

ハモコミ通信は①②と毎月2回、メール配信させていただいております。①のほうはホームページでも公開しておりますとおり、A4版1枚のペーパー版も作っています。何かを郵送するついでに同封するようにしています。

HP上のバックナンバーも、このペーパー版のみ都度公開しており、②のほうは1年分まとめたの公開とさせていただいております。

遅くなりましたが、2017年②特集、どうぞお楽しみくださいませ。

ハモコミ通信 2017年1月号②

<まちネタその1>

◎ 昭和のガイドで食べ歩き

ライターの地主恵亮(じぬしけいすけ)さんは、会社を解雇された無職時代に、インターネット上のサイト「デイリーポータルZ(ゼット)」に投稿を始めました。

そこでの様々な記事が話題を呼び、後に書籍化された企画もあります。その一つが、「五十年前のガイドブックに載っている店巡り」です。

地主さんは、30年以上前の古ぼけたガイドブックを手に、街の洋食屋を訪ね歩きます。たいてい別の建物に変わっていますが、痕跡があれば記録します。

もし、今も変わらずに店が残っていると、「現在も残っているなら美味しい証拠」と、その店に入って食事をします。

そうした過程を綴った記事からは、昭和時代から変わらない店の安定感と共に、大きく変貌(へんぼう)した町並みの様子も伝わってきます。

普通は、古くなった情報に意味などないと思っ

てしまいがちです。しかし、不要なものに価値を見だし、新たな楽しみを見つける感性に倣(なら)って、「古くなったものは捨てる」以外の選択肢を見つけてみませんか？

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

<コメント>

これは目からウロコですね。

30年以上前の情報誌に意味を見いだすとは！

人の脳は、まず先入観という「ふるい」にかけ、必要なし、と判断するとそれ以降の入力を遮断しますね。

情報は新しいものにもみ価値がある、という自動思考は誰もが普通に持っていると思います。

新しい発想は、これまでの常識を疑ってみるところから、とよく言われます。

そう考えると、新発想のタネはありとあらゆるところに眠っているそうです。

弊社でも取り入れている『ひらめきメソッド※』では、常識を超えた「ひんとカード」が多数用意されています。

「それもありがたよね」という自由な発想を今後も育てていきたいと思っています。

※ステップアップコミュニケーションズという山形市の企画会社柴田聖一社長が考案した画期的なメソッドです。

<http://step-up.co.jp/log/?l=416651>

<まちネタその2>

◎ 「けり」をつける

「仕事にけりをつける」「物事に蹴りがついた」といった言葉があります。

この「けり」の語源は、どこからきたのでしょうか。

「蹴り(けり)」だと思っている人も多いのではないのでしょうか？

嵐吹く 三室(みむろ)の山の もみぢ葉は 龍田の川の 錦なりけり

これは、現在の奈良県斑鳩(いかるが)町あたりを詠んだ短歌で、百人一首の一つです。

「山風が吹いている三室山の紅葉が吹き散らされて、龍田川の水面(みなも)は錦のように美しいことだなあ」という意味です。

この歌の最後に「けり」が使われています。

この「けり」は「だなあ」という詠嘆(えいたん)の助動詞ですが、百人一首や古今の短歌でも多く使われています。

最後に「けり」を詠むことから、「終わりにする」「結末」の意味になり、転じて「物事に結論を出して終わりにする」という意味にも使われています。どのような仕事でも、後始末をするなど、「けり」を上手につけることは成功の要件でしょう。

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

<コメント>

確かに「蹴り」だと思っていました。
日本語の成り立ちは興味深いですね。
夜は「もっと起きていたい」という気持ちにけりをつけてさっさと床に入り、朝は「もうちょっと寝たい」という気持ちにけりをつけ、布団を蹴つとばしてさっと起きる。
今の住宅は昔と比べて格段に気密性が高いですから、そもそも室温はあまり下がりにませんよね。
さらには、タイマーで暖房している家も少なくないでしょう。覚悟次第です。
気持ちにけりをつけられる？ つけられない？

ハモコミ通信 2017年2月号②

<まちネタその1>

◎ 年の重ね方

2001年に映画デビューして以降、テレビドラマやCM、映画や舞台など、様々なシーンで活躍を続けている女優の蒼井優さん。
30代を迎えた今、インタビューで、「最近思うこと」を述べています。
「丁寧(ていねい)に年をとっていかないと、と思いますね。
雑に生きていると、プライベートは楽かもしれないけど、カメラの前で苦しむことになるので」
この言葉の「カメラの前で」を「お客様の前で」と置き換えてみると、私たちにも通じる気づきがあるのではないのでしょうか。
挨拶を疎(おろそ)かにしたり、だらしない姿勢になっていたり、身近な後始末をしないでいると、日常生活の乱れが職場での所作に現われてしまいます。
お客様の前で苦しむことになるかもしれません。

1年はあっという間に過ぎていきます。
その慌ただしい時の中でも、楽に流されず、丁寧に生きていくことが、良い年の取り方につながるのでしょうか。
まずは今日から、自分の生活を振り返ってみてはいかがでしょうか。

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

<コメント>

女優さんも、デビューの頃は可愛いだけでもなかなかなるでしょうが、確かに時のふるいにかけられていきますものね。
うすっぺらいものは見透かされますし、カメラの前以前に、一緒に仕事をする仲間との関係性の中で、生き方そのものが露呈することは避けられませんね。
私も20代のころ、営業マンとして失敗を重ねました。実にちゃらんぼらんだったのです(苦笑)。
ある時気づきました。
「営業というのはまるごと人が見られている。試されている。これは腹をくくって、人としてしっかりしていかなば」と。
未だに道半ばですが、そう心に決めてから、何かが少しずつ変わっていったのを覚えています。

<まちネタその2>

◎ 上達の秘訣

春を迎え、新しいことにチャレンジしようという人も多いでしょう。
新しい物事への挑戦には勇気がいります。
また、上達するまでに時間がかかると、途中で投げ出してしまいたくなることもあります。
鎌倉後期に、歌人であり随筆家の吉田兼好が書いた「徒然草」には、芸能を習得する秘訣について、次のように記されています。
およそ700年前に書かれたものですが、現代にも通じるものがあります。
「下手(へた)なうちは、人に知られないようにこっそり練習して、上手になってから人前で披露したら、奥ゆかしいと世間では言われる。これではものにならない」
「未熟な時から、人の中に交わり、けなされたり笑われたりしても、恥じずに、素知らぬ顔で続ける人が、我流に陥(おちい)ることなく、上達し名声を得るのだ」
新しいことを始めたばかりの頃は、人目が気に

なり、周囲の意見に一喜一憂してしまうこともあるでしょう。

しかし、意識過剰にならず、その場その場を楽しみながら、何事も行いたいものです。

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

<コメント>

これが 700 年前の言葉とは思えませんね。やはり歴史に名を残す人は違いますね。

アーノルド・シュワルツェネッガー氏も、かつてはライザップのCMのような「ぽっこりお腹」だったそうです。

あの強靱なボディを創りあげるにあたり、わざと短いTシャツを着て、ぽっこりお腹を出して街を歩いていたと聞きました。

恥ずかしさをバネにトレーニングを続けた、と。

自分の場合はどうかな、と振り返ると、半々のような気がします。

自分をさらけ出せる人、自分を笑える人は明るい人ですね。

今日を境に、半々ではなく、全部出しちゃいます！

ハモコミ通信 2017 年 3 月号②

◎ キャバレーの法則

今、キャバレーというところがあるかどうかわかりませんが、昔仲間と「ちょっと一杯のつもり」で飲みに出かけたことがありました。

たいして飲めないながら、にぎやかにひとときを過ごして帰る時になると、そのお店のスタッフがほぼ全員出口まで出て、見送ってくれるではありませんか。

「俺達もてたかもしれん」などと思い、一週間程たって、浅はかにもまた出かけてみると、「いらっしゃい」とは言うものの、「誰、あなた。ふーん先週来たの?」という調子で、ほとんど覚えていませんでした。

