昭和59年8月10日第三種郵便物認可　第39巻　第4号　通巻457号　令和4年4月1日(毎月1回1日発行)

毎朝の学び

月刊朝礼

げっかんちょうれい

連載

■ マイウエー ＆ マイヒストリー
今、働く人たちへ〈ジャトー株式会社 取締役相談役〉　小野剛②

■ 第13回　社会人のための なぜ?トレーニング

■ 自分見直しチェックリスト

■ 世界のことわざ　vol.9

■ 今月のマナー　レッスン90［移動中のマナー］

■ 歴史が教える人の生きざま
「北条義時」第4話　正室「姫の前」

■ 日本の祭り フォトエッセイ　vol.49

04

2022•NO.457

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS
『月刊朝礼』はSDGsを支援しています。
www.un.org/sustainabledevelopment

●日本の伝統色
苺色（いちごいろ）／Strawberry

日々の活気あふれる朝礼が、企業の永続と発展の源です

たとえば、こんなふうに『朝礼』をされては、いかがでしょうか

① その日の朝礼当番が大きな声で元気良く「○月○日○曜日、朝礼を始めます。みなさん、おはようございます」と朝礼を始めます。

② ほかの人は、手を前で重ね、背筋を伸ばし、しっかりと立ち、大きな声で元気良く「おはようございます」と返します。

③ 朝礼当番が「今日も、ともに働く仲間に、感謝しましょう」と号令、参加者同士で握手をします。そのときお互いに「今日も1日よろしくお願いします」と元気良く声をかけ合います。

④ 朝礼当番に続いて、以下の用語を全員で唱和します。

〔ていねいなあいさつ用語〕
おはようございます
お世話になります
失礼いたします
申し訳ございません
行ってまいります、ただ今帰りました

〔接客5大用語〕
ありがとうございます
お待たせいたしました
いらっしゃいませ
かしこまりました
恐れ入ります

⑤ 簡潔に業務連絡、営業成績などを発表します。

⑥ 朝礼当番は「○月○日○曜日のページを開けてください」と言い、『月刊朝礼』を両手で胸の前で持って、その日のページを読み上げます。そのときほかの人も、『月刊朝礼』を両手で胸の前に持ち、静かに聞きます。

⑦『月刊朝礼』の感想を、それぞれが順番に発表します。感想は1分程度で 簡潔にまとめます。（決められた時間内に人前で話すことを続けると「スピーチ力」が強化できます。）1人が感想を言うごとに、全員で「ありがとうございます」と感謝します。

⑧ 社是、社訓、経営理念、営業目標、スローガンなどを唱和します。

⑨ 朝礼当番が1人を指名します。指名された人は、今日の自己啓発目標を、大きな声で元気良く発表します。それに対して全員で拍手、応援の声をかけます。

⑩ 朝礼当番が「それでは、今日も1日、よろしくお願いします」とあいさつし、全員で大きな声で元気良く「お願いします」と笑顔で答え、朝礼を終わります。

※朝礼のやり方は各社さまざまです。工夫次第で、やり方は無限大に広がっていきます。独自の朝礼を日々行って、朝から社内を活気づけましょう。

第８回『朝礼川柳』作品選評

【奨励賞】朝礼が 持続可能な 社に変える（埼玉県 花ひらくさん）

世界共通の目的としてSDGsへの取り組みが盛んです。毎日の朝礼も、働く環境を良くしたり、教育を充実させたりなど、持続可能な社会への一歩となるのではないでしょうか。

『朝礼川柳』……10月10日の「朝礼の日」認定を記念したイベント

1	桜梅桃李 自分の花を咲かせましょう	6p	金 先負
2	強飯式 一粒残さずいただきます	7p	土 仏滅
3	桜の表情 花の色は移りにけりな	8p	日 大安
4	えがお・あいさつ・へんじ 仕事の基本を身に付けましょう	9p	月 赤口
5	一十百千万 頭も体も健康を維持しましょう	10p	火 先勝 清明
6	音読の勧め 音読で気持ちの良い1日を	11p	水 友引
7	さまざまな断り方 断り方にも品が大切です	12p	木 先負
8	母のワンピース姿 初任給で恩返しを	13p	金 仏滅
9	桜花の候 伝える思いに季節感を添えましょう	16p	土 大安
10	春の四重奏 五感で春を感じましょう	17p	日 赤口
11	仕事の意義 仕事が人を成長させます	18p	月 先勝
12	大人の証し 骨身を惜しまず尽くしましょう	19p	火 友引
13	「アリガト」 自分磨きはみんなのために	20p	水 先負
14	自分にできること できることから全力で	21p	木 仏滅
15	想像力が足りないのだ 想像力で人間関係を円滑に	22p	金 大安
16	今に集中 「今」をもっと大切に	24p	土 赤口
17	人の一生 重荷を負うて遠き道を行くがごとし	25p	日 先勝 土用
18	おもちゃドクター 物を大切にする心を大切に	26p	月 友引
19	挑戦あるのみ 失敗が成長の糧になります	27p	火 先負
20	素直であること 素直な心で伸びていきましょう	28p	水 仏滅 穀雨
21	勉強をする心構え リアルな学びを大切に	29p	木 大安
22	私は左利き 少数派を取り残さない社会に	30p	金 赤口
23	金剛石 金剛不壊の志を持ちましょう	32p	土 先勝
24	努力の花 小さな力を集め大きな力に	33p	日 友引
25	いつもニコニコ 幸せは笑顔に集まってきます	34p	月 先負
26	毎日の言葉 毎日触れる言葉にこだわりましょう	35p	火 仏滅
27	決断力の養い方 最善の道を選ぶために学びましょう	36p	水 大安
28	休日の過ごし方 休みを元気よく過ごしましょう	38p	木 赤口
29	『男はつらいよ』 人間って面白い	39p	金 先勝 昭和の日
30	身の丈に合ったことから 身の丈に合ったことから少しずつ	40p	土 友引

歴史が教える人の生きざま「北条義時」 第4話 正室「姫の前」 41p

日本の祭り vol.49 大鹿歌舞伎 （裏表紙）

今月の表紙 日本の伝統色 **4月「苺色（いちごいろ）／Strawberry」**

初夏に色づく苺の実のような、少し紫みをおびた赤色をいいます。少し暗い色のような気がするのは、この色名の苺が木苺のことだからです。現在の苺は江戸時代に渡来したもので、それ以前の苺とは、木苺のことを指しました。春から初夏にかけての彩りに取り入れたい、優しい色合いです。

参考資料：『日本の伝統色』（企画・編集／濱田信義（編集室 青人社）、発行／パイ インターナショナル）

5 May

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

ジャトー株式会社
取締役相談役
小野 剛 ②

私の駆け出し時代

始めての挫折

高校は麗澤高校に進み、その後甲南大学の経営学部を卒業した私は、いよいよ社会への船出となりましたが、順調にはいきませんでした。「これからは国際化の時代や。海外に出ていかんと取り残される」と考えていた父の勧めで、私は松下電器貿易を受けることになりました。同社は松下電器から独立した上場会社でした。1次、2次試験を通過し、3次の社長面接ができました。そこでいろいろと話した帰り際、一言「君みたいな元気な人間は、日本で頑張れ」と言われ、まさかの不合格。落ちるとは思っていなかったのでショックでした。しかし、もし受かっていたら今の人生はなかったので、今では縁がなかったことに感謝しています。

丁稚奉公

就職試験に落ちた後、父に相談したところ、ナショナルインターホン販売を勧められました。「これからは通信関係も大事な仕事となる」と説得され、「3年くらい丁稚奉公して教えてもらうように」という約束で入社しました。同社の前川信之助社長は、松下幸之助さんのもとで働いた後に創業した人で、三洋電機創業者の井植歳男（いうえとしお）さんや松下電工の3代目社長、丹羽正治（にわまさはる）さんとも一緒に仕事をしたすご

い人です。前川社長に教えていただいたことは、まず「朝一番に来て掃除をしろ」ということ。新人で仕事が何もできないのだから、とにかく人より早く出社して掃除をするように、ということです。そして「そろばんを習え」です。他にも業務・経理・営業など本当に多くのことを学ばせていただきました。

昭和49年頃　日通工常務時代

父のもとへ

しかし、3年間の約束を待たず、2年後に実家に呼び戻されることになります。当時、父が経営していた会社の一つ、日本通信工業（以下、日通工）で常務をしていた方が、実家の仕事を継ぐために辞めることになったのです。父や兄弟は、他の会社を経営していたので、責任者として私が呼び戻されたのです。短期間だけ引き継ぎを行い、総務部長に就任しました。周囲はみな年上ばかりですし、通信についても何も知らなかったこともあって、会社の経営はとても苦労しました。

