

名古屋JCがつくる広報誌 マズモッテ

# Maz-motte



Vol.4

2018.10.15



## SPECIAL TALK

サイボウズ株式会社 代表取締役社長

公益社団法人名古屋青年会議所 第68代理事長

# 青野慶久氏 × 山本一統

## Contents

- ▶ サイボウズ(株) 代表取締役社長 青野 慶久氏 名古屋青年会議所理事長 山本 一統 対談
- ▶ 10月フォーラム「地域で支える育児革命」梅本委員長に聞く!
- ▶ ナゴヤの未来のために〜神谷委員長・横山委員長インタビュー
- ▶ 名古屋の観光を開発する事業  
[#visitnagoya~このまちの未来へ向けて~] 密着レポート
- ▶ 会員の資質を向上する事業レポート

公益社団法人名古屋青年会議所  
2018年度(第68年度)スローガン

## 天・地・人

~すべての人が夢に向かって  
躍動するまち名古屋へ~



## Profile

### 青野 慶久 (あおの よしひさ)

1971年生まれ。愛媛県今治市出身。  
大阪大学工学部情報システム工学科卒業後、松下電工(現 パナソニック)を経て、1997年8月愛媛県松山市でサイボウズを設立。2005年4月代表取締役社長に就任(現任)。  
社内のワークスタイル変革を推進し離職率を6分の1に低減すると共に、3児の父として3度の育児休暇を取得。また2011年から事業のクラウド化を進め、売り上げの半分を越えるまでに成長。総務省、厚労省、経産省、内閣府、内閣官房の働き方変革プロジェクトの外部アドバイザーやCSAJ(一般社団法人コンピュータソフトウェア協会)の副会長を務める。

#### 著書

『ちよいデキ!』(文春新書)  
『チームのことだけ、考えた。』(ダイヤモンド社)  
『会社というモンスターが、僕たちを不幸にしているのかもしれない。』(PHP研究所)

という言葉と共にチームワークが強調されています。『創る』という言葉には、「ひとつの企業としてより良い社会を創造しよう」という想いが感じられます。

次回フォーラムのタイトルは「地域で支える育児革命」ですが、地域はもちろん、家庭も含めた協調の創造がテーマとなります。私もひとりの父親としてどう育児に関わっていくかが、問われています。育児に参加している自負はありますが、家庭での主導権は完全に妻が持っていて、戸惑う部分もあります。

**青野** ただ、従うだけでは、やらされ感が出てしまいます。私自身もある方から教えていただいたのですが、家庭でも自分が社長だと思ふことで育児が楽しくなるそうですよ。組織においてもリーダーがすべてを決定するわけではありません、助け合いの中で主体性を持つことが大切です。



## SPECIAL TALK

サイボウズ株式会社 代表取締役社長

### 青野 慶久氏

名古屋青年会議所 第68代理事長

### 山本 一統

育児に関わることは  
学びを増やすことです。



名古屋青年会議所は、2018年10月にフォーラム「地域で支える育児革命—中小企業における育児支援のカタチ—」を開催する。同フォーラムには、社内のワークスタイル変革を推進し、注目を集めるサイボウズ株式会社の青野慶久氏を講師としてお迎えする。フォーラムに先駆けて開かれた誌面対談では、同じ3児を育てる山本一統理事長と育児参加について語っていただいた。

#### ■ 商売人は育児を優先すべき

**山本** 私は名古屋青年会議所の理事長・企業経営者・3児の父という3つの役割があります。いわゆる、地域、会社、家庭におけるそれぞれの立場です。本日はこれを前提としてお話を伺います。

まずは、サイボウズ株式会社の理念「チームワークあふれる社会を創る」について、強いシンパシーを感じています。企業の理念として「社会に貢献する」といった言葉がよく使われますが、「創る」は印象的です。

**青野** 社長就任から13年目を迎えました。当然のことながら、就任以前は別の理念がありました。そこにはまさに「社会に貢献する」と書かれていたのですが、私は意味が理解しにくいと感じました。理念とは、それを見るとワクワクして、モチベーションがアップするものでないという意味がありません。メンバーと議論を重ね、試行錯誤の末にもっと分かりやすい言葉を選びました。

**山本** 我々JICの綱領でも、力をあわせる。

**山本** 最初は「子育てはこうあるべき」など型にまはった「あるべき論」にとられていたのですが、2人目が生まれてからは、自然に参加することができるようになりました。特に、子供を中心に考えることができるようになりました。青野社長は、ワークライフバランスが叫ばれる中で、どのような工夫をなさっていますか。

