

SENCIA

次なる革新を起こす!!

熱狂対談

突き抜けた人材が

落合陽一

メディアアーティスト

竹田哲之助

一般社団法人 大阪青年会議所 理事長

あの熱狂を大阪へ!
「'70EXPOのレガシーとは？」

素直な心は固定観念にとらわれない
松下幸之助の驚きのエピソード

消費税は日本経済の防波堤!?
今こそ消費を伸ばすとき

SDGs達成に向けた新たな社会貢献の仕組み
コースマーケティング

五月病を吹き飛ばす基本のスクワット

1000名の声で大阪を動かす!

BREAK THROUGH CAFE

創業80周年を超えてめざす
デサント社の挑戦

IT先進国に学べ!
エストニア視察報告

SENCIA 2018 vol.02

SENCIAとは、先人が築き上げてきた資産と、今を生きる私たちの感性＝センスを融合して
創り出される『新たな価値』を大阪から発信したい、そんな想いで命名しました。

熱狂対談

突き抜けた人材が 次なる革新を起こす!!

メディアアーティスト

落合 陽一



一般社団法人 大阪青年会議所 理事長

竹田 哲之助

- 08 連載 EXPO2025! あの熱狂を再び大阪へ!
- 10 BREAK THROUGH OSAKA NOW
- 12 コラム『素直な心になるために』を読み解く
- 13 コラム 社業発展につながる経済学
- 14 連載 世界を変える仕事のアイデア
- 16 連載 BREAK THROUGH COMPANY
- 18 政治を動かし社会を変える～日本・世界を変える政策を紹介～
- 19 IT先進国に学べ! エストニア視察報告
- 20 世界を熱狂させるRELATIONSHIP
- 22 コラム たくましい KA・RA・DA メソッド
- 23 BREAK THROUGH CAFE



「日本再生を牽引する民間主導の経済成長の実現」、「子どもの生きる力を育む生涯活躍社会の実現」、
「人類に真の進歩と調和をもたらす突き抜けた人材の育成」が実現された大阪のまちの姿、
それが私たちのめざす「BREAK THROUGH OSAKA」です。
本年度、大阪青年会議所は2025年日本万国博覧会の開催誘致活動にも参画することから、
開催誘致ロゴマークをデザインされた大川幸秀氏に、「BREAK THROUGH OSAKA」のロゴマークを制作して頂きました。

大阪城トライアスロン 2018

NTT
triathlon
Asian Cup Osaka



NTT ASTC トライアスロン アジアカップ(2018/大阪城)
2018 Osaka-Castle NTT ASTC Sprint Triathlon Asian Cup

2018 NTTジャパンランキンギングイベント

2018 JTUエイジランキンギング対象大会



2018年6月10日(日)
午前8:00 東外濠
スタート



<http://event.osaka-triathlon.com/>

2025万博 大阪・関西へ 大阪市



熱狂 対談 突き抜け た人材が 次なる革新 を起こす!!

大阪の中小企業に
世界は期待をしている

TETSUNOSUKE TAKEDA

一般社団法人 大阪青年会議所 理事長

竹田 哲之助

文化の複雑性が
世界の共感と呼ぶ

YOICHI OCHIAI

メディアアーティスト

落合 陽一

アーティストや研究者、実業家など多彩な顔を持ち、デジタル技術を融合させ、従来の概念を打ち破る作品を次々と発表し「魔術師」とも呼ばれる落合陽一さん。今最も忙しい人とも言われる落合さんの貴重な時間をいただき、イノベーションとそれを実現する突き抜けた人材について伺いました。

日本型資本主義の可能性とは

竹田 今や、欧米型の資本主義が限界を迎えて来ており、世界を持続的に発展させていくためには日本型資本主義を世界に広げていく必要があると私も感じているのですが、欧米型資本主義の限界と、日本型資本主義の可能性について落合さんのお考えをぜひお聞かせください。

落合 今の日本は人口的にみて撤退戦に突入していますよね。それにもなつて生産能力も低下していくのは自然の摂理です。そんな状況下で欧米型資本主義が成立し得るのか？というのが一番の疑問なんです。たとえば国としてすべてに等しいインフラを設けて、それを中央集権的に配備していくという方針は、これからの日本では成立し得ないです。インフラの維持コストを中央で賄おうとすれば限界を迎えてしまいます。だから分散型にするしかないだろうという

を得ない状況になっているんです。EU諸国は同盟国内で人が移動するのは勝手なわけですし、移民をベースに人口が増加しているのは明らかで、アメリカはそもそもそういう多民族国家だった。なのに日本のような、国境線を海で囲まれた国が同じようなアプローチをとれるのかといえば、絶対にNOだと思います。日本は歴史的に移民を受け入れにくい国だったのです。であれば、それを補強するには、機械化とコンピュータシヨナルによるアプローチがなく、そこに日本型資本主義の可能性をとて感じているのです。

日本の文化や伝統を 重んじる大切さ

竹田 落合さんのお仕事や、創作活動を拝見させていただくと、最先端技術を駆使した研究に目がいつってしまうのですが、日本の文化や精神性なども非常に大切にしておられる。そういった方向への造詣を深められた理由は、どういったところからなのでしょう？

が今の国の方針なのだと思います。

同一のイデオロギーと経済によって、国境線の中で国民国家を維持するという方針が、果たして可能なのでしょうか。一方で、議会制民主主義が一票の格差の問題に象徴されるように、人口の局在によって大きく揺らいでいるのも事実です。おそらく2040年くらいになれば、4500万人くらいが都市といわれる場所に住んでいて、残りの4500万人がその他の地方に分散して住んでいる時代になります。その場合、高齢化が顕著になるのはむしろ都市部だと思います。都市部が高齢化していけば、その意思決定プロセスが都市部の高齢層にだけ偏つてしまい、地方の高齢層は今にも増して発言力を失っていくわけですね。そうなったときに果たして国家としての合意形成が可能かという、たぶん不可能だと考えます。英国や米国はしばらく人口が増加します。中国は2060年代からの減少傾向が予測されていますが、だとすると、今の我々の社会にとってヨーロッパ型とかアメリカ型ではない方針を取らざる



落合 僕のグローバルな規模での活動は大きく分けると3つありまして、アーティスト、ビジネス、そしてリサーチャーというものです。それらの活動において日本のことは全く考えていないです。論文はすべて英語だし、ビジネスも世界中の人々を相手にしている。アーティストとしても、日本よりヨーロッパでの活動の方がずっと多いのが実情です。でもそうになると、逆にローカルという視点を持つことがより重要になってきます。ローカルという意味で、日本での僕の活動を客観的に捉えようと、大学教員であり、大学を運営する立場であつて、日本の地域コミュニティのデザインなんかをビジネスとしてやっている。そんな環境の中で、日本の文化について深く知っていくというのは、アーティストとしての作品の背景や、その文脈について語る場合、不可欠でとても重要なことですから。

竹田 なるほど、確かに海外ではそういった文脈の解説などは求められることが多いでしょうね。アートのお話が出たところで、落合さんは、ビジネスの現場でも、いわゆるMBAなどの知識だけではなく、アートの素養も必要だと常々ご発言なさっていますよね。

落合 それは、文化の持っている複雑性というものが工業化以降の日本の社会において非常に重要であると思っています。工業化時代の本質は、エン





LOCATION / LODGE

Yahoo! JAPANのオフィス内に誕生した日本最大級のオープンコラボレーションスペースです。『F! (びっくり)』を生み出す場所」として新たな事業やサービスにつながるイノベーションの創出を目指します。落合陽一さんもこちらで展示会を開催するなど、テクノロジーやアートによる交流も盛んです。ぜひ、東京にお越しの際にはお立ちください！

アクセス：東京都 千代田区紀尾井町1-3 東京ガーデンテラス紀尾井町
2Fエレベーターより18F受付にお越しください
URL: lodge.yahoo.co.jp