最高に楽しい時期

初めて大きな受注があったのは、昭和43年のリーガロイヤルホテルの案件です。その後、昭和45年に開催された大阪万博の工事も受注しました。万博のころからアンプやインターホンといった弱電製品が一つの業態として認知され始め、それを専門にしていた日通工は、非常に需要が高かったのです。万博では35館ほど施工しました。私も含め、技術者も工事担当者も徹夜続きでしたが、みんな一生懸命働きました。最高に楽しい時期でした。

しかし、そんな時期がずっと続いたわけではありません。世間では「2代目は難しい」とよく言われており、モラロジーでも「創業易し守成は難し」という格言があるほどです。その言葉どおり、私にも困難の時が訪れます。

――次号に続く。

＊おの たけし＊ 昭和17年生まれ。日本通信小野特機（株）代表取締役社長などを経てジャトー（株）会長、現在は取締役相談役を務める。（一社）日本道経会の設立に尽力。「NPO法人つながるいのち」の理事長を務める。喜寿を迎えた令和元年に、感謝と反省を込めて『縁ある衆生はあり難し』を出版。趣味は陶芸と絵画。

桜梅桃李

春らんまんの季節となりました。桜をはじめ、さまざまな花が咲き乱れるこの時期、本日から新しいスタートを切るという人も多いでしょう。

希望に満ちた新入生や新入社員にぴったりの言葉を紹介します。

「桜梅桃李」という四字熟語です。

桜、梅、桃、李、それぞれが独自の美しい花を咲かせるという意味です。それらの花のように、他人と自分を比べることなく、自分の持ち味を生かし、個性を伸ばそうという教訓も含まれています。

桜には桜の、梅には梅の良さがあるように、人にもそれぞれ、その人だけの長所が必ずあるものです。

人生において、時には自分にないものに憧れ、他の人をうらやましく感じることもあるかもしれません。そのようなときは、自分の長所に目を向けてみましょう。

まだ自分の長所に気が付いていないという人は、それを探すことから始めてみてはいかがでしょうか。今日から始まる日々のなかで、きっと、あなただけの長所を見つけることができるでしょう。

今日の言葉　自分の花を咲かせましょう

今日の気づき

コメント

強飯式

栃木県日光市の輪王寺では、毎年4月2日に「強飯式」が行われます。山伏に扮した僧が、「頂戴人」と呼ばれる参列者に、高く盛り付けた3升のご飯を差し出し、「75杯一粒残さず食べろ」「食え食え」などと責め立てます。

実際に食べさせるわけではなく、頂戴人はお椀を頭の上に押し頂き、儀式は終わります。頂戴人は福を授かるとされ、江戸時代は十万石以上の大名が務めました。

1200年余り続くとされるこの儀式は、山岳修行の山伏が山中のご本尊に供えたお供物を、里の人々に分かち与えたことが始まりと伝えられます。他の地域でも、同じような儀式を行うところは多いそうです。

荘厳であり、どこかユーモラスでもある強飯式は、ご本尊からいただいた食事を、決して粗末にしてはいけないという思いが感じられます。

子どものころ、食事時に両親や目上の人から「たくさん食べなさい」「残さず食べなさい」と言われた思い出が誰しもあるでしょう。そこには、子どもにお腹いっぱい食べて、元気に育ってほしいという愛情があります。

食事を勧められたときは、素直に感謝していただきたいものです。

今日の言葉　一粒残さずいただきます

今日の気づき

コメント

桜の表情

桜が美しい季節になりました。古くから桜を愛でてきた日本には、桜の花にまつわるさまざまな言葉があります。

たとえば、「桜」は一文字でも春の季語ですが、「朝桜」「昼桜」「夕桜」という季語もあり、一日のなかでも使い分けられています。

どの時刻の桜も美しいですが、朝露にぬれて咲く花には、心洗われる清々しさがあります。ぜひ早起きをしてその美しさを鑑賞したいものです。

ほかにも、「花曇」「花明かり」という言葉もあります。

花曇は、桜の花が咲く時期の曇った天気のことを指し、花明かりは、満開の桜が、闇の中でほのかに明るく見えることをいいます。また、桜の時期に降る雨、もしくは桜の花に降り注ぐ雨を、「花の雨」と呼びました。

いずれも、桜のさまざまな表情を表した情緒あふれる言葉です。

先人たちは、花の咲く限られた時間のなか、さまざまな瞬間を心に焼き付けたのでしょう。

桜が咲いて散るまでは、あっという間に過ぎてしまいます。朝夕や天候によって移り変わる花の表情を、じっくり味わっておきたいものです。

今日の言葉　花の色は移りにけりな

今日の気づき

コメント

えがお・あいさつ・へんじ

Aさんの実家はラーメン店です。

子どものころから、店や家に大きく張り出されている言葉があります。

それは、「えがお・あいさつ・へんじ」です。

もともとは、店のモットーで、新しく入った従業員に必ず教える心得として父親が考えたものです。

「新人アルバイトでも、笑顔(えがお)と挨拶(あいさつ)、そして返事。この3つがしっかりできるようになれば、お客さまに失礼はないはずだ」とよく言っていました。店での教えは、自然と家庭内での教えにもつながりました。

Aさんは活気のある店内の雰囲気(ふんいき)が大好きで、学生時代は率先(そっせん)してお店の手伝いをしました。おかげで、3つの教えは身に付いています。

この春から、Aさんは社会人として働き始めることになりました。実家から遠く離(はな)れた都会にある、大手のラーメンチェーンの会社に就職が決まったのです。経験を積んで、いずれは家業を継(つ)げたらと考えています。

新天地での生活には不安もありますが、どこに行っても、父親の3つの教えをしっかり守ろうと決めています。

今日の言葉　仕事の基本を身に付けましょう

今日の気づき

コメント

一十百千万（いちじゅうひゃくせんまん）

Bさんは、ある会社の社長に、「いつまでも若々しさを維持する秘訣（ひけつ）」を教えてもらいました。それは次のようなものです。

「1日1回は外に出る」。1日中室内にいては気分が滅入（めい）ります。外の空気を吸って太陽の光を存分に浴びましょう。

「1日10人と話をする」。1日に最低10人と話をしましょう。人と話すことで新たな情報が吸収され、脳に刺激（しげき）を与（あた）えることができます。

「1日100文字を書く」。手書きで文字を書く習慣も大切です。普段（ふだん）から文章を書かない人には難しく思えるかもしれませんが、400字詰めの原稿（げんこう）用紙にすると、たったの4分の1です。

「1日1000文字読む」。これも大変なようですが、『月刊朝礼』の記事で2日分程度です。普段から新聞を読む人なら1万字は読んでいるでしょう。

「1日1万歩歩く」。1万歩歩くには、約1時間20分から30分が目安のようです。休憩を入れながら、のんびり散歩をすれば約2時間くらいです。

元気に過ごすための毎日の目標として、自分のできる範囲（はんい）で挑戦（ちょうせん）してみてはいかがでしょうか。

今日の言葉　頭も体も健康を維持しましょう

今日の気づき

コメント

音読の勧め

文章を声に出して読む「音読」を朝礼に取り入れている企業は多いものです。音読には次のような効果があるのをご存じでしょうか。

フリーアナウンサーの寺田理恵子さんは、「いろいろなものを音読したら、体の調子がよくなった。発声は体全体を使うので体力がつく。今まで読まなかった文学に触れることで新しいものの見方、気づきも得られました」と言います。

寺田さんは一時期、心身に不調をきたして仕事を休業していたことがあります。その際、復帰を目指して取り組んだのが、新聞やアナウンサー時代の教本などを、声に出して読むことでした。

その後、アナウンサーに復帰した寺田さんは、音読のメリットを、「手軽にできる、集中力、読解力、表現力が身につく、ストレスが解消される」と語っています。

また、楽しみながら声を出すことが大切だと言います。寺田さんは、「春の暖かい日差しを浴びているような気分で」といったイメージを持ちながら音読するそうです。音読の際は試してみるのもいいでしょう。

今日の言葉　音読で気持ちの良い1日を

今日の気づき

コメント

さまざまな断り方

S子さんは、神社の参道にある和菓子店で働いています。

参道を歩く人に「お味見はいかがですか」と試食を勧めると、立ち止まって食べてくれる人がいる一方、断る人もいます。

「いりません」とぶっきらぼうに通り過ぎたり、無視したりする人もいれば、「今、お昼ご飯を食べたばかりなの。次の機会にいただくわね」と笑顔で手を振ってくれる人もいます。申し訳なさそうに「ごめんなさい。うちのお父さん、健康のため甘い物は控えているの」と言う人もいました。