**青野** 最優先は育児です。商売に必要なのは「働き手」と「お客様」ですが、育児は未来の「働き手」と「お客様」を作る活動です。商売人にとって育児を優先するのは当然。「子育てができて、始めて商売ができる」その順番を間違えてはなりません。日本は、教育に投資せず、長らく育児をサポートしてきた印象です。その結果が、「働き手不足」や「少子高齢化」を招いています。

#### ■ 子育ても含めた多様な生き方を受け入れる

**山本** 「価値観」に焦点を当てた時、「有給は消化してはならない」といった社内の固定概念から、なかなか脱皮できない現状があります。脱皮できた時に、企業の成長や家庭の円満が訪れます。以前、面接で当社の応募者に志望動機を聞いたところ「残業がない」ということを理由にあげられ、ハツとなったことがあります。「残業がないことが志望動機になる時代に入ったのだな」と、私自身も知らないうちに古い価値観に縛られていたのだと気づいたのです。

**青野** 20世紀に多くの会社が誕生し、我々は「企業は素晴らしいもの」という価値観の中にいます。しかし、会社が何のために存在す

育児に参加することは、もはや事業戦略であり、ポジティブに向き合っています。



るのか」を問う時、「人間の幸せ」という答えが先にあります。会社が「人間の幸せ」を阻害するのは本末転倒です。しあわせに生きて次の世代にバトンを渡すのが、一番の目的だとすれば、商売の捉え方が変わってきます。

**山本** 私は三代目の社長ですから、先代からの価値観の壁を取り払うために、苦労している部分があります。青野社長は「なんのために会社が存続しているのか」をどのように社員に伝えていますか。

**青野** 一朝一夕には伝わりません。すべての意志決定を理念に基づいて行い、ことあるごとに同じ言葉を繰り返します。行動や発言が重なるにつれ、社風も変わります。サイボウズの理念には、更新を示すためのバージョン番号が付いています。理念とは、石碑に刻まれているものではなく、人の心の中に掲げられるものです。つまり、人が変われば、当然ながら理念も変わります。「自分たちが何をしたいのか」を問い続け、変化させるべきです。

**山本** サイボウズは充実した育児制度を設けていますが、それは理念に基づいているのですね。当社も活躍する女性が増えましたが、制度が後付けになっています。

**青野** 我々もニーズがあつて初めて制度を見直しています。将来起こるかもしれない問題はなかなか想定できません。当社は自分が望む働き方に沿っていないなら、意見を述べなさいと、いわゆる質問責任を促しています。多様な生き方を認めることが、チームワー

クのある社会といえます。「子育てしながら働きたい」との要望について、受け入れる努力をするのが、我々の理念に沿った価値観です。

**■社長が理念をつらぬいて、実現させる**

**山本** 女性登用に際しては、良い効果がある一方、当社は様々な制度上の経営課題に直面しています。

**青野** そのプレッシャーから逃げないことで、日本の経営者はそこから目を背けてきた歴史があります。しかし、今まではフルタイムワーカーに仕事を投げ続けるだけで良かったのが、知恵を絞って制限の中でいかに有効に働いてもらい、かつ満足感を持って仕事してもらえかが、経営課題となっています。

**山本** 私は育児に関わって知ったことがありますが、役所に行くためには平日の休みが必要で、P.T.Aにも協力しなければならぬということが、現実問題として実感できました。先日初めてP.T.Aの行事に参加したので、非常に勉強になりました。

**青野** 育児に関わることは学びを増やすことです。私が育児に参加することは、もはや事業戦略であり、ポジティブに向き合っています。社長が率先して育児休暇を取るなど姿勢を見せることで、従業員の育児休暇の取得率が上がり、ひいては定着率も上がります。採用はつきりしているのは人手不足です。採用が難しくなる中で、採用力や定着率は重要で