大阪JC第68代理事長 竹田 哲之助 TETSUNOSUKE TAKEDA

1980年大阪府生まれ。関西大学経済学部卒業。2004年6月、ダイサン株式会社へ入社。2009年、同社代表取締役社長に就任。2011年大阪青年会議所へ入会。大阪青年会議所にて、2014年に理事・委員長、2015年に常任理事、2016、2017年に副理事長を経て、2018年に理事長に就任。また、日本青年会議所では、2015年に議長、2017年に会務担当常任を歴任。

落合 その人にしかみえない視座、視差といったものを認める意識が重要です。様々な事象を、あらゆる角度や視点から凝視する。それを考えるというのは、とても深まっていくことだということです。立場や状況が

竹田 ビジネスや社会を離れた一個人として、これからの時代を生きて行くためには、どんなことが重要になるのでしょうか？

落合 会社の象徴としてのリーダーの存在が近代での特徴でした。しかしこれからは多様な余地、言い換えるとアソビの感覚がリーダーに求められていくのではないかと思います。何かを強いるリーダーではなく、様々なツールを駆使して、全体にストレスをかけずにやっていく、弱いリーダーの活躍の時代がやってきています。

落合 会社の特徴としてのリーダーの存在が近代での特徴でした。しかしこれからは多様な余地、言い換えるとアソビの感覚がリーダーに求められていくのではないかと思います。何かを強いるリーダーではなく、様々なツールを駆使して、全体にストレスをかけずにやっていく、弱いリーダーの活躍の時代がやってきています。



Yahoo!JAPAN、オープンコラボレーションスペース「LODGE」にて開催のジャパニーズテクニウム展の展示作品より

してきた品質管理や工程管理などがとても重要な要素だからです。今後、こういった日本の誇る、安全や安心を、どうブランディングしていくのか。関西の精細な技術を持った「ものづくり」を実践している企業群はグローバルな観点でも評価されていくと思います。それらの品質保証能力は圧倒的に世界に誇れるものだと思っています。日本は丁寧な仕事が得意なんです。

これからのリーダー そして人材とは

竹田 大阪の中小企業も大いに期待が持てますね。さて大阪青年会議所のメンバーは、中小企業経営者や企業におけるリーダーと呼ばれるメンバーが多くなります。これからの時代のリーダー像について、落合さんはどんな見解をお持ちですか？

メディアアーティスト 落合 陽一 YOICHI OCHIAI

1987年生まれ。メディアアーティスト。東京大学大学院学際情報学府博士課程修了(学際情報学府初の早期修了)、博士(学際情報学)。筑波大学学長補佐・准教授・デジタルネイチャー推進戦略研究基盤 代表。ピクシーダストテクノロジーズCEO。2016年Prix Ars Electronica、STARTS Prizeなど国内外で受賞多数。著書に『魔法の世紀』(PLANETS)、『日本再興戦略』(NewsPicks Book)など。

熱対 突き抜けた人材が 次なる革新を起こす!!

TETSUNOSUKE TAKEDA × YOICHI OCHIAI

エンジニアリングとデザインだけだったので。投資に対しての利益を、エンジニアリングによる省人化などによって効率化していくことが目的だった。そして次なるステップは、どうやればもっと複雑たり得るか？人間の持っている教養や文化性を、サービスや製品にどう取り込めるかにアプローチが移行していくのは極めて自然なことだと思います。それらに対する造詣や、背景から語れるということは、グローバルな視点からも共感を得やすいことだと思っています。

デジタルネイチャーという シンプルな概念

竹田 落合さんの著書の中で登場するデジタルネイチャーという概念にたいへん興味を持ちました。技術が進化したその先に、デジタルとネイチャーの境目がなくなるとい、デジタルネイチャーの概念について詳しくお話しただけですか。

落合 アナログとデジタルって何でしょう。視覚という機能は、目の前のアナログの情報を網膜で量子的なドット模様のデジタル情報に変換して視神経を経由して脳で処理されますよね。それが「見えている」ということです。そもそも生物のDNAだってデジタル情報です。そう考えると、生物はすべからず大きなデジタルコン

落合先生の研究紹介

Levitrope: 身体性を感じるための重力、 計算機自然。

身体性を意識させる計算機自然的作品。我々のイメージする計算機自然の世界はきっと浮揚の身体性とのリンクが外れていく世界だろう。この世界のあらゆるものが重力という「現状の自然」から自由になったように見える世界が「計算機自然」ともいえる。それゆえ、浮揚による身体性への回帰、そしてそれが平常的に見えるインスタレーションによってその先の自然、「宇宙的な重力下」を思わせるというものをテーマに作ることにした。

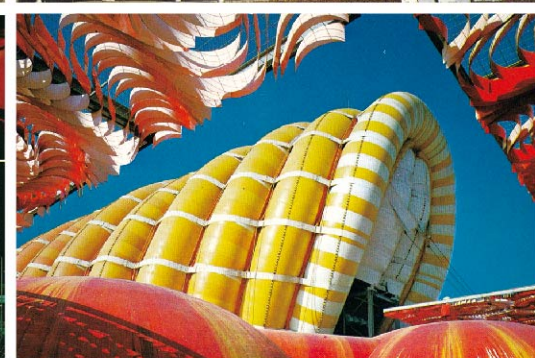
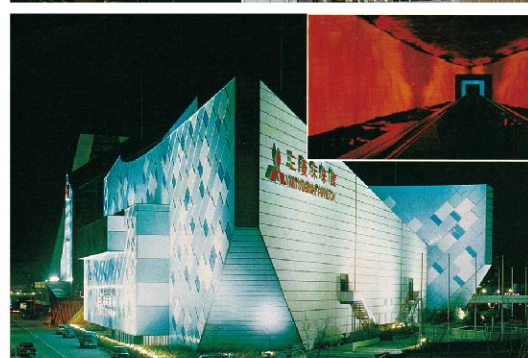
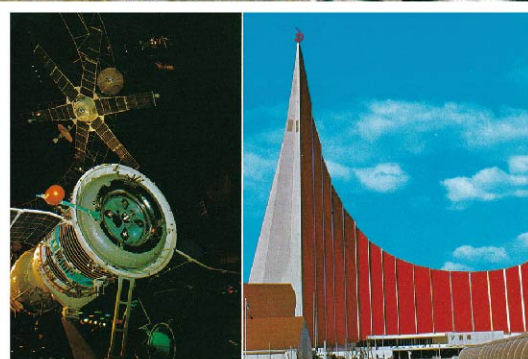
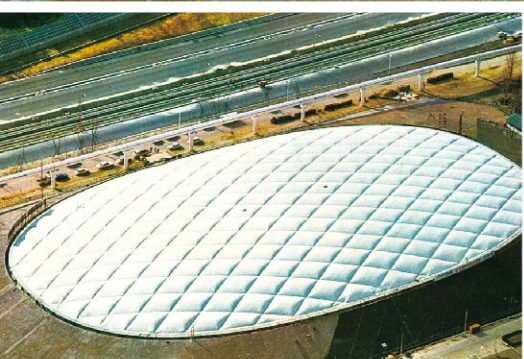
Levitrope(レヴィトロープ)は作品として、そういった計算機自然を表現した。外見上は銀で出来た球と鏡面仕上げの回転機構で出来ていて、その見た目は日常的な環境、青空と芝生と野球場という環境を切り取って映し続ける。夜には照明や月や星を、昼には喧騒と緑と青空を、その現実の鏡像は重力を超えて我々の身体性を映し出していたように見えた。

違ってもフェアであるというのも大切なポイントです。深いコミットメントは、深い集中力から生じるのではないかと思います。

竹田 なるほど。最後に、落合さんの考える「突き抜けた人材」の条件とは？

落合 今まで価値のないものを価値があるといえる人、それを証明してみせる人材でしょうね。そのためには、違う視点を持って、その視座にどれだけフォーカスしていくのが重要です。やはり深い集中を持続できる人材が革新を推進していくのだと思います。

竹田 深い集中力をもって、異なる視点を組み合わせることができると人材が次なる革新を起こす。まさしく私たちの考える「突き抜けた人材」です。本日は、ありがとうございました。



1970
→2025

A		
B	C	D
E	F	G

A: 70年大阪万博の会場風景。当時の絵葉書。/B: アメリカ館。空気膜構造のエアドーム。月の石が人気に。/C: ソ連館の外観と内部。宇宙船の展示が人気。当時の絵葉書。/D: 宇宙船のような外観の日立グループ館。飛行機のシミュレーターが人気。/E: タカラ・ビューティリオン。メタボリズムの建築。/F: 三菱未来館。火山や暴風の風景を巨大映像で再現。/G: 幌馬車のような富士グループ・パビリオン。空気膜のチューブによるユニークな構造。(資料提供: 橋爪紳也コレクション)

EXPO2025 あの熱狂を再び大阪へ!

