

～メンターと出会える場～

朝Spa楽満流

レポート

「子供の頃は早く大人になって、
夜遅くまで遊んでみたかった。
でも今は、
夜更かより、早起きが大人だ。」



| Contents

- ◇第15回 らくまんインタビュー
(株)オオスミ 代表取締役 社長 大角 武志さん
「ミッションは内なるエネルギーを呼び起こし、
人に宣言することで行動を前回転させる」
- ◇第18回 フェイスメイクのワークショップ
美容室kind 飛田 卓司さん
「メイクの時間は心のおしゃれの時間」
- ◇第19回 インプロのワークショップ
インプロ・ワークス(株)代表取締役 絹川 友梨さん
「コミュニケーションはエンタテイメント」
- ◇第20回 ヨガのワークショップ
yoga artist naoさん
「ヨガの呼吸法で心も体も再生する」
- ◇第21回 らくまんインタビュー
(株)NaI、NPO法人ハロードリーム代表 小巻 亜矢さん
「超バイタリティウーマン」
- ◇第24回 ホリスティック・アロマセラピーのワークショップ
JHAS認定セラピスト 野村 圭子さん
「アロマを使って本来の自分を戻すお手伝いをする」
- ◇第25回 らくまんインタビュー
NPO法人セブン・ジェネレーションズ代表理事 赤塚 丈彦さん
「本当の豊かさとその人にとっての幸せ」
- ◇第26回 らくまんインタビュー
トレスペクト教育研究所代表 宇都出 雅巳さん
「仕事のミスが絶対なくなる頭の使い方」
- ◇第27回 筆跡診断のワークショップ
筆跡診断士 小和田 有見さん
「字は体を表す」
- ◇第28回 手紙のワークショップ
Tegami CoCo 森 真依子さん
「大切な人に大切だと伝える為に―「手紙をとおして心をつなぐ」
- ◇第29回 コピーのワークショップ
(株)コトバ コピーライター 阿部 希葉さん
「あなたの世界の隣にある広告コピーの世界」
- ◇第30回 らくまんインタビュー
杉山 栄作さん×宇都出 雅巳さん
「自分と自分をつなげる、自分と人をつなげる、人と人をつなげる」

「ミッションは内なるエネルギーを呼び起こし、人に宣言することで行動を前回転させる」

ゲスト：株式会社オオスミ 代表取締役 社長 大角 武志さん

2016年第1回目のゲストは株式会社オオスミの代表取締役の大角武志さんでした。そして、インタビュアは杉山栄作さん。そして、もう一人が、大角さんには内密にドッキリゲストとして大角さんの専任コーチである林由美子さんをお招きいたしました。

インタビューの冒頭は、株式会社オオスミの事業内容を説明頂きました。ここでは、事業内容の概要や詳細は割愛させて頂きませんが、詳しく知りたい方はこちら(<http://www.oosumi.co.jp/>)をご覧ください。

■スポーツ劣等生の幼少期から高校生

さて、前半は幼少期から学生時代へと大角さんの歴史を辿っていきましたが、ここでは、高校時代の部活のエピソードを紹介します。

元々、大角さんはスポーツ下手の少年期を送られていましたが、たまたま高校の時に気軽な気持ちで入部しようとしたバトミントン部が全国でも強豪のチームでした。当然県内からは実力者も集まります。

スポーツが苦手な青年は、「入る部活を間違えた」とたじろぎ、入部を取り消そうかと思いましたが、しかし、それ以上に

「自分自身を変えるんだ。」

という気持ちで青年を支えました。

そして、青年はその奮い立つ気持ちで3年間の部活生活を全うし、チームも全国で優秀な成績をおさめることになりました。ただ残念ながら本人がレギュラーとして本戦にでることは結局できませんでした。

しかし、スポーツを苦手としていた青年、本当に苦手だったようです。「自分自身を変える」という強い意志を持ち続け毎日辛い練習に必死で食らいついた3年間で、その思いを表現化することができたのです。このかけがいのない経験と自信がその後の大角さんの人生の大きな糧になります。



■青春満喫の大学時代から社会人へ

さて、高校3年間の部活三昧の反動で大学生活は北海道の地(入学したのが北海道の大学)をオートバイで走り回るなど実に青春満喫の4年間を過ごしました。

そして、卒業後のバブル絶頂期に技術者として新卒入社したのが通信系の会社でした。そこでは家に帰れないほどの忙しい毎日。「自分はこんなことがしたかったのだろうか?」と思い悩みました。

結局、2年で転職され、職種も技術職から営業職になりました。(この辺りの内容は端折ります。)

■葛藤と闘争の社長就任

そして、30歳の時に2社目を退社され、いよいよ家業である今の会社に転職されます。そして30代半ばで、お父様から代替わりを行い社長に就任されます。

このように書くとおスムーズに2代目社長となられているような印象を持たれるかもしれませんが、インタビュアからは、家業に転職されたことや社長に就任されるまでのところで様々な葛藤を持たれていたことや、先代社長(つまりお父様)との経営方針をめぐつての闘いなど、決して一筋縄ではいかないようなストーリーがあつたことを垣間見ることができました。

そして、社長になられてからは、今度は経営者として常に葛藤や不安は小脇に抱えていらつしやるのだと感じました。

■出会いとミッション

そのような中で出会ったのが、今回サブライズゲストで登場いただきましたプロコーチの林由美子さんでした。林さんとの定期的なセッションの中で大角さんが行き着いた一つの軸となる考えが

「何のためにやるのか」というミッションを持つということ、ミッションの実現を「人に宣言する」ということでした。

さて、ではなぜミッションを持つことが重要なのか、または人に宣言することの効果はどんなことなのか、もしくはそのコーチとのセッションについて具体的にどんなことをするのだろうか、または、「人脈のお化け」という異名をお持ちの大角さんは普段どんなことをされているのか、ということですが、残念ながら、朝Spaの朝の会(という言い方も変ですが)では時間の制約でこの辺りまでがインタビューの限界でした。

ここから先は夜の会(大角さんを囲む会)でまた色々とお話をお伺いしようと思ひます。

最後に、今回私の個人的な印象として残った姿が、大角さんが数百人の社員とその家族の生活を守り、そして多くのクライアント様や取引先様の信用を受ける経営者として日々大きなプレッシャーがあることは想像に難くないのですが、社長として泰然自若とされているなかで、終始穏やかな物腰で周囲の方、出会う方々への感謝の意を忘れない心配りの姿でした。

《レポート文
井上 淳》



第18回 「メイクの時間は心のおしゃれの時間」

朝Spa 楽満流

～メンターと出会える場～

Guest: 飛田卓司
くひだ たかし



2016年4月20日
第18回朝Spa楽満流
フェイスマイクのワークショップ

ゲスト講師:美容室kind 飛田 卓司さん

2016年第18回の朝Spa楽満流のゲスト講師は、女優の竹内結子さんや柴咲コウさん、夏帆さんやアイドルのももクロなどのヘアメイクを担当されている業界で第一線の活躍をされている飛田卓司さんをゲスト講師に来て頂きワークショップを行っていただきました。