毎日の仕事のなかでS子さんは、さまざまな断り方があることに気づきました。「断らないといけないときは、この人の言い方をお手本にしよう」と、いくつかメモしています。

試食の呼び掛けやチラシの配布などは、やむなく断ることも多いでしょう。

急いでいるときや、自分にとって必要ないと感じるとき、無意識に乱暴な態度を取っていないでしょうか。社会人として、どのようなときでも相手を不快にさせない行いができるようになりたいものです。普段から丁寧な言動を意識することは、仕事や家庭にも良い影響を与えます。

今日の言葉　断り方にも品が大切です

今日の気づき

コメント

母のワンピース姿

Cさんは、初任給で母親にプレゼントを買うと決めています。

母親は、Cさんと弟を女手一つで育ててくれました。

Cさんが小学校3年生のころまで、母親はワンピースとハイヒールでおしゃれをして一緒に出掛けていました。颯爽とした姿をよく覚えています。

しかし、時がたつにつれ、忙しくなったり生活に余裕がなくなったりして、そんな姿を見ることはなくなりました。

Cさんたちには、季節ごとに服や靴などを買いそろえてくれましたが、自分の物を買うことは久しくなかったのです。

Cさんは、「母さんもきっと、おしゃれをしたかったに違いない」と、申し訳なく思います。初任給が出たら、一緒にお店に行って、素敵な服を選ぶつもりです。

大人になると、あらためて衣食住のありがたさがわかります。多くの親は、自分を後回しにして、子どもに不自由をさせないよう、心を砕いているものです。これまで守り育ててくれたことに感謝し、思いを形にしてみてはいかがでしょうか。

今日の言葉　初任給で恩返しを

今日の気づき

コメント

つくる・つながる・もちこたえる力を養う

社会人のための なぜ?トレーニング 2 Season

自分の力で「なぜ?」と考える力を鍛えてきたこの連載。考えることが楽しくなってきたはずです。2022年4月からは第2シーズンに入ります。楽しく学んで成長するために、もっと「なぜ?」を追求しましょう!

第13回

なぜ、深く思考するためには読書が必要なのか

コミュニケーションを考える4つの切り口

テクノロジーの進歩により、私たちの生活は加速度的に変化し、未来を見通しづらい時代になりました。AIは衣食住から医療まで、私たちを別次元の地平に導きつつあります。一方で社会がどう変化しても、人と人がつながり、互いに助け合いながら、より良い社会を築きたいという欲求は、変わらないでしょう。そこで今年度の本連載では、人をつなぐコミュニケーションの問題に焦点を当て、読者の皆さんと一緒に考えていきたいと思います。構成としては、大きく次の4つの項目に分類しました。

①読書　②対話　③遊び　④共感

それぞれの主題を3回連続で扱い、参考になる本などを紹介しながら問題を掘り下げてまいります。

命題：あなたにとって読書の位置づけは?

読書について考える視点として、その必要性を考えます。あなたが読書の必要を感じるのは、どのような時でしょうか? コミュニケーションの観点から、なぜ読書の意義が高いのでしょうか?

現代人の新しい情報収集手段として、ネット動画は完全に市民権を獲得しました。TV、新聞、雑誌や、従来型広告業界に破壊的影響を与え、メディアの未来をすっかり描き変えると言われています。2021年、世界の広告費はインターネットが初めて過半を超え、20年間首位だったテレビが27%に落ち込んだのはその表れです。中高生の「なりたい職業ランキング」でユーチューバーが上位を占めるのは、自然の成り行きかもしれません。

圧倒的に情報量が多い読書

私自身、最近は興味深いシンポジウムや講演のサイトを視聴する習慣がつきました。以前は報道や教養など、テレビ番組に割いていた時間が移行したのです。そうした恩恵を受けながらも、改めて気づいたのは、情報量として動画は書籍より圧倒的に少ないこと。そして思考に費やす時間も極めて短いことです。人から聞く話は頭の中を通り過ぎ、一度聞いただけは定着しません。丁寧に思考の経過を綴った論説文や、感情の流れを丹念に書き込んだ小説とは、脳に全く異なる作用をもたらすのでしょう。

考えてみれば当然で、講話の2時間は長い方ですが、その程度で読める本では思考訓練にはなりにくい。じっくりと向き合い、時には手を止め、メモなどしながら読書する時間は、思考という観点では別物なのだと思います。「次々と新しい課題が出現する現代、思考停止をせず考え続けることこそが希望である」というのは生命科学者の高橋祥子氏。ゲノム研究の第一人者にして、若き事業家でもある彼女の対談動画『未来への提言　ゲノム編集X人類の変化』に感銘を受け、著書『生命科学的思考』を読みました。そこには対談では語られなかった問題提起が次々と示され、本を読むことの意義を再認識した次第です。単なる情報交換に留まらない、密度の濃いコミュニケーションは読書が基礎になること。そして読書で思考を鍛えた人の存在が、組織の問題を解決する上で心強いことを確信させられました。

水野次郎（みずのじろう）

幼児雑誌「こどもちゃれんじ」の初代編集長として「しまじろう」開発の中心メンバーとして携わった。2008年より学校教育現場へ転身。千葉県で民間人校長（中学・高校）の9年間を通して、キャリア教育に力を入れる。千葉県教育委員会を定年退職後はモラロジー道徳教育財団の特任教授（キャリアコンサルタント）として、高校生や大学生世代のキャリア支援にあたってきた。2021年4月より島根県にある開星中学、高等学校の校長を務める。

なぜトレおすすめ本

『生命科学的思考』　高橋 祥子

生命の根本を見つめながら、激動の今に生きる態度を考えさせられる本。サイエンスライター・竹内薫氏の書評には「生命科学がわかれば、あなたの人生が変わる。科学と哲学とビジネスが融合した、不思議な魅力をもつ本だ」とあります。変化が激しい時代だからこそ、人は「どう生きるか？」という哲学を求めるものでしょう。「世界のすべての人が彼女のように思考するようになったなら、世界は一変するだろう」と絶賛するのは、孫正義氏の実弟で起業家の孫泰蔵氏。本書に書かれた若き日本の女性リーダーの思考法は、多くの刺激を与えてくれるに違いありません。とともに、コミュニケーションの土台づくりにもつながると思います。（発行・ニュースピックス）

●成毛眞氏との対談動画

「成毛眞 高橋祥子 対談」で検索。NewsPicksサイトから動画が視聴できます。

桜花の候

日本には四季があるため、生活のさまざまな場面で季節感が重視されてきました。手紙もその一つです。

昔から、手紙の書き出しには時候の挨拶を入れる慣習があります。

1月なら「新春の候」、2月なら「梅花の候」など、季節を表す言葉に、「お元気でお過ごしでしょうか」といった相手を気遣う一文を添えます。

今の季節に出す手紙であれば、「桜花の候、いかがお過ごしでしょうか」などの書き出しになります。

時候を表す言葉は、数えきれないほどあります。たとえば、「日差しがぽかぽかと心地よい、春らんまんの季節となりました。ご無沙汰しておりますが、お変わりございませんか」など、柔らかい表現で書くこともあります。

時候の挨拶というと堅苦しく感じるかもしれませんが、重要なのは相手を気遣う気持ちです。手紙を読む人の心が和むような一文を添えたいものです。普段から、本を読むなどして季節を表す言葉や表現を勉強しておきましょう。また、親しい間柄であれば、多少くだけた書き方になっても構いません。メールのやり取りに季節感を取り入れてみるのもいいでしょう。

今日の言葉　伝える思いに季節感を添えましょう

今日の気づき

コメント

春の四重奏

富山県朝日町では、この時期になると「春の四重奏」と呼ばれる風景が見られるのをご存じでしょうか。

舟川べりに咲くチューリップ、菜の花、桜並木、遠くに見える残雪の朝日岳。それら4つの風景が全て一つの視界に収まることから、そう名付けられました。美しい色彩に加えて、辺りにはヒバリの鳴き声も響き渡り、まるで楽園のような雰囲気です。夜はライトアップや、かがり火もあり、昼間とは違った幻想的な風景が楽しめます。

チューリップや菜の花は、本来なら同時には咲きませんが、桜の開花に合わせて極早生のチューリップの品種を選び、菜の花も植えたところ、奇跡のような四重奏が実現したのです。

この風景は、農家の人たちの「たくさんの方に出会いたいから」という思いから生まれました。春の風物詩として多くの人に親しまれています。

美しい風景を見ると、心が癒やされるものです。

新生活が始まり、緊張やストレスを感じることも多いこの季節、少し足を延ばして、春の風景を見に行くのもお勧めです。

今日の言葉　五感で春を感じましょう

今日の気づき

コメント

仕事の意義

仕事をして得られるものは何かと聞かれたら、あなたは何と答えますか。

まず思い浮かぶのは「給料」でしょうか。ほかにも「人脈」「やりがい」「経験」などの答えがあるでしょう。

それらはもちろん大切なものですが、これから活躍する新社会人にとって特に重要なものがあります。

それは「人としての成長」です。

社会を支える一人前の大人になるためには、仕事を通しての成長が不可欠です。さまざまな人と交流したり、プロとしての厳しさや喜びを知ったりすることで、成熟していきます。

