

SENCIA



素直な心から生まれる 使命と哲学

竹田 哲之助

一般社団法人大阪青年会議所 理事長

素直な心とは、
われることなく物事の

大阪万博 開催決定!

2025年へ向けて突きススめ!

日本経済を復活へと導く
知られざる3つのシナリオ

ユニリーバが目指す
成長とサステナビリティの両立とは?

お風呂上りに始める簡単ストレッチ習慣

熱狂対談

佐藤 悌二郎

株式会社PHD研究所
専務執行役員(経営理念研究本部担当)



第32回 人間力大賞受賞!

障がいのある先にある新たな人材育成

クロマグロの養殖が世界を救う
近大の挑戦を取材!

TOYP2018活動報告

国連ヤングリーダーズが
大阪の地にやってきた!

BREAK
THROUGH
OSAKA

SENCIA 2018 vol.06

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

素直な心から生まれる 使命と哲学

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

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 活動報告 TOYP2018実施報告
- 20 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～
- 21 コラム たくましい KA・RA・DA メソッド
- 22 世界を熱狂させるRELATIONSHIP
- 24 OSAKA BREAK THROUGH CAFE
- 25 2018年度 JCI世界会議ゴア大会 参加報告
- 26 第32回人間力大賞 受賞報告
- 27 2019年度 新入会員募集

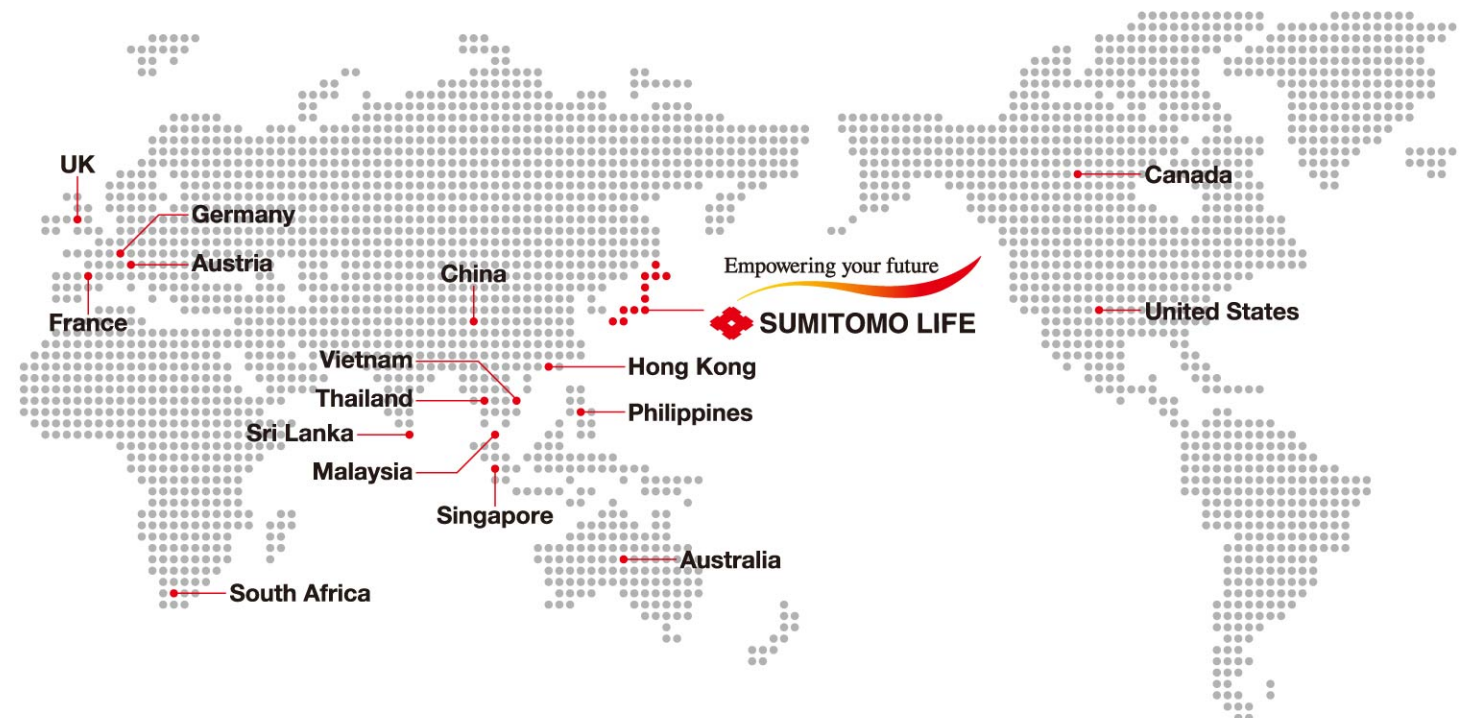


「日本再生を牽引する民間主導の経済成長の実現」、「子どもの生きる力を育む生涯活躍社会の実現」、
「人類に真の進歩と調和をもたらす突き抜けた人材の育成」が実現された大阪のまちの姿、
それが私たちのめざす「BREAK THROUGH OSAKA」です。
本年度、大阪青年会議所は2025年日本万国博覧会の開催誘致活動にも参画することから、
開催誘致ロゴマークをデザインされた大川幸秀氏に、「BREAK THROUGH OSAKA」のロゴマークを制作して頂きました。

世界が生んだ、「未来を変えていく、健康増進型保険」

※2018年6月末時点

Validityは、1997年に誕生し20年。
世界17の国と地域で840万人に広がっています。



住友生命 Vitality ついに、上陸。

住友生命保険相互会社

本社 〒540-8512 大阪市中央区城見1-4-35 TEL.06-6937-1435 (大代表)
東京本社 〒104-8430 東京都中央区築地7-18-24 TEL.03-5550-1100 (大代表)



一般社団法人 大阪青年会議所
副理事長
高橋 秀智

高橋さん！突然ですが、健康のために何かしていることはありますか？

「いやあ、特にないですね…。」

住友生命「Validity」とは、健康増進の取り組みに応じて保険料が割引になったり、さまざまな特典を利用できる保険です。

「それなら保険に加入しながら、楽しく健康なライフスタイルが目指せますね！」



住友生命保険
営業企画室主任
塩澤 美咲

※保険料の変動(割引・割増)や特典の利用(利用料含む)等については、ご検討時に詳細を確認ください。

詳しくはHPで!
【スペシャルサイト】



利用できる特典
(リワード)とは?