会の前半は、朝Spaの会としてご来場いただいた参加者同士で自己紹介をしあつて頂き、その後飛田さんからフェイスマイクの基本やテクニクについての講義をして頂きました。そして後半は飛田さんを中心に、プロスタッフの皆様のご協力のもと、実際に参加者にメイクを体験して頂きました。

前半の講義は、パソコンのプレゼンテーション形式で、ノーメイクの女性（kindスタッフ）がメイクを通して鮮やかに変身していく様子を解説して頂きました。

メイクについては「おそらく基本的なお話を中心だつたと思いますが、男の私には生きていて聞いたことのあるけど普段使わない言葉（チークとかホウレイ線とかアイブロウとか、など）とメイク行為を解説して頂くだけで未知の世界を見たような気分になります。

さて、後半の実演会では、男性参加者メンバーと女性参加者メンバーに分かれてそれぞれ行いましたが、プロの方の技術は眉毛一つにしても少し形を整えたりするだけで顔全体の印象が変わるのが分かりました。

また、女性が興味を持つて実演会に参加することは予測できましたが、男性陣が盛り上がりは意外でしたね。

もしかしたら体験の場が女性に比べたら少ないだけで、男性もメイクをしてみようという女性と同じように心が弾んだりする部分は少なからず持っているのかもしれない、と感じた次第です。

本日は、個人的にはメイクという未知な領域のワークショップでしたが、飛田さんやkindスタッフの皆様は、お客さんが自分たちのメイクの技術や接客を通してハッピーになっていくことを心から楽しんで喜んでたりされているのだということが伝わった会でした。

《レポート文 井上 淳》



2016年5月18日

第19回朝Spa楽満流

インプロのワークショップ



ゲスト:インプロ・ワークス(株)代表取締役 絹川 友梨さん

第19回の朝Spa楽満流のゲスト講師は、俳優でありインプロバイザー(即興演劇パフォーマンス)の絹川友梨さんを講師に迎えて、インプロのワークショップを行いました。

■インプロって何?

冒頭は、まだ言葉として馴染みのない「インプロ(Improvisationインプロヴィゼーション)」というものが何なのかということを経川さんにお話して頂きました。

要約させて頂くと、インプロとは演劇音楽・アートなど芸術分野における表現手法のひとつで、「台本なしでその場で創作すること」として「ここでは即興演劇のこと」として用います。

もともと俳優のトレーニングとして開発されたものですが、現在では

- ①エンターテインメントとして
- ②教育のツール/考え方として

という、2つの方向で発展をしているということです。

ただ、今回の講師とテーマを見て、参加者の中にはもしかして

「今日は、座学ではなく、皆の前で即興劇をさせられるんじゃないか...」と若干の警戒心があつたような気がします。私も、その予想はしておりました。

しかし蓋を開けてみるとこの警戒心は取り越し苦労でして、今回は①のエンターテインメントとしてのインプロではなく、②の考え方としてのインプロのワークショップでした。

もう少し言葉の補足をする、今回は「インプロの考え方を身に付けてコミュニケーションを楽しむ」ワークショップだったと思います。

■子供のようには楽しみながら体と心で伝え合う

では、どんなワークショップだったのでしょうか。



あまり具体的なことや詳細は書けません。参加者が座って聞いているような講義形式なのは最初のうただけで、ほとんどの時間が30人近い参加者全員が動き回ったり、声を出したり、時には参加者同士で手と手を取り合つて規律もリズムもない社交ダンスのように動きをしたりするような、童心に戻つたかのように「動いて楽しむ」ワークショップでした。

※写真から雰囲気想像して頂けたらと思います。

■イエスアンド...自分では行けないところに行くために誰かの発想に乗つかるというコミュニケーション

また、数人のメンバーで架空の物語を作つていくという連想(イメージ)の回しあいのゲームのようなワークショップも盛り上がりました。これは、まず誰かが、架空の状況と登場人物を設定します。そして、指名権のある人間が、別の人間を指名して、指名された人が設定を元に即興で物語を作り出していきます。そして、物語の作り手は突如別の人間に指名が変わります。

前の人間が反射的に作り出した世界観を否定せずに、バトンを受けた人間もその発想に賛同し(乗っかり)、そして本人も咄嗟のアイデアを継ぎ足し、(または違う着想を乗っけて)それをまた別の誰かがバトンを受け継ぎます。

このように数人でストーリーを回し続けるというのですが、情報の捉え方や発想は人によって違い、誰かのアイデアに乗っかることで自分の発想の可能性を広げていきます。これがインプロ的「イエスアンド」法コミュニケーションです。

■自家発電人 絹川友梨さん

毎回、朝Spaは素敵な講師の方と参加者同士のポジティブなエネルギーで盛り上がりますが、今回も本当にエネルギーの高いワークショップになりました。

この和気あいあいとした場を作り出したのは、ワークショップを通して学んだインプロの巧センスに影響されたことも当然ありますが、何せ絹川さんのほとぼるエネルギーの影響が大きかったです。

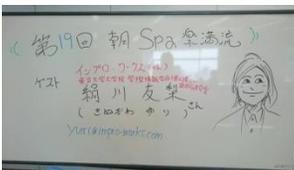
絹川さんは、人と人との「壁」、や、自分で作り出す可能性の限界という「壁」を軽く吹っ飛ばすかのようなエネルギーを発信しています。

そして一方で柔軟で瑞々しい発想力で周りをユーモアで包むキキョクラーを持ち合わせています。

今回はまさに絹川さんが参加者のエネルギーを引き出していったワークショップだったと思います。

それはつまりコミュニケーションそのものがエンターテインメント(楽しい)と思わせてくれるような時間でした。

《レポート文 井上 淳》





「ヨガの呼吸法で心も体も再生する」

ゲスト: yoga artist naoさん

■ ヨガとの出会い

今回のゲストは、yoga artist naoさんでした。naoさんがヨガを習い始めたころはまだ今ほどヨガが日本では認知されていない時でした。

ヨガを始められたのは、ご自身が冷え性だったり女性特有の悩みになるような体質を変えたいというところが理由でした。

お師匠さんに「ヨガをやれば体質は必ず変わる」という言葉ももらい、半信半疑ながら数ヶ月続けられたところ実際に劇的に変わったことを実感されました。

この感動がご自身がインストラクターを志した原動力になりました。

■ ワークショップ

さて、今回は実際に参加者にヨガを体験して頂くというワークショップでしたが、まず教わったのは呼吸法でした。

「息を吸って吐く」

という、生まれてから死ぬまで誰しもが、この当たり前に無自覚に毎日行っている呼吸について考え方や正しい方法について学びました。

男性は元々が腹式呼吸らしいですが、女性は胸式呼吸ということです。

吸った息を体全体に循環させていくためには腹式呼吸をしないとイケないらしいですが、普段女性は胸式呼吸に慣れてしまっており、冷え性などが女性に多いのは、この呼吸法に影響があるようです。



