

Rotary



世界に希望を生み出そう

CREATE HOPE in the WORLD



国際ロータリー 第2550地区

宇都宮東ロータリークラブ会報

<http://www.ri2550uerc.gr.jp/>

会 長 石川 元信

幹 事 谷田部 修

会報・雑誌委員長 田崎 信孝

例会場 宇都宮市大通り2-4-6 ホテルニューイタヤ

例会日 毎週火曜日(12:30~)

事務局 ホテルニューイタヤ内 宇都宮東ロータリークラブ TEL.028-638-5125 FAX:5128

通算3020号 2023年10月24日(晴れ) 第16回例会 会員数105名

## ハイブリッド例会



点 鐘 石川(元) 会長

司 会 副SAA 駒場会員

◇ロータリーソング「それでこそロータリー」

◇本日のランチ 和定食



ビジター紹介 小林(正) 副会長

◇卓話講師 有限会社シンビプロジェクト 取締役

役副社長/シンビデザインスクール 校長/カラダ

国際教育研究所 所長

印象戦略家 床井 ちとせ 様

秘書 佐藤 雄一 様



## 会長挨拶

石川(元) 会長

皆様、こんにちは。本日は、大変残念なお知らせがございます。第60代会長(2018~19年度)でありましたパスト会長の五味渕秀幸会員が卒然として天に召されました。非常に温厚な方でありまして、親しくさせていただいていました。大変残念であります。安らかなご永眠をお祈りしましてご報告といたします。

引き続きまして、クラブ年次総会の「選挙」に関するお知らせになります。2023~24年度のクラブ年次総会をクラブ細則 第5条第1節の年次総会の規定により12月5日の例会において開催致します。クラブ年次総会におきましては、クラブ細則の第3条第1節の規定により、役員である会長(次々年度)、副会長、幹事、会計、SAAおよび8名の理事の選挙を行います。また、クラブ細則第5条第1節(b)に記載がありますように、今年度前期の一般会計の収入と支出の中間報告の発表があります。会員の皆様には万障お繰り合わせの上ご出席くださいますよう、よろしくお願ひ致します。

さて、先日、琵琶湖方面に行きました時に、秋元会員より、五味渕会員が天に召されたことを聞きました。夜半、湖畔に半月が浮かび、光を照らしておりました。百人一首に「月見ればちぢにもこの悲しけれわが身一つの秋にはあらねど」という句があります。月を見るとあの人と一緒にいたいろいろな思い出が浮かんでくる。秋というものがあっという間に日が暮れていく、そんな中で月を見て儂さを感じる。秋は、自分一人だけの秋ではなく、いろいろな人が同じように思っているのだろう、ということかと思えます。人の肉体というものが、いかに儂いものであるかと思えます。ただ、命は永遠である、とカトリックではいいます。仏教でも命は永遠であり、生まれ変わるとなっています。しかし、この世で一緒に過ごすこと、ともに歩むのは、限られた時間しかありません。いつ皆様と別れるかもしれませんので、悔いが残らないような一日を過ごせたらいいなと思っています。今日は、ちとせ様より「社員が幸せに働く well-being 経営」というお話をいただきます。これもひとえに、あるひとつのご縁から結びついた卓話となっていますので、しっかりとお聞きいただければありがたいと思っています。

◇五味渕秀幸会員(10月21日ご逝去)が天に召されました。安らかなお眠りでありますことをご祈念いたしまして黙祷いたします。

— 黙 祷 —



## 幹事報告

谷田部(修) 幹事

◇五味渕パスト会長のご葬儀の日程

通夜祈り10月26日18時~、葬儀ミサ10月27日11時~、カトリック峰教会で執り行われます。

※供花・供物はご辞退とのこと



## 委員会報告

◇スマイルボックス委員会 平出委員  
佐々木貞雄会員・川村壽文会員

10月21日（土）の第21回ロータリー全国囲碁大会に川村会員、稲見会員、佐々木（貞）会員で参加し、初級者クラスでは佐々木会員が準優勝、川村会員が3位、クラブ対抗戦でも準優勝しました。

◇社会奉仕委員会 手塚委員長  
バンパ広場清掃奉仕活動について 11月19日（日）9時30分 二荒山神社前バンパ広場に集合。宇商マーキュリーIACが試験で不参加のため、多くの方のご参加をお願いします。

◇国際奉仕委員会 片嶋委員長  
・11月14日の鳳山西区扶輪社をお迎えしての例会に出欠の返信がまだの方はご提出を。  
・例会後、国際奉仕・姉妹クラブ合同委員会開催。SAA、親睦委員会担当者もご出席を。



## 卓話

「社員が幸せに働く well-being経営」  
印象戦略家 床井 ちとせ 様



皆様、こんにちは。はじめに、簡単な自己紹介をいたします。

—パワーポイントにて説明—

『長く社会で活躍できる人の共に育む教育』というコンセプトで3つの事業を展開しています。一つ目は『印象戦略』という商標登録をとっている、オリジナルコンテンツを用いた研修事業、二つ目は、就労支援のためのデザインスクールの運営。これは県や国から委託を受けての事業になります。そして、姿勢改善、体を健康にサポートしていくためのマシンピラティスのスタジオの運営です。3つの共通点は人の教育の部分です。教育に携わる仕事をして29年目に入りました。また、食で人の健康をサポートする、食品加工と食品販売のお店を、都内で10店舗展開しています。

