



イマジン  
ロータリー

創立昭和28年1月8日

# TANABE ROTARY



District 2640 田辺ロータリークラブ Club Weekly Bulletin

2022-2023年度  
国際ロータリーテーマ  
「イマジン ロータリー」  
-IMAGINE ROTARY-  
ジェニファー・E・ジョンズRI会長  
国際ロータリー第2640地区  
森本芳宣ガバナー

### 4つのテスト (FOUR WAY TEST)

- 言行はこれに照らしてから  
(1) 真実かどうか  
(2) みんなに公平か  
(3) 好意と友情を深めるか  
(4) みんなのためになるかどうか

例会日 木曜日 12:30  
例会場 ホテルハーヴェスト南紀田辺  
会長 新藤 整市  
幹事 橋 一徳  
会報委員長 山本 浩之  
<http://tanabe-rc.com/>

承認 昭和28年3月2日  
事務所 〒646-0031  
田辺市湊2-6  
TEL 0739-24-2002  
FAX 0739-26-0264  
mail tanabe-rc@helen.ocn.ne.jp



「全国ロータリークラブ野球大会-9月10日-」  
16対6 田辺RC勝利!! 於:甲子園

- 司会者  
新藤整市会長
- ソング  
思い出の渚(バンド演奏)
- ゲスト  
株式会社YeeY  
代表取締役  
島田 由香 様
- ビジター  
山本佳弘君(田辺はまゆうRC)

### 9月22日のプログラム

元バレーボール全日本男子  
代表監督  
植田 辰哉 様

### 9月29日のプログラム

ガバナー公式訪問  
RI第2640地区  
2022-2023年度  
森本 芳宣 ガバナー

### 出席報告

	第3363回	第3364回	第3365回
会員数	84名	85名	85名
出席規定免除会員数	8名	8名	8名
出席計算会員数	78名	79名	79名
出席者	49名	62名	56名
出席率	62.82%	78.48%	70.89%

### メイクアップ

9月3日 玉井 (米山奨学生卓話研修会)  
9月14日 玉井 (田辺東RC)

### お祝い

会員誕生日 岩本、和田、玉置達  
配偶者誕生日 白井仁子(浩) 玉井眞澄(洋司)  
結婚記念日 住山  
在籍表彰 山本博(35年)

### ニコニコ箱

☆昨年度は色々とお世話になり、ありがとうございました。備品もお貸し頂き大変助かりました。遅くなり申し訳ございません。30周年記念誌とDVDと集合写真を持ってありがとうございました。本日、お世話になります。宜しくお願い致します。..山本佳弘(田辺はまゆうRC)  
☆(株)YEEY代表取締役:島田由香様、本日の卓話よろしくお祈いします。.....新藤、橋  
☆(株)YEEY代表取締役:島田由香様、ようこそ田辺RCへ。卓話よろしくお祈いします。.....濱口、濱本、伊賀、木下、松本、長井、中田隆、野村、大木、鈴木、玉置達、竹田、瀧本、植田英、脇村富、横田、岩本  
☆野球部です。7年ぶりの大勝利でした。.....新井、稲田太、新藤、住山、橋、朝日、福本、岩本、町田、長井、中田隆、杉若、瀧本、玉置達、田中元、和田、木下

☆野球部、勝利おめでとうございます!.....  
.....廣本、稲田静、柏木、木村頼、松本、溝口、中田吉、野村、大木、瀬戸、玉井、植田英、山路、横田  
☆9月のロータリー月例ゴルフにて、自己ベストタイの87で優勝する事が出来ました。コロナ感染明けで5kgスリムになったのが良かったかもしれません。濱本  
☆9月8日月一会はOB組と現役組に分かれ8ピン差で現役組勝ち、美味夕食。9月10日甲子園球場でのRC試合ではベンチに入り90分大声で応援。選手、役員一体で大勝利。9月11日RCゴルフ月例では4位入賞。47:47:HD22 85.5才、よろしく。.....渡部  
☆「4番ピッチャー西端君!」甲子園のアナウンスは最高の思い出になりました。岩本さんに牽制球はアイコンタクトを教わりました。会長、監督始め選手の皆様お疲れ様でした。応援の皆様有難うございました。チームの勝利は、最高でした。.....西端