住友生命
「Validity」とは?
【ムービー配信中】



熱狂 対談

素直な心から生まれる 使命と哲学

偉大なる経営者から受け継ぐ
経営者としての哲学と使命

TETSUNOSUKE TAKEDA

一般社団法人 大阪青年会議所 理事長

竹田 哲之助

「公」と「素直な心」が
幸之助からのメッセージ

TEIJIRO SATO

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

知恵を結集し、繁栄による
平和と幸福を追求する

竹田 本日はPHP研究所で長年PHP理念や松下幸之助の研究に尽力してこられた佐藤先生に、これからの時代を牽引するリーダーに必要な要素について、お話をうかがいたいと思います。

現在、大阪青年会議所（以下、大阪JC）では、人類に真の進歩と調和をもたらす「突き抜けた人材」の育成を掲げています。「人類の進歩と調和」といえば1970年の大阪万博のテーマですが、当時は技術革新による物質的な幸福を目指していたと思います。しかし、2025年の大阪万博の開催が決定した現在、真の進歩と調和を目指す上では、物質だけでなく精神的な幸福を誰もが追求できる世界にならなくてはならないと考えています。この考え方はPHP研究所の理念にインスパイアされた部分が大きいのですが、松下幸之助さんがPHP研究所を設立されたのは、どんなきっかけがあったのでしょうか？

佐藤 幸之助がPHP研究所を設立したのは、終戦の翌年である昭和21年の11月3日です。当時の日本は悲惨な状態にあり、幸之助は人間に原則として与えられている繁栄によ

方では政治にも関心を持ち、しかるべきことは提言していこうという考えを深めたこともPHP研究所設立の動機です。

竹田 経済とは、世を経め、民を済う『経世済民』が語源です。

青年経済人を自負する大阪JCのメンバーも、大阪市24区内で1000人以上が参加するタウンミーティングを開催し、吉村大阪市長に私たちの経済ビジョンを届けました。大阪の商人といえはやはり民の力が原点。私たち経済人一人ひとりが、自社のことだけでなく、公のことも考えて活動することが大切だと私も強く感じています。

幸之助に間近に接した
幸福な研究者生活

竹田 佐藤先生は、松下幸之助研究



る平和と幸福が壊されていると感じていました。自分に知恵はなくとも、たくさんの方の知恵を集め、研究していくことで、社会に貢献できると考えたのがPHD (Peace and Happiness through Prosperity) 研究所設立のきっかけです。

もう一つの理由は、政治に対する姿勢です。戦前の松下電器は、軍の要請にしたがって軍艦や軍用機の製造に携わっていました。与えられた仕事に懸命に取り組んだ幸之助ですが、敗戦後GHQによってその責を問われます。財閥家族の指定や公職追放といった厳しい制限を受けたことで、「政治がおかしくなれば商売の努力は一瞬で水泡に帰す」ということを思い知ったのです。以降、経営に打ちこみながらも、一

の第一人者としても知られ、昨年は大阪JCの中心メンバー向けに講演もお願いしました。先生がPHP研究所に入所されたきっかけについて教えてください。

佐藤 大学は文学部に進んだので、卒業後は出版社に就職したいと思っていました。4年生の頃、京都に住む叔父から、PHP研究所の存在を教えてもらいました。すぐに本屋に走って「月刊PHP」と「Voice」という雑誌を買いました。単なる出版社ではなく、繁栄による平和と幸福の実現を目指す研究所である、という思いに強く惹かれたことを憶えています。

幸い入社試験に合格し、当初の希望としては雑誌の編集をやってみましたが、松下幸之助の研究をすることになりました。幸之助の談話をテープにダビングする作業からはじまって、発言集の編集や原稿作成に没頭し、それらを「松下幸之助・成功への軌跡」という書籍にまとめたのが40歳の頃です。その頃から研究者としても徐々に認められるようになり、今日までの38年と9カ月間、一貫して松下幸之助について研究してきました。

竹田 私が今38歳と2カ月なので、ほぼ私の人生と同じ期間ですね。



素直な心から生まれる 使命と哲学

TEIJIRO SATO X TETSUNOSUKE TAKEDA

佐藤 今思えばとても幸せな時間でした。昭和57年からはPHP理念の研究会にも参加させていただき、幸之助と間近に接する機会をいただけたことは願ってもないことです。それだけでもPHP研究所に入所して良かったと思えます。

素直な心をもつことで 見えてくる自分の使命

竹田 今年度の大阪JCの理事長所信は、「人生には一番大事な日が二つある生まれた日となぜ生まれたのか分かった日」というマーク・トウェインの言葉からはじまります。私自身も、大阪JCでの活動を通して、自分が何のために生きるのかを模索してきましたが、やはり必要なのは素直な心だと感じています。幸之助さんが提唱してきたこの素直な心について、先生はどのようにお考えでしょうか？

佐藤 素直な心は、幸之助が生涯追い求めていた心の境地といえます。はじめにその大切さに気付いたのは戦後、PHPの運動を本格化させた頃です。東西の両本願寺をはじめ、さまざまな場所を訪れて講演や懇談会を続ける中で、たくさんの方に思いをぶつけ、また質問にも答えながら、素直な心こそがPHPの運動のいきつくところだ

あると気が付きます。

素直な心を端的にいうなら、何物にもとらわれない曇りのない心のあり方です。それによって物事の実相や心理が見え、自分の進むべき方向が自ずと明らかになり、正しい行動をとることができます。

竹田 やはり使命、つまり何のために命の炎を燃やしていくのか、ということにつながってくるんですね。

佐藤 そうです。幸之助は「人間としての成功は、その人が備えている持ち味を存分に発揮することこそある」と言っています。お金持ちや有名な人になれる人は限られていますが、自分の適性や天分を見つけて、それをいかすことは誰にでも可能はずです。それを見極めるために欠かせないのが素直な心だということです。

経営理念の根底にある その人なりの哲学

竹田 素直な心をもって、自分の使命に気付くことができたなら、次はそれを実現するために、哲学が求められると思います。偶然、私の名前にも「哲」という字が入っており、常日頃から人として、またリーダーとして哲学について考えることがよくあります。幸之助さんは生き方としての哲学