す。育児や介護を続けながらも働ける職場を目指さなくてはなりません。

**山本** 最後になりましたが、青野社長が考えるリーダーに必要な条件を教えてください。

**青野** シンプルに言うとうまく、理念を強く持っていることです。その他のことは、すべて他の人が担えます。「どうしても、これを貫きたい」という想いだけは、誰も肩代わりできません。

**山本** 我々も強い理念を持って、明るく楽しい社会を目指していきたいと思っています。

# 地域で支える育児支援社会を確立する例会

## 地域で支える育児革命

地域で支える育児支援社会確立委員会 梅本 昌裕委員長 インタビュー

**Q** 梅本委員長自我介绍をお願いします。

**A** 地域で支える育児支援社会確立委員会の梅本昌裕です。

第64年度に最終年度で入会し、1年目はスリープ会員でしたが、様々な方との出会いや役職を通して得た学びにより、本年度は理事・委員長職を拝命しております。

**Q** 地域で支える育児支援社会を確立する例会「地域で支える育児革命」の事業目的を教えてください。

**A** 年々、女性の社会進出が進み雇用の機会が増加している一方、核家族化や地域のつながりの希薄化が進み、育児と仕事の両立に悩まれる方が増加しております。育児に関する不安や負担を家庭内に抱え込んでしまわないよう、既に行政や企業も様々な取り組みを行っています。未だ十分な育児支援体制が整っていないとは言えません。そこで、育児が人生の負担と捉えられることのない社会の実現を目指す契機にすることを目的としております。

**Q** 例会、また事業全体に対する思いを教えてください。

**A** 半年間の事業を通じて、育児に対して様々な不安を抱えていることを知りました。そして、10月フォーラムに参加していただくことで、行政・企業・地域住民が連携し、地域で支え合うことの重要性を認識していただき、ひとりでも多くの方に育児支援に取り組む契機にしたいと考えております。育児に関わるすべての方にお伝えしたい内容となっております。

すので、是非とも、多くの方々のご来場を賜りますよう、心よりお願い申し上げます。

**Q** 例会の目的を具体的に教えてください。

**A** 地域で支える育児支援の出発点として、育児に関する負担が母親に偏っていることで、自分の生き方のバランスが取りづらくなっている状況を改善するため、父親の育児参加と企業の意識改革の必要性を認識していただくと共に、育児中に抱える様々な課題を解決するために地域で支え合うことの必要性と効果や企業が個人の環境に合わせた柔軟な雇用体系を採用することのメリットについて、実例を交えて講師の皆様からお話しいたします。

**Q** 会員の皆様へのメッセージをお願いします。

**A** 青年経済人として、親として、我々ができることは沢山あります。皆さんの身近な大切な人のためにも、育児が人生の負担と捉えられることのない社会の実現を目指し、JC活動することはとても意義のあることだと考えます。参加された方たちが地域で支え合う育児支援体制の必要性を認識していただき、育児に関する課題解決の契機とするため、開催の目的・意義を共有し、委員会一同一丸となり10月フォーラムの成功のために邁進します。

INFOMATION

地域で支える育児支援社会を確立する例会  
「地域で支える育児革命」

日時 2018年10月23日(火) 19:00~21:00  
(受付開始18:30)

会場 名古屋能楽堂 ※公共交通機関をご利用ください  
〒460-0001 名古屋市中区三の丸1丁目1番1号  
TEL 052-231-0088

事前登録方法

1 FAX 氏名、人数、連絡先をご記入の上、FAXで送信下さい。  
FAX: 052-202-0464

2 ホームページ 公益社団法人名古屋青年会議所 公式ホームページ  
http://www.nagoyajc.or.jp/

名古屋JC 検索

育児支援導入お役立ち冊子プレゼント

- ・中小企業の取り組み事例
- ・行政の取り組み事例
- ・助成金制度等のご紹介

地域で支える育児支援社会確立委員会 委員長 梅本昌裕

## NAGOYAのアントレプレナーを発掘育成する事業

**Q** 横山亮介委員長、自己紹介をお願いします。

**A** 公益社団法人名古屋青年会議所2018年度(第68年度)理事、NAGOYAのアントレプレナー発掘育成委員会にて委員長を務めております。

社業では不動産会社を営んでおり2013年に起業しました。不動産業の経験は19年になり、社会人としては25年になりました。

**Q** NAGOYAのアントレプレナーを発掘育成する事業の具体的な内容を教えてください。

**A** 起業したくても、現在の社会情勢等に不安を感じていたり、家庭に入り起業できない方や、学生、事業を失敗した方に向けた事業内容となっております。最初に、夢を実現し世界で躍動している方々の講演を聞いて背中を押していただき、夢を持つことの意味を醸成してもらいました。そして、現在思い描いているビジネスプランを提出していただき、その中から選考してセミナーへ参加していただく流れとなっております。セミナーは全6回実施します。一方で、座学だけではなく、グループに分かれてディスカッションをし、それぞれのビジネスモデルのブラッシュアップをし磨きをかけ、起業を実現できる後押しを我々委員会一同がお手伝いいたします。