実はお店のマニュアルで、「見送りは全員で」となっていただけの話なのです。しかしこれは心理学上かなり有効な手段であります。

「お迎え三步、見送り七歩」などという言葉もあるくらいに、別れ際のイメージはとても大切なもの

です。

どんなにこやかに迎えられても、別れ際にフッと冷たい視線を投げかけられたり、挨拶をしただけで、「それまでの信頼関係が崩れたかも?」との思いがするものです。

選挙の立候補者が演説後に握手をしてまわるなども、それなり効果があるわけです。

しかしただ握手をすればよいとばかり、一人と握手をしながら次の人のほうを向き、あまつさえ、握った手をそのまま先のほうへ移動させ、さも「早くそっちへ行きなさい」と言わんばかりの動作をやってしまうと、「決してこの人には入れないよ」となってしまいます。

握手もそれなりにコツがあるようで、相手が握る力とほぼ同じか、ほんの少し強いとよい余韻(よいん)を残しますが、力も全く感じず義理で出された感じの時は、悪印象さえ残ってしまいます。

さらに、目をそむけての握手は、恥ずかしいのか奥ゆかしいのかしれませんが、しない方がまだましと言えます。

「目は口ほどにものを言う」ということわざもあるように、物理的に時間がなかつたり、距離があってもアイコンタクトと口角を少し上げた笑顔で、十分親しみのこもった挨拶はできます。

お金も労力もかかりません。

しかし、意外にこの利点は利用されていません。それでいて「あいつ、俺を無視した」とか「ムツとした」などと言って、人間関係を悪くってしまいます。

自分も結構似たようなことをしているのに。別れ際を大切に「キャバレーの法則」は、いろいろところで使えます。

もしお別れの挨拶ができなかったとしたら、50円を使ってハガキに一言「会えてよかった。また会おう」だけで友情は半永久的に続くように思います。

今電話やメールで何でも用が足りる時代となりました。

お金もそうかかりません。しかし、ハガキや手紙はお金以上の価値があるのではないのでしょうか。そこには人の温かさが伝わるからです。

電話も伝わりますが、一般的に自分は暇でも、相手はどういう状態かわかりません。こちらの都合なのに手を休めてもらい、受話器を取ってもらう必要があります。

だからこそ多くの人は「いま、いいですか」と断ってから話をしています。

また講演会などに出席していてやむを得ず中座をする時など、黙ってこそこそとぬけるより、出口の所で講師の方を向き、黙礼をしてから退出するととてもよい感じです。

少なくとも講師の話が嫌で出ていくとはとられず、品格さえ感じられます。

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

<コメント>

新潟県長岡市在住のなじらね博士こと澤秀一郎先生の「人づきあいの心理学」から抜粋させていただきました。いろいろ考えさせられる話です。

マニュアルだとわかっていても、確かに見送りされて気分が悪くなる人はいないでしょう。行きつけの床屋さんはいつも外に出て見送ってくれます！

もちろん逆は悲しい。。。例えば食券を買って食べるラーメン屋。

帰る時に「ありがとうございました！」の声もないと、なんだかがっかりしてしまいませんか？

複数のお客さまが同時にお見えになるような場面。

そういう場は、帰り際にいろいろな人に声をかけられたりすると、お客さま一人ひとりをお見送りできない可能性が高いです。お見送り係を最初から頼んでおくと、失礼なくお見送りができますね。

握手もほんとそうですね。

目線を切るのが早すぎる人、います。

「あれ？」って感じになってしまいますよね。

「誰、あなた。ふーん先週来たの？」っていうのは「ドキッ」としてしまいます。

相手は覚えているのに、こっちは「あれ？ 確かに見たことあるけど、誰だっけ？」と必死で笑顔で思い出そうとしたりしてます(冷)。

人づきあい、まだまだ修行がたくさん必要です。

ハモコミ通信 2017年4月号②

◎一番いたいところはひとつだけ

右肩がとても痛かった時に、転んで左足を骨折したとします。

痛くて歩けず、思わずうめき声を出すと思いますが、恐らく右肩の痛みは一時的に忘れてしまっ

ていることでしょう。

人間の感覚器官はとても敏感で、右肩の痛みが治ったわけでもないのに、もっと痛いところができる、心はそちらに向いてしまいます。

しかし、足の治療が終わってその痛みが止まると、また肩の痛いところが思い出されますが、不思議なことに一番最初の、肩だけが痛かった時ほどのつらさはないようです。

それは「つらい」と思って、そのことばかり気持ちがいついていた時、もっとつらいことが起きてしまったら、「何だ、そんなにたいへんではなかったな、もっとたいへんなことは沢山あるな」と気付くと痛みも和らいでいくようです。

また、体調が悪くて、フラフラしながら歩道を歩いていた人が、目の前で幼児が急に車道に飛び出そうとするのを見たとき。

周辺にだれもいなければ恐らく瞬間的にかけ寄り、止めようとすると思います。

あれ程弱っていた病人でもアドレナリンが出て、思わぬ働きをしてしまうのかもしれない。

そして、幼児を助けることができ、その子のお母さんから感謝された後の本人の歩き方はいかがでしょう。

あのフラフラした歩みではなく、何か自分にも勇気が出てきたような、明るく楽しそうな歩き方に近づいていることと思います。

このように、人間は目の前の人や物ごとに集中すると、他のことを心配している暇がなくなり、その後ではかえって余裕ができることも多いようです。

そこでこの「一番いたいところはひとつだけ」の理論を利用して、「沢山の仕事をうまくやる」方法を考えてみたいと思います。

私達はつい「忙しい」という言葉を使っていますが、「忙しい」というのは「心を亡くしている」という意味になり、あまりよいことではないかもしれません。

つまり、目の前のことに直面しながら、頭の中は別のことを気にしている時、忙しいのです。

それならばむしろ今、目の前の人や物ごとを一番に考え、集中していると、雑念がわきにくく、それが解決すると、ほぼ同時くらいに、次のことがやれるようになるのです。

たとえば何か仕事をしていてお客様が来られた時、「忙しいのに」と思うのは、心が二つのことに分散してしまい、どちらも中途半端になってしまう結果です。

それならば思い切って、これまでやっていた仕事からいったん全く離れて、目の前のお客様に集中してみてもいいかでしょう。

意外にスッキリし、その方が帰られたら、またスイッチの切り替えができ、元の仕事にも戻れるだけでなく、新たなヒントや気づきを得て、スピードアップすることを体験していただけたらと思います。

この切り替えのうまくできる人が「仕事のできる人」かもしれません。

ただし、この時に「人が忙しいのに」とか、「何で雑用ばかり来るの」などと怒ったり、不満に思うより、「人から頼まれるうちが花だよな」くらいに喜んでいて、まちがいにないよ仕事ができます。

2つの仕事を両方気にしながら1時間やるより、1つを30分、もう1つを30分、各々集中してやる方が能率がよく、相乗効果と気分転換で実力以上の仕事ができることが多いのです。