そろそろ開催都市が発表されますが、意外と知らない万博のこと。
大阪JCのアドバイザー・橋爪先生に、万博について気になることを聞いてみました。



第2回 Q: '70EXPOのレガシーとは?

A: 「記録」と「記憶」に残る空前のイベント。 レガシーも、盛りだくさん。



大阪万博誘致署名
www.osaka-jc.or.jp/
2018/expo2025/

1970年大阪万博には、77ヵ国、4国際機関、1政庁、9州市が参加しました。当初3000万人と想定された入場者は、最終的に6,421万8,770人を数えます。ともにそれまでの「記録」を更新しました。

「記録」だけではなく。会場内での体験は、鮮烈な印象を人々に残し、私たちの「記憶」にとどまりました。

会場には、異文化に触れる機会が随所にありました。「月の石」を目玉とした米国籍館に対して、ソ連はレーニンの生誕100年を祝う出展を行いました。両大国のパビリオンには常に長蛇の列がありました。そのほか各国の文物や芸能、お祭り広場での催事や万国博ホールでの著名人のコンサートを楽しんだ人も多かったでしょう。

一方で優れた技術に驚かされました。マルチスクリーンや巨大スクリーンに迫力の映像を投影するパビリオンが人気を集めました。開会式では、原子力発電による照明が初めて灯りました。「動く歩道」の本格的な運用、中央で制御する情報提供システムなど、設備も斬新でした。携帯電話、温水洗浄便座、ジェットバス、フライトシミュレーター、コンピュータを用いた物語作成ソフトなど、近未来の生活を予感させる各館の展示が話題になりました。

日本で初めてファーストフードが提供されたことも、特筆に値します。人々は博覧会見物の記念に、さまざまなグッズを購入し、配布品を持ち帰りました。各館が用意したスタンプを集め、さらにホステス(アテンダント)にサインを記帳してもらう人も多くありました。

1970年大阪万博は、ある意味で「建築の博覧会」でもありました。技術や工法、デザインにおいて、挑戦的な試みがなされました。

アメリカ館や富士グループ・パビリオン、電気館などで、空気膜構造によるエアドームが実現しました。シンボルゾーンの大屋根はジャッキアップ工法で建設されました。いずれも国内初の試みです。

未来の生活空間を提案したタカラ・ビューティリオン、立体的な空中都市のモデルである住友児童館やエキスポタワー、大屋根にユニットを載せるテーマ館の空中展示など、「メタボリズム」の思想を具現化するパビリオンも散見されました。「メタボリズム」は、家族構成や社会的条件の変化に応じて、躯体にとりつけたカプセルやユニットを置換、可変性の高い、新陳代謝で成長する建築を提供しようとする発想でした。

斬新な建築のアイデアは、一般に普及します。博覧会ののち、エアドームは東京ドームなどで実用化、ジャッキアップ工法は梅田スカイビルを始め各所で採用されています。メタボリズムにインスパイアされた大阪の事業者が世界初の「カプセルホテル」を具体化しています。

ユニークなパビリオンには、多くの人たちが愛着を抱きました。20棟以上の展示館が、各地に移築されて再利用されました。なかには四日市に移されたオーストラリア館など、最近まで現存していたものもあります。現在、会場跡地には、テーマ館の一部である「太陽の塔」、鉄鋼館を再整備した「EXPO'70パビリオン」、日本庭

園、彫刻家イサム・ノグチによる噴水群などが、当時の姿を伝えています。

1970年大阪万博は、私たちの日々の暮らしにおいて、さまざまなインパクトを与えました。同時にあの半年間の出来事は、今も私たちが共有する「記憶」のなかに息づいています。その総体が、レガシーといって良いでしょう。

もっとも私は、1970年大阪万博がもたらした最大の財産は、「人」であったと考えます。万博を契機として、世界で活躍したいという意欲的な人材が生まれ、映像や芸術表現に関わる才能が開花しました。イベントやディスプレイ産業、民間警備会社などの新業態も育ちました。

万国博覧会では、若く優れた才能が活躍する機会を手にします。大阪への誘致運動が盛り上がる2025年国際博覧会では、将来の日本を支える人材が、チャンスを得て、世界に雄飛する機会となるに違いありません。

一般社団法人大阪青年会議所アドバイザー

橋爪 紳也
SHINYA HASHIZUME



大阪府立大学戦略研究機構特別教授、観光産業戦略研究所所長。1960年大阪市生まれ。京都大学工学部建築学科卒、同大学院、大阪大学大学院修士。建築史・都市計画学・都市文化論専攻。工学博士。
大阪府特別顧問、大阪市特別顧問、大阪府市文化振興会議会長、大阪商工会議所都市活性化委員会副委員長、イベント学会副会長、IRゲーミング学会副会長ほか兼職多数。著書は70冊以上、日本建築学会賞、日本観光研究学会賞ほか受賞。

BREAK THROUGH OSAKA NOW

大阪青年会議所が展開する政策を紹介！

2018
vol.02

未来投資教室推進セミナー開催

大人が自己肯定感に関して学び、考えるきっかけとなるセミナー

現在、子どもを取り巻く環境は、偏差値教育の台頭により常に誰かと比較されることで、自分に自信が持てず、「素直な心」を育むことができていません。

子どもの自己肯定感を高め、素直な心を育むためには、私たち大人が自己肯定感を高めることの必要性や方法を知り学校や地域、そして家庭内で上げていく必要があると考えています。

今回は、私たち大人が自己肯定感について学び、考えるきっかけとなるセミナーを開催しました。講師には、株式会社PHP研究所の大江 弘氏をお招きし、松下幸之助翁の「素直な心」と「自己肯定感」の関係性等についてご講演いただきました。

大江氏は「子ども教育」や「親子教育」に関して様々な現場で講演されており、今回のテ-

マに関しても数々の実績がございます。

そして、講師講演の後には、株式会社PHP研究所に監修いただいた、大阪青年会議所が推進する家庭や教育現場、職場で実践してもらいやすい「素直な心」を育めるキット



を使い参加者に体験いただきました。大阪青年会議所では、今回のセミナーを皮切りに、未来投資教室を大阪市内の各学校やコミュニティなどで、出前授業として開催し、「素直な心」を上げて参ります。



未来投資教室HP
www.osaka-jc.or.jp/
2018/activity/
report/14768/

第37回大阪市長杯わんぱく相撲大阪市大会

熱狂！ みんなで突き抜けマッスル！

「大阪市長杯わんぱく相撲大阪市大会」は、次代を担う子どもたちの明るく活力ある成長を願い、また地域活性化活動の一環として、1982年より毎年開催しています。

第37回大会は、「熱狂！ みんなで突き抜けマッスル！」をテーマに両国国技館を目指し、5月3日(祝)に開催します。昨年度は、大阪市内の子どもたち1,221名が参加し、本年度もすでに多くの子どもたちから申込みがあります。