そして息を吐き出すときは「腹」の中にあまっている悪いもの(ストレス)を吐き出すイメージで行うということです。

この「吸って、吐いて」という息をする講習を受け、参加者は自分の体が目覚めていき「良いモード」で温かくなっていくことを実感することができました。

講習としては、その他二人一組で行う呼吸法のワークがあったり、四股の踏み方のワークがあったり短い時間でしたが密度の濃い時間でした。

■ 感想

個人的な感想としては、まず私自身、体質改善の必要性は、15年くらい頭の一番奥の片隅にはありましたが、毎年大きくなる自分の体積を歯止めをかける手段を失い「そろそろまじめに考えないといけないさぞうだな」と思っていたところでした。

このタイミングでnaoさんのヨガの講義は出会うべきに出会ったような気がします。

そして、全体の感想としては、naoさんのワークはとても素晴らしかったです。今回もこの朝Spaに期待を持って早起きしてきた参加された皆様を作り出す空気が温かくエネルギーの高いもののように思えました。

毎月行うたびにとても良くなってきていることをスタッフの一人として非常に喜ばしく思っております。

《レポート文 井上 淳》



第21回 朝Spa楽満流

2016年7月20日
第21回朝Spa楽満流
らくまんインタビュー



Guest: 亜矢さん
filell
らくま
株式会社Nal 代表取締役
NPO法人ハロードリーム 代表理事
Sanrio Puroland

「超バイタリティウーマン」

ゲスト：株式会社Nal、NPO法人ハロードリーム代表 小巻亜矢さん



今回の朝Spa楽満流のゲストは、株式会社Nalの代表取締役でありNPO法人ハロードリームの代表、そして株式会社サンリオエンターテイメントの取締役である小巻亜矢さんのインタビューでした。

さらに亜矢さんは、米国CCC Inc. 認定GCDF-Japanキャリアアカウンセラーであり、米国CTI認定プロフェッショナルコーチ、米国CTI認定プロフェッショナルコアクティブコーチでもあり、他にもラジオのパートナー、ネイティブでもあったり、本当に色々な才能や能力がありすぎて肩書だけでも「ほれ落ちています」。

今回はその亜矢さんのエネルギーの源になっているのがどういふものなのか、ということと亜矢さんの経歴を辿りつつインタビューを進めました。

■ 幼少期から就職、結婚、出産まで

亜矢さんは、幼いころからいわゆる優等生タイプだったようで、「本人曰く「小さい時から負けず嫌いだっただのが、今も続いている」ということです。

順調に優等生ぶりを発揮し、就職も憧れの株式会社サンリオに入社することができました。

その後、結婚、そして20代で長男を出産と、傍から見ると順風満帆な人生を送り、本人も、「このまま、安泰な家族生活を送れるかな」と感じていました。

特に子供たちが生まれた時は、「こんなに幸せなことがあるのか。幸せを運んでくれた子供たちに感謝した」という気持ちでした。

■ シングルマザーとしての葛藤、挫折、コーチングとの出会い、大学院入学

ただ、もともと自立心が人一倍強く、社会とかかわり合いの中に生きがいを感じる亜矢さんにとっては、誰かに守られて依存して生きていくという（その時の）専業主婦としての生き方が合わなかったようです。

三男出産の翌年に結婚生活は終わりを迎え、シングルマザーとして生きていくことを決めました。



離婚はしましたが、望んで選んだ自立への道、シングルマザーとして子供を育てていく自信はありました。

化粧品関連の仕事をするようになり当初は順調でした。が、一所懸命になるあまりか過労になり体を壊し精神的にも参っつき、子供にも八つ当たりをするようになります。本人曰く「鬼母」だったということでした。

上手いかわないことで、いかに自分が結婚生活で守られていたのかも痛感します。

自責の念と無力感で心の中はぐちゃぐちゃな状態でした。次第に「これは本当に自分のやりたかったことなのか？」と葛藤を抱くようになり、そんな中で出会ったのがコーチングの世界です。

コーチは、

「本当は何がしたいの？」
「他にやりたいことはないの？」

と繰り返し質問してきます。最初はその質問の意図が分からなかったですが、その質問は潜在意識に落ちていきます。潜在意識は

「自分が本当にやりたいことは何だろう？」
「本当の自分だったら何がしたいのだろう？」
「本当の自分って何だろう？」

と自分に問いかけるようになります。

「自分の心の声に耳を澄まし、心の声を拾っていく、聞いてくれた心は喜んでくれる」

という体験は、それまでの亜矢さんの考え方を大きく変えることになりました。

以来、子供に対しての接し方、仕事関係や周囲に対してのコミュニケーションも「聞く」ということが重要視できるようになりました。また、この時期本人50歳を前にして、普段のハードワークの傍ら、まさに粉骨砕身で毎日勉強し、東京大学大学院を見事一般入試で合格し入学することになります。

何たるバイタリティかと驚愕してしまいますが、これもコーチングの賜物のようで「自分がしたいこと」が明確になったことと、

「抑えられない探求心の強さ」、そして

「負けず嫌いなさ」が亜矢さん自身の本質が、パワーの源泉になりました。

■ 感想

いかがでしょうか？

ここには詳しくは書いていないこともありますが、紆余曲折、波乱万丈でありながら、小巻亜矢さんの背中を支えているものが少しでも伝わればと思っております。ここから亜矢さんの快進撃は続きますが、その理由は「何だろうな？」と考えてみます。

亜矢さんとお会いすると、(個人的な感想ですが)不思議とこちらが温かく照らしてもらっているような感覚になることがあります。言葉を変えると「自分自身との折り合いの良い状態」にしてくれるような感覚です。

それは、インタビューの中で「自分自身と仲良くする。自分の可能性を信じる。」

とお話していましたが、亜矢自身がこの状態のエキスパートであり、そしてそれを人に伝染していくプロなのではないだろうか、と感じた次第です。

《レポート文 井上淳》



「アロマを使って本来の自分に戻すお手伝いをする」

ゲスト： JHAS認定セラピスト 野村 圭子さん

■アロマセラピーになるまで

圭子さんは、現在は三鷹市にあるご自身のお店で、アロマを使ってお客様の施術を行うこと、その他、アロマセラピストの養成やカウンセリングも行っていきます。

アロマセラピーという仕事に出会う前は、もともと企業研修などを行うコンサルティング会社でコンサルタントとして活躍されておりました。その(世界的にも有名な)メソッドに基づいた研修には、圭子さんはとても共感していました。

「この研修は、きつと組織体そのものや、そこで働くメンバーの意識を向上させることが出来る」

そんな情熱をもって関わっていたにも関わらず、「壁」も少し感じていました。「こんなに良い研修なのに皆が変わることができないのはなんでなんだろうか?」というジレンマです。