### お知らせ

#### 会長報告

- ・本日、第3回定例理事会を開催しました。鈴木新会員を親睦活動委員会配属の件、川下会員が転勤のため退会の件、弁慶まつり餅配りの件、「青森県大雨災害支援金」の件、地区大会の件、大阪ロータリークラブ創立100周年記念式典及び祝賀会の件、例会形式を通常に戻す件が、承認されました。
- ・9月10日に甲子園に於いて、全国ロータリークラブ野球大会が行われ、高岡万葉ロータリークラブに勝利しました。野球部の皆さん、お疲れさまでした。次週、新井総監督にご報告して頂きます。

#### 幹事報告

- ・9月3日、米山奨学生卓話研修会が、堺にて行われ、玉井洋司地区米山記念奨学委員長が、出席されました。
- ・9月14日、田辺東ロータリークラブのクラブ協議会に、玉井洋司ガバナー補佐が出席されました。

- ・次週22日、例会終了後、ガバナー公式訪問前のガバナー補佐と共に行う第3回クラブ協議会を行います。役員・理事・各委員長の方はご出席宜しくお願ひします。
- ・9月29日、ガバナー公式訪問例会です。
- ・11月6日に開催されます地区大会のご案内、本年度田辺RC職業分類表を各自トレーに入れてあります。
- ・田辺はまゆうロータリークラブより創立30周年記念誌とDVDを頂ひています。
- ・田辺ライオンズクラブ結成50周年史、ガバナー月信、ハイライトよねやま、ザ・ロータリアン、近隣クラブの会報が届ひています。

## 委員会報告

### 雑誌委員会

杉若貴之委員長

- ・ロータリーの友9月号の紹介。

### 親睦活動委員会

濱本龍太副委員長

- ・家族会を10月23日(日)大阪ユニバーサルスタジオジャパン(USJ)にて行ひます。詳細は、FAXにてお知らせします。ご参加よろしくお願ひします。
- ・地区大会は11月6日(日)ホテルグランヴィア和歌山に於いて行われます。当日は、バスにて朝10時半扇ヶ浜駐車場前を出発の予定です。ご出席宜しくお願ひします。

### SAA

岩本浩典SAA

- ・次週より、例会スタイルを戻します。例会時間は、12時30分より13時30分です。丸テーブルにパーテーションを設置して、食事をして頂きます。
- ・9月29日のガバナー公式訪問例会です。上着・ネクタイ着用でお願ひします。ロータリーバッジも忘れずにお願ひします。

## プログラム

### 『これからの経営と地域のカギ ～ウェルビーイング～』



株式会社YeeY  
代表取締役

島田 由香 様

今日はこのような素晴らしい機会をいただき、本当に楽しみにしてまいりました。30分のお時間が終わったときに皆さんにとって、ウェルビーイングという言葉がどういうことを意味するのか知って帰っていただけたら嬉しいと思います。なぜなら、これがこれからの経営、地域活性、私がフォーカスしたい4つの事柄の1つになります。必ず皆様の毎日の生活、ご家族、大切な会社の仲間、大切な地域の役に立つと思うので、その観点から話をさせていただきたいと思ひます。

人がとても好きで、とても興味深いと思ひて、組織人事のことを21年くらいやってきました。今は行政の仕事をつくかやらせて頂ひていて、行政改革推進会議、総理直結のメンバーに選んで頂ひて、働き方、ウェルビーイングなど、一般の国民の1人とし

てより良い国になればと思ひ尽力させて頂ひています。

私の専門は人、モチベーション、リーダーシップ、カタカナが続きますが日本語になっていくような大切なメッセージを今日お伝えしたいと思ひています。

私が大切にしているものが6個ありますが、その中でも特に「自分らしくある」ということをとても大切にしています。皆さんも同様かと思ひますが、自分らしくあれるとき最もパフォーマンスが上がります。そこには健康であることが前提で、ウェルビーイングは実は健康を超えたより大きなものであることを今日感じていただければと思ひます。

今4つの名刺を持って活動しています。メインにしているのはイエーイという会社です。6年前に立ち上げました。働き方がもっと柔軟に変わっていくことで私たちはもっと楽しく、もっと楽に生きていけるのではないかと、私の1つの柱は働き方からより良い日本を作るということに今尽力しています。

さて、もし社員の皆さんの生産性が3割上がったら、営業成績に代表されるパフォーマンスが37%上がったら、イノベーションを起こす要素である創造性が300%上がったとしたらどう思われますか。この秘訣が何かというと、このウェルビーイングなのです。日本語にすると「継続的幸せ」という言い方が多いかと思ひます。この言葉だけをとりえるなら「良い状態」という意味です。WHOの定義では「心身ともに健康で社会的に良い状態」。私の定義は「なんかいい調子、いい感じと思ひていること」このように定義しています。ところがこれは人によって感覚が違います。結論から申し上げれば、人は「いい調子だな」「快適だな」「心地いいな」と思ひているとき、生産性も上がり、パフォーマンスも上がり、創造性も上がります。