や、経営哲学の必要性を説かれた第一人者でもあります。哲学をもつことの大切さについて、お聞かせいただけますか？

佐藤 幸之助は『実践経営哲学』という書籍の中で、経営理念の重要性を第一に挙げています。経営理念とは、企業の実存意義や目的、どのように経営を進めるかという基本になる考えですが、借り物の言葉や考え方では正しい経営理念になり得ません。そこには経営者の人生観や人間観、社会観、世界観など、その人がもっている価値観が反映されていなければなりません。その価値観の根底にあるものが哲学だと思っています。

竹田 大阪JCには、経営者以外に、リーダー的な立場の方も参加してい

ますが、彼らにとっても哲学は必要なんです。どうでしょうか？

佐藤 もちろんです。幸之助は「計画を立てて行うことはすべてが経営である」と言っています。企業だけではなく、人生や家庭も経営ですし、政治も国家経営といえるでしょう。その意味では、あらゆる人が経営者ですから、自分の哲学をしっかりと持っていた方がいいと考えています。

公への意識が未来をつくる

竹田 2019年にはラグビーワールドカップとG20、2020年には東京オリンピック・パラリンピック、2021年にはワールドマスターズゲームが開催され、更に2025年の万国博覧会も大阪に決定しました。私たち大阪JCのメンバーも、

大阪、日本だけでなく世界の発展を見据えてこれから活動をしていきたいと考えています。もし幸之助さんがご存命であれば、こうした状況にある私たちにどのようなメッセージを投げかけてくれるとお考えでしょうか？

佐藤 これは、昭和54年に大阪JCでの講演で幸之助が話したことですが、まずは自分ではなく人のことを先に考える思考、つまり公の心をもつことが大切だと思います。

若い皆さんが私心をもつことは当然であり、また捨てきれぬものでもないとありますが、公の心をもつと意識することはできるはずです。その時に大切になってくるのが、素直な心です。私心や私欲、先入観や既成概念にとらわれていないかをしっかりと見極めてほしいと思います。

また、人間は皆ダイヤモンドの原石のように、無限の可能性をもった存在です。幸之助も、一人ひとりが尊く、無用の人なんていないという思いをもってパナソニックの経営をやってきました。皆さんがご自分の会社や組織、あるいは社会について考える場合も、その人にしかないものをどれだけ生かしてあげるか、その人が幸せになるためには何をすればよいのか。そういう思いを大切にしながら周囲の方に接してほしいですね。

竹田 現在私たち大阪JCには1000人のメンバーがありますが、それぞれの果たすべき使命を見つけるためにも、「公」や「素直な心」をもつことの大切さを改めて学ぶことができました。大阪JC会員にもしっかりと伝えていきたいと思っています。本日はありがとうございました。

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。

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、幸之助主催の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。



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6回

Q:大阪万博開催決定！ 2025年に向け何をする？

A:ドバイやブエノスアイレスの博覧会でも 大阪万博のプロモーションを

2025年国際博覧会の日本開催が決定しました。ロシア、アゼルバイジャンの両国と競合するなか、多くのBIE加盟国の支持を得て、大阪への誘致に見事に成功しました。構想の初期段階から関与してきた者として、感激もひとしおです。

私たちは、誘致から準備の段階に入ることになります。まずは実施に向けた計画立案が急がれます。博覧会を実施する財団法人が新たに設立され、特別な法律が立法されることになります。もちろん、会場となる夢洲の土地造成や鉄道などの交通基盤の整備なども進捗させなければいけません。

いっぽうで各国から大阪万博に出展してもらえるように、産官学を挙げて国際的な関係を強化してゆくことが望めます。併せて、これから各地で開催される国際博覧会において、大阪をプロモーションしていく必要があるでしょう。

次の国際博覧会は、2020年にアラブ首長国連邦のドバイで開催されることが決まっています。

「2020年ドバイ国際博覧会(Expo 2020 Dubai)」は、総合的なテーマを扱う「登録博覧会」にあたり、テーマは「Connecting Minds, Creating the Future(心をつなぎ、未来を創る)」、サブテーマとして「機会(Opportunity)」「可動性(Mobility)」

「持続可能性(Sustainability)」を掲げています。次世代におけるコミュニケーションの可能性を拓く博覧会となることが期待されています。

中東・アフリカ地域での国際博覧会は初となります。酷暑の夏は避け、10月20日に開会式を執り行い、翌4月10日まで、年をまたぐかたちで会期が設定されています。ドバイは近年、金融センターとして急成長を遂げました。未来的な都市開発や、斬新な建築デザインでも知られており、世界で最も超高層のビルディングも話題となりました。

私はドバイ博の日本出展に関して、基本構想の立案に関与しました。展示の詳細はこれから検討されることとなりますが、日本らしい「麻の葉」の文様をデザインした建物の外観が、すでに発表されています。

続いて2022年6月15日から9月15日までを会期として、アルゼンチンの首都ブエノスアイレスで「認定博覧会」が行われることになりました。「Science, Innovation, Art and Creativity for the Human Development(人類発展に向けた科学・革新・芸術・創造性)」がテーマになります。

南米では初となる国際博覧会であることを訴え、ポーランド(ウッチ市)、米国(ミネアポリス市)、ブラジル(リオデジャネイロ市)などを押さえて、開催を勝ち取りました。

そのほか2019年には北京市、2022年にはオランダのアルメーレ市、2024年にはポーランドのウッチ市において、国際園芸博覧会を実施することも決まっています。

大阪だけではなく、日本全国で2025年国際博覧会の機運を盛り上げることも大切です。私は2025年国際博覧会の5年前となる、2020年が重要な機会になると考えています。1970年大阪万博から50周年、1990年鶴見花博から30周年の節目を迎えることから、博覧会に関する記念事業が実施されることでしょう。「太陽の塔」や「EXPO'70パビリオン(旧鉄鋼館)」など、博覧会のレガシーが文化財に登録することもあるかもわかりません。