単に技術や知識を身に付けるだけでなく、生き方や他の人との関わり方など、人生においてのさまざまな課題も、仕事の場で学ぶことができます。

「お金があれば働かなくて済む」と考える人もいるかもしれませんが、それでは、生活はできても人としての成長は止まってしまいます。病気などの事情がある人は別にして、働いて社会に参加する意義は大きいものなのです。

毎日の仕事に真摯に取り組み、日々成長していきましょう。

今日の言葉　仕事が人を成長させます

今日の気づき

コメント

大人の証し

明治の教育者で、農学・法学などの博士号を持つ新渡戸稲造は日本の道徳教育を研究し、国内だけでなく海外にも広めました。

英語で『武士道』を出版するなど幅広い知識を持った新渡戸は、勉強を始めたばかりの若者のために、わかりやすく書いた教えも遺しています。

たとえば次のような言葉です。

「自分の身の回りの人々に尽くすことは、結局は自分のため、世の中のためになるもので、つまらないことをしてと嘆くことはやめなさい。ささやかな善行でも限りなく積もれば、これが世のためにもなるし、自分のためにもなるものである」

社会人になると、人のために気を遣ったり、お世話をしたりという機会が増えるものです。そのときに、どのような心で取り組んでいるでしょうか。

古くは武士の時代から、日本の道徳教育の根底には、人をいたわる心、思いやる心があります。人を思いやる行動が自然にできるのは、一人前の大人になった証しでもあります。

新社会人だけでなく、全ての人に当てはまる教えです。

今日の言葉

骨身を惜しまず尽くしましょう

今日の気づき

コメント

新渡戸稲造　文久2～昭和8年（1862～1933年）陸奥国岩手郡（現在の岩手県盛岡市）生まれ。農学者、農政家、法学者、教育家。農学、法学、哲学の博士号を持つ。著書『Bushido: The Soul of Japan』（邦題:『武士道』）は、流麗な英文で書かれ、長年読み続けられている世界的ベストセラー。日本銀行券のD五千円券の肖像（昭和59～平成19年）としても知られる。

「アリガト」

Dさんは、観光地にある土産物店で働いています。

ある日、店先で作業をしていると、外国人のお客さまに声を掛けられました。英語が苦手なDさんは、他の店員に代わってもらおうとしましたが、みんな接客中で手が離せません。

やるしかないと決心したDさんは、懸命に言葉を聞き取り、知っている単語と身振り手振りで対応しました。やり取りの末、お客さまが探している品物が見つかると、「アリガト」と笑顔で言ってくださったのです。

Dさんはホッとすると同時に、それまで苦手を理由に逃げていた自分を反省しました。そして、お客さまのために、もっとスムーズに対応できるようになりたいと思ったのです。それからのDさんは英会話の勉強をしたり、仲間と協力して英語の商品一覧表を作ったりなど、積極的に努力しています。

誰しも苦手なことに対しては、挑戦する気持ちが薄れてしまうものです。

人から勧められても、「自分には無理」「興味がない」と逃げていることはありませんか。自分のためではなく、お客さまの笑顔のためだと思えば、やる気も湧いてくるのではないでしょうか。

今日の言葉　自分磨きはみんなのために

今日の気づき

コメント

自分にできること

この春から鍼灸院で働き始めたKさんは、専門学校時代に学んだことを、今も胸に刻んでいます。

母校では、ある大学のラグビーチームの練習場に、定期的に出向く実習がありました。実際に選手のマッサージや、けがの手当てを経験しながら学びます。1年生だったKさんは、先生や先輩たちの実習の様子をただじっと見学していました。

何度目かの実習のときです。ある先輩に「ぼんやりしていないで、実習ごとに何か一つはできるようになれ」と注意されました。

そこでKさんは自分にできることを考え、自分から率先して選手に声を掛けることにしたのです。それからは、選手に顔を覚えてもらえるように努めました。コミュニケーションをとれるようになると、コンディションや不調についての情報を聞き出せるようになり、できることが増えました。そのとき築いた選手との信頼関係は、その後もとても役に立ちました。

働き始めてから、戸惑うことは多いですが、その場で「自分にできること」を考え、率先して行動するようにしています。

今日の言葉　できることから全力で

今日の気づき

コメント

想像力が足りないのだ

随筆家でイタリア文学者の須賀敦子さんは、次のような体験を、エッセイの中で紹介しています。

職場で同僚とうまくいかず、途方に暮れていると、2人を知る共通の友人が、「彼女は意地悪ではなく、想像力が足りないのだ」と慰めてくれました。

その言葉を聞いた須賀さんは、ほっと救われた気持ちになりましたが、同時にダンテの『神曲』煉獄編の注釈に書かれていたことを思い出しました。その本では、想像力の不足はキリスト教でいう「七つの大罪」の一つ、「怠惰」の罪の一種だと説明されていたのです。

そこまで思い出して須賀さんは、「想像力の足りなかったのはこちらも同じだったのではないか」と、ぎくりとしたそうです。

仕事やプライベートで、「あの人とはどうも合わない」と感じることは誰にでもあるでしょう。そのときは責める気持ちになる前に、相手の発言や行動の真意について想像力を働かせてみましょう。

もしかしたら、想像を怠っているのは自分も同じかもしれません。相手の気持ちが想像できれば、接し方や伝え方を工夫することもできるでしょう。

今日の言葉　想像力で人間関係を円滑に

今日の気づき

コメント

須賀敦子　昭和4～平成10年（1929～1998年）兵庫県芦屋市生まれ。日本の随筆家・イタリア文学者。20代からイタリアに渡り、語学を学ぶ。夫の死を機に帰国し、上智大学で語学の講師を務める。50代以降にイタリア文学の翻訳者として脚光を浴び、随筆家としても活躍。2014年には、イタリア語から日本語への優れた翻訳を表彰する須賀敦子翻訳賞が創設された。

4月の『月刊朝礼』自分見直しチェックリスト

「昨日の自分より、一歩でも成長したい!」という思いを実現するためには、日々の反省がとても重要になります。そこで一度、自分自身を見直してみましょう。きっと今の自分をさらに成長させるための発見があるはずです。

下記チェックリストに○を付け、合計点数を計算しましょう。

※できている=5点　どちらかといえばできている=4点　どちらでもない=3点　どちらかといえばできていない=2点　できていない=1点

① 人生の目標を定め、達成するために日々努力している	5 4 3 2 1
② 「すみません」という反省の心で自らの非を認められる	5 4 3 2 1
③ 「私がします」という奉仕の心を実践している	5 4 3 2 1
④ 私利私欲を交えず、誠実な姿勢で人と接している	5 4 3 2 1
⑤ 「はい」という素直な心で返事をしている	5 4 3 2 1
⑥ 「ありがとう」と1日に10回以上感謝を伝えている	5 4 3 2 1
⑦ どんなものに対しても、謙虚に「学ぶ」気持ちを持っている	5 4 3 2 1
⑧ 毎日、明るく元気な挨拶をしている	5 4 3 2 1
⑨ 部下や先輩、子どもの「お手本」になる正直な行動をしている	5 4 3 2 1
⑩ 相手を理解しようと努力し、思いやる行動をしている	5 4 3 2 1

合計　　点

50～40点 ★★★★

「さすが!」の一言。あなたは『月刊朝礼』が目指す「誠実な人材」です。これからも人を思いやり、社会や他人のために尽くす心を忘れず、自らを高めていきましょう。あなたがみんなの「お手本」です!

39～30点 ★★★

まだまだあなたは成長できます。今の自分に足りないものは何かを再度確認し、自分の行動を見直してみましょう。そうすれば、あなたの毎日はもっと輝き、たくさんの人を笑顔にすることができます!

29～20点 ★★

これからが、あなたの勝負どころです。自らを高めるのに年齢制限はありません。誠実な人材として、自らの人生をよりよくするために、毎日の行動を意識しましょう。きっと見える景色が変わります!

19～10点 ★

まずはできることから始めましょう。明るく元気な挨拶や、1日10回の「ありがとう」は、今日から実践できます。日々の行動を少し変えれば、あなたの人生は変わります。誠実な人材を目指して一歩前進!