ジレンマを抱えつつ、それでも企業コンサルタントとしてご本人もコーチングやリーダーシッププログラムを学んだり仕事としてのキャリアも積み重ねてきました。

しかし、一所懸命やればやるほどストレスが大きくなり心も体の状態も悪くなります。腰痛も患うようになりました。

そういう自分を癒し、救ってくれたのがアロマセラピーでした。アロマセラピーによって、腰痛も治り本来の自分を取り戻すような感覚になっていきました。

ちなみに、以前からアロマそのものは周囲の人から聞いていたので、どういふものかはなんとなく知っていました。

ただその時は、大した興味を抱かなかったのですが、実際に自分自身を救ってくれたこの経験が、アロマセラピストの道へと大きく舵をきることになりました。

ここまでが、圭子さんがアロマセラピーになるまでの簡単な経緯です。

■ホリスティック・アロマセラピーとは

さて、アロマセラピーとはどういったことをするのか、ということですが、二つに大分されます。ひとつが、ホリスティック・アロマセラピー、もう一つがメディカル・アロマセラピーです。圭子さんが、行っているのが前者です。

そもそもアロマとは、純度100%の植物性のエッセンス(精油)です。ホリスティック・アロマセラピーは、

「アロマの香りを嗅ぐことで、本来のその人の状態に戻していく」ということが大きな目的になります。

その為の3つのポイントがあります。

①心(感情や意識)、体、魂、エネルギーをリセットする、ということ。

②「自分は自分でしか癒されない」という認識を持つこと。もしくは、「自分が望まない」「幸せ(自分が望んだ状態)にはなれない」という認識を持つこと。

③何か自分に予期しないネガティブな出来事が起こる時は、自分が変わる為のメッセージとしてポジティブに受け取るという姿勢を身につけること。

この3つが統合されることでアロマセラピーは効果を発揮します。

■ワークショップと感想

ワークショップでは、手のひらに1滴を滴垂らしたアロマを両手全体に揉んで、両手を鼻近くに近づけて、鼻から吸って口から吐く深呼吸を行う、ということを経験させてもらいました。

「ここでのポイントは、息を吸う時に、鼻だけに手を近づけるのではなく、顔全体を洗うように手を覆いながら、仮に嫌な感情や負の思い出がある場合は、そのことをイメージして吸い込んで、吐く時に体の中の負の感情やマイナスの要素を、体の外に「ハア」と吐き出すイメージを持ちながら深呼吸することです。

体験してみてどうかというと、個人の感想になってしましますが、アロマの良い香りが嫌な感情を消しさりながら、幸せな残り香が心を良いリセット状態にしてくれる気分になりました。まるで、空気の悪い部屋の換気をほんの数秒間でやってしまうような感じではないでしょうか。

②や③は時間の都合もあり深く触れることはできませんでしたが、推察するに(あくまで私の推察ですが)、①はアロマを使い五感に刺激を与えることで「ほのかな幸せ感」を呼び起こすことができます。

しかし、2や3の「内面性をどうするか」ということは、アロマを嗅ぐ(外からの刺激ではないアプローチ)になります。

お話を聞きながら、アロマを嗅ぐだけでは本 当の癒しにはならず、②や③が体に備わってはじめてアロマセラピーの効果になるのかな、と思いました。

そして、お客様の心に寄り添って、内面を②や③に基づいた「癒し」の状態に近づけていく「お手伝い」をされるのが圭子さんのようなプロのセラピストのお仕事なのかなと思います。

■会全体の感想

今回は、アロマの香りが漂う会議室の空間に、参加者約40名が笑顔になり、心がポカポカと温かくなるような会になりました。圭子さんの、企業コンサルタント時代からあった「人を本当に幸せにしたい」という想いから生まれた努力の先に、今回の参加者の笑顔や会全体の一体感が作られたのかな、と感じました。

《レポート文 井上 淳》





ゲスト講師：NPO法人セブン・ジェネレーションズ代表理事 赤塚丈彦さん

■チエンジ・ザ・ドリム・シンポジウム



今日の講演は、赤塚さんが携わられている「チエンジ・ザ・ドリム・シンポジウム」というプロジェクトを中心にお話しして頂きました。どんな団体なのかということの正式な定義はホームページ <http://www.change4dream.jp/index.html> に詳しく載っております。

今日のお話を伺った上の私なりの大まかな解釈ですが、この組織は、

「地球環境問題」

「人種差別問題」

「貧富の格差問題」

などなどの今現在、この時代に抱えているような問題に対処して、一人一人が立ち止り、問題の本質が何なのかや、どのようにその問題と向き合っていくか解決していくのかということとをまずは考えるきっかけの場でもあるし、その思考プログラムを身につける場でもあり、そういう人を増やしていく組織であるという捉え方です。

赤塚さん自身が、このシンポジウムに参画されるきっかけは、ご自身のお子様が生まされて育てていく中で、自分たちの子供の世代に、ほっとけばほっとくだけ巨大化し、この問題を、そっくり置いていくことに不安を持たれたということです。

■アマゾン、アチテル族との生活

今日の講演は、実際にエクアドルのアマゾンで生活されているアチテル族という部族の中で、赤塚さん自身が数日ホームステイされたビデオや写真を見ながら体験をお話しして

頂きました。



アチテル族の情報源は、我々のようなテレビ、新聞、インターネットではなく、寝てみる個人あの「夢」だそうです。アチテル族は毎日、朝4時くらいに起きて、お茶のようなものを飲み胃の中のを「吐いて」(吐くことの意味は聞けなかったですが、皆で集まってさうきまで見てた「夢」を話して、長老たちからフィードバックをされるということです。彼らにとっては、その「夢」やフィードバックが本当に必要な「情報」となります。

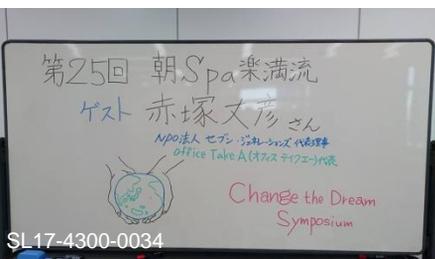
一方、テレビやネットを開けば、情報が大量のよう溢れている文明社会の上に乗っかっている我々としては、世界の片隅で暮らす情報の少ない部族の風変わりな風習とも捉えられますが、よくよく考えてみれば自分たちは、この溢れる情報の中から、本当に必要な「情報」を見分けられているのかな、とも思ったりします。

もしくは、そもそも自分にとって必要な情報って何なのかわからなくてない、とも思ったりします。

情報だけではなく、モノについても同じことが言えるかもしれません。

講演では、このようなエピソードやチエンジ・ザ・ドリム・シンポジウムについて、優しく丁寧に分かりやすくお話しして頂きましたが、赤塚さん自身からは、静かで力強いエネルギーがある方だと感じました。

《レポート文 井上 淳》



「字は体を表す」



2017年3月15日
第27回 朝Spa葉講流
筆跡診断のワークショップ

ゲスト:筆跡診断士 小和田 有見さん

「字は体を表す」という言葉があるように、「字」はその人固有の傾向や性格から現れるといわれますが、皆さんは、自分の書く字について、もしくは人の字について、普段どのような感想をお持ちでしょうか？
自分の字は好きですか？嫌いですか？