**Q** 事業への思いを教えてください。

**A** 私も5年前に起業をしました。起業当初は本当に厳しい日々を過ごしていました。今回の事業を通じ、私自身の良い経験や失敗し

た経験を基に事業計画を作成しました。夢を持ち、目的を明確にし、それに向かって参加者の方々と真剣に向き合っていきます。そして、この名古屋のまちから一人でも多くの起業家が誕生することを切に願ひ、参加者一人ひとりと寄り添って事業後もお付き合いをしていきたいと思っております。

**Q** 具現化しそうなプロジェクトや、成果を教えてください。

**A** 我々名古屋青年会議所の後押しを受けた参加者が、起業のみならず、自信を持って私生活まで能動的に行動できる人財の育成をしていきます。

従いまして、本事業の経験を自分だけではなく、他の人へ伝播していきける確信しております。

本事業の当初から比べますと、参加者の表情やセミナーへの取り組み姿勢が会を追うごとに遅くなっていく姿が、それぞれの「自信」につながる成果と言えるでしょう。

**Q** 社会にどのような貢献をする事業になったでしょうか。

**A** 本来の日本型経営の概念を持った「公益資本主義」を用いた起業家が生まれることによって、利益ばかりを追求するのではなく、顧客・取引先・従業員・社会に還元できる会社ができます。

そして、この公益資本主義をベースに世界でも通用する人財が、ここ名古屋から誕生する日は近いといえる事業となります。

### NAGOYAから起業家を! 2018 NAGOYAのアントレプレナー発掘育成グランプリ entrepreneur

原酒から日本を元手にすることを目的に、原酒「てっぺん」を設立。独自の品質基準とマーケティングで取り上げられ、有数の1万人のファンが支持される。2008年の個人(名古屋)起業家大賞を受賞。2007年「外資アワード」を受賞。2014年(人間力大賞)を受賞。日本中の子供たちに夢を伝えるために、全国各地に展開している。大賞には、説明会で夢を語り、本気で夢を叶えるためのサポートを講義してもらいます。また、本事業の最終講師として、プレミアムセミナーにも参加していただきます。

**大崎 啓介氏** (株式会社てっぺん 代表取締役)

**横山亮介** (公益社団法人名古屋青年会議所 代表理事)

**田中 彰子氏** (株式会社てっぺん 代表取締役)

**成井 五久美氏** (株式会社てっぺん 代表取締役)

**阿比留 正弘氏** (ベンチャー・起業家の第一人者)

**江原 明彦氏** (株式会社てっぺん 代表取締役)

**杉山 拓也氏** (株式会社てっぺん 代表取締役)

**成井 五久美氏** (株式会社てっぺん 代表取締役)

**田中 彰子氏** (株式会社てっぺん 代表取締役)

公益社団法人名古屋青年会議所 2018年度(第68年度) 世界で躍動するNAGOYAのアントレプレナー

## 教育格差解消を推進する事業 「HOPE STEP JUMP 学習」支援事業

**Q** 神谷昭一郎委員長、自己紹介をお願いします。

**A** 教育格差解消推進委員会にて委員長を拝命しております神谷昭一郎です。社業では、「テラー神谷」というオーダースイーツ屋を営んでおり、80周年を迎えた会社の三代目として、さらなる発展に努める日々です。

二児の子を持つ親ということもあり、抱いていた「教育」というテーマに深い関心を持って取り組んでいます。また、今年で卒業を迎える私ですが、名古屋青年会議所でしたらご縁を大切にしたいと思っておりますので、引き続きどうぞよろしくお願ひいたします。

**Q** 教育格差解消を推進する事業「HOPE STEP JUMP 学習」支援事業の具体的な内容を教えてください。

**A** まず、「HOPE学習」では、職業体験(フラワーアレンジメントと、建物の模型作り)を通して、学習に対する意欲形成や動機づけを行いました。

そして、「STEP学習」では、4か月の漢字学習を通して、言語能力の向上と学習習慣づくりを行いました。また、漢字検定をツールとして、効果測定を行いました。

さらに、「JUMP学習」では、論理的に考える力並びに課題を発見・解決し、新たな価値を創造する力をつけることを目的として、プログラミング学習を行いました。

**Q** プロジェクトに対する当初の思いを教えてください。

**A** 「名古屋青年会議所」が教育格差解消を推進するために何をすべきか、本質を捉えた運動をする必要性を感じていました。

そこで考えたのが、小学校というハードを有効活用し、地域に根ざした体制である、トワイライトとの共催です。トワイライトという名古屋特有の優れた仕組みに学習プログラムを導入し、親が教育に関われない家庭の子供たちに、自立した大人になるために必要な力を育てていきたいと思ひ、この事業を行いました。