今年度のテーマに込めた狙いは、大阪市内全ての小学生とその保護者を対象として生涯活躍を目指して、子どもたちはもちろん、大人の方にも健康で逞しい身体づくりの重要性について体を動かしながら考えていただければと思っています。

大人の方には「懐かしの体力測定」と題し、現在の体力年齢をゲーム感覚で測定していた

だけの企画を同時にご用意しています。また、障がい者の方でも楽しめるスポーツ「ボッチャ」の体験コーナーも併設しています。

子どもも大人もみんなで楽しんでいただけるイベントとなっていますので、ぜひ、みなさんのご来場をお待ちしています。



EVENT

大阪変革塾 Global Academy Osaka 2018

塾頭：田坂広志先生

開講：第1クール 2018年4月28日(土)～

URL: www.osaka-jc.or.jp/2018/gao/

大阪変革塾とは、次なる革新で人類に進歩と調和をもたらす突き抜けた人材を創出する4ヶ月の成長プログラムです。



田坂広志先生

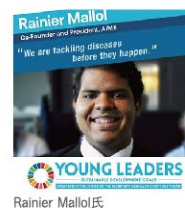
2018年度PCY事業START!

日時：4月28日(土)

場所：大阪イノベーションハブ

URL: pcy.osaka-jc.or.jp/

日本初！持続可能な世界を創造するための次世代リーダー育成プログラム!!



Rainier Mallot氏



小原愛氏

BREAK THROUGH OSAKA 2018 EXPO

日時：9月9日(日)予定

会場：うめきた広場・ナレッジシアター・堂島リバーフォーラム(3箇所開催)予定

家族みんなで楽しめる有名アーティストのライブやフードコーナー、体験ブース、世界を変革するアイデアコンテストなど多数開催いたします!



大阪城トライアスロン2018

泳いで、漕いで、走って「Road to 大阪城」

昨年開催され、お城のお濠で泳ぐことで注目を集めた「大阪城トライアスロン2018」が6月10日(日)に開催されます。

大阪青年会議所は、主催団体の一つとして、この「大阪城トライアスロン2018」に参画しています。

大会当日は、大阪青年会議所からも200名以上のメンバーが、ボランティアとして活躍できるように、現在、大会実行委員会と協力しながら、開催への準備を進めております。

また、本年度、大阪青年会議所は、逞しい身体づくりの重要性をより多くの方々に認識していただくことを目的として大阪城トライアスロンへ参画しておりますが、その一環として、まずは、大阪青年会議所メンバーが率先して大会に出場します。

逞しい身体をつくるべく、大阪城トライアスロ

ンへ向けたトレーニングを開始しております。その模様などは、随時、発信していく予定ですので、ご注目ください。

さらに、6月9日(土)の大会前日には、セレモニーパーティーや、子どものためのトライアスロン教室なども企画中です。ぜひご参加の程、宜しくお願いします。



大阪城トライアスロン2018
公式HP
[eventdev.osaka-triathlon.com/
ja/toppage](http://eventdev.osaka-triathlon.com/ja/toppage)





社業発展につながる経済学

「民」のまち大阪が活性化するためには、正しい知識を得て、輿論することが重要です。
この連載では社業の発展、「民」の活性化につながる経済学を分かりやすく解説します。

「消費増税」が
日本経済を破壊しています

NEWS

藤井先生の情報は
雑誌やメールマガジン、
ラジオなどで発信中！

■『表現者criterion』
「危機」と対峙する保守思想誌
■週刊ラジオ「表現者」
KBS京都ラジオ[AM 1143kHz]にて、
毎週月曜夜9:30より放送中！

プライマリー・バランス亡国論
藤井 聡

「財政赤字は絶対悪」との思い込みを
各種データから覆す、
目からウロコの日本国民必読の書。

扶桑社 / 1,728円
初版発行：2017年



NEWS

創業100周年を記念して『パナソニックミュージアム』がオープン！

【入館料】無料
【開館時間】午前9時～午後5時
【休館日】日曜日・年末年始
※特別企画展等開催期間中、開館時間が
変更になる場合があります
【所在地】〒571-8501
大阪府門真市大字門真1006
【アクセス】京阪電車 西三荘駅下車 徒歩2分

素直な心になるために
松下 幸之助

人が本来持っている「素直な心」を
養い、高めるには？
著者の長年の体験と鋭い洞察から生まれた、
素直な心になるための貴重な指針の書。

PHP文庫 / 555円
初版発行：1976年

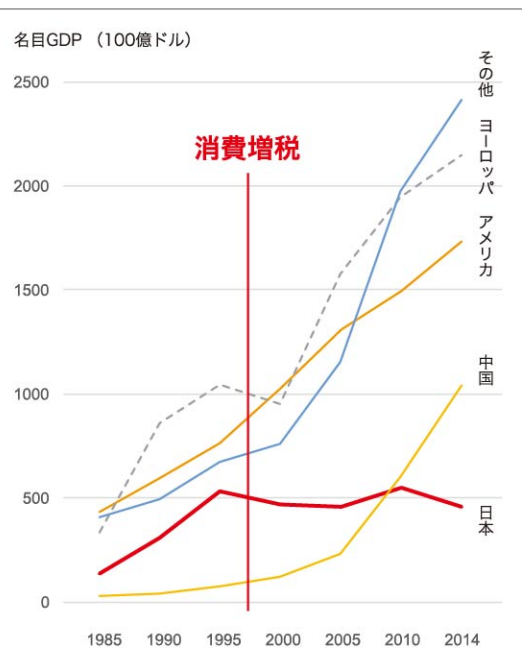


図2 1997年の消費増税以後、日本経済は成長出来なくなった。

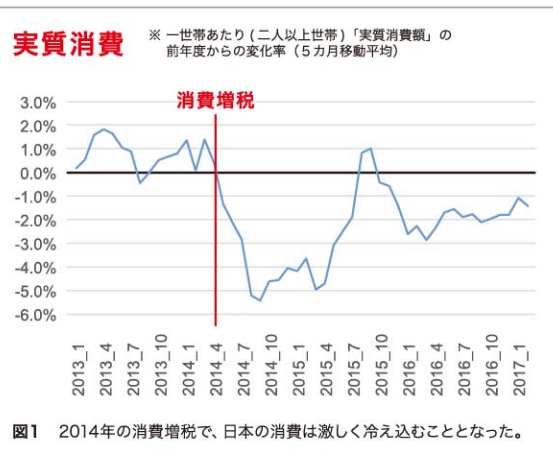


図1 2014年の消費増税で、日本の消費は激しく冷え込むこととなった。

「税」には、一般的に三つの機能
があります。
第一が、財源調達。
第二が、所得の再分配（つまり、
金持ちからたかくさんのオカネを徴収
して、所得格差を縮小させます）。
そして第三が、「行動の抑制」。例

えば、「混雑税」は、都心に入るう
とするクルマから税金をとり、都心
部に入る交通量を減らし、渋滞を
緩和しようとする税金で、ロンドン
やオーストラリアで導入されています。「炭
素税」もガソリンや軽油等に税金を
かけ、ガソリン・軽油等の消費を縮
小させ、省エネや温暖
化対策を図ろうとしま
す。つまり誰もが「高い
オカネを払う」のは嫌な
ので、課税したら、行動
は「抑制」されるのです。
この点を考えると消
費税をあげれば、消費
が抑制されるのは当然な
のです。