幸せと経営を切り離して考へている方も多いと思ひます。私はずっとこのことを直感的に何となく昔から感じていて、もっと私たちがニコニコと快適に心地よくいい状態で大好きな状態で大好きな仕事にかかわっていたら、パフォーマンスって勝手に上がるのではないかと思ひて、研究もしました。そしてそれを自分の組織で実験してきました。その結果今日お伝えするのは私が生きてきた中で最新のものになります。

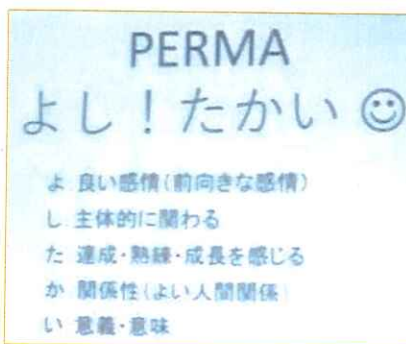
幸せに働くということができれば、さっきのような数字を達成することができるには、何をしたらいいのか。今申し上げられるのはこの3つです。私の会社では、働く場所、働く時間というものをすべて自由にしました。その結果、会社には大変大きなメリットありました。他にはD&I (diversity&inclusion)、多様性、いろんな人がいていいと、その全員とやっていくという意味です。それから心理的安全性、ここでは何を言ってもいい、なんでも聞いてもらえる、失敗も大丈夫って全員が思ひている状態。これらは誰からやるのでしょうか。リーダーからやると一番早いです。今日は時間がないのでここまでにします。柔軟な働き方の3つ目はもし興味があったら、いつでもお話に参ります。

幸せと云った時に3つの表現があります。まずhappy, unhappyこれは感情です。皆さんがhappyと感じている、unhappyと感じている、瞬間的に上がったたり下がったりするので、とても短期的な幸せです。一方のwellbeingは、1週間なんか調子悪いなとか、3か月間くらいな

んか調子いいなという感じで、少し中長期的になります。この両方を合わせてhappinessという言い方をします。これはpositive心理学という学問からの定義ということになります。

生産性って上げるものじゃないです、上がるものなのです。ですから、万が一「生産性を上げろ」「生産性の高い仕事して」なんて言葉をかけるとしたら、それは無意味どころか、逆効果です。そう言われた瞬間に、そういわれた人はウェルビーイング下がるのです。上がっちゃうものなんだから、上がっちゃう状態をつくるのが私たち経営者、リーダーの責任だと思っています。ポジティブな感情を感じるような機会、場面、それを自らやるということをお伝えしたいと思います。

ウェルビーイングが高い人は、次のような3つの効果があるということがわかっています。健康で長寿、人間関係が素晴らしく、パフォーマンスも創造性も上がり、社会参加が増える。このあたりはロータリーの会員の皆様が大事にしていることと直結すると思います。さらに免疫が高いので、コロナの時代すごく大切なポイントだと思います。さらに重要なことは、ウェルビーイングは主観的で良いということです。他人との比較ではないということ。セリグマン先生がそういったウェルビーイングは5つの切り口で上げていくことができるということも教えてくれています。そのモデルをお知らせしたいと思います。5つの切り口の頭文字をとってPERMAといいます。Positiveな感情をより感じる人の方がウェルビーイングが高い。Engagement、何かに没頭・没入できる、主体的に関わる。仕事だけじゃなくていいです。趣味のこと、マンガ、テレビ、スポーツなんでもいいです。何かに没頭・没入できること。Meaning、意義や意味です。自分のやっている仕事、関わっていること、そこに意義を感じていたり、ひいては自分の存在、自分の人生に威厳を感じている人。そして最後はAccomplishment、達成、成長という意味です。こういった要素を感じる時、人はウェルビーイングが上がるということがわかっています。特に経営という点でいえばパフォーマンス上がっていきます。英語が続いたので勝手に日本語で並べ替えてみました。PERMAが覚えにくい方がいらっしゃったら、「PERMAよし！たかい(^)」と呪文のように唱えていただければ、毎日1回でいいのです。自分のPERMAのチェックをしてください。ポジティブな感情を感じたときしっかりそれを認識してください。「よしたかい」という言葉自体が肯定言語なのです。だから繰り返していることで肯定脳になっていきます。私は脳神経言語学という学問をやってきていまして、自分がやっている経営、人事、組織に脳科学からの学びをすごくたくさん取り入れていてやっています。この観点で、ギュッと凝縮して今日お伝えしているので、なんか心に残ったことを今日から始めて頂いたら必ず結果が出ると思います。ちなみに「よしたかい」ということで何が起るのか。肯定言語をずっと聞くことによって脳が肯定脳になっていきます。ちょっと気づいていただきたいのですが、皆さんはいつもどんな口癖を発していますか。あるいは口から出ていなくても自分が頭の中、心の中で、どんな言葉をいつも使っていますか。それ