**Q** プロジェクトを終えて、今の思いを教えてください。

**A** 子供たちが成長していく姿を目の当たりにして、この事業を行って本当に良かったと心から思っています。

また、トワイライト側からは「ぜひ、この事業をこれからも継続して下さい」と言われたり、参加した子供の担任の先生から「子供が授業を一生懸命聞くようになって、感謝しています」という声を聞いたり、当事業の有用性を感じています。

教育に関する事業は、継続しなければ意味が半減するという事前調査の結果もありました。当委員会での経験が、次年度以降にも引き継がれていくことを切に願っております。



教育格差解消を推進する事業「HOPE STEP JUMP 学習」支援事業 委員長 神谷昭一郎



### 「HOPE STEP JUMP 学習」プログラム

子どもたちが夢と希望を持って人生を歩むために!

「HOPE」 身のまわりの仕事を学ぼう!!  
「STEP」 言葉の力を身につけよう!!  
「JUMP」 新しく学べる力をあこがれよう!!

「HOPE」 職業体験  
「STEP」 漢字検定  
「JUMP」 プログラミング

「HOPE」 フラワーアレンジメント  
「STEP」 建物の模型作り  
「JUMP」 プログラミング

「HOPE」 職業体験  
「STEP」 漢字検定  
「JUMP」 プログラミング

「HOPE」 フラワーアレンジメント  
「STEP」 建物の模型作り  
「JUMP」 プログラミング



ロゲイニングinなごや

ナゴログ

-2018-

ロゲイニングとは??

配布された地図をもとに、多数設置されたチェックポイントをチームで制限時間内にまわり、得られた点数を競うアウトドアナビゲーションスポーツです。

ナゴログ  
タイムスケジュール  
(3時間コース)

- 9:00 受付開始
- 10:00 開会式・競技説明・作戦タイム
- 11:00 競技開始・大会スタート(3時間)
- 13:30 ポイント集計開始
- 14:00 競技終了
- 14:30 ポイント集計終了・表彰式
- 15:00 表彰式終了・閉会

名古屋の観光を開発する事業

「#visitnagoya ~このまちの未来へ向けて~」

密着レポート

名古屋城から名古屋港の魅力ある名所を再発見

知ってた? 名古屋ナビ

9月29日(土)、公益財団法人 名古屋観光コンベンションビューローと共に我々が特別共催する「ロゲイニングinなごや“ナゴログ”-2018-」が開催。ロゲイニングのスタートと共にゴール会場となった「名城公園・tonarino こもれび広場周辺」には朝から、約300名の参加者が集まり、賑わいを見せた。

観光も楽しんで、スポーツの秋も満喫

ナゴログは、名古屋城から名古屋港の魅力ある名所をめぐる。観光も楽しめるスポーツ大会。ルールはシンプルで、制限時間内にチーム全員が44か所あるチェックポイントのうち、より多くのポイントを通る。各スポットでは、指令通りの場所で撮影者以外のチーム全員が写った写真を撮影しなければならぬ。より多くのポイントを集めたチームが上位になり、時間内にゴールしないと減点対象になる。移動手段は、徒歩又は交通機関を使うことができる。

午前10時に開会式が終わると、ゼッケンをつけた参加者たちは、さっそく作戦タイムをスタート。地図とチェックポイント一覧表を広げ、コースを練る。好成績者には豪華景品が用意されているとあって、どのチームのメ

本丸御殿車寄・松重開門・大須商店街の巨大招き猫・ナナちゃん人形など、誰もが知る有名スポットから、今回、推薦された知られざるスポットまであり、参加者たちは次々と写真を撮り、想い出を記録に残した。



全長約9メートル・高さ約1.5メートルの金属製のモニュメント「@NAGAOYA」は、クラウドファンディングで製作費を集めたもので、イベントには支援者の一部も参加しました。



担当者に聞く

【公益社団法人 名古屋青年会議所の取り組み】  
倉林和正さん

私たち、この事業の共催者として企画・運営・PRに取り組んできました。最初は「ロゲイニング」とは何かも分からなかったのですが、知多半島で開催された「知多半島ロゲイニング」にメンバーで参加するなど、徐々に理解を深めていきました。ロゲイニングの魅力はスポーツ感覚で観光を楽しむところだと思います。今回のチェックポイントにはあまり知られていない穴場もたくさん用意しました。参加者から「こんな場所があったなんて!」という声をいただきました。市民が名古屋に住む誇りを新たに、県外・国外に向けて発信していくきっかけになればと思います。