かつての万国博覧会を知らない若者たちが、2025年の博覧会に向けて、新たなムーブメントを興していきたいと思っています。

一般社団法人大阪青年会議所アドバイザー

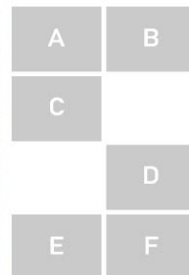
橋爪 紳也

SHINYA HASHIZUME



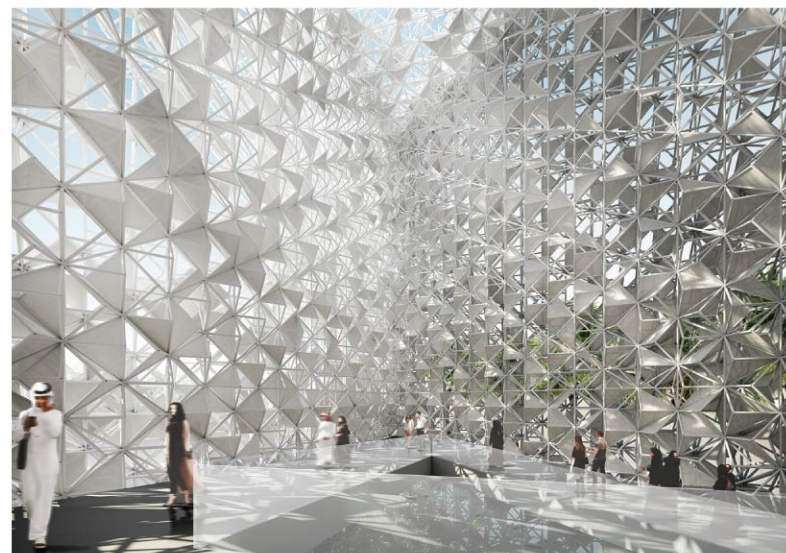
大阪府立大学戦略研究機構特別教授、観光産業戦略研究所所長。1960年大阪生まれ。京都大学工学部建築学科卒、同大学院、大阪大学大学院修了。建築史・都市計画学・都市文化論専攻。工学博士。

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。



ドバイ国際博覧会CGイメージ
A:全体(昼)／B:全体(夜)／C:中央部内観
D:日本観内観／E:日本館(昼)／F:日本館(夜)

IMAGES OF 2020 DUBAI EXPO



「素直な心」を育み 自己肯定感を高める未来投資教室

子どもの未来のために、大人として環境を構築することの必要性

現在、子どもたちを取り巻く環境は、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、まず、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理解し、学校や地域、そして家庭内で拡げていく必要があると考えております。

本年度は、4月に大阪市に住み暮らす方を対象に、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致しました。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」などに関して様々な現場で講演さ

れており、今回のテー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研究所様に監修いただいた、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、このセミナーを皮切りに、未来投資教室と称して、大阪市内の小学校へ社会人講師として、「素直な心」を拡げて参りました。

未来投資教室とは、各地域各方面において活躍されている方々を社会人講師としてお迎えし、講師自身の社会での実経験を伝えさせて頂く機会と、本年度、大阪青年会議所が企画立案した、公益資本主義の推進、「素直な心」の推進、SDGsの推進、3つの政策をパッケージとし

た大阪青年会議所メンバーが講師として社会人講師を実施するパターンで実行して参りました。未来投資教室では教員や保護者に授業を実施したり、子ども向けに授業を実施したパターンがありました。

成果として、大人150名 子ども365名に1セミナー・25コマの事業を実施し、子どもだけではなく大人にも「素直な心」を高めることの大切さを伝えることが出来ました。一人ひとりの自己肯定感を高め、子どもたちに未来への期待感と素直な心を育んで参りました。政策発信におきましては、社会体験を軸とした内容と素直な心の大切さを伝え、持ち合わせる個性や特徴を長所として捉えながら子どもたちの自己肯定感を育み、健やかな成長に繋がるための機会としました。



未来投資教室の開催



SDGs推進の講義



PHP研究所の大江様による講演



脳の力を100%引き出す講義

SDGsから大阪を 次のステージへ



大人と子どもが共に学ぶ！ BREAK TROUGH FORUM Vol.5 の開催

2015年9月の国連サミットで採択された「持続可能な開発のための2030 アジェンダ」にて記載された2016年から2030年までの国際目標であるSDGs。誰一人取り残さない世界を作るために、市民一人ひとりがSDGsを認識し、意思を持って行動することが求められています。大阪青年会議所でもSDGsをテーマに様々な周知活動や、ボランティア活動を実施しています。しかし、認知度はまだまだ低く、特に世界の問題になると他人事のように感じてしまう人も多くいます。

今回の月例会では、SDGsをもっと身近に感じてもらうために様々な設えをご用意しま

した。まず帝国ホテル月例会会場手前の前室ブースではSDGsを推進している企業様にブース出展をお願いしました。当日は9社の企業に出展頂き、各企業がSDGsについて取り組みをしている内容を伝えて頂きました。講演ではさかなクンをお迎えし、SDGsの14である「海の豊かさを守ろう」に関連したお話をお伺いしました。当日はさかなクン様に描いて頂いたお魚の名前を当てるというクイズもあり、特にお子様にご好評をいただきました。

結果として801名の方にご来場頂き、特に対外からも大人273名、子ども91名にご参加頂き、いつも以上に盛り上がり

を見せた月例会を設営させて頂くことが出来ました。

今回は2018年入会の新人メンバーを中心に月例会を設営しており、企画・運営の拙さはあったものの、直向きに一生懸命に事業を構築したことで、皆様にご協力頂いた月例会になったと思います。今回の月例会を通して、ご来場の皆様にはSDGsという存在を認識頂くとともに、それに対する興味を持ってもらえたと確信しております。誘われたから、さかなクンの講演を聞きたいという理由でご来場いただいた方にも、結果としてSDGsを知って頂く・理解を深めて頂く機会を提供出来ました。