今に集中

禅宗の言葉に「喫茶喫飯(きっさきっぱん)」というものがあります。お茶を飲むときはお茶だけ、食事のときは食事だけに集中しなさいという意味です。過去や未来ではなく、現在に意識を集中させることの大切さを教えています。

あなたは、喫茶喫飯ができているでしょうか。

コーヒーを飲みながらメッセージの返信をしたり、食事中にネットニュースをチェックしたりしていませんか。

食事の時間だけではなく、休憩(きゅうけい)時間、移動時間などにもスマホが手放せないという人は多いのではないでしょうか。昨今は、事故や転倒(てんとう)につながる「歩きスマホ」も社会問題になっています。

スマホをはじめとする通信機器は便利です。しかし、使い方に注意しないと、目の前にある豊かな時間を見失うことになるでしょう。

飲み物や食べ物を味わっている「今」に意識を集中させることで、お茶の香(かお)りや料理の味が、一層深く感じられるはずです。作ってくれた人の温かい思いも、より伝わってくるのではないでしょうか。また、休憩事件や移動中も、その時間に集中し、大事にしたいものです。

今日の言葉　「今」をもっと大切に

今日の気づき

コメント

人の一生

1616年の4月17日は徳川家康が亡くなった日です。

家康は戦国時代に終止符を打ち、江戸幕府を開いて約260年にもわたる天下泰平の世をもたらしました。

そんな家康の遺訓に次のようなくだりがあります。

「人の一生は、重荷を負うて遠き道を行くがごとし、急ぐべからず。不自由を常と思えば不足なく、心に望みおこらば、困窮したる時を思いだすべし。堪忍は無事長久の基、怒は敵と思え。勝つことばかりを知って、負くることを知らざれば、害その身に至る。おのれを責めて人を責めるな。及ばざるは過ぎたるより優れり」

人の一生とは、重い荷物を持って長い道のりを行くようなものだから、苦しいことや、うまくいかないことがあるのはあたりまえだ。謙虚になり、自分の欲や感情に振り回されず、気長にコツコツと進むとよいだろう、という今の世の中にも十分に通用する教えです。

幼いころより逆境を乗り越え、一族を支えてきた家康の経験が生かされた言葉に学びましょう。

今日の言葉　重荷を負うて遠き道を行くがごとし

今日の気づき

コメント

徳川家康　天文11年～元和2年（1543年～1616年）三河国岡崎（現・愛知県）生まれ。戦国時代から安土桃山時代にかけての武将・戦国大名。江戸幕府の初代征夷大将軍。永禄3年（1560年）、桶狭間の戦いの後、信長と同盟を組み、名を家康に改め、三河国・遠江国に版図を広げる。慶長5年（1600年）、関ヶ原の戦いにおいて勝利し、覇権を決定づけた。慶長19年（1614年）から慶長20年（1615年）の大坂の陣において豊臣氏を滅ぼし、幕府の統治体制を固める。

おもちゃドクター

日本おもちゃ病院協会は、壊(こわ)れたおもちゃを原則無料で修理するボランティアグループです。おもちゃを「治療(ちりょう)」するのは、引退した自動車整備士やエンジニアたちで、「おもちゃドクター」と呼ばれます。ドクターとして活動するには専門の養成講座を受ける必要があり、２０２１年３月時点で全国約１７００人が登録されています。

活動のスタイルは、地域によってそれぞれです。たとえば千葉(ちば)市にある「千葉おもちゃ病院」は、週末に地域の商業施設(しせつ)や公共施設にドクターが出向いてブースを開設します。

修理では、おもちゃを分解したり切ったりすることがありますが、子どもがショックを受けないよう、その様子は見せません。あくまでも単なる修理ではなく、持ち主の心に寄り添(そ)った「治療」なのです。

思い出が詰(つ)まったおもちゃは、子どもにとって宝物であり、かけがえのないものです。同協会ホームページでは、子どもたちに希望と喜びを与(あた)えるために、可能な限り修理を諦(あきら)めないという思いが掲げられています。

子どだけでなく大人にも、物を大切にする心を教えてくれる活動です。

今日の言葉　物を大切にする心を大切に

今日の気づき

コメント

挑戦あるのみ

入社2年目のTさんは、自信をなくしています。新入社員のころは、「何でもやってやるぞ」と張り切って、いろいろなことに挑戦していました。しかし、1年がたった今も、失敗ばかりで何もうまくいきません。

今月から後輩もでき、「良いところを見せたい」と思っていますが、結果が出せないままです。そこで先輩に「早く仕事ができるようになりたいのですが、失敗ばかりしてしまいます」と相談してみました。

すると、「今はむしろ失敗して経験を積むことが大事だよ。最初に何でもうまくいくほうが長続きしないんじゃないかな。完璧を目指す必要はないから、思い切って、もっといろいろなことに挑戦したらいい」

多くの人は、初めて取り組むことや難しい課題でも、完璧にやろうと思いがちです。そのため、できないことにぶつかると落ち込んでしまいます。しかし、一番よくないのは、失敗を恐れて委縮してしまうことです。

入社当時と比べ、自分が消極的になったと感じる人は、「失敗した経験が自分の成長につながる」という気持ちで仕事に取り組んではいかがでしょう。

成長が実感できるようになれば、心から仕事を楽しめるようになります。

今日の言葉　失敗が成長の糧になります

今日の気づき

コメント

素直（すなお）であること

成長するために一番大切なのは、どのようなことだと思いますか。

前向きであること、熱意があること、勇気があること……。さまざまな意見がありますが、多くの人が共通して挙げることがあります。

それは素直であることです。

パナソニック創業者の松下幸之助（まつしたこうのすけ）氏や、京セラ創業者の稲盛和夫（いなもりかずお）氏など、偉業（いぎょう）を成し遂（と）げた人の多くが、素直であることの大切さを説いています。

素直とは、穏（おだ）やかで、ひねくれていない心の状態のことをいいます。

たとえば、人から「こうしたほうがいいよ」というアドバイスをもらったとき、あなたはどのように感じるでしょうか。「なぜ、そんなことを言うのか」と反発したり、「私は嫌（きら）われているのでは」と疑ったりして、アドバイスを受け入れられない人もいるのではないでしょうか。

素直な人は、人の言うことをよく聴（き）き、常に反省し、自分自身を見つめることができます。アドバイスを進んで受け入れられるため、どんどん成長していくのです。これは、仕事だけでなく、スポーツや楽器の演奏など、あらゆる分野において同じことがいえます。

今日の言葉　素直な心で伸（の）びていきましょう

今日の気づき

コメント

松下幸之助　明治27～平成元年（1894～1989年）和歌山県生まれ。日本を代表する電機メーカー、松下電器産業（現・パナソニック）を一代で築き上げた経営者。「経営の神様」とも呼ばれる。PHP研究所を設立し、晩年は松下政経塾を立ち上げ、政治家の育成にも力を注いだ。

勉強をする心構え

「田舎の学問より京の昼寝」という諺があります。

田舎にこもって勉強するよりも、京の都に出て生活するほうが、より多くのことが学べるという意味です。

また、勉強するなら独学よりも、周囲の人から刺激を受けたり、さまざまな場所を訪ねたりするほうが良い、という教えでもあります。

もちろん、現代ではこの諺どおりではなくなっています。交通網や通信技術が発達し、誰とでも自由にコミュニケーションをとることができる社会においては、どのような場所にいても学ぶことができるからです。

しかし、勉強する心構えとしては、今に通じるものがあります。

インターネットを調べただけで、知識を得たつもりになってはいないでしょうか。人生の先輩に教えを請うたり、実際に体験したりすることに意味があるのは、今も昔も同じです。

学生はもちろん、社会人もなおさらのこと、肝に銘じたいことです。

「これは、もうネットや本で見て知っている」と思わずに、実際の社会生活で学べることを大切にしていきましょう。

今日の言葉　リアルな学びを大切に

今日の気づき

コメント

私は左利き

神奈川県相模原市にある文具店、菊屋浦上商事では、さまざまな左利き用グッズを販売しています。

目盛りが右端から始まる定規、逆刃のカッター、はさみなどの文房具をはじめ、急須や鎌など約100種類の道具がそろっています。「左利きの駆け込み寺」として遠方から買い求める人も多いそうです。

三代目、浦上裕生さん自身も左利きでしたが、矯正するうちに両利きになりました。そのときの経験から、「日常生活で使う道具の多くは右利きの人向けにできている。少数派の左利きに優しい社会にしたい」という思いを抱くようになったといいます。

浦上さんは、左利きを通して世の中を考えるきっかけをつくりたいと考えており、「互いの違いを知り、理解し合おう」と若者に語りかけています。

多数派に属している人は、少数派の人の悩みやストレスには、気づかないことが多いものです。自分の「あたりまえ」は、誰かにとって不便なものかもしれません。みんなが住みやすい社会にするためには、さまざまな人の立場や気持ちを想像してみることが大切です。