開会式を盛り上げた名古屋おもてなし武将隊。



皆様のご厚意で、山本一統理事長を中心にテープカットが行われました。



司会の旭堂麟林氏。



スタートと同時に飛び出す参加者たち。



傘をさしながら、ルートを相談する女性たち。



名古屋城入場券、市バス・地下鉄1日乗車券「ドニチエコきっぷ」が配布された。

華やかな開会式!  
ついにモニユメントお目見え

メンバーも真剣な表情。「どんなルートで周ろうか・・・」などの声飛び交う。参加チームの構成員は、家族や、友人、職場の同僚など様々だ。

tonarino こもれび広場周辺で「ナゴログ」の開会式が開かれている頃、金シャ

名古屋城と名古屋港をつなぐ  
「日本一もぐりロード」は「なごや」

ナゴログの制限時間は3時間。その間にめぐべきチェックポイントは、近代の産業発展を支えてきた名古屋城から名古屋港までの一帯に配置されている。

このルートは「ものづくり」や「日本一」の魅力で、「日本一ものづくりロードなごや」として発信しているエリア。今回はロゲイニングというスポーツを通して、ものづくりスポットなどをめぐること、参加者が名古屋のまちを再発見した。

チェックポイントには、「@NAGAOYA」のモニユメントの他、愛知県庁・名古屋役所・オアシス21・きよめ餅絵本家・名古屋城

子横丁付近で設営されたテントでは、「オリエント」のモニユメント発表会もみながら撮ろう! 新たなフォトスポットで!!」が開かれた。これは名古屋市内に新たに作られたオリジナルモニユメントを発表するお披露目式。

講演師でタレントである旭堂麟林氏の司会のもと開会が宣言され、登壇したのは河村たかし名古屋市長。名古屋人の好きな赤とゴールドを基調としたロゴデザインを前に、我々を激励する挨拶があり、その後、山本一統理事長を中心にテープカット。最後にモニユメントの前で、今回応援していただいたクラウドファンディングの支援者たちと共に記念撮影がなされた。その後、新モニユメントは「ナゴログ」のチェックポイントにもなり、走り込んできた参加者も、新スポットのインスタ映えに大満足の様子だった。



メンタル・フィジカル・バッチグー！

広報委員会 委員 永井宏幸くん  
潜入レポート！

2018年9月24日(月) 10:30~16:35  
ドルフィンズアリーナ(愛知県体育館)

【午前の部】

体力測定・メンタル・体組成計測定  
※体力測定(握力・上体起こし・長座体前屈・反復横とび・20メートルシャトルラン)

体力測定は、文部科学省の新体力テストをベースとしており、誰もが小・中学校で経験したことがある内容でした。大人になると運動神経が良いか悪いかよりも、普段運動しているかそうでないかが、最終的な計測の差としてはっきりと出たように思います。

またTANIITAの体組成計は、一般の体重計では分からない筋肉量、皮下脂肪などが計測でき、自身の体の状態を冷静に見つめなおすことができました。さらに個人によって違う基礎代謝がはっきりと分かったことにより、体型維持、減量等の目安が分かりました。これは午後のTANIITAの食事セミナーにもつながったかと思えます。

【午後の部】

① ニコニコ笑って健康脳を作るセミナー

【講師】澤村 比呂志氏(メンタル講師)  
思考がどのように実際の行動に影響するのか、脳の仕組みを科学的に説明していただきました。メンタルが身体に及ぼす影響を理解し、実際に意識することで、身体の変化があることや、記憶にどう影響するか学び、さらに記憶力が向上する経験もしました。普段、メンタルの状態がどうか特に意識をしたことがなかったのですが、メンタルを健康に保つことは、積み重なると人生において非常に大きな影響を与えることが分かりました。

② 日常でできる身体の動かし方セミナー

【講師】西口 雄生氏(フィジカル講師)  
激しい運動、というより、凝った部分をほぐし、体のパーツを正しい位置に戻し、正しく機能させるような内容でした。実際、久々に体を動かしてほぐしてみると、いかに自分の体が固まり、血流が悪くなっていたかを発見することができました。日常でできる身体の動かし方を教えてくれたので、継続的に実施していこうと思います。

③ 外食の多いビジネスマンの健康管理セミナー

【講師】株式会社タニタ社員管理栄養士(食事についての講師)  
「不規則な生活をしている青年経済人」を対象としているだけあり、耳の痛い話が多かったです。ただ外食の際にオススメの食事や、具体的なカロリーを教えていただき、すぐ使える知識が身についたのが良かったと思います。午前の計測で自分の基礎代謝が分かったので、より自分のこととして身になったと思います。

【参加してみて】.....