さかなクンの登場！



1年間大阪JC事業をサポートしてくれた大阪市立工芸高等学校の皆様



SDGs14「海の豊かさを守ろう」についての講演



会場には子ども91名を含む801名の来場者



社業発展につながる経済学《第6回・最終回》

「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。

日本経済復活の「三つのシナリオ」

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！



10%消費税が日本経済を破壊する
藤井 聡

消費税増税の危険性を
実証的に明確に論ずる一方、
日本経済復活のシナリオを提案。

晶文社 /1,500円
初版発行：2018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！

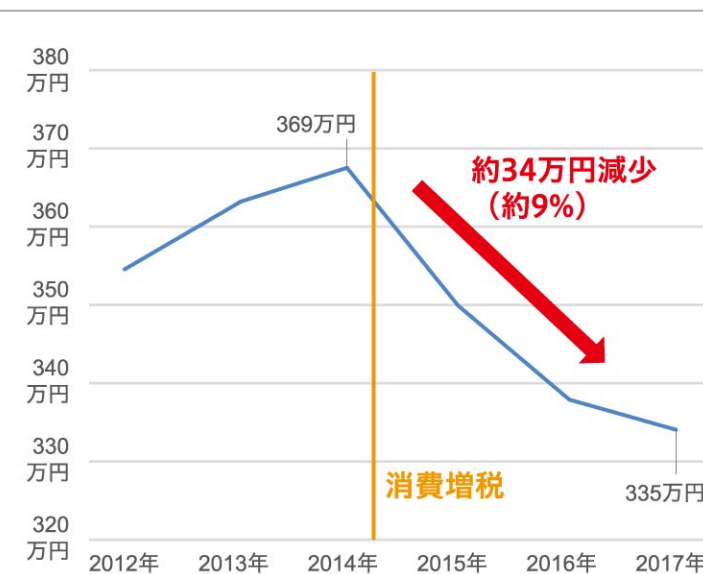
【入館料】無料
【開館時間】午前9時～午後5時
【休館日】日曜日・年末年始
※特別企画展等開催期間中、開館時間が
変更になる場合があります
【所在地】〒571-8501
大阪府門真市大字門真1006
【アクセス】京阪電車 西三荘駅下車 徒歩2分



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



※総務省統計「一世帯一カ月間の支出（二人以上の世帯）」の各年の「1月」の名目消費支出総額を、同月の消費者物価指数（2017年1月基準）を用いて求めた実質値に基づいて12ヶ月分の消費に調整した数値。

図1 消費増税前後の、各世帯の消費支出額の推移

今、日本経済は疲弊し続けている。過去20年間、世界経済は約2・4倍に拡大し続けた中、日本だけが0・8倍にまで縮小した。

この日本経済の凋落は偏に、バブル崩壊後の状況下で、消費税増税や度重なる政府の支出カットを繰り返したからに他ならない。例えば、直近の2014年の消費税増税は、実に年間あたり34万円もの消費を縮小させている。その結果、消費が縮小し、企業収益が悪化し、所得と投資が落ち込み、それを通してさらに消費が冷え込む、というデフレスパイラルが駆動されたからに他ならない。

この現状を打開するには何が必要か。いくつかのシナリオがある。拙著、『10%消費税が日本経済を破壊する』に掲載した三つのシナリオをご紹介します。

第一のシナリオは、消費税減税である。例えばこれを3%にまで落とすことができれば、再び日本は「高度成長」を果たすことができるだろう。

第二のシナリオは、来年の消費税増税を凍結した上で10・15兆円程度の財政政策を2カ年程度継続することだろう。消費税増税を凍結すれば、経済のさらなる低迷を回避することが可能となる。しかし、それだけで、デフレを脱却し、再び経済成長がもたらされることはない。したがって、現状では、さらなる内需を拡大し、消費を刺激し、デフレを終わらせるための10・15兆円規模の大型景気対策が求められているのである。

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研究推進ユニット長、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。

理性的でかつ勇氣ある政治決断を心から祈念したい。そして、それを支援する国民世論の高まりを、あわせて強く祈念したい。

第三のシナリオは、来年の消費税増税がどうしてもやめられない場合、のシナリオだ。この場合は、日本経済は激しく凋落していくことは間違いない。これをねのけるための経済対策は異次元規模である必要がある。増税凍結でも10・15兆円規模の景気対策が必要であったことを踏まえるなら、15兆円規模の対策を5カ年程度継続させることが必要であろう。なお、その場合の経済対策は規模はもろろんのこと、その中身についてもより効果的なもの、例えば、民間投資を促す基礎インフラ投資や科学技術投資が求められることは間違いない。

果たして政府、国会は、このシナリオのいずれを選ぶのだろうか。それとも、いずれも選ばずに、ただひたすら日本経済は、これまでと同様、あるいはこれまで以上に「凋落」していくのだろうか。そうした未来は偏に、「今」の政治判断に依存している。

解説

松下幸之助の言葉

「天馬往空」という言葉はですね、馬が空を飛んでいくんやからえらい勇ましい言葉で、お互いが何の障害もなく、どんどん進んでいくことができれば、さだめし愉快だろうという意味で書いたんです。事ごとに問題が起こりますから、なかなかそうはいかないのが世の常ですけども、人生行路は障害だらけだということのも一つの見方であるし、融通無碍であるというのも一つの見方やと思うんですね。だから障害だらけというように考えたら、障害だらけになってくる。融通無碍にいくものだと考えれば、私はそのとおりになっていくんじゃないかという感じもするんです。これは心のもちよう一つですね、早くいえば。

深刻な不況に陥り、大企業の倒産が相次いだ昭和四十年の大晦日、幸之助は東京宝塚劇場で行われたNHK紅白歌合戦の審査員席に着いていました。次々にくり広げられる華やかなステージに見とれ拍手を送っているうちに、二時間半ほどがまたたくまに過ぎていきました。

番組が終わると、幸之助は急いで会場をあとにします。元旦から家をあけたくないので、なんとか零時一分羽田発の最終便に乗りたかったのです。

無事、空港に到着し、タラップに足をかけたときには、昭和四十年が除夜の鐘とともに終わるうとしていました。そして天空に飛び立ったとき、新しい年が静かに明け始めていました。

幸之助はハタと膝を打ちます。

「そうだ、今年はウマ年、自分もウマ年だ。ウマ年生まれの自分が、ウマ年がまさに明けそめんとすること、天空高く飛んでいる。これこそ「天馬往空」の図ではないか。こいつは縁起がいい。今年 は明るくよい年になる。「天馬空を往く」ような発展が、きつとできるぞ。」

そう考えると、胸に希望と勇氣が沸々と湧いてくるのを感じたのでした。十日後に開かれた松下電器(現パナソニック)の経営方針発表会で壇上に立った幸之助は、さっそくこの話を披露。「松下電器は今年、非常に幸先がいいと思う。景気、不景気は天然現象ではない。不景気をつくるのも人の心、好景気をつくるのも人の心である。心機一転して、好景気にもっていくようなものの考え方、活動を生み出そうと、社員を鼓舞しました。」

またこの年、昭和四十一年十一月には、高き三メートル、ブロンズ製の「天馬往空之像」が、松下電器本社の中庭に完成します。前年四月に幸之助が勲二等旭日重光章を受章したのを記念して、全国「三八二社の販売会社から贈られたものでした。折しも幸之助の陣頭指揮のもとで実施された新販売制度が成功を収め、軌道に乗り始めたときにあたり、さらなる飛躍の象徴として設置されたのです。