今日の言葉　少数派を取り残さない社会に

今日の気づき

コメント

仕事も人生も豊かになる 世界のことわざ vol. 9

先人たちの知恵と経験が凝縮された「ことわざ」。知っておくと、さまざまな場面で役立ちます。
よく使うのは日本のことわざですが、世界にもたくさんあるのをご存じでしょうか?
国が違えば、物の見え方も違ってきます。心を豊かにしてくれる世界のことわざを紹介します。

閉じたままの本はただの紙の塊(かたまり)

どのような素晴らしい本でも、読まなければ意味がありません。価値のあるものを役立てないことを意味する英語のことわざです。

用例 「君の豊富な知識を生かせる仕事に就くべきだ。今の状態は、言うなれば『閉じたままの本はただの紙の塊』という、ことわざどおりだ」

【日本の似たことわざ】宝の持ち腐れ

役に立つ物、貴重な値打ちのある物を持ちながら有効に使わないことを意味することわざ。物だけでなく、優れた才能や手腕がありながら使わないときにも用いられます。

顔に当たる風が人を賢くする

苦労は後で役に立つことを意味するフランスのことわざです。逆風が吹くからこそ、人は鍛えられ、強く賢くなるのです。

用例 「新人のうちから困難から逃げてどうするんだ。『顔に当たる風が人を賢くする』んだぞ!」

【日本の似たことわざ】若いときの苦労は買ってでもせよ

苦労した経験は成長につながるため、若いときは進んで苦労すべきという意味のことわざです。江戸時代の浄瑠璃のセリフで使われていたといいます。「買ってでも」という表現に庶民的なユーモアを感じます。

参考資料:『世界ことわざ比較辞典』(編・日本ことわざ文化学会、監修・時田昌瑞・山口政信、発行・岩波書店)

金剛石

1月から12月までの各月にちなんだ宝石のことを、誕生石といいます。自分の誕生月の宝石を身に付けると、幸せが訪れるといわれています。

1912年にアメリカの宝石商組合が制定したのが始まりで、日本では、1958年に全国宝石卸商協同組合によって発表されました。昨年12月には63年ぶりに誕生石が改定され、話題になりました。

4月の誕生石はダイヤモンドとモルガナイトです。モルガナイトは日本であまり馴染みがないかもしれませんが、ダイヤモンドは有名な宝石で、「金剛石」という和名も付いています。

金剛とは「きわめて硬くて壊れないもの」という意味を持つ言葉です。もともとは仏教用語として使われていました。その名のとおり、ダイヤモンドはあらゆる鉱物のなかで最も硬い性質を持っています。

「金剛不壊」という四字熟語は、「硬くて、壊れないこと、また、堅固な志を決して変えない」ことのたとえとして使われます。

4月の誕生石のダイヤモンドにちなんで、堅固な志を立ててみてはいかがでしょうか。

今日の言葉　金剛不壊の志を持ちましょう

今日の気づき

コメント

努力の花

桜の季節が終わり、初夏の季節を迎えました。

この時期には、アジサイやアヤメなど、さまざまな花が咲きますが、そのなかの一つが、バラ科のコデマリです。漢字では小手毬と書き、小さな花が毬のように集まって咲くのが特徴です。その形が山伏が首にかける「鈴掛」のようにも見えることから、スズカケとも呼ばれています。

花言葉には、「努力」「友情」「優雅」「品位」などがあります。

清楚でかわいらしい印象なので「努力」が花言葉なのは意外に感じるかもしれません。小さな花たちが集まって、力を合わせるかのように見える様子が由来だといわれています。「友情」も、そこから連想されたものでしょう。

コデマリは葉が見えなくなるくらい、たくさんの花を付け、枝が重さでしだれるほどです。一つ一つの花は小さくても、集まることで大きく見え、華やかな姿になります。

コデマリの花は、仲間と協力することの大切さを、私たちに教えてくれているかのようです。仕事でも家庭でも、一人一人が仲良く寄り添うことで、大きな夢をかなえられるのではないでしょうか。

今日の言葉　小さな力を集め大きな力に

今日の気づき

コメント

いつもニコニコ

昨年11月に亡くなった、作家であり僧でもある瀬戸内寂聴さんは、『日本の美徳』という本のなかで、仏教や日本の文化、生き方などについて語っています。そのなかに、次のような話があります。

僧となった寂聴さんのもとには、たくさんの人が身の上相談に訪れました。なかでも多かった相談は、身近な人への怒りだったそうです。

寂聴さんは、自身の経験を振り返り、「怒りはそのまま相手に叩きつけないほうがいい」と言い、「幸せは笑顔に集まってくるものだ」と語ります。

仏教には「無財の七施」という、誰にでも実行できる施しについての教えがあります。そのなかの一つが「人に笑顔を向ける施し」和顔施です。

その話を受けて寂聴さんは、「相手に笑顔を施すことが一つの徳となる。つまり、いつもニコニコしていることで、徳を積めるんです。楽しそうにしている人の顔を見ると、自然と周りの人も笑顔になりますからね」と言います。

誰しも、やり場のない怒りや悲しみを抱くことがあります。しかし、それを人にぶつけても状況は良くなりません。幸せでいるため笑顔でいるように、と諭した寂聴さんの教えを心に留めておきましょう。

今日の言葉　幸せは笑顔に集まってきます

今日の気づき

コメント

瀬戸内寂聴　大正11～令和3年（1922～2021年）徳島市生まれ。日本の小説家、天台宗の尼僧。俗名を晴美という。1956年、処女作『痛い靴』を『文学者』に発表、『女子大生・曲愛玲』で新潮同人雑誌賞を受賞。1973年、恋人の井上光晴との関係を絶つために出家。以後数多くの恋愛小説、伝記小説を書き人気作家となる。『源氏物語』に関する著作も多く遺した。

毎日の言葉

皆さんは、毎日の食事に気を遣っているでしょうか。健康のために、栄養のバランスに注意しているという人は多いはずです。

生活習慣は、日々の積み重ねにより、大きな差となって結果に表れます。毎日の集積が自分自身を作るのだと思えば、同じように毎日触れる情報にも気を付ける必要があります。

日々、どのような言葉や映像を見たり聞いたりいるでしょうか。

刺激的過ぎる内容のものやマイナスの感情を呼び起こすものは、たまに楽しむなら問題ありませんが、そのようなものばかりを心に取り込んでいるというなら注意が必要です。

特に言葉は、無意識に触れることが多いので気を付けましょう。

毎日、心の栄養になる言葉や情報を取り込みたいものです。

たとえば、偉人の言葉を壁に貼る、教養が付く本を毎日少しずつ読むなどの方法があります。言葉遣いが美しい人の話し方を参考にするのもいいでしょう。また、自分の発する言葉が周囲に影響を与えることも忘れてはいけません。

普段から、良い言葉に触れる環境をつくることが大切です。

今日の言葉　毎日触れる言葉にこだわりましょう

今日の気づき

コメント

決断力の養い方

ハーバード大学名誉教授の数学者、広中平祐さんは、著書で次のような言葉を述べています。

「私たちが人生で直面する問題には、テストのように答えが用意されているわけではない。そこには決断力が必要である。それは、勉強をする人の脳で、学びながら物を考える力により養われる」

決断力は、学ぶことによって養われるということです。

学生時代、「将来の仕事に生かされない学問は、勉強しても意味がないのではないか」と感じたことはありませんか。

しかし、あらゆる勉強が決断力につながるとしたらどうでしょう。

難しい状況のなかベストの答えを選ぶためには、できるだけ多くの知識や経験があったほうがいいはずです。また、学ぶことは思考する力を鍛えることでもあります。深く思考する力もまた、決断力に結びつくものです。

自分が誤った方向に進まないために、あるいは誰かを導くためにも、最適な決断を下せるようになりたいものです。そう考えれば、生きている限り学び続ける意味が見えてくるのではないでしょうか。

今日の言葉　最善の道を選ぶために学びましょう

今日の気づき

コメント

マナー・レッスン 90

【移動中のマナー】

社外だからこそ気を付けたい移動中のマナー

外出や出張など、ビジネスでの移動時間も、マナーは忘れたくないものです。注意すべき点について考えましょう。

お客さまへの訪問や他拠点への出張など、ビジネスで移動する機会は多いものです。公共交通機関を利用したり、人通りの多い場所を移動したりすることもあるでしょう。そのようなときも、組織の一員である自覚を持った行動ができるようにしたいものです。