私個人的なことを言わせて頂くと、昔から自分自身の字が下手だと自覚しておりまして、己のミミズの這ったような字を見ては、そのまま自分の心の状態を映し出しているような感覚になり、自己概念が下がるというかずつとコンプレックスのようなものを持っておりました。

その一方で、というかそれ故に、綺麗な字を書く人を見ると、それだけで尊敬してしまおうという思いを持っておりまして、例えばどんな悪人と呼ばれる人がいたとしても、もしその人が字が綺麗だうたしたら「きつとこの人は本当はいい人なんだ」と思うてしまいうくらいかもしれません。

さて、このように割と普段から「人の書く字って面白いものだな」という思いがある中で、今回のゲスト講師である筆跡診断士の小和田有見さんに字のレクチャーをして頂きました。

まず、朝Spaを終えての「学び」を先に書いてしまおうと、改めてやはり「字は体を表しているのだと再確認したこと、「嫌いだな」と思っていた自分の字も『クセの意味』さえ知つていたらそれはそれで「カッコよさ」や「可愛らしさ」があると思つても良いのではないかと感じたことと、一方で「意識的に字を変えられることで逆に心の状態を変えていくこともできる」ということを発見させて頂きました。

今回の講習で行われたワークショップの構成としては、

①前半は自分が書く字の大きさ(小ささ)について(A4サイズのコピー紙を使って)のワークショップと、それについてのグループディスカッション

②後半は、その「大きさ」の「大」という字と「朝Spa」の「朝」という字を書いて表れる自分の特性診断と最後に感想会

でした。

同じお題を出されても書かれるものは、各々の個性が出ます。
私が出来る範囲でのレポートさせて頂くと、A4コピー紙で書いた朝Spaという字について、小さい字を書いてしまった人は確認思考タイプ(慎重なタイプ)で、逆に大きい字の人は大らかなタイプだということでした。

ですので、普段慎重なタイプの方が、今日は大胆にいきたいと思う日があったら、あえて大きな字を書いてみることで意識が変わったり、逆に、普段大ざっぱの人がその日は注意深くならなければならないと思つた場合は、小さい字を意識的に書いていくことで集中力をあげていく、ということが行動心理学上効果があるということです。

また、漢字の部首にある「ハネ」については、しつかりハネル人は責任感がある人で、ハネるべきところをハネない人は、せつちだったり物事の詰めが甘い人だということでした。

というような話や、その他の部位や字全体のバランスについてなど、目から鱗が落ちるような解説をして頂きました。

最後に、小和田さん自身について感想を述べさせて頂きました。

いつも朝Spaのゲスト講師の方々にはエネルギーが高い人が多いということが共通の要素だと思えますが、それを踏まえた上で、中でも小和田さんはその高いエネルギーで、どんな皆を引っ張っていくような方だなと感じました。

今回、参加できなかった方々は、もしかしたら「筆跡」なので机の上で字を書いているような、静の会を想像されるかもしれませんが、全く逆に参加者は、そんな小和田さんからの熱いエネルギーの放射を受けながら、(写真でどこまで想像できるかわかりませんが)皆、実際に体を動かすような会になりました。

《レポート文 井上 淳》



第26回 朝Spa 楽満流

ミスの原因は脳にあった！？

仕事のミスが絶対なくなる 頭の使い方

2017年2月15日

トレスペクト教育研究所
宇都出雅巳

ゲスト講師：トレスペクト教育研究所代表 宇都出 雅巳さん

今回の講演は、宇都出さんの著書にもなっている「仕事のミスが絶対なくなる頭の使い方」ということをテーマにお話しいただきました。

わたし個人的には、子供の頃から「うっかりミス」病のキャリアがあることを自覚しておりまして、これは大人になれば多少良くなると思いきや、それどころかますます酷くなっている感を日々感じていたところでしたので、このテーマはとて興味深く拝聴させて頂きました。

前半は、講演の内容を中心にレポートします。

まず、宇都出さんの経歴ですが、とても華々しいもので、東大卒業後、「会社四季報」の出版元の東洋経済新報社に入社され、その後、SFA (Sales Force Automation) ソフトの設計などのシステムコンサルティングの世界にいき、またその後、ニューヨークでMBAを取得されシティバンクで投資信託のマーケティング・セールスマネジメントを経験されて、現在、独立される、という絵に描いたようなエリートなのです。

経歴だけ聞いても、多分、本当の秀才なんだろうな、と思ってしまう。

ですが、そんな宇都出さんが

「ミスはいくらがんばってもなくなりませんがせなら『脳のメカニズム』そのものが原因だからです！」

と講演で仰つて頂いております。

この言葉は私のような「ミス男」としては慰めの言葉にもなりますね。

「では、どう頭を使えばミスがなくなるのだろうか？」

ということが、知りたいところです。

皆さんはどうでしょうか？

それは、、、詳しくは、宇都出さんの本を読むしかないですね(笑)。
本では詳しくかつ科学的に書いております。

このレポートでは朝Spaで触れたエッセンスだけ紹介させて頂きます。

まず、人間の脳を理解する必要があります。

人間の脳にもパソコンのRAM(メモリ)のような、ワーキングメモリ(作業記憶)があります。

パソコンを日常使われる方は経験されたことがあるかもしれないが、いろんなアプリケーションを開いて同時に作業すると動作が遅くなりますよね。特に10年くらい前までのパソコンが、古くなったパソコンはこのようにフリーズしてしまうことも多かったと思います。

人間もパソコンと同じく「読む・聞く・考える」など脳で情報処理するにはワーキングメモリの制限があり、メモリオーバーするとフリーズしてしまう、ということです。そして、このメモリ(容量)は人間の脳の構造上、残念ながらいくら訓練したからといって大きくすることは出来ないということです。

まずは、ここを自覚する必要がある、ということなんです。

問題は、「ワーキングメモリが大きくない」ことそのものではなくて、その「ワーキングメモリが大きいことによる見落としを自覚し、いかに対処の方法を身に着けるか」ということになります。

具体的な方法論として、下記のようなこと

①ワーキングメモリから不要な情報を外に出す。例えばメモに書きます。メモに書き出すことによってワーキングメモリを軽くする。

②ワーキングメモリに不要な情報は入れない。例えば、集中したい場合はスマホやテレビから離れる。また、身の回りを整理整頓する。

③ワーキングメモリを使わない。これは基本の徹底・習熟することで無意識でできるまでくり返す。

ということなんです。



「仕事のミスが絶対なくなる頭の使い方」



2017年2月15日
第26回朝Spa楽満流
らくまんインタビュー

いかがでしょうか？
このレポートではほんの序の口しか紹介できないので、繰り返しになりますが、本当に詳しく知りたい方は本を読んでくださいね。
後半は私の感想をレポートとしてあげさせていただきます。

(誤解を恐れず)やはり宇都出さんもしくは宇都出さんのような方が「秀才」なんだろな、と感じました。

まず、秀才の定義ですが、辞書で調べると①学問・才能のすぐれた人。とあります。ですので、この時点で宇都出さんは該当されているとは思いますが、私が言いたいのはそういうことではないです。