こうした出来事があって幸之助は、「天馬往空」と揮毫し、自室に掲げ

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。

ていたことがありました。右の言葉は、それを見た人から理由を尋ねられて答えたものです。

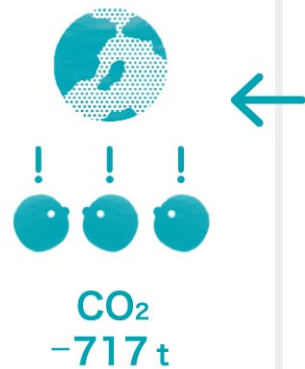
すべて物事は心のもちよう一つ。とらわれず、みずから限界をつくらず、あたかも天馬が縦横に空を駆け巡るように、融通無碍に、前向きに発想を広げて道を切りひらくのが、幸之助の生き方だったといえるでしょう。

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、社会をよくなるアイデアについて解説します。

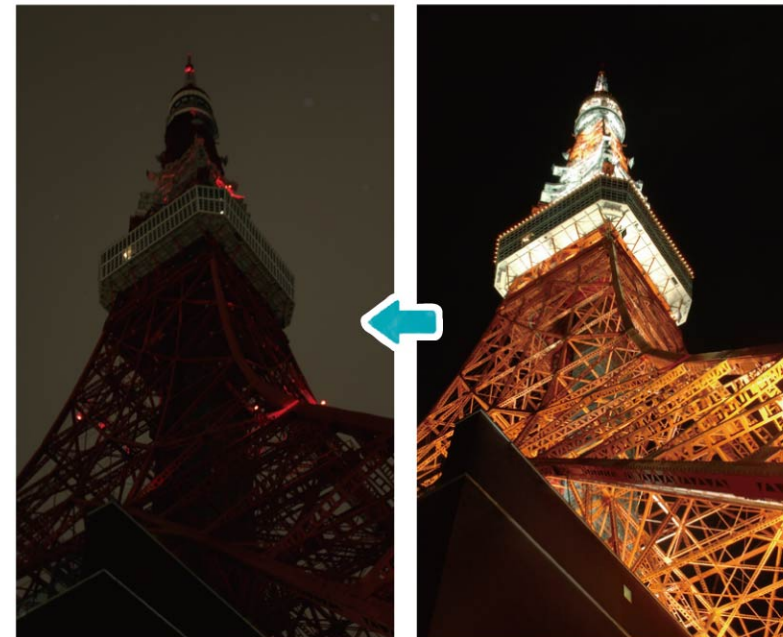
RESULTS



2004年には女優の宮崎あおいさんがポスターに出演し、さらに多くの人たちの関心を集めた。

IDEA

BACKGROUND



地球温暖化問題を意識してもらうため、「電気を消す」というワンアクションを提案。東京タワーも消灯。



idea

ワンアクションを提案する
ライトダウン

背景と課題
地球温暖化問題にもっと関心を
2000年代初め、日本の多くの人々は、地球温暖化について懐疑的で、人ごとだと考えていました。人々に温暖化問題に関心を持ってもらうにはどうしたらいいのでしょうか。

アイデア

誰でも参加できる
「消灯」というアクション
「ライトダウン」とは、照明を消し、キャンドル（ろうそく）を灯して過ごすという、スローライフ運動のひとつ。夏至・冬至の、夜8時から10時の2時間、みんなで一斉に電気を消すイベントです。環境省や自治体の知事、著名人からも賛同。03年の夏至（同年6月22日）、第1回目のイベントが行われました。産・官・民が一体となって日本各地でもこれに合わせ、さまざまなイベントが実施されました。夏至と冬至が選ばれたのは、特定の国の記念日ではない、世界共通の日であるためです。簡単に、誰でも参加できて、ちよびりロマンチックなアクションです。

結果

夏至の恒例行事に
その後も実行委員がホームページなどで呼びかけをし、各地のイベントはさまざまな運営主体で自発的に行われています。12年には10周年を迎えました。夏至のライトダウンにはオープンしたばかりの東京スカイツリーをはじめ、東京タワーや通天閣など全

解説

行動促進はワンアクションから
行動促進のために効果的なのはワンアクションです。コンビニにあるワンコインで飲めるコーヒーもワンアクションです。CO₂2排出量を減らすための国民運動にするために、まず言葉の開発をしました。「電気を消してCO₂の排出量を減らそう」ではなくて生活者が自分ごと化するために、ライフスタイル提案の「でんきを消して、スローな夜を。」にしました。電気を消しておしゃべりをしたり、お酒を飲んだり、星をながめるなどゆったりとした豊かな時間を楽しむ提案です。この消灯キャンペーンを始めから、石垣島を始め多くの自治体で、電気を消して、天の川をみるなどの観光誘致キャンペーンが起きました。地球規模のソーシャルデザインは、誰でも真似できることがポイントです。

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



京都造形芸術大学客員教授。尼崎市生まれ。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。

SDGs取り組み事例：「近畿大学 水産研究所」についてのご紹介

クロマグロの養殖でSDGsゴール14「海の豊かさを守ろう」の達成へ！

“近大マグロ”で知られる近畿大学。クロマグロの完全養殖について伺った。近畿大学の養殖研究は、世界的な人口増加による食糧不足を解決する目的で始められた。「畑を耕すように、海を耕す」といった初代総長の考えのもと、クロマグロ以前にもマダイやカンパチの完全養殖を世界に先駆け成功させてきた。しかしクロマグロは苦難続き。研究当初、生息どころか稚魚の獲り方さえ分かっていない“謎だらけ”の魚。研究者たちは問題が起こるたびに必死で改善に取り組み、地道な努力によって研究を始めた1970年から実に32年の時を経て、2002年に世界で初めて成功しましたとのこと。近畿大学では、学内のSDGs機運醸成を目的とした啓発イベントを定期的実施している。学外の方もご自由にご参加いただける機会となっており、SDGs14をはじめとした技術や農業革新の今を知ることができる。さらに今後は海外へのクロマグロの供給も開始していく。



