習する機会を得られた事は、幸せな事だと感じています。

<今後への生かし方>

「7つの習慣」を学んでから、何か壁にぶつかる度に、インサイドアウトの考え方で、乗り越えて来ます。

さらに、進化した自分になれる様、極めて行きます！



コラム

わたしたちのしごと #23

今日の役割と成果は何ですか？

この質問に明確に答えることができる人は意外に少ないかもしれません。成果をあげる人とそうでない人の違いは、役割と成果を明確に定義しているかいないかです。

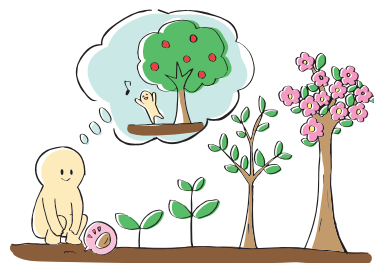
私たちの仕事のひとつに、役割と成果を明確に定義づけするという支援があります。社長や部長、新入社員など、それぞれの役職における役割と成果、新規事業を起動に乗せるという役割と成果、未来の人材を育成するという役割と成果、赤字部門を立て直すという役割と成果、会社の雰囲気を変えたいという役割と成果、挨拶で会社を明るくするという役割と成果、今日一日や今から2時間の役割と成果等、これらを明確にすることで、目的志向の行動、主体的な行動、そして価値を生み出す行動に変わっていきます。

時かぬ種は生えぬ

不平不満、受け身やマイナス言葉の種をまくと不幸という収穫につながります。一方、関心や感謝、主体的やプラス言葉の種をまくと幸せという収穫につながります。どちらも、種をまいたからこそ収穫です。相手の関心事に関心をもつことや日々の当たり前前に感謝を伝えること、また日常からプラス言葉を発信することは、見えないこと、小さなことかもしれま

せん。しかし、このような小さな種をまくことが、いずれ大きな収穫につながっていくのです。

目的の実現のために定めた目標に対し、どのような役割を果たすのか、どのような成果を生み出すのか、まずは小さな種をまくことから始めていきたいものです。



三方よし事業部
ビジネス演劇プロデュース総監督
樫村晴夫 Haruo Kashimura

profile

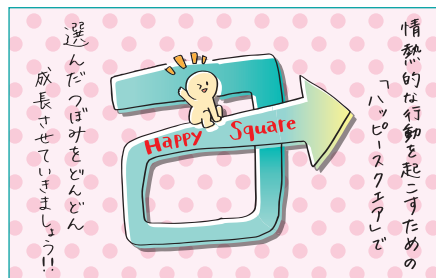
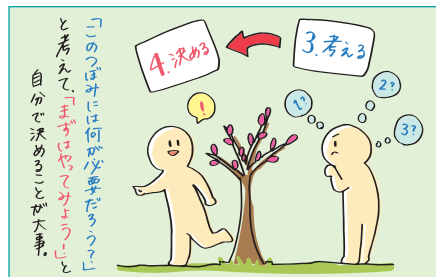
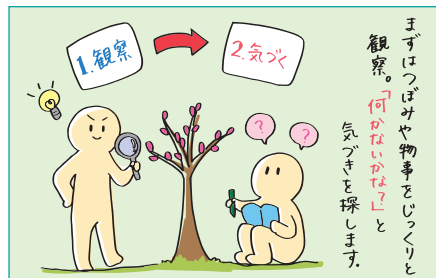
意思決定の早い中小企業を対象に、感性・知性を磨く独自のメソッドで人と組織の潜在能力を最大限に引き出し、成果に結びつけることを使命に活動中。30年間で世界一、日本一に導いた企業は17社に及ぶ。感性、知性を磨く独自のワークショップの運営は2万回以上、専門分野は組織風土改革、経営戦略、ブランディング、M&A、エグゼクティブ・コーチング等。

みずぎの 健幸 Tune OP #11



三方よしコーチ河合未寿季(みずぎ)が
Happyな健幸情報をお届け。

育てるために剪定することも大事



epilogue あとがき

自分がやりたい！面白そう！と思うことは自然に体が動いたり、積極的に取り組みますよね。たくさん吸収した後は、「どんな力を伸ばしたいのか」「どんなことにワクワクするか」など、自分の中で選択することも大切。選んだら、情熱行動を起こすハッピースクエアでぐんぐん成長していきましょう！

(編集長/三方よしコーチ 河合未寿季)

セミナーのご予約、掲載情報についてのお問合せはこちらまで

efuai 株式会社エフアイ

tel. 077-551-2531

〒520-3015 滋賀県栗東市安養寺6-1-44
エフアイビル2F Fax. 077-551-2536





料金後納

ゆうメール

[差出人・返還先]
アド・ダイセン東住吉分室
〒554-0041大阪府
東住吉区桑津1-11-2



sanpo yoshi
monthly letter

月刊 三方よし通信

2021年6月号



今月のテーマ「Growing UP!」

6月のセミナー・イベント Information

健康体操セミナー

午後からの仕事の前に、
リフレッシュ!

