

裏匹見峡にあるレストパーク
は、驚くほど水が冷たく、澄
んでいて、まさに“秘境”という
感じです。足を
浸けるだけでも、
十分に涼めます。
安野 広明

まだ行った事がない
のですが、夏の富士山
に頂上に登るので
はなく、ヘリコプ
ターで連れて
行って欲しいです。
石川 秀樹

私の好きな避暑
地は、夏の海面に
静かに目を閉じて
仰向けに浮いて
いる時です。身が
軽くなります。
田原 智延

日光の中禅寺湖の周り
はとても良いです。華嚴
の滝、竜頭の滝、戦
場ヶ原など夏
でも楽しめます。
是非ゆくりと。
濱崎 俊明

家族で行った大山高原では、
牛が放牧されていて
そこで食べたソフトクリームが
おいしかったです。
また、行ってみたい
と思っています。
中島 大吾

避暑地をあまり知らないけど、
一番は“実家”でいい。
京都へ行く？と聞いても、
振返るといってなんでも
涼しい感じがする。
最近では微妙な感じが…。
佐々木 康恵

子供の頃、毎年お盆には
父親の実家に帰省していた
のですが、山が近くにあって
自然の涼しさが
好きでした。
原 光

「海」です。家族で
海沿いを散歩する
ことが好きで、夏は海風
がとても気持ち
よく、清々しい
気持ちになります。
室田 直樹

「川」です。子供の頃、
夏休みには金堂地区の
川に連れて行ってもらいました。
高津川の水が
きれいでした。何と
楽しかったです。
橋本 一輝

山口県にある「秋芳洞」
です。ドライブにもちょうど
良い距離で鍾乳洞の
中は涼しく、
夏のおでかけに
ピッタリです。
増子 枝里子

もう一度行ってみたい
避暑地は、長野です。
朝市に向って歩く
白樺並木の
湿気の少ない涼し
さが最高です。
石川 智恵美

かけはし

Vol.61
夏号
2024年07月



梅雨が明けると夏はもうすぐ！
気持ちよさそうな海ですね♪



7～9月の税務・お知らせ

- ・ 源泉所得税の特例納付… 7/10(水) まで
 - ・ 社会保険の算定基礎届… 7/10(水) まで
 - ・ 労働保険の申告・納付… 7/10(水) まで
- ※預貯金残高のご確認を！
- ・ 所得税の予定納税額納付… 7/31(水) まで



お休みカレンダー

2024年 7月							2024年 8月							2024年 9月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6					1	2	3	1	2	3	4	5	6	7
7	8	9	10	11	12	13	4	5	6	7	8	9	10	8	9	10	11	12	13	14
14	15	16	17	18	19	20	11	12	13	14	15	16	17	15	16	17	18	19	20	21
21	22	23	24	25	26	27	18	19	20	21	22	23	24	22	23	24	25	26	27	28
28	29	30	31				25	26	27	28	29	30	31	29	30					

わたしたちは、たくさんの“ありがとう”を集め、日本の中小企業を元気にします！

※ 過去のニュースレター「かけはし」は、弊社ホームページからご覧頂けます。



ビジネスプラン / あんの会計

〒698-0041 島根県益田市高津一丁目1番1号
TEL (0856) 23-6116 FAX (0856) 23-6674
E-mail bplan@sx.miracle.ne.jp



代表取締役
安野 広明

こんにちは、ビジネスプランの安野広明です。
いつもニュースレター「かけはし」をお読み下さり、ありがとうございます。
今年の夏は、ラニーニャ現象の影響で、観測史上1位の暑さになる可能性がある
そうです。熱中症対策をしっかりと行い、夏を乗り切りたいですね。皆様におか
れましては、くれぐれもご自愛下さいませ。
また、9月には恒例のビジネスプラン特別講演会を予定しています。毎年楽しみ
にしてお下さっている方も多く、弊社としても力を入れているイベントです。今回
の講師は、元カリスマ塾講師の木下晴弘先生。「最高の職場・家庭で より豊か
な人生を送るためにおすすめしたい 5つの捉え方」というテーマでご講演いた
だきます。実は木下先生には10年前にもご登壇いただいております、その際にも、
分かりやすく心に刺さるお話にかなりの反響がございました。ぜひ、ご期待いた
だければと思います。
それでは夏号も、どうぞよろしくお願い致します！