ここでいう秀才の(私の)定義としては

「一般人(多くの人が)が難しいと思っていることを、一般人から見ると簡単にできてしまう人。やってみよう人」とします。
そんな人まわりにいませんか？

では、どういふところが優れているのかというと、まず一般人でも秀才でも仕事や勉強で何かミスを犯してしまう、ということは誰しもあると思います。

そのミスの多くは、「能力が低いから」もしくは「頭が良くないから」起こるミスというよりは、ちよつとした確認ミスや説明もつかないような単純なミス、または準備不足によるミスがほとんどではないでしょうか。
大体、こんなミスを犯した後は自己嫌悪になります。「逃げ出したいな」というような嫌な気持ちになります。とても後悔します。そして今度から気を付けよう、と反省します。

多分、私のような凡人(一般人)でも、ここまではやっていると思います。

そして、多少良くなったかな、と、ほとんりが冷めたころに同じミスを犯してしまい、同じことを同じサイクルで考えます。

これをあまりにも繰り返し返すと、いつからか「自分はこういうことは苦手なんだろうな」とか
「ま、これが自分なんだろうな」と思ふようになることもあります。こんな自己概念が固定されてしまいます。

秀才の方の違うところは、ミスはミスとして冷静にとらえた上で、

「なぜそうなったか？」
の犯人(問題点)を発見し、その犯人(問題点)の性質を分析し、性質によってはその犯人(問題点)がいなくなるならないことを自覚させることです。ミスをおかしてしまつたことによる「嫌になる感情」から逃げ出さず、しっかり向き合うところが違います。

そしてミスを繰り返し返さないように、「いきなり目に見える大きな改善をする」というより、

「簡単に取り掛かれるくらいの小さな改善を『都度』行っていくことで大きく改善(成長)する」ということを考え方の習慣とされているのだと思います。

普通の人の方が難しいと感じて立ち止まってしまうところを、簡単なレベルまで分解してしまつて「秀才」なんだなと感じました。宇都出さんに関しては、このように本まで出版してしまつたりします。

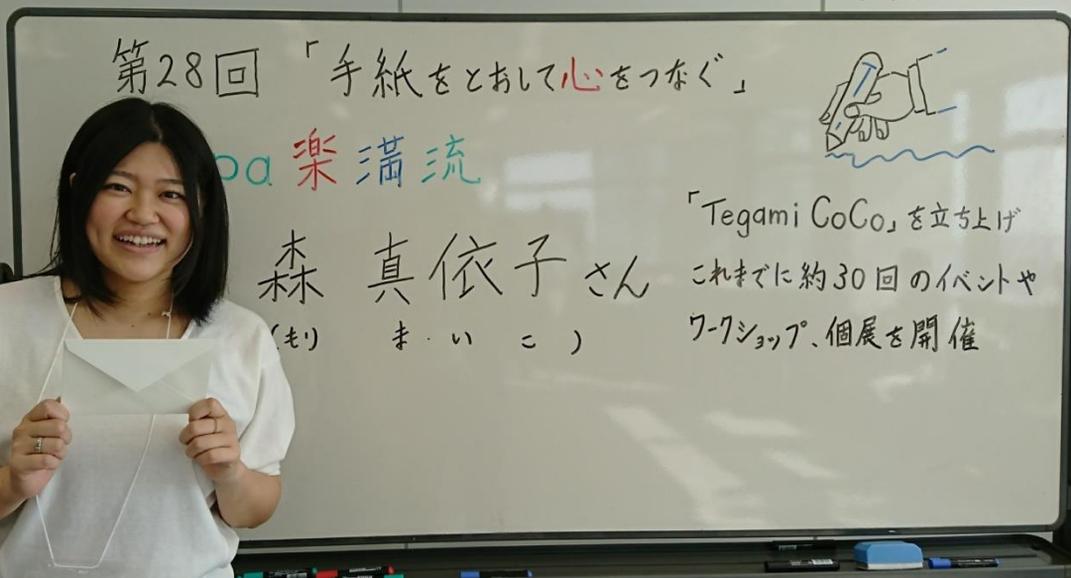
ただ、宇都出さんの講演を聞いて「だから難しいのではなく、「だからこそ自分も出来るのではないか」と前向きにさせて頂きました。

まずは「やるべきことや覚えつづけておけないこと」、または「思い浮かんだアイデア」を手帳やスマホのアプリに書きだしておくことを意識的にやってみたいと思います。

《レポート文 井上 淳》



「手紙をとおして心をつなぐ」



ゲスト講師：Tegami CoCo 森 真依子さん



現在のようにメールやFacebook、ラインというツールの利便性を享受できている時代に、あえて「手紙」という古典的な手段にフォーカスを当てて、セミナーやワークショップされているのが、今回のゲスト講師の森真依子(マイマイ)さんです。
※以下、敬意と親しみを込めてマイマイと書かせて頂きます。

会としては、前半は、マイマイが手紙に出会うまでを代表の杉山からのインタビューを交えて語って頂いて、後半は参加者全員で実際に手紙を書く、というワークショップを行います。

■インタビュー

マイマイは元々、競技エアロビックスの選手として世界大会にも出場するほどの実力でしたが、大学時代に大きな怪我をしたことで選手生活を引退することになります。自分からエアロをとったら何が残るのだろうか、と、苦悩する中でおきた母親とのやりとりから、母娘関係は悪化することになります。

その後、大学を卒業して社会人生活を始めますが、母親との関係は悪くなる一方。お互い素直になれないまま、数年の月日が流れます。

「もう、わかり合えることはないだろうな」

そんな風に思っていたある時、マイマイのもとに、一通の手紙が届きます。

差出人は、母親。

そこに書かれていた母親の本当の気持ちに、マイマイは心救われることになりました。

大切な人との心をつないでくれたのが手紙でした。



手紙というツールの威力を改めて実感した経験が、現在の手紙セミナーやワークショップの発想の出発点になっています

■ワークショップ

後半のワークショップでは、実際に自分の大切な人を思い浮かべて便箋を選んで手紙を書く、という体験をしましたが、このレポートでは全体であがった感想を抜粋して並べてみます。

- ・大切な誰かに手紙を書くことで、自分自身を見つめなおせる。
- ・気持ちの「見える化」になる。
- ・手紙を書くこととすると、その人への感謝の気持ちや反省の気持ちしかでてこなくなる。
- ・自分の素直な気持ちを引き出してくれる。
- ・相手に対して書いているつもりが、自分の決意表明のような文になってしまう。

上記のような感想がありがりましたが、比較的男性は女性よりも「手紙を書く」という行為に何かしらの心理的なハードルがあったような感想をもたれたようです。

今回は、マイマイの話を踏まえて、参加者がそれぞれの大切な人を思い浮かべて手紙を書いていたので、心がポカポカとしていく状態が会全体として醸し出されたようにみえます。