社外での行動は気が緩みがちになるので注意が必要です。

基本的なマナーを知っておけば、プライベートにおいても役立ちます。本文中の①～⑥に当てはまる答えを、左の選択肢から選んでください。

A 会話　B 視線
C ドアを閉めて立ち去る
D おとぎ話　E 眼鏡
F うわさ話　G スピード
H 安全運転　I 姿勢　J 思考
K ドアを開けて待つ　L 傘

公共交通機関のマナー

電車やバスなど、公共交通機関を利用する際は、周囲の人の迷惑にならないようにします。基本的な乗車マナーを守るのはもちろんですが、特に注意したいのが ① です。声の大きさはもちろん、誰が聞いているかわからない場所での ② などはもってのほかです。また、密閉された空間では香りに気を付けるのもマナーです。長時間の移動では、香りの強い香水などは避けましょう。雨の日は ③ の扱いにも心づかいが必要です。周囲の人に水滴が付かないよう注意します。また、駅の改札口などで待ち合わせをする際は、④ に気を付けます。背筋を伸ばし、美しい姿勢を保ちましょう。

公共の場では気遣いを

駅や空港、ホテルなど公共の施設を利用するときも、マナーを意識しましょう。人の迷惑にならないというだけでなく、余裕のある大人の振る舞いをしたいものです。たとえば、エレベーターでは同乗者に「何階ですか」と聞いて階数ボタンを押す、ドアを開けるときは後ろの人が来るまで、⑤ などの気遣いが大切です。

移動中にレストランなどのお店に入るときも、勤務中という意識を持ち、マナーを守りましょう。

社用車での移動も、会社の看板を背負っていることを忘れず、交通ルールを順守します。ゆとりを持ったスケジュールで人に道を譲るなど、⑥ を第一に心掛けましょう。

※答えは『こちら編集室』に掲載しています。

※当社では新人・マナー研修など各種研修の講師派遣もしています。　コミニケ出版　検索

休日の過ごし方

明日から大型連休が始まります。休みを取れる人も、出勤だという人も、休みの過ごし方について参考にしてほしい話です。

厚生労働省が2014年に実施した「実際の休日の過ごし方」調査によると、休みの日に「何もせずにゴロ寝で過ごす」人は24パーセント、「インターネットをして過ごす人」は41・5パーセントにも上るということです。

「何もしないのは、疲れを癒やすためだ」という人もいるかもしれません。しかし、最近の研究では、全く逆の結果になることが判明しています。

スタンフォード大学でアスレチックトレーナーを務める山田知生さんは、「体を動かさずにじっとしていると、実は疲れは取れないどころかむしろ増大する可能性すら指摘されている」と語ります。

山田さんは疲れを取るには体を動かすことが有効だといい、「ゆっくり走る」「泳ぐ」など軽い有酸素運動を20分ほど行うのが良いと説明します。

休みの間、少しゆっくりするのもいいですが、できるだけ体を動かすことを心掛けましょう。美術館や史跡を訪れる、ピクニックをするなどもいいでしょう。そして連休明けには、元気よく仕事に臨みたいものです。

今日の言葉　休みを元気よく過ごしましょう

今日の気づき

コメント

『男はつらいよ』

『男はつらいよ』は、俳優の渥美清さんが主演し、「寅さん」シリーズとして多くの人に親しまれたテレビドラマと映画のシリーズ作品です。

最初のテレビドラマが放映されたのが昭和43年、映画はその翌年から始まり、平成31年まで全50作が作られる人気シリーズとなりました。

「フーテンの寅」こと、車寅次郎は日本全国を渡り歩き、時々ふらりと故郷である東京の葛飾柴又に帰ってきます。実家は帝釈天の参道に並ぶ団子屋「くるまや」を営んでおり、妹のさくらが切り盛りしています。

毎回違ったストーリーが展開されますが、寅さんをめぐる人間ドラマが繰り広げられ、再び旅に出て行くという筋書きは同じです。

大らかで自由な気質の寅さんは、憎めない愛嬌があり、みんなに愛されています。

監督の山田洋次さんは、「洗練されたものより、人間くささのあるコメディが作りたかった」と言い、それが子どもにとっても大きな教育になると語っています。寅さんは清濁併せのむ人間らしさを表現したキャラクターなのでしょう。懐かしい下町の雰囲気を楽しみながら、もう一度見直したい名作です。

今日の言葉　人間って面白い

今日の気づき

コメント

渥美清　昭和3～平成8年（1928～1996年）東京市（現・東京都台東区）生まれ。日本のコメディアン、俳優、歌手。戦後すぐ浅草の劇場で役者として活動を始め、テレビや映画で活躍。代表作『男はつらいよ』シリーズで、一躍人気者となる。没後に国民栄誉賞を受賞。

昭和の日
平成19年(2007年)に制定された祝日で「激動の日々を経て、復興を遂げた昭和の時代を顧み、国の将来に思いをいたす」ことを趣旨としている。日付は昭和天皇の誕生日に由来する。

身の丈に合ったことから

奈良県に2店舗を展開する、とんかつ店「まるかつ」は、生活に困った人に、無料で食事を提供するという取り組みで話題となったお店です。

２０１８年、お店の外の壁に、次のような貼り紙がされました。

「もしどうしても、お腹がすいて、お家にお金がないときやお子さんにおいしいものをお腹いっぱいたべさせてあげたいのに、ご事情があってむずかしいときなどは、コソっと店長に相談してください」

お店には、３年半の間に病気療養中の人や、コロナ禍で失業した人など、多くの人からの相談があり、８００人以上に食事を提供したそうです。

店長の金子友則さんは、貧しい家庭で育った経験から、困っている人の役に立ちたいと考えるようになりました。食事の無料提供には、いろいろな問題があるものの「できる範囲のことをやっていく」と語っています。

人助けをしたくても「忙しいから」「自分も余裕がないから」と尻込みする人も多いでしょう。また、「中途半端に手を出してはいけない」と思う人もいるはずです。しかし、大事なのは、最初の一歩を踏み出すことです。社会貢献は、「身の丈に合ったことから」「すぐに」始めましょう。

今日の言葉　身の丈に合ったことから少しずつ

今日の気づき

コメント

歴史が教える 人の生きざま ［北条義時］

第4回　正室「姫の前」

奥州で源義経を討った頼朝には、軍事的な脅威はなくなりました。そしていよいよ、1190年（建久元年）、京都入りを果たします。千余騎の御家人を率いての上洛は、まさに勝利の証しでした。1192年（建久3年）頼朝は、征夷大将軍に任命されます。かつては、この年が鎌倉幕府の成立と考えられていましたが、最近の研究では、1180年（治承4年）に頼朝が挙兵してから徐々に幕府の体制を整えていたという説が有力です。

さて、歴史が大きな節目を迎えるなか、北条義時にも大きな節目がありました。正室「姫の前」との結婚です。義時には、生涯で4人の妻がおり、16人の子どもに恵まれたと伝わっています。妻や子には詳細が不明な人もいますが、姫の前はある種特別な女性です。彼女の父は、比企朝宗といい、比企氏の一族。比企氏は頼朝と深いつながりがありました。頼朝の乳母である比企尼が、この家の生まれだったからです。姫の前もその縁で、頼朝の御所に女房（女官）として仕えていました。義時は、そんな姫の前に一目ぼれします。記録では、非常に権威があり、かつ美しい女房であるとされています。まさに才色兼備の女性だったのでしょう。義時は1年以上の間、求愛の手紙を送り続けますが、相手にされません。結局、頼朝が義時と姫の前との仲を取り持ったといわれています。彼女を正室として迎えるにあたり、頼朝は義時に「決して離別しない」という誓約書を書かせたといいます。

このとき、義時は30歳。すでに妻もいて、長男の泰時も10歳ほどになっています。しかし最初の妻、阿波野局は身分の低い女性であったようです。名家の出である姫の前を正室にしたことには、政治的な意味もあったと考えられます。この縁組に頼朝が介入したことからも、幕府と比企氏とのつながりを強固にするというねらいがあったのでしょう。

裏にあった思惑はともかく、夫婦仲は大変良く、男子2人、女子1人の子どもに恵まれました。

戦の日々からようやく解放され、平穏な暮らしを送っていた義時ですが、そんな時期は長くは続きませんでした。1199年（正治元年）、将軍である頼朝が死去したのです。落馬による脳出血によるものだと考えられています。生まれたばかりの幕府は、まだ盤石の体制とはいえず、リーダーをなくし混乱に陥ります。義時37歳のときでした。

（次号につづく）

北条義時 生きざまポイント

●姫の前ってどんな女性?

北条義時の正室であり、義時の次男朝時の母。頼朝と縁の深い比企一族の出。女房として頼朝と政子に仕えていた。意志の強さと美貌から「権威無双の女房」と呼ばれた。3代執権となった北条泰時の母は、前妻の阿波局。

●鎌倉幕府って?