「満足」と「幸せ」とは、似て非なるもの

過去に話題となった、ニューヨーク州立大学病院の壁に書かれたという作者不明の詩をご存知でしょ
うか？少し長くなりますが、以下に和訳を紹介します。

大きな事を成し遂げるために 力を与えてほしいと神に求めたら 謙遜を学ぶようにと弱さを授かった。
より偉大なことができるようにと 健康を求めたのに より良きことができるようにと病弱を与えられた。
幸せになろうとして富を求めたのに 賢明であるようにと貧困を授かった。
世の中の人々の賞賛を得ようとして成功を求めたのに 得意にならないようにと失敗を授かった。
人生を享楽しようとあらゆるものを求めたのに あらゆることを喜べるようにとのちを授かった。
求めたものは一つとして与えられなかったが 願いはすべて聞き届けられた。
神の意に添わぬ者であるにもかかわらず 心の中で言い表せないものはすべて与えられた。
私はあらゆる人の中で もっとも豊かに祝福されていたのだ。

とりわけ「求めたものは与えられなかったが、願いはすべて聞き届けられた」の言葉は、心に響きます。
力、健康、富、賞賛、享楽など「求めたもの」は、自分の満足を満たすものです。それらが満たされずと
も願いが叶ったということは、逆に捉えれば、幸せを得ることができた。ここに「満足」と「幸せ」の本
質があると思っています。
「満足」＝「幸せ」ではないということですね。

主に物やお金に関するものが「満足」であり、心に関係するのが「幸せ」とも言えるかもしれません。少
なくとも両者が似て非なるものであることは、認識しておいた方がよいでしょう。「満足」の先にあるの
は「幸せ」ではなく「大満足」であり、「満足」と「幸せ」とは90度くらい違うと教わったことがありま
すが、そういうことなのだと思います。

その上で経営者やリーダーに求められるのは、社員の「満足」ばかりを追求しようとするのではなく、1
人ひとりが「幸せ」を感じられる環境をつくること。つまり、幸せを実感できる組織風土を生み出すこと
です。
弊社もまだまだですが、このように「満足」と「幸せ」とを分けてマネジメントすることが重要だと考え
ています。

取り組み紹介

将来のイメージを社内で共有できるよう、弊社の「ビジョン」を絵にしました！
お越しの際にはぜひご覧になって下さい(^ ^)



玄関に入ってすぐの
風除室に飾ってあります♪



本の紹介



『水曜日の手紙』

著者：森沢 昭夫



増子 枝里子

現在は閉館しましたが、実在した「鮫ヶ浦水曜日郵便局」をモ
チーフにしたフィクション小説です。水曜日の出来事を書いた手
紙を送ると、他の誰かの書いた水曜日の出来事の手紙が届く
「水曜日郵便局」。2人の登場人物と手紙に関わる郵便局員さ
んのそれぞれの人生が少しずつ変化していく、読み終えると前
より少し優しい気持ちになれる物語です。
メディアやSNSに触れていると、頻繁にマイナスな言葉を見かけ
ます。言いたい事を自由に発信出来てしまう今の世の中で「自
分の発する言葉選びの大切さ」について考えるきっかけとなっ
た小説です。

植物も人も、根っこづくりが先

植物の成長と人の成長は似ています。

例えば野菜であれば、まず地中に根を伸ばし、十分に根を張った後に地上に芽を出し、茎を伸ばし、枝を伸ばし、花を咲かせ、実がなる。これが自然の摂理です。その際、化学肥料を与えると、根が十分に伸びる前に芽が出ます。栄養素を地中から吸収する必要がなくなるからです。そして、そちらの方が野菜の実が早く収穫できて良いように思えます。

ただ欠点があるとすれば、風雨に弱いこと。根がしっかり伸びていないために、強風が吹けば簡単に倒れたり、折れたり、激しい雨が降れば流されてしまうでしょう。ここでいう「化学肥料」を人の成長に置き換えるなら、できるだけ簡単かつ効率的に成果を得るためのノウハウやテクニック等、つまり、「やり方の教育」が該当します。

また世間では、辞められたら困るからと社員に変に気を遣い、温室栽培をしている会社もあるようですが、そういった「甘やかし」も、（表面的には社風がよく見えるという意味において）化学肥料みたいなものでしょう。

おそらく化学肥料ばかりを投入していると、短期的にはよくても、長い目で見た時には苦しくなっていく気がします。というのも植物と同様、いつか風雨（＝厳しい状況）にさらされた時に、社員の心が折れたり倒れたり流されたりする可能性があるからです。

そして実際のところ、どんな組織でも永久に安定しているなんてことはあり得ません。外部環境は日々変化し、常なるものはないのがこれまた自然の摂理です。

したがって私は、いつかやってくるであろう強烈な風雨に備え、即効性を求めて化学肥料（＝やり方の教育や甘やかし等）を大量投入するよりも、1人ひとりの根っこを伸ばすための「あり方」の教育、例えば、仕事の目的、考え方、姿勢などの教育こそが、（即効性はないけれども）重要だと考えています。

この人手不足の時代に、手っ取り早く人を育てて定着させ、成果につなげたい気持ちも分からなくはないのですが、そういう時期こそ、本質を見誤らないようにしたいものです。

可視化の威力は絶大である

以前、ある方からの紹介で、2週間の血糖値測定を行ったことがあります。具体的には、小さなセンサーを片腕に取り付けることで、スマホの画面上でタイムリーに現在の血糖値が分かるというもの。折れ線グラフで血糖値の推移を見ることもできます。