20代から30代にかけては忙しくても、睡眠を削ったり無理をすれば乗り越えられてしまう時期でもありますが、青年経済人として持続的な健康を維持することの重要性を改めて意識することができました。心身の健康が、会社のためにも、家庭のためにも、そして自分自身のためにも替え難いものだと思います。



2018年9月6日(木) 19:00~21:30  
愛知県産業労働センター(ウイングあいち) 大会議室

品格を持つ青年経済人育成塾

広報委員会 委員 大島久敬くん  
潜入レポート！

2018年8月4日(土) 13:00~17:00  
ウイングあいち

① 内面から滲み出る品格ある立ち居振る舞い講座(90分)

【講師】筒井 菜月氏  
現在の姿からは想像がつかない幼少期を過ごされていた筒井氏。いじめのストレスから髪の毛を自ら抜いてしまい、ウィッグが無ければ外にも出れない。そんな筒井氏が変わるきっかけとなったのが、海外留学先で出会った、ミスインターナショナルだったそうです。現在の内面から滲み出る品格は、その時の血のにじむような努力の結果であることが、想像できました。

② 品格ある話し方講座(50分)

【講師】佐藤 倫子氏  
一見華やかに見えるテレビ業界の裏側が、ここまで泥臭いものだったのか。局アナ時代の佐藤氏の1日のスケジュールを知った際、そのように感じました。また、上手い話し方のコツでは、間の使い方やスピードのコントロールが大切であるということを知り、これはすぐに実行できると感じました。

③ 品格のあるスーツの着こなし並びにビジネスシューズの手入れ講座(60分)

【講師】スーツの着こなし講師：西澤 正晴氏  
ビジネスシューズの選び方講師：早川 和成氏  
“スーツとは、オシャレの前に身だしなみである”  
私は普段、スーツやジャケットスタイルをラフに着てしまうことが仕事柄多いのですが、それらの正しい知識やマナーをきちんと知った上で行わなければ、身だしなみを弁えない、だらしない人間に思われてしまう。シューズの手入れも同様。値段やデザインよりも、まずはきちんと手入れされているか。そのようなことに気づかされました。

【参加してみて】.....

品格とは、持って生まれた物ではなく、日々の努力や積み重ねで身につけていくものである。また品格は1日にしてならず。ただ、本日学んだことを日々意識することで、“品格を持つ青年経済人”に1歩ずつ近づけるのではと確信しました。



JCへの目的意識を確立する討議会



【第1部・講演】

【講師】山本 昌広氏(元プロ野球・中日ドラゴンズ投手)  
30年以上もの長い時間、第一線で活躍されていた山本さんに講師としてご登壇いただき、モチベーションの維持の仕方、緊張との上手な付き合い方、などご講演いただきました。山本昌さんの野球に対する真摯な姿勢が非常に伝わり、凝縮された内容でした！

【第2部・パネルディスカッション～ぶっちゃけ理事～】

【進行】安田財務委員長  
【パネリスト】理事5名(澤木信男君、梅本昌裕君、西原政照君、平手康司君、齋藤亮治君)  
最前線でご活躍されている2018年度(68年度)名古屋青年会議所の理事5名が、名古屋青年会議所活動についてやりがいでなく、ネガティブなことも本音で答えていただけました。私が一番印象に残ったエピソードは、理事の方々の入会当初の動機でした。理事の方々は意外と気軽に入会されており、その後の青年会議所内での出会いなどによって、青年会議所に積極的に参加するようになったそうです。

自動配属である私には意外な答えでしたが、もしかしたら私にも青年会議所で素敵なお縁に奮起する日が来るかもと、今後の青年会議所活動が楽しみになりました！

【第3部・討議会】

6名程度のチームに分かれて、青年会議所に対してのイメージを抽出し合い、整理、確認を行いました。また、各チームには次年度理事予定者の方々も参加いただく設けでした。和気あいあいとした雰囲気の中でも次年度理事予定者の方々の考えの一端が垣間見ることができ、非常に貴重な時間となりました。

【参加してみて】.....