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

<コメント>

3月号②に続き、

新潟県長岡市在住のなじらね博士こと澤秀一郎先生の

「人づきあいの心理学」から抜粋させていただきました。

「痛いところはひとつだけ」から「仕事のできる人」のやり方を導き出すのは澤先生一流の応用センスですね。

『目の前のことに直面しながら、頭の中は別のことを気にしている時、忙しい』実にそのとおりですね。

つまり、忙しさは感じ方の問題というよりは、一つずつ集中してやり遂げていくという手法というかスタンスの問題なのだ、ということに気づかされます。

目の前の人、目の前のことに、まずは全力集中する！わかっているようでわかっておらず、できてるようでできてない！

こういう極意はやったもん勝ち、やり続けたもん勝ちですね。

ぜひ習慣化したいと思いました。

ポイントは、「忙しい」と感じた瞬間に「ああ、今自分の心は1つに集中してないぞ」と意識することですね。

~~~~~

#### < スタッフブログのご紹介 (H29.3.27 大下諭司) >

## ◎今週の大下の思うこと～116～「コボパ」

<http://iki-sangyo.co.jp/log/?l=430922>

先日の日曜日に行ってきました。

コボパーク宮城（昨年までコボスタジアム宮城でしたが今年から変わりました）

昨日はプレオープンだったので実際には試合をやっておりませんが、今年初のスタジアムの雰囲気をお子様と味わってきました。

(写真)

どうですかこの写真、息子が雄大なスタジアムに向かっていくような雰囲気を出しているような（笑）

実際、この後興奮しながら下まで降りていきました。

ここはグリコパークという観覧車やメリーゴーランドがある敷地です。

グリコなのでこんなものもあります。

(写真)

目のところは加工しておりますが、ポッキーに入って記念写真が撮れます。

ご興味ある方は是非！

さて今週プロ野球開幕します。

楽天は3/31は今年から加入の岸が登板予定でしたが、まさかのインフルエンザで回避、どうなるか不安ですがあくまでも目標は優勝！

私もファンとして頑張ってお応援します。

今から楽しみです。そして秋も笑って終わりたい。そう祈るばかりです。

※やはりまだ寒いですが、暖かくして観戦をお勧めです。

当社で取り扱っておりますあったかベストやあったかブルゾンはいかがでしょう？

<http://iki-sangyo.co.jp/log/?l=430922>

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

#### <コメント>

弊社では、日替わりでスタッフブログを書いてもらって

ます。

今回は営業の天下諭司のブログをとりあげました。

東北楽天ゴールデンイーグルスの大ファンの天下。

ブログネタもシーズンインに伴い必然的にそれが多くなるでしょう。

毎朝 7 時半過ぎには出社し、仕事の段取りを整えています。

わさびとレーズンが苦手な弊社のムードメーカー。

家庭をとっても大切にしているがんばり屋天下をどうぞ可愛がってください。

## ハモコミ通信 2017 年 5 月号②

### ◎負け犬の遠吠え 勝ち犬の近誉め

三章の「負け惜しみの理論」で、失敗した時に心の中だけで他人やタイミングのせいにしてたり、イソップ物語でブドウの採れなかったキツネが

「あれはすっばくてまずいブドウだ」などと言うことで落ち込みを防ぎ、早く立ち直る方法を考えました。しかし「負け惜しみ理論」と似たような言葉でも、「負け犬の遠吠え」は大違いです。

「負け犬」は失敗した時にスゴスゴと引き下がるだけでなく、仕返しをされない離れた所へ行ってから「遠吠え」を発して、自分の存在感を示そうと、はかない抵抗をするものです。映画などできっぷのよい若大将にやられたチンピラが、「おぼえているよ」などと言って逃げるのも「負け犬の遠吠え」の一種かと思います。

そのチンピラが次にどんな行動をするかという、ほとんどが、近くにいた人に八つ当たりをしたり、別な所で弱い相手を見つけて「憂さ晴らし」をするようです。自分の怒りが収まらないので、赤の他人を巻き添えにしてしまうのでは、その若大将も罪作りです。

そこで「負け犬」を作らないようにすることが「人づきあいの心理学」として必要かもしれません。そのための方法を少し考えてみました。

#### ①「あんたが大将」

負け犬が遠吠えをする時の心理は、自己顕示欲の強い者がそれを発揮できなかった時に起こす現象ですから、「あんたが大将」と言ってチャホヤシ

てくれる人がまわりにいれば収まることもあります。

しかし、若大将が「人づきあい」を考えたら、チンピラをたたきのめした後でも、「パンパン」と手をたたいてホコリを払うのではなく、「いやー、まいった、あなたは強い。これ以上やったら俺の方がもたない。こちらへんでかんべんして下さい」

と言って、相手の花道を作ってやれたら最高です。力の差は相手が一番よくわかっているはずですから、二度と仕返しはしてこないと思います。そうでないと陰に隠れて、もっとひどいことをしてくる可能性さえあります。

#### ②「勝ち犬の近誉め」

プロ野球チーム「楽天」の野村監督が現役捕手の時、打者のすぐ近くで「ささやき作戦」を施したと言います。その中には「その打ち方でよく打てるなあ」と「褒め殺し」をし、打者を逆に不安にすることもあったようです。

討論会などでも、相手をトコトン追いつめて「ギャフン」と言わせるのではなく、勝ち負けが決まった後でも、一步譲って「とてもよいヒントを頂きありがとうございます」とか、「おかげ様でよい案になりました」と言って相手を少し立てておけば、お互いにより気分がまた次の討論会にのぞめます。そうでないと、「恨み骨髓」で、その後も全てのことに反対をし、足を引っばる人も出てくることもあるように思います。

国会などでは、どうもそんな光景が多くみられるように思いますが、いかがでしょうか。

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

#### <コメント>

これまで二度ほどご紹介させていただいたなじらね博士・澤秀一郎氏の「人づきあいの心理学」より。

頭で三章の「負け惜しみ理論」というのが出てきました。興味のある方は、本日(5/18)の弊社ブログをご覧くださいませ。

<http://iki-sangyo.co.jp/>

自分が負け犬にならないことも大切ですが、同時に他人を負け犬にしない配慮、っていう観点がすばらしいと思いました。

たしかに「どんなもんだい」と威勢を鼻にかけていると、

その心持ちに対して天罰が与えられるのかもしれませんがね。自分が気分がいい時は相手は悪いのかもしれない、という思いやりを忘れずにいたいと思いました。

## ハモコミ通信 2017年6月号②

### ◎損の極致

鎌倉時代の武将・青砥藤綱の逸話が『太平記』に記されています。

ある夜、藤綱が滑川(なめりかわ)を渡っていた時、誤って十文銭を落としてしまいました。

これを拾うため、家来に松明(たいまつ)を五十文で買ってこさせ、その灯りで探したのです。

「十文拾うのに五十文使うのは、なんと無駄なこと」

と周囲は批判しました。

対して藤綱は、「たとえ十文の銭でも、探さなければ天下の貨幣は永久に失われてしまう。いま十文銭は手元にあり、松明を買った五十文も商人の手から流通して世に役立つ。

合わせて六十文の銭に何も損失はない」と説いたのです。

「損して得取れ」「損せぬ人に儲けなし」とは、現代でも聞く話です。

企業は利益ばかりが出るものでもなく、損失だけが增えるものでもありません。

金銭にしても何にしても、「損をした」という思いでいると、自分の気持ちまで沈んでいきます。

それこそが「損」の極致とも言うべきものです。

「物の損得は天の配剤」と捉え、短絡的・部分的な損得に流されず、長期的・全体的な視点で物事のバランスを考えていきましょう。

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

#### <コメント>

青砥藤綱という武将がどのくらい有名なのかわかりませんが、この逸話を発掘することがまずスゴイし、「損の極致」というテーマにつなげていくこのコラムニストの芸術性に感服しました。

この時代のお金の価値はよくわかりませんが、十文銭の

ために五十文を費やすことについては、藤綱の説明を聞いた後でも賛否の意見は二分することでしょう。

いずれにしても、藤綱には筋の通った信念があったため、その決断は速やかだったに違いありません。

そういう点は学ばなくてはならないなあ、と思いました。

さて、タイトルの損の極致。

「損をした」という感情をずっと引きずる損失は計り知れない、という点は大いに共感できるのではないのでしょうか。

マイナス感情が湧いてくるのは日常茶飯事。恐れ、怒り、悲しみ、ねたみ、憂い、不足不満の心……。

それらをサッと切り替えるためには、そもそもマイナス感情が湧いたら切り替える、という信条を持つことと同時に、心の状態をコントロールしていないとむずかしいのかもしれない。

ともすると人の心は鈍ったり揺らいだりしがちですものね。

そんなとき、あなたはどんな対処法をとっていますか？

私の場合は、そう感じたら5S(整理・整頓・清潔・清掃・躰)という方程式のようなものがあります。

これは結構うまくいっているような気がします。

だいたいそういうときは周りを見渡すと片付けが途中のものがあったりするものなのです。不思議なこと(笑)。