興味深いのは、食べる物によって血糖値の上がり下がりが異なることです。そしてあまりに急激な上下は血糖値スパイクと言い、血管を傷つけたり、万病のもとになるのだとか。

人それぞれに体質等は異なると思いますが、自分の場合、普段の食生活の中で何を食べると血糖値スパイクを起こしやすいのかがよく分かり、食習慣を見直すよい機会になりました。

それはさておき、今回、血糖値測定を試してみて感じたのは、可視化することの威力は絶大だということです。とりわけ目には見えないものを見る化すると、そこから多くの気づきが得られます。したがって、マネジメントを行う上では、会社の経営数値はもちろんのこと、社員の「成長度合い」や「働きがい」や「仕事の姿勢」などについての「アンケート」や「サーベイ（＝調査）」や「360度評価」などを用いることで、見える化・数値化してみるとよいかもしれません。

おそらく自分が思っていた感覚と実際の数値等には、少なからず差があるはずです。そしてそここそ、改善のためのヒントが埋まっています。もちろん、やりっ放しでその後の実践に移さなければあまり意味はありませんが、なにはともあれまずは可視化してみる。

自社にとって見えづらいものを見る化できないか、トライしてみてもいいでしょうか？

やり始めないと、やる気は出ない

「なんだかやる気が出ない・・・」

そんな時は、誰にでもあると思います。むしろ、常にやる気満々の人の方が珍しいでしょう。

ただ、「やる気が出ないから仕方ない」「そのうちやる気が出たらやろう」みたいな言葉を脳内で回し続けていると、いつまで経っても前に進めない可能性があります。

これは脳科学の世界でよく言われるそうですが、やる気を出すには「まず始める」ことが重要です。とりあえず何かをやり始めれば、やる気は生まれます。「やる気が出ないから始められないんじゃないか」と突っ込まれそうですが、やる気がある・なしにかかわらず、やり始めるのです。そしてそのためには、やり始めのハードルは低く設定しておいた方がよいでしょう。

勉強であればとりあえず机に座る、読書であればとりあえず本を手取る、掃除であればとりあえず目の前の机をふく、日記であればとりあえず日記帳を開く、筋トレであればとりあえず手軽なトレーニングを行うなどなどとりあえず車輪が一回転しさえすれば、それを回し続けるのに大きなエネルギーは要しません。

ちなみに、ある著名な作家は、「書けなくても、とにかく机の前に座ること」を重視しているそうです。「書けなくても他のことをせず、ただじっと机に向かう。集中力は途切れ続けるのだが、それでも1日の仕事時間が終われば、細切れの寄せ集めでも、何か結果として残っているものだ。」という言葉が印象的でした。

やる気が湧き上がってくることを期待している限り、日々の良習慣は身に付きませんし、結果として将来の成果にもつながりません。

「やり始めないと、やる気は出ない」ことを前提に、自分なりの初期行動を準備しておきたいものです。



ワクワクが脳を活性化させる！？

「年をとると脳が衰える」というのが一般的な認識だと思いますが、実はこれ、間違っているそうです。年齢を重ねても神経細胞の数はほぼ一定で変わらず、脳の設計上は記憶力が衰えることはありません。本来、若者と比べても遜色のないパフォーマンスを発揮できるのです。

そしてこの点に関して、『のうだま2』（上大岡トメ、池谷裕二著）という本の中に、興味深い内容が書かれていました。

同著によると、記憶力の衰えは脳のせいではなく、自分自身の態度の問題なのだそう。どういうことでしょうか？

詳細は割愛しますが、記憶力を高めてくれる「シータ波」なる脳波があって、例えば何か新しいことを知った時に、「ふーん、だから？」みたいに冷めた態度をとればシータ波は出ないし、「それってなんで？」「この後、どうなるの？」みたいに好奇心やワクワク感を持っていれば強いシータ波が出て、記憶力も高まるのです。

つまり、記憶力が衰えるというのは、「日常の出来事にマンネリ化して脳からシータ波が出なくなった状態」と言い換えることができます。そしてこの事実から私が思うのは、個人としても組織としても、マンネリ化は極力排除しなければならないし、パフォーマンスを最大限に発揮するためには、好奇心やワクワクを最重要な価値として位置付ける必要があるということ。

とりわけ会社においては、「自社が目指しているビジョンにワクワクできるか？」が何より大事でしょう。

そこにワクワクを見出すことができれば、メンバーの脳からシータ波が大量に出て、記憶力がアップし、結果として生産性も高まるはずです。

まずは自分自身がマンネリ化しないようにワクワクを実践し、社内に伝播させていくことが大切だと思っています。