図1をご覧下さい。
2014年の消費増税
までは、日本経済を決
定づけている年間300
兆円の「消費」は、1
2%（3〜6兆円程
度）ずつ拡大していま
した。ところが増税直後
から、消費は激しく冷
えてしまいました。こ
れは、消費増税が消費
を抑制した結果です。
2014年の消費増税
までは、日本経済を決
定づけている年間300
兆円の「消費」は、1
2%（3〜6兆円程
度）ずつ拡大していま
した。ところが増税直後
から、消費は激しく冷
えてしまいました。こ
れは、消費増税が消費
を抑制した結果です。
2014年の消費増税
までは、日本経済を決
定づけている年間300
兆円の「消費」は、1
2%（3〜6兆円程
度）ずつ拡大していま
した。ところが増税直後
から、消費は激しく冷
えてしまいました。こ
れは、消費増税が消費
を抑制した結果です。

から4〜5%（12〜15兆円）の縮
小に転じ、その後、3年にわたって
縮小し続けています。そして増税前
から比べればトータルで6〜7%
（20兆円前後）も消費が冷え込みま
した。これだけ消費が冷え込めば、
あらゆる商売が停滞し、賃金も縮
小、物価が下落し、成長率も鈍化
します。実際、最新の統計によれば
日本経済の規模を意味する名目
GDPは縮小に転じています。

ちなみにバブル崩壊の傷が癒えぬ
1997年の消費増税でも同様に
消費が大きく冷え込み、そこから日
本は「デフレ不況」に陥っています
（図2参照）。
ですから2019年に予定されて
いる消費増税は、日本経済に途轍
もない被害をもたらすことは必至で
す。日本経済の未来を慮るなら、
2019年の消費増税は延期し、
「デフレ完全脱却」が果たされるま
で、その議論自身を「凍結」するこ
とが得策でしょう。さもないと、日
本経済が縮小し、税収それ自身が
縮小し、挙げ句にさらに「財政悪化」
するのは必定なのです。

一般社団法人大阪青年会議所 アドバイザー
藤井 聡 SATOSHI FUJII

現在 京都大学大学院工学研究科教授、
京都大学地域連携教育推進ユニット
長、第二次安部内閣・内閣官房参与

1993年 京都大学大学院修士課程修
了、2009年 京都大学大学院工学研究
科（都市社会工学専攻）教授、2011年
京都大学レジリエンス研究ユニット長、
2012年 京都大学理事補 内閣官房参与、
2016年 京都大学レジリエンス実践ユ
ニット長

株式会社PHP研究所 専務執行役員 経営理念研究本部担当
佐藤 悌二郎 TEIJIRO SATO

1980年、慶應義塾大学文学部卒業、
PHP研究所に入社。研究員としてPHP
理念及び創設者松下幸之助の経営観・
人間観等の研究に従事。『松下幸之助発
言集』全45巻をはじめ幸之助関連の多
数の書籍、CD集等の執筆、編集・制作に
あたる。その間、幸之助主宰のPHP理念
研究会にて理念の集大成に携わる。現
在、専務執行役員。

ます。担当者の懸命な努力が実って、
三カ月後に「三球式ラジオ」が完成。
試作品を東京中央放送局（現NH
K）のラジオセットコンクールに出
したところ、見事一等に当選したこと
から「当選号」と名づけて販売されま
す。そして大量生産と徹底的な品質
管理により、松下電器はラジオ業界
進出後、四年目に業界第一位に躍進
したのでした。

解説

松下幸之助の言葉
われわれを取り巻いている常識、知識というものは、想像以上に根強いものである。「ああ、それはダメなんだ。こういう理由でダメなんだ」という具合に決めこんでいるものが、身のまわりには意外と多いのではなからうか。
しかし、われわれは、自分の仕事のうえにおいて、ときにはそのような定まった考えから解放され、素直な疑問、素直な考えを大切にし、それを生かすことが必要であろう。そして、それを常に育てていくことによって、まったく新しいものを生み出すことができるのではないかと思う。

HOW TO CHANGE THE WORLD 世界を変える仕事のアイデア

社会課題は、一見、自分からは遠い存在のように感じますが、実はアイデア次第で身近なことから解決につなげることができます。本連載では、

『希望をつくる仕事 ソーシャルデザイン』（宣伝会議刊）の著者が、社会をよくするアイデアについて解説します。



idea

社会貢献の仕組みにのせる

1L for 10L

ストラテジックコンサルタント / クリエイティブディレクター
福井 崇人 TAKASHI FUKUI

事業構想大学院大学客員教授、京都造形芸術大学客員教授。
カンヌ、NYADC、ADC賞など、国内外の広告賞の受賞歴多数。約100件以上のソーシャル活動を起こす。2017年電通から独立。書籍のプロデュースに、『希望をつくる仕事ソーシャルデザイン』、『シャブラニール流人生を変える働き方』ほか。経営コンサルティングとクリエイティブディレクションを通して、サステナブル・ブランディングに貢献することをライフワークとしている。一般社団法人2025PROJECT代表理事。一般社団法人日本エシカル推進協議会アドバイザー他。

解説

「コーズマーケティング」という社会貢献の仕組み

コーズマーケティングの始まりは1983年アメリカン・エクスプレス社の「自由の女神修復キャンペーン」と言われている。2007年のボルヴィック「10Lプロジェクト」をきっかけに、森永製菓「10Lプロジェクト」、王子ネピア「10Lプロジェクト」、アサヒビール「うまい!」を明日へ「プロジェクト」などが次々と生まれた。数年前にエシカルに挑戦しているロンドンの企業視察に行った。それらの企業の共有要素は「社会インパクトを与える」「社員のモチベーションアップ」「競合に勝利」。インナー、アウトターの課題解決のアイデアの一つがコーズマーケティングである。

結果

衛生的で健康な生活が浸透中

2011年までの5年間の取り組みで、33億4097万リットルの支援が実現。手押しポンプ付の深井戸52基が新設されたほか、故障していた井戸106基が修復され、人口が多い村にはソーラーパネルを利用して水をくみあげる給水設備が6施設つくられました。また、支援地域の修理工に井戸のメンテナンス法を指導するなど継続して井戸を利用できるような支援が行われています。

アイデア

1リットルで10リットルを寄付

ボルヴィックは1リットルの購入ごとに、アフリカ、マリ共和国に清潔で安全な水を10リットル提供する、というキャンペーンを実施しました。キャンペーン期間中に寄付された売上の一部は、ユニセフによって井戸作りやその後の10年間のメンテナンス資金として活用され、子どもたちとコミュニティが清潔で安全な水へアクセスできることを目指します。

課題

アフリカの子どもたちに清潔で安全な水を！

マリ共和国では、清潔で安全な水を利用できる人が農村部では約2・2人に1人。半数以上の人は沼や池などの水、人手で掘った浅い井戸の水を使用して生活しています。これらの不衛生な水は、下痢やメジナ虫病、コレラやトラコーマ（慢性結膜炎）を引き起こし、子どもたちの命を危険にさらします。5歳未満児死亡率が、出生1000人あたり178人（世界で2番目）と高いマリでは、清潔で安全な水さえあれば予防できる下痢が、子どもの死亡原因の3番目、約18%を占めています。

「森の叡智プロジェクト」についてのご紹介

（経済発展＝環境破壊）から（環境保護＝経済発展）の仕組みづくり

環境へのインパクトは先進国より途上国の方が大きいのでは？ 彼らがどのように発展するかで地球環境が左右される。だから、途上国と一緒に（環境保護＝経済発展）のビジネスモデルをつくる！ という目的でじまったプロジェクト。カンボジアで植林をし、洪水被害抑制と同時に植林した植物の葉や種などから「みんなでみらいを」製品の原料をつくり、日本で販売することで得る利益で新たな植林を行う（環境保護＝経済発展）の循環型プロジェクト。途上国農村部にとっては森林を伐採して売るより、育てた方が収入が増え、貧困解決にもなる。※フロムファーマーイースト株式会社ブログより一部修正の上、掲載

大阪変革塾 Global Academy Osaka 2018において、フロムファーマーイースト株式会社の取り組みについて代表の阪口 竜也氏にご講演いただきます（予定）▶ 大阪変革塾 Global Academy Osaka 2018 については、P11をご参照ください。