~~~~~

<まちネタ その2>

◎運不運

関西で法律事務所を開いている弁護士のN氏。約半世紀にわたって、1万人を超える依頼者の人生の一端を垣間見てきました。

その中で、N氏は、人の運の不思議さを強く感じると言います。

運の悪い人というのは、たとえば、同じような事業上のトラブルを何度も繰り返す人です。

逆に運の良い人というのは、繰り返し法律相談を受ける中で、会うごとに、事業が充実発展しているのだそうです。

運とは、一般的には、人の力ではどうすることもできない巡り合わせ、といった意味を指します。

一方で、運は自らの力で切り拓いていくもの、と捉える積極的な生き方をしている人もいます。

より良く運を切り拓いていくポイントは、
①強い意志を持って動揺することなく、
②チャンスとなればグズグズせず即刻行動して、
③やると決めたらその目的を達成するまで怠らずに続ける、ことです。

変化の激しい時代にこそ、心を磨くチャンスが潜んでいるものです。

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

<コメント>

同じ種類のトラブルを何度も繰り返す、というところがひとつのポイントですね。

前にも同じようなトラブルがあったなあ、と気づくかどうか分かれ目なのかもしれません。

気づかないのは、それを相手のせいになっている時です。

軸足を自分に向けた時、もうその種のトラブルから卒業。そういう経験をたくさんしてきました。

そして未だその途上だと感じています。

なぜなら違う種類のトラブルが次々起きるから(苦笑)。

つまり、まだまだ他人のせいだ、と思っている部分から自分の中から消えてない、ってことなんですよ。

根深いなあ、まだまだありそうだなあ(笑)。

~~~~~

## < 野生の教養 >

麻布大学獣医学部で野生動物学を教えている南正人准教授。

この方が「野生の教養」と題して寄稿しているコラムが好きです。

コメントははさみませんので、よろしければお楽しみください。

### ◎動物と植物の闘い その2

太古の昔から、植物は動物の食料となってきました。

先月号では、植物の苦みを避けたり、毒を無毒化するなどの能力を身につけた昆虫を紹介しましたが、今月は食べられる側の植物の反撃をとりあげ

ます。

アカシアの木は、キリンに葉を食べられはじめると、渋味のタンニンという毒を増産して、自己防衛します。

同時に傷口から化学物質を放出して、周囲のアカシアに“緊急警報”を発します。

それを受け取ったアカシアもタンニンを増産して葉に送ります。

キリンは、どの葉を食べても渋味が強くなり、このあたりでは美味しい葉を食べることができなくなります。

ですから、この警報の届いていない遠くまで移動しなければなりません。アカシアは共同防衛をしたわけです。

もっとすごいのは、この“緊急警報”で、葉を食べている昆虫の天敵を呼び寄せる植物です。

先月も紹介した満井喬先生のホームページ(ドクトル・ミツイの生物学雑記帳)には、これらの昆虫が紹介されています。

マメの葉は、ナミハダニに食べられると、揮発性物質を出して、このダニを食べるチリカブリダニを呼びます。

アブラナ科の植物は、モンシロチョウの幼虫に食べられると、揮発性物質を出して、この幼虫に寄生するハチを呼びます。

トウモロコシも、ヨトウムシの幼虫に食べられると、寄生するハチを呼びます。

実験によると、葉に傷がついただけではダメで、ヨトウムシの唾液がつかないと、揮発性物質が出ないそうです。

まさに敵の敵は味方です。

しかし、植物は「考えて」揮発性物質を出しているわけではありません。

警報で呼び寄せられる昆虫なども「助けに来る」わけではありません。

単に餌や寄生する相手の存在を植物の警報で知って、集まってくるだけです。

それぞれの生物が考えていないのに、このような連鎖が生じるのが、進化の中で形成される生態系なのです。

自然界、恐るべしです。

~~~~~


< 編集後記 >

先日、友人たちとゴルフを楽しみました。
後半になるといつも身体が重くなり、スコアが落ちてきます。
今回もその傾向が出てきて、リセットしたいと思いました。
そして思っただけでなく行動しました。
身体が重いのは心が鈍っている証拠ととらえ、心を変えるには5S、といういつもの方程式を採用。
コース途中にあるトイレに入った時、便器についていたしずくをトイレットペーパーできれいにふき取りました。
結果は？
フッフ、良くなりました！

<コメント>

すばらしい先生ですね。
M君の成績はきっとこれから伸びてくることでしょう。
そして、数学だけでなく、他の教科についても、苦手意識を克服する手段は笑顔だ、と学習したことでしょう。
興味が引き出されるまでは何を教えてもムダですし、その一歩手前にある「苦手意識」という見えない大きな壁をいかに崩すかが先生の腕のみせどころですね。
これは学校の先生のみならず、営業や社員教育や何かを伝える仕事をしている人全員にあてはまることでしょう。
お手製のスタンプカード、そして笑顔の回数をいちいちチェックするという熱心さマメさも見習いたいですね。

~~~~~

ハモコミ通信 2017年7月号②

◎笑顔のスタンプカード

中学2年生になるM君は数学が苦手です。  
1学期の成績も思わしくなく、夏休みに、苦手克服のために、個別対応の塾へ通うことになりました。  
学校から出された夏休みの宿題にも手をつけていないのに、さらに塾に通わなければならないことが、苦痛で仕方ありません。  
ところが、数学を担当するK子先生から、初日の授業で提案されたのは、学習の進め方ではなく、「授業の中でどれだけ笑顔で取り組めたかをひと夏の目標にしよう」ということでした。  
授業では、M君が笑う度に、先生お手製の「笑顔スタンプカード」に笑顔マークのスタンプが押され、塾へ通うことが楽しくなってきました。  
《授業中はたくさん笑えばいいんだ》という思いで、数学と向き合っていくと、1学期につまずいた項目も、徐々に苦手意識が薄らいでいったのでした。  
夏休み後半、カードには200以上のスタンプが押されていました。  
成績が飛躍的に上がったわけでもないのに、なぜか自信が漲（みなぎ）るM君でした。

◎成し遂げるために

不意のトラブルやアクシデントに見舞われ、思っていた結果が得られなかった時、人は誰かのせいにしたくなります。  
しかし、そうしたからといって、結果が変わる訳ではありません。  
レスリングの登坂絵莉（とさか えり）選手は、2012年世界選手権の決勝戦で、誤審ともいわれる判定で逆転負けを喫しました。  
登坂選手は、後にこの試合を振り返り、「誰かに結果を変えられるような戦い方をしちゃダメだと思った」と語っています。  
そして、「何かを成し遂げるには、絶対に強い意志が必要で、どれだけ嫌でもやりきることが大切」と自分に言い聞かせ、厳しいトレーニングに黙々と励み、昨年のリオオリンピックでは、見事に金メダルを獲得しました。  
トラブルやアクシデントは誰にでも起こり得ます。  
その出来事自体は、もう変えることができません。  
ただし、受け止め方次第で、そのアクシデントを教訓にすることもできます。  
悔しさの中にも強い意志を持って、マイナスをプラスに転じていきましょう。

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

<コメント>

結果の受け止め方の重要性をズバツと教えてくれるコラムです。

「不都合な真実」という映画がありました、「まさか」という結果は時として起きてしまうものですね。

マイナスをプラスに受け止めて努力を重ねたからといって、登坂選手のように望んだ形でリベンジできるとは限りません。

スキーモーグルの上村愛子さんだって、陸上短距離の福島千里さんだって、自分に厳しく過酷なメニューをこなし、「何かを成し遂げるには、絶対に強い意志が必要で、どれだけ嫌でもやりきることが大切」

ということは当然のように自分に課してきたことでしょう。では、このお二人は成功しなかったのか？

このお二人は、結果として、ひたむきに挑戦するプロセスの大切さと美しさを、たくさんの人に伝えることに成功したと言えるのではないのでしょうか？

少し時を経てからでないと言えないことなのかもしれませんが。

何かを成し遂げようと思えば、途中つまづきは必ずと言っていいほどやってきますね。

まるで水戸黄門のようにパターンは同じです。

いつまでも誰かのせいにしていたら進歩はゼロです。

なるべく早く気持ちを切り替えて、プラスにもっていく力を磨いていきたいものですね。