がもし、なにかネガティブなこと、誰かをうらやんだりとか、頭に来てたり、罵倒してたり、そういった否定的なもの、ネガティブなものが多い場合、自分が言っていることって自分が一番聞いているの

で、そういう脳になっていくよということです。自らこれを変えることができるので、是非、もし気づいたことがあったら、今日からなるべく肯定言語を使う、でき得れば能動言語、受動ではなく能動言語を使うという意識をして頂くと脳が変わっていきます。

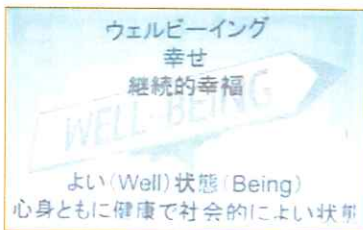
脳の研究はいっぱいされていまして、拡張形成理論というある理論を見つけた学者バーバラ・フレドリクソンといいます。脳はある状態のときに拡張します。頭蓋骨の中で物理的に広がるということを見つけたのです。脳が頭蓋骨の中で本当に物理的に広がる時、何が起きるか？ 広がるので、そこにbuildいろんなものが乗つけられる。つまり、新しい考え方や行動、それから発想、関係性が広がっていきます。ですからbroaden and build theory、拡張形成理論というふうに呼んでいます。一方、バーバラは逆も見つけたのです。ある状態のとき脳は収縮します。物理的に収縮するから視野が狭くなって、視座が下がります。それぞれどんな時なのか。ポジティブな感情を感じているとき私たちの脳は広がります。逆にネガティブな感情を感じているとき、私たちの脳は収縮するのです。さあ、皆さん自分の職場、自分の会社、自分のしているコミュニケーション、自分が作っている場で、社員の皆さんはどっちの状態になっていることが多いでしょうか。そして皆さんは、社員の皆さんにどっちの状態を欲しいと思うのでしょうか。もう明確だと思います。これって確実にイノベーションにつながってきます。これを一番できるのが実はわれわれリーダー、経営者の皆さんですよ、ということです。

ウェルビーイングがここまで経営に関わってきている。ウェルビーイングが高い人が増えれば、それは地域にも、もちろんいいことにつながると思います。経営の視点から最後にもう1つ、とっても重要だと思うので、幸せの3つのレバーといわれるものをお伝えしておきたいと思います。これは内発的動機といって、自ら、自らのモチベーションで動くという、そういう人はどんな時に起きるのか？ 3つの条件があります。人はこの3つを感じているときに、「自らやろう」、いわゆる自律型人材として機能するということです。成長を感じているとき、何かができるようになったときや、よりやれるようになったとき、それから自分でまわしているとか、自分で決めて自分でやっている、自立・自律ということです。ちなみに皆さん「自立・自律」と私は2つ漢字を書いています。漢字が違うから意味が違います。「自立」の方は自ら立つですから、決まったこと、決められたこと、やるべきことを誰にも言われなくてもできるということです。もう1つの「自律」は皆さん自分を律するといいますが、私は一切使いま

せん。自分の旋律を奏でる方の「自律」というふうに言います。つまり、自分の色を出す。自分の音色を奏でるということです。ですから、まず自分で立てるようになってから、今度は自分の範囲で自分の個性を出して自分らしく物事を決めて進んでいくと。この両方が大事です。こんなふうになっていけると、sense of control、自分でやっている。こんなふうになったとき、人はもっともっとやるようになります。最後、「つながり」。誰かが見ていてくれる、誰かとつながっている、一人じゃない、仲間とやれている、こんなふうに感じるとき、私たちはよりやる気になるということです。皆さんはこのように社員の方が感じられる場を作っていますか。多くの場合逆のことをしています。まず、褒めないですよね。認めないですよね。もっとももっとも、できていること、やれていること誉めてあげてください。これは機嫌を取るという意味ではないです。しっかり見てあげて、一歩でも二歩でもやれたのであればそこをしっかりと伝えてあげるといこと。全部指示をしたり、どうせできないからって思っていたりする人が多い。そんなことないです。あの人はできる、やれるって信じながらやっていく。そして、「つながり」に関しては関わらない人がすごく多いように思います。きっとロータリーの皆さんは違うと思います。でも多くの企業で褒めない、任せない、関わらない、真逆のことをしていながら社員が育たないとおっしゃっているのです。まず、リーダーからその言動を少し見直してみるといいのではないかと思います。地域という観点、働き方という観点、このウェルビーイングがさらにどんなふうにつながっていくのか。1個だけ先ほどお伝えした3つの中のうちの柔軟な働き方ということ。これが私は地域活性に本当に生きると思っているのです。最後少しお話をして終わらせて頂こうと思います。