BREAK THROUGH COMPANY

創業80周年を超えた デサント社の成長と挑戦

80年以上、スポーツで遊ぶ楽しさを作り、伝え続けてきたデサント社。幾度の困難にも同社の企業理念を通じた踏ん張りによって乗り越え、現在1000億円企業となるまで成長を果たしています。今回は、公益的な活動にまでおよぶその企業理念に迫ります。



インタビュー時の小川常務執行役員

企業理念は
『すべての人々に、
スポーツを遊ぶ楽しさを』

「昨今、『運動』とか『体育』という言葉が『スポーツ』という言葉に変わっていると思います。『部活』や『体育』というところに特にならざるが、急にこまら、すべてが勝ち負けのような、半分スバル的な考えが見え隠れするように思うのです。しかし、当社のもともとの発想はそこではなく、『スポーツを遊ぶ』というところにあります。』と語るのは、デサントジャパン株式会社取締役常務執行役員 第一部門長の小川典利氏。

「みんなで歩いたり、みんなでスポーツを観に行ったりすることも含みます。スポーツを観ているとすぐエキサイトするので、その人もスポーツをしている感覚になれたり、スポーツをやりたいようになったりします。そういったことも含めて、企業理念では『スポーツを遊ぶ楽しさを』ということ掲げています。」

スポーツ企業が
社会的に貢献できること

「単純に言えば、当社はスポーツ企業ですから、製造してモノを販売して、という事業ですが、どういう風になっているか、スポーツに触れてもらい、ライフスタイルの一部にしてみたり、健康増進につなげたりできるか、そういった社会的な貢献も目指しています。また、当社はコーポレートブランドであるデサントをはじめ、イノヴェイトというイギリスのシューズブランドやルコックスポルティフ、アンブロなど複数のブランドを抱えています。ひとつのブランドでみなさんを満足させるのではなく、様々なシーンによって、いろんなブランドを使い分けていた方がいいと思っています。」

人々の身体と心を豊かにするために、具体的にどのような活動を行っているのだろうか。小川氏は、スポーツ用品の製造・販売を脱した例を挙げる。「スキーやアウトドアが盛んな群馬県水戸市と提携して、まち全体のスポーツ振興に関わらせていただいております。当社がキッズスポーツ塾の開催や、

『創業の精神』を胸に
次のステージへ

『創業の精神』は、創業当時の経営者の言葉をもとに作成した、デサントグループの原点を示した言葉です。私たちが、ステークホルダーの皆様に対して、いかにして当社独自の価値を提供していくかを定めたグループ社員の行動基準でもあります。一昨年、2020年のビジョンを描くにあたり、30〜40代メンバーを中心にプロジェクトチームを会社として立ち上げ、そこで創業の精神を定めました。過去の成功と失敗から得た4つの言葉を胸に、次のステージへの成長を成し遂げるために、社員がこれを持つていなければならないと思っています。」

仕事をする上で大事なこと

「偉そうなことは言えませんが、仕事の中でキーワードは『継続』『進化』『改革』の3つで、社員にもこれを毎日頭に入れて仕事をしなさいと伝えています。それぞれ、3割3割4割と意識することが重要です。こうすることで自分自身も結果を出してきた、うまくいっているケースが多いかなと思います。みなさんのご活躍も楽しみにしています。」



「子ども達がスポーツを好きになり、健康になってもらうこと」を目指して群馬県水戸市などで実施しているすこやかキッズスポーツ塾

PRESENT

QRコードから
アンケートに回答
してプレゼントを
ゲットしよう!



le coq GOLF (ルコックゴルフ)
マーカー付サンバイザー
(18SS)



ラウンドに必須のボールマーカーをセットにしたゴルフファニーには嬉しいバイザー。バイザーのツバ部分に磁石が内蔵され、マーカーが取り付け可能。デザインは背面をソフトなメッシュ素材に切り替え、ロゴ刺繍をアクセントにカラーを効かせている。ブラック/フラッシュグリーン/ナイトブルー/ホワイト/スカーレットのいずれか一色をプレゼント。※色は選べません

当選の発表は商品の発送と引き換えとさせていただきます。
応募締め切り2018年6月10日(日)



株式会社デサント
DESCENTE LTD.
1935年創業
代表取締役社長 石本 雅敏



IT先進国に学べ! エストニア視察報告

エストニア共和国について

現在、日本も国家政策として電子政府(eガバメント)を推進しようとしており、安倍総理も本年1月に訪れ注目されているエストニア。人口約130万人の小国です。2002年頃より世界に先駆けて国民IDカードを導入し電子政府(イーエストニア)を推進、いまでは国民の97%以上が活用をしています。JCIとしても2019年度に世界会議の開催を予定しており、世界的にも注目を集めています。



エストニアの街並み

今年は1918年にロシアから独立して100周年ということで、都市のいたる所に100周年のロゴマークが掲示されていました。エストニア最大の都市であるタリンの旧市街は世界遺産「タリン歴史地区」にも指定されており、中世の面影が残る美しい街並でした。



JCIエストニアとの交流

1日目の夜は、JCIエストニアのヘンリー会頭にとメンバーの皆様、エストニアの現状や、2019年度の世界会議の見所(環境・ビジネス・自己開発)などを教えて頂き、民間団体ならではの交流ができました。



MEKTORY(タリン工科大学)視察

タリン工科大学は、デザインと製品開発、ビジネスモデル創出などに取り組んでいます。大学生だけではなく、次世代を担う子どもたちへのプログラムも多く実施しており、未来への投資の必要性を強く感じました。



SEB銀行 視察

タリンの中心地に拠点をかまえるSEB銀行では、オペレーションセンターや、イノベーションを設置するほかスタートアップ誘致などに積極的に取り組んでいます。Googleを彷彿させるラボは圧巻でした。

視察を終えて

日本における電子政府の推進にはマイナンバーカードの普及が必須ですが、その普及率は未だ10%に到達していないのが現状です。まずは私たち国民ひとり一人が身近なところから活用していく必要性を感じました。大阪JCIとしても事業交流をきっかけに、エストニアとの民間外交を推進し、例えば国家戦略特区を活用し最先端電子都市をめざす提言などを行っていきたくと考えています。今回の経験を広く大阪市民の皆さんに発信し、人類に進歩と調和をもたらす突き抜けた人材の育成につなげて参ります。



Ryota Yamashita
山下 領太

出向先
公益社団法人
日本青年会議所
日本創生グループ
地方創生会議
2017年入会

地方創生と事業創造による 経済大国日本の復権



MISSION

「和」の精神性を主軸としたナショナリズムの確立
社会開発投資を進める国民意識の確立

日本青年会議所の695のLOMの多くは大都市圏ではなく地方都市に存在します。大都市一極集中経済から脱却し地方の経済の活性化に向けて政治家では難しくても青年経済人のJCだからこそ出来る運動を起こそうと活動しています。

少子化問題は日本にとって今後数十年非常に重要な問題です。人口減少のスパイラル、それに伴う高齢化社会、社会保障費の確実な不足。まず、全国の青年会議所会員の皆様にこの問題を直視してもらい、今動かないと、考えないと自分たちの地元・会社・家族は将来どうなってしまうのかを考える機会を提供したいと思います。その上でJCとして何が出来る、するべきかの提言を発信致します。

政治を動かし社会を変える

～日本・世界を変える政策を紹介～



Kei Yotsumiya
四宮 圭

出向先
公益社団法人
日本青年会議所
LOM 支援グループ
人間力大賞委員会
2015年入会

人材育成と組織連携が生み出す社会的信頼の確立



MISSION

地域の課題解決に取り組む魅力ある若者の
支援・連携

未来を担う20歳から40歳までの「光輝く傑出した若者たち」を大募集!! 若者を発掘・表彰し、国民全体で応援する「青年版国民栄誉賞」として展開。

人間力大賞とは、環境、国際協力、福祉、文化・芸術、スポーツ、その他の分野で、熱い情熱を持ち、地域で積極果敢に挑戦・活動を行っている、人間力溢れる若者を発掘・表彰しています。

エントリーは5月31日まで。授賞式典はサマコンで開催致します。あなたの周りにいる、情熱を持って活動している方を是非ご紹介下さい。



人間力大賞
公式HP
nippon-saikyo.jp/
ningenryokutaisyo/

STEP1 / 一般申込

専用用紙をDLしてメールかFaxにて
お申し込み! (自薦他薦は問いません)

STEP2 / エントリー

一般申込を精査の上、次に進む方には
エントリー申請書を書いてもらいます。

問い合わせ先 : 一般社団法人 大阪青年会議所 国内連携推進委員会 委員長 田中 克憲
携帯番号: 080-1508-6799 メールアドレス: tpsny905@yahoo.co.jp

世界を熱狂させるRELATIONSHIP

大阪青年会議所にゆかりのある
団体や活動についてご紹介します。
From Osaka to the World!