~~~~~

◎清掃の輪

Mさんが初めて清掃ボランティアに参加した時のことです。

清掃には職場の同僚や町内の顔見知りなど、多くの人たちが参加していました。

前夜に地域のイベントがあったため、道路には多くのゴミが落ちています。

一瞬、捨てた人を責める気持ちが湧きましたが、周囲には、額に汗して清掃している人が大勢います。

その姿を見て、気持ちを切り替えました。

清掃終了後に、主催する責任者から、次のような言葉が述べられました。

「ゴミを1つ捨てる人がいるならば、捨てる人は2つ以上拾いましょう。地域を綺麗にするには、捨てる人に心を惑わされるよりも、清々（すがすが）しい気持ちを共有しましょう。

次回は知人にも声をかけて参加してくださいね。」

その言葉にハッとしたMさん。

職場では、整理整頓ができない人を注意し、不機嫌の悪循環を作り出してしまっていました。

これからは自分から率先垂範して取り組み、清々しさの輪を広げていこうと決意したのです。

心と環境は関連します。

積極的に環境の美化に努めましょう。

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

<コメント>

毎朝通勤ゴミ拾いを始めて3年ほどになります。

通勤時間は徒歩5分なので、少し遠回りをして5つのコースを設定してやっています。

まさに最初の頃は捨てた人への責め心がいっぱいでした。やがていろいろなことに気づく感度が高まったように感じています。

汚いものにだけ目を向けずにきれいなものも見たい、と思ひ、ゴミを探しながらもきれいなものを探すようになりました。

季節毎に咲いている花や、見上げた青空は、ゴミ拾いをしていると普段より格段に美しく感じられます。

そして、わがままで「幼稚なゴミ」(タバコのポイ捨てやお菓子の袋など)の他に、「悲しいゴミ」があることもわかってきました。

家に居場所を感じられなくて食べ散らかしたようなゴミや、何かを鬱屈した気持ちを抑えられなくて(想像ですが)、紙をちぎっては捨てちぎっては捨て、というものなどなど。

こういうゴミは拾ってあげなければいけない、と感じます。

近所で子どもたちの交通誘導をしているシニアボランティアの方は道中ゴミ拾いをしているらしいです。

早朝ほうきとちりとりで広範囲にお掃除をしているおばさんもいらっやいます。

舗道の草取りに励んでくれているおじいさんもいるし、もちろん地域清掃日に地域をきれいにしようとたくさんの大人子どもが参加していることもうれしいことです。

場を清めることは心を清めること。
少しの時間、そういうことに費やすのはいかがでしょうか。

~~~~~

### < 編集後記 >

アメリカ在住の女性ライターであるイレーナさんによる「座り方でわかるあなたの本性」というを見つけました。

<http://tabi-labo.com/281328/sitting-personality-test>

話のタネにご覧あそばせ。

## ハモコミ通信 2017 年 8 月号②

### ◎絵本「おおきな木 The Giving Tree」を読み返して

作者はシェル・シルヴァスタインというアメリカ人。現在発売されている絵本の訳は村上春樹さんです。(本田錦一郎氏訳は絶版)

NET で調べてみると、両者の訳の違いを論じているものもありますが、今回の趣旨とは違うのでそこは飛ばします。

さて、あらすじ紹介の前に、リンゴの木について少し触れておきます。

普段私たちが目にするリンゴの木は収穫しやすいように高さ2m程度に整えられたものですよね。

ところが原木はというと、高さ20mもの大木になるとリンゴ農家の友人から聞いたことがあります。

この絵本に登場するリンゴの木はまさにそういうものだと思像しながらお読みくださいませ。

あらすじ

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

あるところに 1 本のリンゴの木がありました。その木はひとりの少年のことが大好きでした。

少年は毎日木のところに遊びに来ては、葉っぱを集めて冠をつくったり、木登りして枝にぶら下がったり、実を食べたりして遊びました。

少年もその木が大好きだったのです。誰よりも何よりも。

木はしあわせでした。

ときは流れ、少年は大きくなり、あまり木のところに遊びに来なくなりました。

木はひとりぼっちになることが多くなります。ある日、少年が木の下にやってきました。

「いらっしゃい、ぼうや。わたしにおのぼりなさい。えだにぶらさがって、りんごをおたべなさい。わたしのこかげであそんで、しあわせにおなりなさい」

「もう木のぼりをしてあそぶとしじゃないよ。ものを買ってたのしみたいんだ。おかねがいるんだよ。ぼくにおかねをちょうだい」

「ごめんなさい、おかねはないの。わたしにあるのは、はっぱとりんごだけ。りんごをもっていきなさい、ぼうや。それをまちで売きなさい。そのおかねでしあわせにおなりなさい」

少年は言われた通りリンゴを持っていきました。木はしあわせになりました。

その後またしばらく時が経ち、久しぶりに少年が姿を見せました。

木はよろこびにからだをふるわせました。

「おいで、ぼうや。わたしにおのぼりなさい。そしてえだにぶらさがってあそんで、しあわせにおなりなさい」

「ぼくはいそがしくて、木のぼりなんてしてられないよ。

ぼくにはあたたかくくらせる家があるんだ。

おくさんもほしいし、こどももほしいし、それには家があるんだ。

ぼくに家をちょうだいよ」

「わたしは家をもっていないの。でもわたしのえだを切って、それで家をつくればいいわ。

そうしてしあわせにおなりなさい」

少年は言われた通りにして家をつくりました。

木はしあわせでした。

またとても長い時を経て、少年は戻ってきました。

木はこころからしあわせでした。

それこそもうくちもきけないくらい。

「いらっしゃい、ぼうや。楽しく遊びましょう」

「ぼくはあそぶにはとしをとりすぎているし、

こころがかなしすぎる。ぼくはふねがほしい。

「ぼくにふねをおくれよ」

「わたしのみきを切つてふねをつくりなさい。

それにのつてとおくにいつて・・・しあわせにおなりなさい」

少年は言われた通りに幹を切り倒し、船を造り、旅立ちました。

それで木はしあわせに・・・(略)

すいぶん長い時間が流れ、少年はまた戻ってきました。