ワーケーションという言葉聞いたことがある方どれくらいいらっしゃるでしょうか？ workとvacationがかかった造語です。workが先に来るので新しい働き方の1つです。今やパソコンや携帯さえあれば場所はどこでも仕事ができます。ですが、皆さんvacationの方ですね、休暇ってとらえてしまいます。私が先ほどお見せした4つの名刺のうちの右上にあったもの。実は3年前に立ち上げた一般社団法人で本当のワーケーションを伝えていきたい。それを実施するために活動しています。vacationというのはvacateという動詞の名詞形です。vacateというのは「空にする、空になる」という意味で、いろんなことで頭がいっぱいになっちゃっている私たちの場所を変え、仕事の仕方を変えることで、一度無になって自然とつながり直しながら、「あっ、この仕事ってほんとにやりたいことだったんだ。」「本当にやりたかったことはどんなことなのか」こんなようなことを、感じてもらえる場を作ること、これがほんとのワーケーションなんですね。私は自然が大好きで、本当に自然の中にいるとウェルビーイングが上がりますし、パフォーマンスも上がります。こんな仕事ができるのもやっぱりテクノロジーのおかげですけど、うちの会社はこういった働き方をOKしてくれているという社員からの信頼、これがウェルビーイング

の向上につながります。私が4つのこと、今フォーカスしているのがここに書かれているものです。特にこの地域活性というのが、和歌山でもたくさんやらせて頂いています。ここで得たものはやっぱりつながりの大切さ。私は東京生まれ東京育ち、田舎といわれるものが1つありません。ですが、関わらせていただく地域の皆様に勝手にご縁をいただいている。ないと思っていたものが作れる。田舎って自分でそうやって決めてもいいのかもしれない。そんなふうになるようになりました。和歌山は其中で一番大切な場所で、6月にみなべのほうで梅収穫ワーケーションという活動をさせていただきました。全部で138人が、6月一ヶ月間、11軒の農家さんに入らせて頂いて、梅収穫が一番大変な時に、ワーケーションしながらその作業を手伝わせて頂きました。結局1356時間分私たちは働きましたので、もしこれを時給換算、1,500円ですると203,400円になります。来てくれた人はみんな自腹で来てくれました。もちろん無報酬です。みんな喜んでやらせて頂きまして、ものすごくウェルビーイング高くなって帰っていくというようなことがありました。これで分かったことはやっぱりワーケーション、特に1次産業、農業、林業、漁業これらの活動に関わらせてもらうことは、ものすごくフローな状態になる。集中しますし、ウェルビーイングが高くなる、これがよくわかりました。これは1例です。これは来年も続いていきます。こんな感じで地域の方とウェルビーイングをもとに上げていく。実は農家さんのウェルビーイングもすごく高くなったということが、予想していた以上の結果でした。実際いろんな人とつながりが持てて、自分の60年、70年の農業人生の中でもっとも楽しい梅収穫だったと言って頂いたときに、ほんとに涙が出る思いでした。



このような形で私は、経営、そして地域活性、一生懸命やらせて頂いております。今日は是非お願いしたいのは、まず皆さん社員のことを考えてと思います

が、まず自分のウェルビーイング、自分のPERMA、是非これをいちばん大切にしていいただければというふうに思っております。

本日はご清聴頂きましてありがとうございます。

### ロータリーゴルフ 9月例会成績

9月11日(参加20名) 白浜GC

順位	氏名	グロス	ハンディ	ネット
優勝	濱本 龍太	87	20	67
2位	橘 一徳	87	19	68
3位	町田 公近	79	10	69

※7ピン賞 No.3-町田 No.6-町田 No.8-橘 No.15-なし No.18-中田吉、濱本

※次回は10月9日(日) スタートAM9:17 白浜GC