日本赤十字社
Japanese Red Cross Society

JAPANESE RED CROSS SOCIETY OSAKA

日本赤十字社 大阪府支部

DATA

日本赤十字社 大阪府支部
〒540-0008
大阪市中央区大手前2-1-7
Tel: 06-6943-0705
www.osaka.jrc.or.jp

創立130周年

次世代につなげたい人道支援の精神

—日本赤十字社の創設の経緯について教えてください。
1859年にスイスのアンリー・デュナンが「敵、味方なく傷ついている者を救護する」という精神に基づき、救護団体の設立や国際的な条約の締結を呼びかけたのがはじまりです。日本では西南戦争の際、官軍と賊軍の区別なく負傷者を救護するという活動が行われたことをきっかけに、佐野常民が「博愛社」を設立、日本赤十字社発足の運びとなりました。

—大阪府支部の活動開始はいつですか。

現在の活動はどのようなものですか。
1888年に当時の大阪府知事が佐野常民から依頼を受け、国内4番目の支部として設立。今年は創立130周年です。ちなみに全国的に知事が支部長を務めることが多いなか、現在、大阪府支部長は大阪商工会議所の会頭・尾崎裕氏が務めてくださっています。現在の活動として、まず災害時の救護班の構成に力を入れています。大阪と高槻の赤十字病院には145名・20班体制を整えています。大阪赤十字病院には全国で唯一、野外で病院が設営できるdERU(国内型緊急対応ユニット)も配備しています。

—活動に参加したいと思った場合、

どんな方法がありますか。
活動を支えるボランティアとして参加してみたいでしょうか。スタイルは多彩なので、お問い合わせください。パートナーシップを結んでくださる企業も多いです。例えば赤十字マークを使用し、売り上げの一部を寄付くださったり、災害時用の物資提供をしてくださったりなど様々です。ぜひ理解いただきたいのが赤十字社は社会法人であること。行政から補助が出ている、と勘違いされることがありますが、寄付と会費とで活動しています。それゆえ、まずは寄付をいただくことや会員になっていただくなど、資金面で参加いただけるとありがたいです。

—大阪青年会議所でも、一緒に活動したいと思うのですが。

活動目的に共通部分が多いので、ぜひ連携していきたいですね。イベントの相互乗り入れや講習会の共催、ボランティア活動の情報交換など、可能性はおおいにありそう。また、支援者が高齢化しているなか、青年会議所さんとの連携で若い世代に活動を知ってもらう機会になれば期待します。今年は創業130周年を迎えるにあたり、基本に立ち返り、セミナーを通じて人道主義の普及に力を入れる予定です。そして赤十字運動を身近に感じてもらえたらと思います。

INTER VIEW

日本赤十字社 大阪府支部
事務局長
服部 道代さん
Michiyo Hattori



熊本地震災害(南阿蘇村)で活動する日赤大阪府支部救護班



河内長野市の水害で活動する防災ボランティア(大阪府支部所属)



福祉施設等でハンドケアなど癒しの活動をするビューティーケア奉仕団(大阪府支部所属)



JCI KOBE

一般社団法人 神戸青年会議所

結いの都市「神戸」の実現 ～立ち上げろ、つながりの漣～

神戸青年会議所は、神戸市民との人と人のつながりに価値を見出す都市の姿を目指し、「神戸は人のつながりが素晴らしい」と言われるようなまちづくりをしていきます。地域の課題に的確に対応するために有機的なつながりを創り出すことを重視しています。2018年度に60周年を迎える神戸青年会議所では、60周年記念事業推進特別委員会を設置し、若年労働人口の減少という解決すべき地域課題をとりあげ、学生と在神戸企業をマッチングしてまちの未来・企業の未来を考え共同でアクションを起こしてもらい事業を推進していきます。60周年記念事業は2018年9月14日を予定しています。

入会のご案内

9月末が本入会 3月末仮入会(おためし期間)となっており積極的に活動を見てもらって本入会の動機付けをしてもらいます。
神戸青年会議所は人生の選択肢を広げることができる場所。240名以上の会員が在籍し、60年間培ってきたネットワークを活かして、多くのつながりを得ることができます。
例会はポートピアホテル、ANAクラウン、メリケンパークオリエンタルホテルなどで開催します。皆さまの入会をお待ちしております。

DATA

設立:1958年
会員数:246名
www.kobejc.or.jp



高島 章光 理事長
Akimitsu Takashima



1月に開催された京都会議にて



JCI TAIPEI

台北JC

今年で締結55年目を迎える 最も長く連携を取っているシスターJC

台北JC交流は児童の絵画交歓やキッズスワップ(児童交換事業)などを毎年行っています。また毎年JCI大阪への公式訪問など、相互の事業に対する理解を深め、協力体制を取ってきました。設立から今年で61年目を迎え、2018年度Honda理事長のスローガン「積極公民 全球ネットワーク」(アクティブシチズン、グローバルネットワーク)のもと、活動的な市民の育成とグローバルに活躍できる人材の育成に取り組まれています。特に大阪青年会議所でも展開しているTOYP(The Outstanding Young Persons)、PCY(Peace Conference of Youth)、そして未来志向な子どもの育成事業において力を入れ、事業協力を行います。

2018年2月6日に発生した台湾東部震災の被災地支援のため公益社団法人日本青年会議所において支援金受付口座が開設されました。

一般社団法人大阪青年会議所においても様々な要請に応じた支援を行って参りますので、ご理解とご協力をお願い致します。【受付期間:2018年5月11日(金)まで】

支援金口座
● 銀行名 三井住友銀行 麹町支店 ● 口座番号 普通預金9293089
● 口座名義 公益社団法人 日本青年会議所 台湾東部大地震支援金(コウエキキャンダンホウジンニッポンセイネンカイギシヨタイワントウブダイジシンセンキン)

DATA

設立:1957年
会員数:77名
www.tpejc.org.tw



游 宏達 理事長
Yu Honda



3月に開催されたJCI台北・大阪交流会にて

下半身の筋トレに

五月病を吹き飛ばす基本のスクワット

軽快な春。厚いコートを脱いで颯爽と街に繰り出したい季節です。そこで今号も、パーソナルトレーニングジム&加圧トレーニングルーム「スタジオKei」代表の新井敬子氏に、体脂肪を燃焼させ、忙しい時でも筋肉を鍛えられるトレーニング法をお伺いしてきました。新井氏には本年度、BR EAK THROUGH CHALLENGEという「男性であれば体脂肪率20パーセント、女性であれば体脂肪率25パーセント以下を目指す」という政策のパートナーとしてご協力いただいております。

脂肪が燃焼するのは
最小20分の筋トレで

「春から夏はダイエットをする方が増えますが、食事制限だけでは効果がなく、食べればすぐリバウンドしてしまいます。筋トレなどにトライして、摂取カロリーを下げるよりも消費カロリーを上げることを心がけましょう。まずは週1〜2回を目安に。有酸素運動(軽いウォーキングやエアロビクスなど)を10分、それから筋肉を鍛えるトレーニングを行うと有効です」。

新井氏によると、脂肪が燃焼していくのは最小20分からで、タンパク質が消費された後で脂肪は燃焼し、筋肉が多いほど効率

的に燃焼するのだそうです。筋肉を鍛える、と、どんな良いことがあるのでしょうか? 「背筋がスッと伸びて歩く姿勢が美しくなりますし、持久力も養われます。筋肉を鍛えることで生活環境は改善し、気持ちも明るくビジネスへの自信も生まれてきます」と新井氏が話すように、ここ数年の筋トレブームにより、そういった筋トレとビジネスを関連づける自己啓発本も増刷。「自分の体を管理できる人は、ビジネスも管理できる」という結果だと思えます。(新井氏)。

太もも、お尻を鍛える
基本のスクワットにtry!