《レポート文 井上 淳》



「あなたの隣にある広告コピーの世界」



ゲスト講師：株式会社コトバ コピーライター 阿部 希葉さん

我々は、日々言葉の中で生きています。人間社会は、家族や友人、恋人関係にしろ、またテレビ、新聞、雑誌、ネットにしろ言葉ない生活というのはありえません。

今回の朝Spaは、その言葉を使い企業や商品の価値を人々に伝えるということを生業にされているコピーライターの阿部希葉さんをゲストスピーカーに迎えました。

阿部さんの講義やワークショップを受けながら、「海のような言葉の世界」をまるで水深を一つ一つ深く潜つて楽しむような、そういう時間をご提供いただきました。

会の前半は、阿部さんが所属されている株式会社コトバのお仕事実績の紹介でした。

守秘義務がある為、企業名や具体的なお仕事の実績をこのレポートの場で紹介することは差し控えていただきますが、やはりプロのコピーライターの紡ぎだす言葉には、人々の頭のどこかにコピーを聞けば、そのCMや商品を思い出す」というマジックが仕掛けられているものです。

参加者から、「耳覚えあるコピーだ」「印象に残っているCMだ」という反応をみると、「言葉をインガーにかけて心に残していく」かのような職人の技を感じます。

また、過去の名作コピーや最近話題のコピーについて、改めてプロである阿部さんの解説を聞きながら作品を見ると、ただの短い言葉の中で強いインパクトを残す技があったり、その言葉から想像が拓けていく世界を感じたり出来ます。

後半は、「宣伝会議の審査員になってみましょう！」というグループ形式のワークショップを行いました。

これは、あるコンテスト作品から実際にワールドに選ばれた作品を当てていくというグループディスカッションとクイズを兼ねたワークショップです。

題材に挙げられたものの自体がフアインリストの作品だったので、個人的にはどれも甲乙つけがたくこの中の最優秀賞は人によつて好みが分かれるものだと思っていました。いくつかのグループがゴールド作品を正解したのを見ると、改めて朝Spaの参加者は、感性豊かな目利きが集まっているんだな、と感心した次第です。

また、今回のメインイベントになったラジオの聴衆を増やす為のコピーを考えようというワークショップでは、参加者個々にコピーを考えてましたが、場は静かな中で短い時間ながら、その時の頭の中は言葉のお祭りのような状態になったのではないかと想像するほど、発表される時の参加者の顔は楽しげでした。

最後に、今回は阿部さんの準備して頂いたひとつひとつのコンテンツのおかげで自然と会話はまとまっていたと思います。

ひとつひとつを丁寧に説明して頂いている様をみて、やはり人々の心を楽しませるといふコピーの世界を阿部さんご自身も堪能しているんだな、と感じたところです。

《レポート文 井上 淳》



特別篇 ゲスト

トップ オブ ザ エグゼクティブライフプランナー
朝Spa代表

× 杉山 栄作

★インタビュー
トレスベクト教育研究所代表

宇都出 雅巳さん

■はじめに(コミュニティ作りの達人)

2014年9月に始まった朝Spa楽満流も数えること今回で30回となりました。始めた頃は参加者10名程度だったでしょう。ほぼ身内同士での会合だったと記憶しております。
そんなスタートでしたが、お盆を迎える8月を除いて毎月第3水曜日の朝に開催して参りました。

朝Spaというネーミングは、今回のゲストスピーカーであり朝Spa代表の杉山栄作(以下、栄作さん)と書かせて頂きますが、参加するメンバーが「朝風呂に入ったようなさっぱりした感覚」を目指して名づけました。

私はこれは素晴らしいコンセプトだな、と思う一方で頭でつかちなところがありまして「はたして、そもそも平日の朝にそんなに人が集まってくるのだろうか?」

という心配もしておりました。ですが、栄作さんが

「そうだね。でも必ずしも人を多く集めることを目的としてるわけじゃないからさ、集まってきたくれた人でやれば大丈夫よ。まあ、とにかくやってみようよ。」

と涼しく言ってくれたことで、

『そうか、やつてみればいいのか。ダメでも別にいいんだしな』

と、すうつと曇天の空が消えていき青空が広がっていくような気持ちになったことを覚えております。

まさに『案ずるより産むが易し』で、回を重ねるごとに認知もされ参加者も増えていき、また栄作さんの統率のもと我々の運営上のノウハウも積みあがっていきました。また、栄作さんが考案したキャッチフレーズ

「メンターと出会える場」

朝Spa楽満流

「子供の頃は早く大人になって、夜遅くまで

遊んでみたかった。でも今は、夜更かしより、早起きが大人だ。」
の影響なのか、キャッチフレーズをそのまま体現したような人たちが自然と集まってくれるようになりました。

今では参加者が会に対しての期待値と「何かを受け取って帰ろう」という受信用力も上がっているような気がします。

さて、栄作さんはこの朝Spaの他にも「星座の会」×12「昭和歌謡の会」「お寿司の会」
「有休を取ってみんなまで遊びに行く」TOC(休
ツアーズ)「味の会」などなど、このようなコ
ミュニティをゼロから作っていくこと、それ
それをイキイキと活動させていくことが得意
意というか大好きなようです。

そのような様をみて都度思うのは、会の代表としてその中心にドンと構えて引っ張っていくというイメージではなく、どちらかというと自らが黒子となつて、常に参加者一人一人をテイクアップしていき参加者が主体的に楽しんでもらえる環境を作っていくこと、自らが「心から楽しんでやられるだ」ということです。そして、結果的に中心にいるのです。

と、いきなりの結論みたいな書き方になってしまいますが、これが杉山栄作さんです。そして、ここに感銘を受ける人も多いのではないのでしょうか?

さて、ではその源泉となつているものはなんなのでしょう?

今回は、傾聴のプロでもあるコーチの宇都出雅巳さんのインタビューにより、杉山さんの自己史や価値観を紐解くことで、読んでくださる方への何かしらのヒントになるようなレポートに出来たらと思っております。

■ライフプランナーとしてのこだわりと葛藤
新卒後に入社したアパレルメーカーから21生命へ転職した栄作さんは、水を得た魚のようにぐいぐいと営業の世界で頭角を現していきます。

そんなある日、

「人はいくらお金があつても幸せと限らない」ということを、昭和を代表する大物俳



「自分と自分をつなげる、自分と人をつなげる、人と人をつなげる」



2017年6月21日
第30回朝Spa業満流
らくまんインタビュー

優の死後のエピソードによって気づかされました。

それは、夫人が悲しみの果てに後追い自殺するのではないかと心配されて付き人を常に張らせたという報道からでした。

「愛する人を亡くす喪失感をお金で埋め合わせることはできない」

この気づきにはショックを受けました。

「人はお金だけでは幸せにならない」

自分がしている仕事は万一の時に保険金をお届けすること。でもお金だけでは不十分なんだとわかってから、心理学とカウンセリングの勉強を開始したといいます。

順調にお客様が増えていく一方で一人では抱えきれないほどのお客様を担当して、果たして自分は一人一人のお客様の心に寄り添うライフプランナーで居続けられるのだろうか？と仕事のやり方に不安や矛盾を感じるようになっていきます。