「ごめんなさい、ぼうや。

わたしにはもうなにもないの。

あなたにあげられるものが。

いまのわたしはただのふるいきりかぶ」

「ぼくはもう、とくになにもひつようとはしない。

こしをおろしてやすめる、しずかなばしょがあればそれでいいんだ。すいぶんつかれてしまった」

「いらっしゃい、ぼうや、わたしにおすわりなさい。すわつて、ゆっくりおやすみなさい」

少年はそこに腰をおろしました。

それで木はしあわせでした。

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

けつこう有名な絵本なのでお読みになつた方もいらつしゃるかもしれませんね。

あらずじではなく絵本で全文をお読みいただくとうれしいです。

さて、どんな感想をお持ちになりましたか？

ご自身を「少年」と重ね合わせて見るか、「木」の立場から見るか・・・。

切り株となつても少年の役に立てることを喜ぶリンゴの木。

体は大きくなり年は重ねても、もらつてばかりの(元)少年。

人はこの両方の側面を持っている存在ですよ。

実はこのストーリーの中で見落とされがちなのは最初の部分。

少年が木を存分に楽しみ、木のことが大好きだつたという部分。

木と少年の関係は、ここを読み飛ばしては成立しないのです。

「喜ぶこと」は「喜びを与えること」と同じくらい大切なこと。少年は意識してではないけれど、その大切なことをやつていました。

これを意識的にできるようになると上級編です(笑)。

絵本では、腰が曲がつたおじいさんをも木は「ぼうや」と呼んでいます。

それは愛情表現ととらえるのが普通ですが、年は重ねても心が成長していない「少年」を象徴しているとも考えられますね。

過日、山を登つていたら、木の根が目飛び込んできました。

登山道の土が雨で流されないのは、木の根がしっかりとそれをつかんでくれているから。

そして登り下りする際、ところによっては太い根を足場として踏みつけて利用させてもらつているわけです。

木は日陰をつくつてくれ、葉っぱや花は四季折々に目を楽しませてくれます。

鳥や虫の住処としての場所も提供してくれている木。

これまでも意識したことがなかつたわけではありませんが、今回、なぜかそのありがたさが体に伝わつてきたのでした。

自然は無償の愛の典型のようなものですね。実にたくさんものを当たり前のように利用させてもらつています。

自然を喜び、感謝してありがたく享受していきたいです。

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

## < 編集後記 >

お盆休みを利用して、小学校の同期会を行いました。  
イマドキは個室でモニターTV 付きの居酒屋があり、みんなが持ち寄ってくれた写真を映して楽しみました。

## ハモコミ通信 2017 年 9 月号②

### ◎飛鳥建築への憧れ

神社や仏閣などの建築を専門に手がける職人を「宮大工」といいます。

神社やお寺といった建築物は、釘などの金物の使用を最小限にとどめます。

そのため、伝統を踏まえた高度な技術が求められます。

昭和時代の伝統的な宮大工・西岡常一（つねかず）氏は、飛鳥時代の古代工法で大きな寺院を造営できる、最後の宮大工棟梁（とうりょう）と言われました。

氏は、「世界で一番古い木造建築だから」と法隆寺を見にくる人について、次のような言葉を遺（のこ）しています。

「古いだけならそこに落ちている石の方が古い。古いからじゃなくて、我々の祖先である飛鳥時代の人達が、建築物にどう取り組んだか、人間の魂と自然を見事に合作させたものが、法隆寺ということを知って見にきてもらいたい」

西岡氏が、再現不可能と言われた飛鳥の技法を甦らせた原動力は、先人の仕事への憧れと、《 すご術を何としても身につけたい 》という熱意でした。

仕事の上でも、より良い創意や工夫は、目標がはっきりした時に生まれます。

目標とする先輩や獲得したい技術を意識して仕事に臨みましょう。

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

## <コメント>

石の方が古い、っていう言葉にもハッとさせられました。

飛鳥時代の職人の仕事にける姿勢や、単なる技術を遥かに越えた思想とも言える超技術について、西岡氏自身がイメージしたことが、言葉を通して想像されます。

お恥ずかしながら法隆寺は見たことがありません。

そんな私にも伝わる言葉を絞り出すことができるのは、その道一筋にド真剣に取り組んでこられた方だからこそでしょう。

このコラムを読む前に、たまたま別の雑誌で、西岡常一氏のお弟子さんの小川三夫氏の記事を読みました。

弟子と言っても和 22 年生まれですからすでに 70 歳でしょうか。

やっとのことで内弟子になることができた小川氏に、西岡師匠は次のようなことを言われたそうです。

「これから1年間はテレビ、ラジオ、新聞、仕事の本。そういうものに一切目をくれてはいけない。刃物研ぎだけをしなさい」

小川氏は次のように述懐していらっしゃいます。

「1年の中ではさすがに仕事の本くらいなら読んでもいいのではないかと迷った時期もありましたが、『刃物研ぎだけをしなさい』と言われた意味が最近、この年になってやっと分かってきた気がするんです」

ここから先は、ツールの企画販売をなりわいとする弊社には実にズキンとくる言葉が続きます。

「施主さんはいつも私たちに『いい建物をつくってください』と

おっしゃるわけですが、いい建物をつくる前に、自分に合った切れる刃物を持つことが大事なんですね。いい刃物を持てば、刃物に恥じるような仕事はしなくなります。見方を変えると、いい道具を持たないと、仕事にも手を抜くようになるんです。

毎日仕事から帰って刃物を研いでおけば仕事が面白くなって、いつの間にか丈夫で立派な建物をつくってくれます。

だから、教えるのは『刃物の手入れをしなさい』と、それだけでいいと言ってもいいくらいです」

いや～、実に衝撃的なお言葉です。

繰り返しの鍛錬を積み重ねていらっしゃる方なら理解できる境地なのではないでしょうか。

私はこの言葉にひれ伏すばかりです。

元のコラムに戻りますと、最後の方で、「より良い創意や工夫は、目標がはっきりした時に生まれます」とありました。

これもまさにそのとおりですね。

常に明確な目標を掲げていきたいと思いました。