BREAK THROUGH COMPANY

成長とサステナビリティを両立する 企業と社会をつなぐエコシステム

毎日190か国で、25億人が製品を使用している世界最大級の消費財メーカーのユニリーバ。2010年に新たなビジョンとビジネスプランを掲げ、製品やブランド、企業価値の向上に取り組んでいる。同社がなぜ、サステナビリティに取り組んでいるのか、その実態を、アシスタントコミュニケーションマネジャーの新名司氏に話を伺った。



アシスタント コミュニケーション マネジャー 新名司氏



世界中で1億回以上再生されたブランド動画「ダヴ リアルビューティースケッチ」

ユニリーバが目指す サステナブルな生活

1884年に英国で衛生的な習慣を普及させることを願い、石鹼の製造からスタートしたユニリーバ。今回は同社で「パーパス」と呼ばれている企業の使命や現在注力しているサステナビリティの推進について伺った。

「ユニリーバのパーパス（＝目的、存在意義）は、サステナブルな暮らしを当たり前のものにする事です。環境や人にやさしい製品を買いたいと思ったときに、表参道のこだわりのお店で選り抜かないと手に入らないとなると、毎日続けるのは大変です。そこで、ユニリーバでは、サステナブルな製品をどこでも、どなたでも気軽に買えるような仕組みを作っています。例えば、リプトンのティーバッグは、国際的な環境保護団体レインフォレスト・アラ イアンスの認証を得た茶園からの茶葉のみを使っています。つまり、リプトンを選ぶことが、茶園で働く人々の生活の向上や環境保護につながります」。

サステナビリティの推進は 外資系企業だけの特権か？

まず、生活者のサステナビリティについての関心と市場の動向について、どうお考えですか。

「日常的な買い物を見てみると、まだまだ環境に良いから買おうという生活者の方はあまり多くはないと思うのですが、ユニリーバが世界全体で行った調査によると、環境や社会に良いものを選びたいと考えて実際に買っている方が33%。さらに、今は買っていないけれども、今後選びたいと思うという方が21%いらっしゃいます。両方合わせると50%を超えてきます。そうすると、もはやこれはニッチの市場ではなく、マスの市場であると考えています」。

次に、企業で見ても、サステナビリティというワードの間こえは良いですが、実際に取り組むとなると日本企業の場合、スローガンは決まっても中身が無くなってしまいがちかと思えます。

「ユニリーバは創業当時から社会課題を解決したいという思いの強い企業でした



ビジネスを成長させながら、10億人以上の健やかな暮らしに貢献



2010年に策定された事業戦略プランの概要

今の社会に求められる サステナブルな活動とは？

「ユニリーバとしては、SDGsができたからサステナビリティに力を入れるようになったというよりは、取り組みが続いているうちに世の中がそのような潮流になってきた印象です。消費財メーカーとして製品の機能や

が、2010年に改めて「環境負荷を減らし、社会に貢献しながらビジネスを成長させる」という新ビジョンと、その実現に向けた事業戦略「ユニリーバ サステナブル・リビング・プラン」を発表しました。その際には全世界の全社員に対して、なぜサステナブルな活動に取り組むのかを伝えました。日本でもトップのメッセージ動画を、映画館を貸し切りして上映しました。サステナビリティを推進するためには、事業戦略に組み込むこと、そしてトップのコミットメントが欠かせないと思います」。

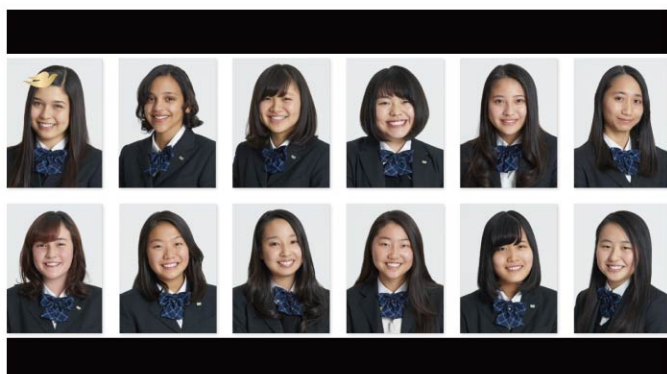
美味しき、品質は常に追及していますが、近年はブランドのパーパスにも力をいれています。製品の機能だけで差別化するのが難しくなっている今、それぞれのブランドが消費者の方々の人生をどう豊かにできるか、社会や環境のために何ができるのかを見定め、ストーリーを語っているのです。例えばダヴでは「あなたらしさが美しさ」をテーマに動画を配信し、多くの方の共感を呼んでいます」。

また、日本企業がパーパスを持ってサステナブルな活動を実践していくためにはまず何から始めればよいでしょうか。

「自社の事業と社会課題との接点を見出すことから始めるのが良いと思います。石鹼のブランドなら、手洗い習慣を広めることで売上を伸ばしながら衛生にも貢献できます。リプトンが茶園に着目したように、パ



企業がSDGsに対してできる5つのこと



世界で最も自己肯定感が低いという日本の10代女性に向けた動画「ダヴ リアルビューティ ID」

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！



A AXE GOLD
・ボディソープ
・フレグランス ボディスプレー
・クラシックジェリー



B Dove MEN+CARE
・オイルリフレッシュ泡洗顔料
・オイルリフレッシュ化粧水
・モイスチャー泡洗顔料
・モイスチャー化粧水

自分らしくキメすぎないグルーミングラインナップのAXEと、乾燥を防いで、ベタつかない肌へ、日本の男性のために特別開発されたダヴメン+ケアを各5名の方にプレゼントします。

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2019年1月31日(木)



ユニリーバ
Unilever
1930年創業
最高経営責任者 アラン・ジョーブ

TOYP MEMBERS

国連ヤングリーダーズとは

貧困に終止符を打ち、気候変動と闘い、不平等を減らすための取り組みを先頭に立って進めている卓越した全世界の18歳から30歳までの若者を国連が募集し、SDGs達成のために2030年まで毎年17名ずつが選出される取り組みです。選ばれた17人のヤングリーダーたちは、SDGsに対する若者の関心を高め、その実現を働きかけ、若者を動員するために活動します。



Samar Mezghanni (サマー・マズガニ)
作家、活動家／1988年8月27日生

世界最年少作家として2つのギネスブック記録保持者。これまで100以上の子供向け短編小説を書き、14の著書を発行、自身の能力を駆使し、チュニジアおよび全世界の若者に力を与え続けている。また、2016年度国連経済社会理事会のユースフォーラムにて基調講演を行い、特異な資質を持つ「青年のちから」(Power of Youth)についての自身の主張を述べた。最も力のあるアラブ系女性に選出されている他、米フォーブス誌の30才以下で最も成功したアラブ人30名の一人にも選ばれている。現在、ケンブリッジ大学にて博士号を取得中。