私は自動配属のためか、今後の青年会議所に対する関わりあい方に対して漠然とした不安がありました。しかし、今回の事業を通じて、今年度理事の方々や理事予定者の方々の考え方、入会当初の青年会議所の関わりあい方などを聞くことができ、肩ひじ張らずに一つひとつのご縁を大切にしていけば、充実したJCライフにつながると思いました！

# 地域で支える育児革命

## 中小企業における育児支援のカタチ

### 座談会

座談会にも  
参加します♪

第2部  
基調講演  
講師

サイボウズ株式会社 代表取締役社長  
**青野慶久氏**

Yoshihisa Aono

#### 第3部 座談会 《19:57よりスタート》

- テーマ① 育児に関する課題
- テーマ② 育児と仕事の両立に関する課題
- テーマ③ 統括

総務省東海総合通信局 情報通信部長

**松沢一砂氏** Kazusa Matsuzawa

株式会社 Sel コーポレーション 代表取締役

**福井志保氏** Shiho Fukui

タレント

**あびる優氏** Yu Abiru



日時 2018年10月23日(火)

19:00 ~ 21:00 (受付開始 18:30)

会場 **名古屋能楽堂**

※公共交通機関をご利用下さい

〒460-0001 名古屋市中区三の丸一丁目1番1号



入場  
無料



育児支援導入  
お役立ち冊子  
プレゼント

- ・中小企業の取り組み実例
- ・行政の取り組み実例
- ・助成金制度等のご紹介

【後援】 総務省東海総合通信局・愛知労働局・愛知県・名古屋市



公益社団法人 名古屋青年会議所

#### マズモッテ定期送付ご希望の方へ

携帯・スマートフォン・パソコンからお申し込み

①QRコードを  
読み取って下さい→



②「マズモッテ定期送付依頼フォーム」  
から必要事項をご入力下さい。

※QRコードでなく、入力の際は下記アドレスをご入力下さい。  
[https://www.nagoyajc.or.jp/68nendo/about/mazmotte/main\\_form.php](https://www.nagoyajc.or.jp/68nendo/about/mazmotte/main_form.php)  
 ※ご記入いただいた個人情報は、個人情報保護法に従い取り扱います。  
 ※公益社団法人名古屋青年会議所に関する情報提供以外の目的では  
 利用いたしません。  
 ※アクセスにはご契約の通信料がかかります。

#### 名古屋の魅力を発信する情報をゲット!

名古屋青年会議所のホームページやSNSでも情報を発信中!

公式YouTube  
チャンネル



公式Facebook



公式Instagram



公式LINE



#### 編集後記

2018年度(第68年度)広報委員会副委員長、西脇眞理子です。  
 4月号・7月号に続き、マズモッテを担当させていただきました。  
 巻頭インタビューでは10月例会に先駆け、サイボウズ株式会社の青野社長に登場いただきました。山本理事長との対談を通じて事前に例会の内容を知り、当日の理解を深めていただけましたら幸いです。また、今年は例会だけでなく、各特別委員会・委員会による事業も数多くありました。同じ名古屋青年会議所会員でも委員会が違うと知らない事業を、この号をきっかけに知っていただけましたら嬉しいです。  
 今号で2018年度(第68年度)のマズモッテは最終号となります。1年間のご愛読ありがとうございました。

編集者	編集長 長村明子	副編集長 川村浩嗣	編集員 濱岡義美	編集員 大島久敬	編集員 今川結理	編集員 熊田憲一郎	編集員 高木宏昌	編集員 西田淳	編集員 山田武弥	編集員 濱田直樹	編集員 中島雅貴	編集員 田中努	編集員 小栗崇嗣	編集員 金井浩高	編集員 蟹江誠一	
	編集員 岡村祥吾	編集員 奥田英里	編集員 田中美穂	編集員 坂本篤志	編集員 永井宏幸	編集員 寺島雅樹	編集員 早川千尋	編集員 山田洋資	編集員 福楽正旭	編集員 横井拓也	編集員 横井拓也	編集員 横井拓也	編集員 横井拓也	編集員 横井拓也	編集員 横井拓也	編集員 横井拓也



Junior Chamber International



公益社団法人名古屋青年会議所  
 〒460-0008 名古屋市中区栄一丁目15番24号  
 TEL 052-221-8590 FAX 052-202-0464

<http://www.nagoyajc.or.jp>

名古屋青年会議所