~~~~~

◎時計を見ては

職場の壁、駅の構内、寝室の枕元、スマートフォンの画面など、私たちの生活の中のあらゆるシーンに、時計の存在があります。

その時計を見ては「時間がない!」「もうこんな時間!」と、時間に追われるような生活を強いられていませんか。

本来、時計は、時間を知るための道具です。時間に追われていることを確認するための道具ではありません。

また、時間に追われてしまう人の多くは、《時間の見極めや配分が下手なのだ》と思い込み、時間を管理する方法を身につけようとするものです。

しかし、大切なのは管理方法ではなく、「時間はかけがえのない貴重なものだ」と自覚することでしょう。

人生80年を秒数で換算すると、およそ25億2千3百万秒になります。

その1秒は、今、この瞬間にも刻まれている1秒です。

「忙しい、忙しい」と言っている時間も、貴重な1秒だと心得ましょう。

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

<コメント>

このコラムも鋭いですね。切れ味抜群! やられました。やられました、なんて言っている間にも1秒は流れているのだ、か(笑)。

確かにこれまで、いかに時間を上手に管理し、やるべきことを目的と目標に照らし合わせて、効率よく実行できる

か、そういうことに力を注いできました。

それ自体が悪いことではないし、時間を大切にしたいという思いがあればこそのことではありました。

しかし……。

このコラムを書いた人のほうが明らかに上を行っている……。

時間はかけがえのない貴重なもの。

これまで以上に時間を大切にしなければ、と背筋が伸びると同時に、それを平等に与えられていることへの感謝の気持ちが湧いてきます。

~~~~~

### < 編集後記 >

カッコウという鳥が、ホオジロという鳥の巣に卵を産み付け、自分のひなと一緒に育ててもらおうという托卵(たくらん)については、ご存知の方も多いと思います。

実はホオジロもバカではないようで、卵のちょっとした模様の違いに気づくと、卵を捨てたり、巣を放棄するなどして、対抗手段を発達させているのだそうです。

最近はホオジロではなく、オナガの巣に托卵するようになっていくらしくカッコウはオナガそっくりの卵を産んでいるそうです。

そんなことができること自体すごいことですね。

でも、何で自分で育てないんだろう……!

## ハモコミ通信 2017年10号②

### ◎笑顔のスタンプカード

Aさんは書道を趣味としています。

中国の古典や日本の古筆(こひつ)の臨書※(りんしょ)をするのが大好きで、筆を持つと、時の経つのを忘れてしまいます。

そんな中で、ふと気づいたことがありました。

それは単に臨書をするのと、お手本以上に上手に書こうとするのでは、書き上がった作品を見た時に、後者のほうが出来が良いのです。

そして、これは仕事をしていく上でも同じであ

ると思いました。

私たちは日頃、目標とする人に対して、ただ憧れのように感じていることがないでしょうか。

ある人を目標にしているだけでは、それ以上の成長はありません。

そうではなく、いつかはその人を追い越すぞとの気概を持ちたいものです。

一朝一夕には無理でも、追いつき、追い越そうという気概を持つことで、より自分を高みにまで持っていけるはずです。

自分を高めることは、さらに周りの役に立つことにもつながるでしょう。

※臨書：手本を真似て書くこと

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

<コメント>

先日、友人の入選作品が展示してあるということで、毎日書道展というのを眺めてきました。

昔ながらの書道展を想像していただけに、その圧倒的点数、圧倒的迫力に度肝を抜かれました。

書家の方々のエネルギーがほとばしっている感じで、書道という範疇を超えているように思えるものも多々ありました。

こういう方々は、まさに強い気概を持って取り組んでこられたのでしょう。

守破離(しゅはり)という言葉のとおり、習い事はまずは先生の教えをしばらくはそのまま守るのが上達の近道。型がないのはカタナシです。

しかしやがてはそれを破り、独自の道を創って離れていく、という流れで先生を越えていくわけですね。

手本より上手に、という気概が持って臨むかどうか、確かに上達度合いが全然違うだろうことは想像に難しくありませんね。

私も近々、写経を初体験する予定です。

上達云々ではなく、体験の意味合いで参加予定でしたが、試しにその時だけでもお手本を超える気概でやってみたいと思います。

~~~~~

◎離れていても

世界一大きな生き物といえば、何が思い浮かぶでしょうか。

パッとイメージするのはクジラでしょう。

大型のシロナガスクジラは体長 30mを超え、マシオンでは、10 階ほどの高さにも相当します。

動物以外にも目を向けると、上には上がいます。

アメリカのオレゴン州で発見されたオニナラタケというキノコは、世界最大の生物だと言われています。

総面積はおおよそ 10 平方 km で、東京の台東区に匹敵します。

といっても、いわゆるキノコの「傘」が大きいわけではありません。

10 平方 km とは、菌糸の広がりです。

別の場所に生えているキノコが、実は同じ DNA を持っていたことから、地面の下で菌糸がつながっていることがわかりました。

そのため、1 つの生命体だといわれているのです。

この話は、離れていても、目に見えないつながりがあることを私たちに教えてくれているようです。

人間関係にも、通じるところがあるかもしれません。

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

<コメント>

「動物以外」まで読んだときは、植物だろう、植物だとすると、アメリカのセコイアという樹木は高さ 100m にもなるので、世界一だな、と勝手に思いました。

しかししかし・・・、菌だったらこんなこともあり得るんですね！

ビックリです。

10 平方 km という、3.3km × 3.3km くらいです。

そんなに離れていても地下でつながっているとはロマンを感じます。

目に見えないつながり、というところから、人間関係に話を発展させるところがこのコラム作家の芸術性ですね。

震災以降、「絆」という言葉がよく使われています。

先日ある方から教えていただいたことによると、絆とは馬などの手綱(たづな)を言うのだそうです。

茶屋などに馬をつなぎとめておく際、手綱をガチガチに結んではほどこにくく、かといって簡単にほどこけても困る。

「糸」が「半分」という漢字のとおり、ほどほどの強さで結ぶのが絆。

がっちりの場合は「結(ゆい)」という言葉がよりその状態を表すそうです。

言葉の使い分けを正しくしたほうがいいと思いました。

~~~~~

## < 営業有澤健児のある日のブログより >

私の営業担当エリアは、宮城・青森・岩手・福島です。

お客さまのおかげで、あっという間に20年以上経過しました。

いつも大変お世話になりまして感謝しております。ありがとうございます。

### 【宮城の方々へ】

いつも数多くの企業の中から弊社をご利用いただきありがとうございます。

地元にながらあまり営業が出来てない部分がありますので、もう少し力を入れたいと思います。

素早い対応を心掛け、各県の情報や新商品を織り交ぜながら提案できればと思っております。

### 【青森の方々へ】

営業の際の移動手段は車で、出張の時には3~4日かけて各県内を訪問することが多いです。

これからは雪が心配です。

青森の方はこれから、寒さ対策と雪かきが大変だと思います。

私はRABラジオ（五日市さんは特に面白いですね）を聴いて安全運転を心掛けます。

毎回ではないにしても出張中に1回以上は、青森の美味しいものや旬のものを食べるようにしたいです。

嶽きみは終わってしまいました。次回は煮干しラーメンを食べたいと思います。

### 【岩手の方々へ】

県内をくまなく回るときは3~4日で訪問をすることが多いですが、日帰りでも訪問するときもあります。

2年後のラグビーワールドカップが釜石でも開催されるとのことで、沿岸地域の高速網も徐々に良くなっており、以前よりも広い岩手県を訪問しやすくなったと感じております。

これから寒くなり、特に盛岡・遠野・二戸は寒く

て大変だと思います。

私も凍結路面に注意して安全運転を心掛けます。

次回訪問の際は、柳屋の納豆キムチラーメンを食べたいと思います。

### 【福島の方々へ】

福島市や相双地区は近いので日帰りでも訪問することがありますが、3~4日かけて訪問することもあります。

福島も（特に会津地区）もこれから寒くなり、とくに雪が多い地域は大変だと思います。

私はラジオ福島で、かがちゃんの元気な声を聴いて安全運転を心掛けます。

次回訪問の際は、とら食堂のワンタンメンか好房ラーメンを食べたいと思っております。

~~~~~

< 編集後記 >

10月1日（日）、東北・みやぎ復興マラソン2017に参加してきました。

フルマラソンの部が12000人、ファンランも含めると15000人の参加者のうち、フルマラソンの参加者の64%が県外からの参加者だったそうです！

すごい経済効果ですね。

他の大会と大きく違っていたのは、沿道の人達からの声援の内容。

「がんばれ！」とか「ナイスラン」という声にまじって、「ありがとうございます！」というのがあちこちから聞かれました。

一番印象に残ったのは、70歳くらいのおじいさん。

頭を下げながら、「ありがとうございます。ありがとうございました」と下腹に力が入った声で、通り過ぎるランナーにずーっとやっているのです。

私などはトップランナーが通り過ぎてから1時間以上経過した頃にそこを通過したわけで、その間、このおじいさんは延々「ありがとう」を言い続けてこられたわけです。そしてきつと最後のランナーが通過するまで。