6月2日(水) 12:45~13:30

講師: 健康運動実践指導者

河合未寿季

参加費: 1,000円

会場: オンライン(Zoom)



血流を良くし、すっきりリフレッシュした脳で午後の集中力もUP! 体を動かすことで、ひらめきを生む脳に大変身! 小さな運動が生む効果、侮れません。

セミナーのご予約、掲載情報についてのお問合せはこちらまで
www.efuai.co.jp エフアイ 検索



三方よし経営道場

風の時代、
成功する基礎力を身につける!

6月11日(金) 17:00~19:30

講師: 道場長 谷迫秀行氏

副道場長 櫻村晴夫

参加費: 66,000円(税込・全8回)

※スポット参加は1回 9,350円(税込)

会場: オンライン(Zoom)

テーマ: 第2講「掃除・親孝行」

「うつくしさ」は売上に、「ていねいさ」は利益に、「しなやかさ」は成長に繋がります。実践で基礎力を養い、習慣にし、人生の成功者に!



時代の転換期に役立つ 1 回限定セミナー

成功する人失敗する人、
ビジョンの明確な違い

6月12日(土) 10:00~12:30

講師: 7つの習慣®実践会ファシリテーター

北野裕子

参加費: 3,000円

会場: オンライン(Zoom)

テーマ: 第2の習慣

「終わりを思い描くことから始める」

風の時代、何か変化を起こしたい! そんな時は、自分の内面の奥深くにある「終わりを思い描くこと」から始め、自分だけの「今、ここ!」を発見!



7つの習慣®実践会 スポット参加歓迎!

違いを生み出す
相互理解のテクニック

6月19日(土) 10:00~12:30

講師: 7つの習慣®実践会ファシリテーター

北野裕子

参加費: 3,000円

会場: オンライン(Zoom)

テーマ: 第5の習慣

「まず理解に徹し、そして理解される」

自分の経験や価値観という色眼鏡を通して相手を理解し、理解した気になっていないか? シナジーを発揮するために必要な相互理解を学ぶ。



デザイン思考セミナー 6月クラス

殻を破って楽しんだもの勝ち!

6月22日(火) 15:30~17:30

講師: 宇宙一の健康デザイナー

河合未寿季

参加費: 1回4,000円

(3回シリーズ10,000円)

会場: オンライン(Zoom)



一つの答えを探す時代が終わり、今や答えは「創り出す」時代に。思い切った枠の外へ飛び出し、今までにない新しい答えを楽しみましょう!

無料お試し研修

会社を支える“人”の育成は、
今、優先すべき経営戦略です

無料
お試し研修
実施中!



曖昧で複雑、何が起るかわからない不明瞭今の時代と一緒に乗り越えるチームに必要なのは「しなやかさ」。どんな要素が必要? を体感型でお伝えします。

社長からおたより

従業員の個性や強みを活か
せば、勝手に育つ

拝啓 初夏の候 日毎に暑さがますます季節、皆様におかれましては益々ご繁栄のこととお喜び申し上げます。

新型コロナウイルスが猛威を振るい、VUCAの時代が更に現実味を増しました。VUCAとは、Volatility(激動)・Uncertainty(不確実性)・Complexity(複雑性)・Ambiguity(不透明性)の頭文字をつなげた造語です。

VUCAの時代は、これまでマネジメントの主流であったPDCA、Plan(計画)・Do(実行)・Check(評価)・Action(改善)のやり方で乗り越えることができません。PDCAサイクルでは想定外の出来事が起きず、状況が変わらないことを前提としているため、現状を打破し革新することが困難です。

VUCAの時代を生抜くためには、OODAループという思考法が必要不可欠です。OODAループとは、アメリカのジョン・ボイド氏が提唱した理論で、Observe(観察)・Orient(状況判断、方向づけ)・Decide(意思決定)・Act(行動)の頭文字をとった言葉です。VUCAの時代では、計画にかかる時間はありません。せっかく良い計画も気がつけば市場ニーズがなくなっているなんてこともあり得るのです。

コロナ禍で成長している企業を見ても、変化をいち早く察知しチャンスと捉え、過去の成功モデルに固執せず、トライアンドエラーを繰り返しています。そのために必要なのは素早い意思決定です。現場で従業員が意思決定できるよう権限を与え、失敗や軌道修正を認め、育てていくことが重要です。

敬 具

代表取締役

北野裕子

profile

2009年12月株式会社エフアイ代表取締役社長に就任、経営資源「人・モノ・金」のうち最も重要な「人」であると、数々の失敗の中から確信する。以後、社員教育に力を注ぎ、「ハピートライアングル＝相互理解・相互支援・相乗効果」を自ら実践し、世の中に広げることが使命としている。