食や教育を通して、私たちは20年近く、『人がより善く生きる・人生をより善くする』をどうやって実現しようかと考えてきました。この中で、コロナに入る前の2019年にwell-beingという言葉

葉に出会いました。1940年代にWHOが、「病気の有無にかかわらず、身体的・精神的・社会的に満たされた状態」のことをwell-beingという概念として定義付けました。直訳すると、「良好なよい状態」です。一言で言えば、「幸福」という意味です。この概念は日本でも浸透し、発信されはじめています。

なぜ、このwell-being「幸福」について、印象戦略家のちとせが話すのか、ということですが…。私は、いろいろな会社や団体で、印象に関する講演やセミナーを数多くやらせていただきました。どのように話せば、どのように挨拶すれば印象が上がるのか、という行動、技術的なものをお伝えすることがとても多かったです。ただ、実は、その人がその場にいるだけで回りが明るくなる、ゆとりを持った幸福度が高い人というのは、何もしなくても印象が高い、という共通点を見つけました。私は、両方を育てていったらもっと人がより良くなる、人生を楽しめるのではないかと思ひ、well-beingという言葉の発信がはじまりました。今では、第1、第3水曜日のミヤラジのパーソナリティとして『勝手にwell-being』というラジオ番組で配信させていただいています。

well-beingという言葉がどのように社会にでているか、少しだけ事例を紹介します。「ウェルビーイングアワード」ということでwell-beingな企業が表彰されています。SDGsのGOALの3番にwell-beingという言葉が記されています。他に、2024年から武蔵野大学で「well-being学部」がスタート、Googleでは「デジタルwell-being」というアプリを開発、パーソルホールディングスでは「はたらくwell-being」という定義づけをしたり、appleは「well-being機能」をアイホンの中に入れたり、日本の企業がwell-beingという言葉を使い始めています。

では、「社員が幸せに働く well-being経営」で、具体的に何をするかですが、25分でお伝えするのは難しいので、今日は、これをきっかけに「ちょっと考えてみようかな」と思っていたたり、「社員のwell-being、幸福度は今、どんな状態なのかな？」と、少しアンテナをたてただけならと思います。社員の幸福が高いと、どんなメリットがあるかというデータをお伝えします。社員の幸福度が高いと、売上げが137%、生産性が131%、創造性が300%になります。ここで、栃木県のことをお話します。栃木県の2023年の幸福度ランキングは、47都道府県中46位でした。ちょっと残念ですね。ちなみに昨年46位だったのは東京で、今年は28位までランキングアップしています。これはコロナ禍での強い制限から解放され、幸福度が高くなっているということが

考えられます。栃木県がひとつの会社・企業・組織・団体と考えるときに、幸福度を反映させたらどう思いますか。栃木県の一人一人の幸福度が高かったら、何かしらの成果が出せるかもしれないわけです。私たち経営者が出来ることの一つは、私たち自身が幸福であることはもちろん、社員の皆さんが幸福であることが数値的にも上がっていく、ということを考えていただけたらと思っています。

私たち経営者は、社員のwell-beingを考えるとき、彼らが幸せと感じることを客観的に設定し、考えがちなのは、報酬を上げる・役職を与える・環境を作るといったことです。実は、働く側の人達はそう思っていないことがあります。私たちが社員のwell-beingを押し付けることはできなくて、社員自身が自ら主観的に幸福と感ずることが大切なのです。働く人たちがどんな時に幸福を感じるかというデータがあります。報酬よりも、仕事を通じて、嬉しい、楽しいという喜びを感じる。役職よりも、社会や人への貢献度、自分がやっている仕事世の中の人々の役にたっているかという貢献度。環境でいえば、自分たちで働く環境、働き方の選択ができているかどうかにかかっています。社員が主観的に幸せを感じて仕事をするにより、エンゲージメント（会社への愛着）が高まります。この会社で働きたいとい

う気持ちがwell-beingにつながり、well-beingだから会社をより好きになる、ということです。

私たちの幸せの感情にはホルモンが関係しています。幸福度を左右させる代表的な3つのホルモンがあります。セロトニン、オキシトシン、ドーパミンです。ドーパミンは目標を達成したときなどに分泌されます。オキシトシンは愛や人との繋がりによって分泌されます。セロトニンは健康をつかさどるホルモンでもあります。ちょっとした運動、サウナに入る、美味しい食事をするなど生理的機能が上がった瞬間にセロトニンがでます。このセロトニンが不足すると鬱病になるとも言われています。3つのホルモンを意識して過ごすだけでも幸福度を体感することができます。絶対にないがしろにしてはいけないのはセロトニンです。ドーパミン的幸福を得やすい方は、積極的にセロトニンの幸福を得られるような行動をしてほしいです。この3つのホルモンを自分に合うようにバランスをとって、皆さん自身の幸福度を高めていただけたら、今度は人に「give」しようと思えます。それが社員さんにわかり、その社員さんがハッピーになる。社会におけるよい循環が出来るのではないかと思います。本日は、well-being経営のさわりになりましたが、お話をさせていただきました。ありがとうございました。