この気持ちは次第に大きくなり、遂には「新規のお客様を増やさないと」という、普通の営業マンからみると暴挙とも言える結論を出すことになりました。

矛盾から目を背けずに理想に対してこれほどの真摯さを持つライフプランナーを私は知りませんが、この真摯さも栄作さんを構成する要素なのかもしれません。

ですが、既存のお客様の保全だけで営業成績をあげていくということは、さすがにこの時の栄作さん言うは易く行うは難しでした。収入は激減していきます。向かうべき方向を見失うと同時に、ライフプランナーとしての自信も失っていきます。

■ 転機

転機となったのは2003年にアメリカで行われた「リーダーシッププログラム」に百万円を超える大金を投じて参加したことです。これは宇都出さんと同じタイミングで参加されたプログラムですが、二人そろって「変態的な凄まじい研修」と表現されるので衝撃的なことが色々あったようです。

こんなことがありました。フィールドアスレチックのような施設で手すりもなく幅も狭い吊橋を渡るというエクササイズを受けた時

のことです。

栄作さんは、その吊橋から真下を見たことでその高さで恐れおののいて動けなくなりました。

トレーナーはそんな栄作さんを見て

「頭で考えずに心に聞け！」

と何度も言ってきました。ちなみに、これは研修中ことあることに言われるセラフだったということなんです。

「俺は本当はどうしたいんだ」

と、胸に手を当てて自分に問いかけました。すると、不思議なことに

あれほどガタガタ震えていた足が驚くほどピタッと止まったのです。

「俺は向こうに行きたい、いや、心が向こうへ行きたがっている」

この体験は、その後の栄作さんの生きる指針を変えた出来事でした。

それまで意固地になっていたことや、頭で考えていたものに囚われすぎていたのではないかと思うようになります。

心を信じるのが自分に翼を与えてくれることだということを実感します。

■ 最後に（繋がることと繋げることの名人）

最後にもう一つ気づいたのは、インタビュー

アリの宇都出さんにして、その他栄作さんを知っている参加者が栄作さんに対して特別な親近感を持つていることでした。

こんなに多くの人に信頼をされる人はいるのだろうか。と思いますのが、これが栄作さんの人と人の繋がる力の強さだと思えます。

「出会いによって人生は変わる」

という信条についても語って頂きましたが、栄作さん自身も、人との出会いや関わり合いの中で、何かポジティブな変化を起こすことを期待していると同時に、自身も自分の中で起る変化や心の声を聴くことに楽しみを見出しているのかもしれない、感じた次第です。

《レポート文 井上 淳》





各回のテーマとゲスト

- ◇第1回 2014年10月15日 ワークショップ 朝Spa代表 杉山 栄作さん
- ◇第2回 2014年11月19日 インタビュー プロコーチ 島崎 湖(いずみ)さん
- ◇第3回 2014年12月17日 ワークショップ 朝Spa代表 杉山 栄作さん
- ◇第4回 2015年 1月21日 インタビュー (株)ピーススタイル 代表取締役 増村 一郎さん×インタビュアー 木村 史子さん
- ◇第5回 2015年 2月18日 ワークショップ「決断」朝Spa代表 杉山 栄作さん
- ◇第6回 2015年 3月18日 M'sオーナー 三井 光秀さん
- ◇第7回 2015年 4月15日 ワークショップ「リフレーミング」朝Spa代表 杉山 栄作さん
- ◇第8回 2015年 5月20日 インタビュー 写真家 小林 伸幸さん×インタビュアー 宮本 千鶴さん
- ◇第9回 2015年 6月17日 ワークショップ 笑顔のコーチング 森本 純子さん
- ◇第10回 2015年 7月15日 インタビュー ヒューマン・ドッグトレーナー 須崎 大さん
- ◇第11回 2015年 9月16日 インタビュー 美容整形外科医 黒田 愛美さん
- ◇第12回 2015年10月21日 インタビュー「育自(いくじ)の魔法」山口 ひとみさん
- ◇第13回 2015年11月18日 ワークショップ「救急救命法AED」エグゼクティブ スポーツトレーナー 櫻井 優司さん
- ◇第14回 2015年12月16日 ワークショップ「夫婦ラボ」～夫婦関係を科学する～
米国CTI認定コーチ(CPCC)大城 京子さん×米国CTI認定コーチ(CPCC)平田 香苗さん
- ◇第15回 2016年 1月20日 インタビュー (株)オオスミ 代表取締役 社長 大角 武志さん
- ◇第16回 2016年 2月17日 ワークショップ「5年後、あなたはどこにいるのだろうか？」津留 沢美さん
- ◇第17回 2016年 3月16日 インタビュー 書道家 佐藤 敬陽(大津 明美)さん
- ◇第18回 2016年 4月20日 ワークショップ「フェイスメイク」美容室kind 飛田 卓司さん
- ◇第19回 2016年 5月18日 ワークショップ「インプロ」絹川 友梨さん
- ◇第20回 2016年 6月15日 ワークショップ「ヨガ」yoga artist naoさん
- ◇第21回 2016年 7月20日 インタビュー (株)NaI、NPO法人ハロードリーム代表 小巻 垂矢さん
- ◇第22回 2016年10月19日 ワークショップ「時間(トキ)の対話」原田 直和さん
- ◇第23回 2016年11月16日 ワークショップ「ダジャレdeござ～」一般社団法人日本だじゃれ活用協会 代表理事 鈴木 英智佳さん
- ◇第24回 2016年12月21日 ワークショップ「ホリスティック・アロマセラピー」JHAS認定セラピスト 野村 圭子さん
- ◇第25回 2017年 1月18日 インタビュー NPO法人セブン・ジェネレーションズ代表理事 赤塚 丈彦さん
- ◇第26回 2017年 2月15日 ワークショップ「仕事のミスが絶対なくなる頭の使い方」トレスペクト教育研究所代表 宇都出 雅巳さん
- ◇第27回 2017年 3月15日 ワークショップ「筆跡診断のワークショップ」筆跡診断士 小和田 有見さん
- ◇第28回 2017年 4月19日 ワークショップ「手紙のワークショップ」Tegami CoCo 森 真依子さん
- ◇第29回 2017年 5月17日 ワークショップ「コピーのワークショップ」(株)コトバコピーライター 阿部 希葉さん
- ◇第30回 2017年 6月19日 インタビュー 朝Spa代表 杉山 栄作さん×インタビュアー 宇都出 雅巳さん

ソニー生命保険株式会社
品川ライフプランナーセンター第4支社
ライフプランナー：杉山栄作、山本祐一、井上淳、藤井啓伊、柳澤匠
〒141-0032 東京都品川区大崎1-11-1 ゲートシティ大崎18F
TEL：03-5740-0213 FAX：03-5740-0233
SL17-4300-0034

朝Spaスタッフ

代表	杉山 栄作
ちらし作成、受付担当	井上 淳
写真、囲む会担当	藤井 啓伊
PC設定、名札担当	柳澤 匠
2代目似顔絵担当	山本 祐一