- 今号は、家庭で簡単にできるノーマル・スクワットをご紹介します。スクワットは太ももの前と後ろ(大腿四頭筋)、お尻の筋肉(大殿筋)、股関節の内側の筋肉、内転筋群などが鍛えられ、上達するとハムストリング(太ももの裏)にも効きます。
- 「注意すべき点は膝がつま先より前に出ないこと。上体が前のめりになると膝などを痛める原因にも。股関節からしっかりと曲げてお尻を出して、正しくスクワットしてください。呼吸を使ってつま先と膝の方向が同じになるように曲げ、重心を落とす、まっすぐに上体を立ち上げます」。
- 家庭で簡単
ノーマル・スクワット(基礎編)
- 1 広げる足幅は肩幅より握りこぶし1個分広く開ける。背もたれのある椅子もしくは壁に手をつけ、足先はやや外側にむける
 - 2 鼻で息を吸いながら、地面と太ももが平行になるまで股関節からまっすぐに重心を通していく
POINT! 膝とつま先の方向を同じに!
 - 3 目線はやや上に、息を止める
 - 4 口で息を長く吐き切り、上体をまっすぐに立ち上げる
- 2〜4を20回繰り返す



Studio Kei代表
新井 敬子 KEIKO ARAI



スタジオKei
〒550-0015 大阪市西区南堀江1-11-8 4F <https://studio-kei.jp/>

1975年生まれ、大阪市出身。32歳の時、出産後の激太りを機に近所のジムに通った事がきっかけとなりトレーニングを始める。翌年、ボディフィ트니스において2007年関西大会優勝、数々の入賞を果たす。2014年に新設された全身の美しさと健康さを競うフィ트니스ビキニ全国大会において初代日本一になり、2015年には初代フィ트니스ビキニアジアチャンピオンになる。その後スタジオKeiのオーナー兼トレーナーとしてプロ選手の育成、身体づくり、エイジングケアを行いたい方々の指導を行っている。

OSAKA BREAK THROUGH CAFE

参加
無料

大阪市内全24区で意見交換イベントを開催!
1000名の声で大阪を動かそう!!

BREAK THROUGH CAFEとは、気軽な雰囲気の中で、「自分の意見を持つとはどういうことか」ワークショップを交えながら学ぶ、ちょっとだけ真面目に社会と向き合う時間です。普段、政治や経済について、考えたことのないという人にオススメのイベントです。大阪市内24区で19時から開催中なので、お仕事終わりにちょっとだけ足を伸ばしてみませんか! 普段見ているスマホの画面の世界の見え方が変わるかもしれません。アメリカではフェイクニュースで政治が動いてしまったり、大統領選挙の流れを左右したりしています。あなたの住んでいる町でも噂はときにフェイクニュースとして、流れてしまう。そんなとき、あなたは何を信じて行動しますか? BREAK THROUGH CAFEはそんな選択を迫られたときにどうすればいいか判断材料を提供し、どう考えれば良いかを教えてくれます。



3/1(木)より6/20(水)まで
大阪市内全24区で開催を行ってまいります。

開催時間は全て19:00〜20:30となります。6月以降のスケジュールについては大阪青年会議所ホームページをご確認ください。
www.osaka-jc.or.jp/2018/activity/osaka/14770/

5/8 (火)	生野区民センター
5/11 (金)	都島区民センター
5/14 (月)	鶴見区民センター
5/16 (水)	東成区民センター
5/21 (月)	旭区民センター
5/28 (月)	大正会館
6/5 (火)	此花区民センター

Osaka Jc's

RECOMMENDED CAFÉ

会場近くの魅力的なカフェをご紹介します。ぜひとも開催前にお立ち寄りください。

城東区 蒲生四丁目エリア

café de
GAMO
YON

カフェ ド ガモヨン

大阪府城東区蒲生4-20-4
TEL:06-6167-4204
営業時間 11:00〜18:30
(L.O 18:00)
定休日 日曜日



EVENT
城東区民センター
4.13
{fri}
開催済 19:00-20:30

福島区 福島駅エリア

エスラス
カフェ

大阪府福島区福島6-14-18
TEL 050-5594-4648
営業時間 11:30〜23:00
(L.O 22:00)
定休日 水曜日



EVENT
福島区民センター
4.22
{sun}
開催済 19:00-20:30

東成区 深江橋エリア

ジャック・
アンド・
ベティー

大阪府東成区深江北1-3-5
TEL 06-6971-1700
営業時間 8:00〜24:00
(L.O 23:00)
不定休



EVENT
東成区民センター
5.16
{wed}
19:00-20:30

旭区 千林大宮エリア

Cafe
Sheep-is
カフェシーピーズ

大阪府旭区大宮1-8-5
TEL 06-7505-8400
営業時間 8:00〜18:00
定休日 水曜日



EVENT
旭区民センター
5.21
{mon}
19:00-20:30

新事業開発と人材育成を 支援します。

事業構想大学院大学 事業構想研究所
新規事業開発プログラム・人材育成

参加者募集（東京・大阪・福岡）

対象者：新規事業担当者（および将来携わりたいと希望する方）／事業承継者（および事業承継予定者）／
地域活性化を志す方／ベンチャーを興したいと考える方

これまで、500 名がプロジェクト研究員として参画※1
構想が着実に実現しています※2

※1 事業構想研究所・プロジェクト研究における実績

※2 修士課程修了生の90%以上が構想を実現・実現に向けて取り組んでいるとアンケートに回答（2017年調べ）



大学認証評価で「適合評価」

公益財団法人大学基準協会の大学認証評価におきまして「適合評価」を受けています。大学認証評価は、学校教育法ですべての大学が定期的な受審を義務付けられている第三者による客観的な評価です。

教育訓練給付金

厚生労働省の教育訓練給付金（専門実践教育訓練）の対象講に指定されています。国から最大で 48 万円が給付されます。



<https://www.mpd.ac.jp/>



e-mail: info@mpd.ac.jp



学校法人 先端教育機構

事業構想大学院大学

東京（表参道 1 分） 大阪（大阪駅 8 分） 福岡（天神駅 1 分）

東京 事業構想大学院 東京都港区南青山 3-13-16 03-3478-8411
大阪 事業構想大学院 大阪府大阪市北区堂島 2-1-31 京阪堂島ビル 5 階 06-6442-7611
福岡 事業構想大学院 福岡県福岡市中央区天神 2-14-8 福岡天神センタービル 7 階 092-737-8411



Junior Chamber International Osaka

一般社団法人 大阪青年会議所

ホームページ www.osaka-jc.or.jp/ JCI 大阪 検索
〒552-0007 大阪市港区弁天 1-2-30 オーク4番街401号室
TEL 06-6575-5161 FAX 06-6575-5163



スマートフォン版