家を出る時から、いや、このマラソン大会が決まった時から、心に決めたことなのでしょう。

家が流されたり、ご親族に不幸があったりして、たくさんのボランティアや周囲の人達に助けられ励まされながら今に至っている方なんだろうなあ、と勝手に想像しました。

◎終盤からが本番

「物事を最後までやり遂げたい」と思いながらも、最後に集中が途切れて、良い結果を残せない場合があります。

いわゆる、「最後の詰めを欠く」というようなことです。

脳医学者・林成之氏によると、物事が完遂する前に《 だいたいできた 》と思うと、脳は思考することをやめてしまうそうです。

脳の働きを最大限に活かすには、「もう少しで達成できるという時にこそ『ここからが本番だ』と考えることが大切」だと述べています。

最後までやり遂げる力は、日常生活の中で高めることもできます。

たとえば、「靴を揃（そろ）える」「立ち上がった後に椅子を入れる」といった小さな後始末を通して、終わりをきちんと締めくくる心を養うことができるでしょう。

取り組んでいる仕事がいよいよ終盤を迎えた時は、《 まだ終わってないぞ 》 《 後始末までが仕事だ 》 と、引き締める意識を持ちたいものです。

一人ひとりの完遂力を高めれば、職場全体の活カも上がっていくでしょう。

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

<コメント>

なるほど、思い当たる節があります。そういうことだったのか！

「家に到着するまでが修学旅行(遠足)です」って昔先生からよく言われましたものね。

《 まだ終わってないぞ 》 《 後始末までが仕事だ 》これを肝に銘じていきたいと思います。

~~~~~

◎動くゴールキーパー

今春、サッカー・Jリーグの試合中継で、ある試みが行われました。

FC 東京対浦和レッズの試合で、90 分間、両チームの GK (ゴールキーパー) だけを捉えた映像がサブチャンネルで放送されたのです。

中継では、GK がどのように動き、どのような指示を出しているのかが、映像で示されました。

常に細かくポジションを移動していることも映し出されました。

試合中、あまり動かない印象のあるサッカーの GK ですが、Jリーグの調査によれば、1 試合平均で、3~4キロ走っているという結果が出ました。

元日本代表 GK の小島伸幸氏は、「GK はボールに関わっていない 89 分間に何をすることが大切」だと語っています。

サッカーを生で観戦する時は、ボールのないところでの選手の動きにも注目してみると、思わぬ発見があるかもしれません。

また、スポーツに限らず、どのような場でも、目立たないところで全体のために動いたり、働いている人がいるのではないのでしょうか。

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

<コメント>

《 ボールに関わっていない 89 分間に何をすることが 》 確かにいろいろなことに当てはまりそうです。

イベント事であれば、全体を見回して異常や抜けがないかチェックしたり、周りの状況変化を逐一感じ取ろうとしたり、様々な方向にアンテナを張って、集中と適度な緊張が必要かもしれません。

また、短期的なことだけでなく長期的にみても同様のことが言えますね。

農業漁業なども、道具の手入れをし、磨き、情報を収集し、勉強し、見聞を広め、販路を開拓し...

そして、縁の下の力持ちの存在に思いを馳せているこのコラムニストの感覚がステキですね。

NHK ニュースで、前回の東京オリンピックにおける陸上トラックのアンツーカーが取り上げられていました。

足への負担が少なく、反発力があって記録が出るアンツーカー。その開発に心血を注いだ会社があったのだ、と。

世の中の舞台裏には、数知れない知恵と技術と思いの結集があることを感じ取れるニュースでした。

~~~~~

< 編集後記 >

秋の味覚・銀杏(ぎんなん)。焼いたものは香ばしいし、茶碗蒸しには欠かせませんね。

食べては確かに美味しいのですが、路上や舗道上に足の踏み場もないほど散乱し、強烈な臭いを発している、「ちょっとなぁ」と思っていました。

いつもはこの時期そこを避けて通りたくなるほど銀杏が落ちていたその名も銀杏坂(仙台市青葉区本町)では、今年ちょっとした異変が。

何しろほとんど落ちてないから臭わないのです。どうやら仙台市が枝切りを早めに実施したようです。

自治体によっては、実をつけない雄株のみを街路樹としているところもあるようです。

新緑も紅葉も美しいイチョウ並木。今年のように上手に管理していただけるとうれしいです。

(ローカルな話題で失礼しました)

動習慣や食生活、心の持ち方を身につけましょう。
体の健康は心を支え、心の健康は体を支えます。

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

<コメント>

新しい情報は一つないと思います。

やってるかやってないか、だけの問題ですね。

どのくらいまでのレベルでやるかを決めて、そのとおり行う。本当に大切なことを「実践し、習慣化する」独自のメソッドを持ちたいものですね。

私の場合はカミカミに難ありです(笑)。

老化防止につながらと思うとやる気がでますね!

パロチンをいっぱい出したいと思います。

新たな年を迎えるにあたり、「実践と習慣」にフォーカスしませんか。

~~~~~

## ハモコミ通信 2017 年 12 号②

### ◎よく歩きよく噛んで

日本人の平均寿命は、年々伸び続けています。

平均寿命のうち、健康で自立した生活を送ることのできる期間は「健康寿命」と呼ばれています。

健康寿命を延ばすために、日本成人病予防協会では、「テクテク・カミカミ・ニコニコ・ドキドキ」という4つの生活習慣を提唱しています。

①テクテク歩きましょう。ウォーキングは肥満や動脈硬化を抑え、足腰を鍛えます。

②カミカミしましょう。よく噛むと唾液がたくさん分泌されます。

唾液には、老化の予防に役立つパロチンというホルモンが含まれています。

③ニコニコしましょう。笑うことでストレスが発散され、免疫力がアップし、自律神経が安定します。

笑いは副作用のない良薬です。

④ドキドキ・ワクワクしましょう。

期待や感動が脳を活性化します。

どれも今日からすぐに実行したり、心がけることのできる習慣ではないでしょうか?

若く元気なうちから健康寿命を延ばすような運

### ◎建物の品格

皆さんが働く職場は、どのような建物でしょうか。

こじんまりとした事務所、機能性に重きを置いた工場、築数十年になる木造社屋、新築したばかりの自社ビルなど、それぞれの会社に顔があります。

では、室内はどのような感じでしょう。

こちらも会社によって様々です。

部屋の作りが違うだけではなく、机や椅子、棚やロッカー、道具や機械の置き方も百社百様です。

掲示物やポスターにも、会社なりの個性が表れるものです。

1905 年来日し、神戸女学院など様々な名建築を手がけた建築家の故ウィリアム・メレル・ヴォーリズは「建築物の品格は、人間の品格の如く、その外観よりもむしろ内容にある」という言葉を遺(のこ)しました。

1 人の社員の力では、会社の外観を変えることはできません。

しかし、働く社内の環境を整えることはできるでしょう。

例えば、隅々まで掃除が行き届いていると気持ちが良いものです。

お客様をお迎えする案内板一つでも、工夫でき

ることはありそうです。

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

<コメント>

建物の品格というものが内側から醸し出されるとは恐れ入りました。

でも考えてみると確かにそういう要素はあると感じました。大掃除の時期ですね。

大掃除は、単に隅々まできれいにするというだけではなく、これはもっとうしろのほうがいいな、など、社内の機能性や見え方などにも気がつく絶好のチャンス。

楽しんで張り切ってやりましょう！

~~~~~

< 編集後記 >

沖縄 NAHA マラソンを無事完走してきました。

35 km過ぎからは目を開けているのもやっとというほど消耗し切っていましたが、タイム的には近年では一番。

まだまだ伸び盛りです(笑)。

さて今年もハモコミ通信をご愛読いただきましてありがとうございます。心より感謝申し上げます。

2017 年はあなたにとってどんな 1 年だったでしょうか？

...

2018 年はきっとすばらしい 1 年になると思います。

どうぞ素敵な年末年始をお過ごしくださいませ！