源頼朝がつくりあげた政権基盤。将軍を頂点にし、その下に中央の機関があり、さらにその下に主要な領地の奉行と守護、さらに諸国に守護と地頭を置いて支配した。この仕組みは後の封建制度の基盤となった。

参考資料

●『鎌倉殿と執権北条氏の歴史』発行／株式会社メディアソフト

●『北条義時『武士の世』を創った男』　著者／嶋津義忠　発行／株式会社 PHP 研究所

こちら●編集室

ご注文アンケート ▼▼ FAX:06-6882-4312

『月刊朝礼』をご利用いただいているお客さまの声

株式会社グローバルセンター

東京都目黒区

昭和28年創業。合鍵材料・複製機卸販売、KEY LINE製品の輸入・販売（日本正規代理店）をはじめ、自動ドアの施工・販売、家庭用錠前、キーアクセサリー、セキュリティ商品などを扱う。経営理念は「企業を通じて国家社会に貢献する、企業を通じて人間形成を行う、自己最高を目指す」。

HP ▶ http://www.globalcenter.co.jp/

1 社員教育で大切なことは？

社員教育では経営理念を念頭に置いています。働くことを通して人間的に成長し国家社会に貢献できる人になってほしいと考えています。

2 『月刊朝礼』の導入の決め手は？

普段から、代表がみんなに伝えていることがタイムリーに書いてあるので、わが社の朝礼にマッチすると思いました。数分で読めるのも良い点です。一人ずつスピーチをしてもらってから、最後に幹部が『月刊朝礼』の内容を読み上げています。

3 『月刊朝礼』を導入して変わったことは？

読んだ記事から、心に響いたことを話すことで、まとめる力やスピーチ力が身に付きました。今後は、仕事や家庭で実践できる日常的な内容も盛り込んでいただけたらもっといいと思います。

●お客さまの声を大募集!!

お客さまからいただきましたご意見は、弊社HPや『月刊朝礼』本誌でご紹介させていただきます。詳しくは左記URLをご確認ください。

https://www.chourei.jp/voices/

編集部から読者さまへ

●おたより、お問い合わせについて

『月刊朝礼』へのご意見、ご感想などをお寄せください。また、お問い合わせも受け付けています。

下記、コミニケ出版『月刊朝礼』編集部までお送りください。Eメールでも受け付けています。

info@kominike-pub.co.jp

必ずお名前、ご住所、お電話番号を明記のうえ、お送りください。

掲載させていただいた方には、500円分の図書カードを差し上げます。

●ご理解とご協力を

『月刊朝礼』の本文記事をインターネット、各種ホームページ、印刷物など商業媒体へ無断転用、転載、複製することは、ご遠慮ください。

読者さまのご理解とご協力をお願い申し上げます。

【マナー・レッスン90 37ページの答え】

① A ② F ③ L ④ I ⑤ K ⑥ H

月刊朝礼4月号 令和4年4月1日 発行
第39巻 第4号 通巻457号
昭和59年 8月10日 第三種郵便物認可

編集発行人 下井謙政
発行所 株式会社コミニケ出版
〒530-0043
大阪市北区天満4丁目1番2号
コミニケ出版ビル
TEL 06-6882-4311 FAX 06-6882-4312
本体価格 660円／月（税込） 年間購読制
（送料が別途必要です）
印刷 合同会社コミニケ出版印刷サービス

裏表紙 日本の祭り フォトエッセイ

PROFILE：苦田 秀雄（にがた ひでお）
1946年 岡山県生まれ。東日本国際大学客員教授。NPO（特定非営利活動法人）日本の祭りネットワーク副理事長。日本の祭り研究所所長。2003年より「ダイドーグループ日本の祭り」の総合プロデュースを行う。

協力：ダイドーグループホールディングス株式会社
https://www.dydo-ghd.co.jp/csr/
テレビ番組：BS12chで土曜18時～ 日本の祭り放映中
YouTube：ダイドーグループ日本の祭りライブラリー

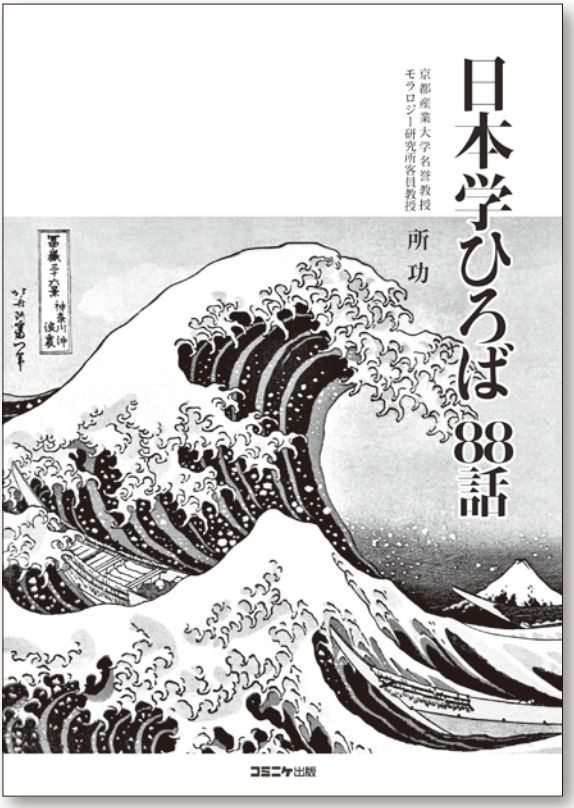
コミニケ出版　既刊のご案内

「そこまで言って委員会NP」（読売テレビ）でもおなじみの所功著。

「日本ってどんな国？ 象徴としての天皇とはどんな人？」

今こそ若者に考えてほしい！

そのきっかけとなる1冊です。



A5判 240ページ　税込価格：1430円　ISBN978-4-903841-17-5

元気な喜寿の著者が、古希以降に執筆した
平易な皇室論・人物論・文化論などの集大成

日本学ひろば 88話

京都産業大学名誉教授
モラロジー道徳教育財団客員教授　所 功

まえがき　―身近な「日本学」―

Ⅰ『かんせい PLAZA』より 18話

Ⅱ『月刊朝礼』日本学広場より 50話

Ⅲ 月刊『歴史研究』より 20話

あとがき　― わが家の「朝礼」―

著書（単著・共著・編著・校注）目録

所　　功（ところ　いさお）

京都産業大学名誉教授・モラロジー道徳教育財団客員教授など。法学博士（慶應大学、日本法制文化史）。昭和 16 年（1941）、岐阜県生まれ。名古屋大学大学院卒業。主な著書『皇位継承』『元号』（共に文春新書）、『京都の三大祭』（角川ソフィア文庫）、『天皇の「まつりごと」』（NHK出版新書）『象徴天皇「高齢譲位」の真相』（ベスト新書）など。

全国書店・ネット書店にて好評発売中!!

日本の祭り

フォトエッセイ vol.49

にがたひでお
苦田秀雄

長野県 下伊那郡 大鹿歌舞伎（おおしか）

信州伊那の桃源郷に本格村歌舞伎が

紅白の桃が咲き乱れ、芝桜は紅（くれない）の絨毯。村のすぐ後ろには雪を戴いた赤石岳が凛と屹立。秋葉街道が峠に向けて伸びる。ここは信州伊那の山奥のそのまた奥の大鹿村。

「大鹿歌舞伎」は、村を流れる小渋川の急流を筏が無事に通行できることを祈願して神社に奉納されるようになったという。古来村人はこの川を利用して木材を下流に運んだのである。農作物の少ない大鹿の年貢は木材だったのだ。歌舞伎の外題（げだい）は「六千両菅原伝授手習鑑（ろくせんりょうすがわらでんじゅてならいかがみ）」「一谷嫩軍記（いちのたにふたばぐんき）」「傾城阿波鳴門（けいせいあわのなると）」など30種の演目に及ぶ。村人が演じる芸は本格的な大衆芸能で、東京から見学に来る著名な歌舞伎役者をもうならせるほどである。衣装は一着数百万円するものもあるとか。三段重ねの弁当「ろくべん」の、山の幸に箸を入れ、地酒をやりながらの見学。そこは酔うほどに異次元空間。桃源郷とはきっとこういうところを言うのだろう。

実施日／5月3日（大蹟神社）10月第3日曜日（市場神社）
場　所／長野県下伊那郡大鹿村
電　話／0265-39-2100（大鹿村教育委員会）
交　通／JR飯田線「伊那大島」駅下車
中央自動車道「松川」IC

※祭り実施日が変更になる場合もありますので、必ず事前にご確認ください。

月刊朝礼　令和4年4月号
株式会社 コミニケ出版
https://www.kominike-pub.co.jp
税込価格 660円（本体価格 600円）
※送料が別途必要です（複数冊ご購入の場合はお問い合わせください）

ご署名

本誌の無断コピー・転載等は、ご遠慮ください。