Samuel Malinga (サミュエル・マリンガ)
ファウンダー兼マネージング・ディレクター／1989年1月26日生

ウガンダの首都カンパラのスラム街であるナグルで生まれ育ち、農村部の交通機関が発展していない地域における衛生サービスの向上を図ることを決意し、サニテーション・アフリカを設立。フルサイクルの衛生システムを構築し、ウガンダ各地においてローコストで高い衛生レベルを維持できるトイレの建設から、ヘドロからクッキング用燃料や農業用肥料を作るシステムの提供等を行っている。今日まで約1000名以上の衛生プロモーターの雇用を生み出し、同社がサービスを提供している地域からは屋外排泄がほぼ根絶され、90%以上の衛生普及率を達成している。



Karan Jerath (カラン・ジェラス)
学生・発明家／1996年12月13日生

テキサス周辺にて発災した2010年メキシコ湾原油流出事故を受け、事故の解決策を自身で作ることを決意。高校在学中に、原油流出を限定的にする革新的な海底坑口覆蓋装置を発明し、「青年のちから」(Power of Youth)による革新が、海底の採掘所における原油や天然ガスなどの流出を最小限に食い止めることができるソリューションとして期待されている。2015年度インテル国際学生科学フェアにて青年科学者賞(Young Scientist Award)を受賞した他、米フォーブス誌のエナジー業界をリードする30才以下の30人に最年少で選出されている。

Rainier Mallol Cotes (レイニア・マロル・コーテス)
共同ファウンダー兼プレジデント／1991年5月9日生

AIME社の共同ファウンダー兼プレジデント。同社は、人工知能、疫学専門知識・技術とデータ分析により病気の大発生を予測するツールを開発した。現在のプラットフォームは87%の正確性で可動しており、公衆衛生を担当する役所に対し重要な情報を提供すると共に、人々の生命を救う役割を担っている。現在、同社のツールはマレーシア、ブラジルおよびフィリピンで試験事業に成功している。マロル氏はOne Young Worldのアンバサダーとしても活躍しており、持続可能な開発目標3「すべての人に健康と福祉を」を体現しているために招聘された。



Edda Hamar (エダ・ハマー)
共同ファウンダー／1989年4月5日生

Undress Runways社を設立し、一切の妥協を許さない姿勢で、ファッション業界における持続性と倫理の推進運動を展開している。毎年運営している世界中の前衛的なデザイナーによるファッション・ショーは約50,000名の参加者を誇り、オーストラリアにおける最大規模の持続的なファッション・ショーとしての地位を確立した。2014年にはNaked Magを立ち上げ、ファッション業界における「多様性」、「尊重」、「平等」、「持続性」および「天然素材利用」の重要性を提唱している。2015年にはVIHNという倫理ファッションブランドを立ち上げました。



活動報告

TOYP2018実施報告

TOYP その歴史とは

TOYPとは、The Outstanding Young Persons =傑出した若者たち、すなわち素晴らしい活躍を続けている若者たちの意味です。

様々な分野で社会的な影響を与え、前途ある傑出した若者たちと青年としての国際交流を行い、互いに学び合い、意識を高め合うことを目的としています。一般社団法人大阪青年会議所は、1950年の設立以来、半世紀以上にわたって、明るい豊かな社会を実現すべく精神的に活動してまいりました。そして1980第35回JC1世界会議大阪大会開催を通じて、国家の枠組みを超えた民間レベルでの外交の必要性を認識し、「海外の前途ある優秀な青年を日本に招き、日本を実感してもらうことだ」という故梅棹忠夫国立民族博物館館長(当時)のアドバイスをもとに 1981年に本事業を開始しました。TOYP事業は国際的な民間ネットワークの構築を目指すとともに、毎年テーマを変えながら、様々な国際社会の抱える課題に取り組んで参りました。TOYP事業を通じて、世界中より招聘した情熱溢れる青年達は現在も世界各地のあらゆる分野で目覚ましい活躍を続けています。また、そうしたTOYPメンバーとの絶えることなき友情の絆は、我々にとってかけがえのない財産となっています。



今年度の取り組み

第37回を迎える本年度は「誰もが幸福を追求できる世界へ ～ 突き抜けた人材が世界を変える～」をテーマに掲げ、2017年度の「国連ヤングリーダーズ」のうち5名を大阪に招聘しました。世界の持続的な発展に取り組む5名のグローバルリーダーの想いや活動に、大阪の未来を創る経済人や学生をはじめ市民の皆様に触れて頂くことで、日本人がもつ素直な心の大切さを学び、様々な価値観を受け入れ新たな価値を生み出し、大阪、日本、そして世界を自らの力で変えていく必要性を共有できました。

sep
17^P_M

関西大学梅田キャンパスにおいて、5名の取り組みを発表頂くTOYPフォーラムを実施しました。会場には、外国の方や社会貢献活動に興味を有する学生など80名を越すみなさまにご参加頂きました。



sep
15

5名にそれぞれホームステイ先で日本の家庭生活を体験して頂き、個人レベルでの国際交流を行いました。

sep
16

KKRホテルでのウェルカムパーティーに参加して頂き、弊所が実施する学生間の国際交流を目的としたPCY事業に参加している学生との交流も実施し懇親を深めました。日本の和太鼓の演奏には5名のTOYPメンバーも参加し大いに盛り上がりしました。



sep
18

舞台を東京に場所を移し、例年実施しておりますTOYPメンバーによる皇室ご拝謁を本年度も実施させて頂きました。本年度は、皇太子同妃両殿下にご拝謁の機会を頂戴し、約50分間それぞれの活動についてご紹介をさせて頂きました。謁見後のTOYPメンバーの興奮した顔が印象的でした。



sep
19

sep
20

東京の名所を観光し、フェアウェルパーティーを開催しました。

sep
17^A_M

日本の伝統文化であるお茶を堪能して頂く歓迎茶会に参加して頂き、日本の文化に触れて頂きました。



少子化対策を成長戦略へと進め、日本創生を!!



Masashi Kojima
小島 雅士

出向先
公益社団法人
日本青年会議所
日本創生グループ
稼ぐ人財創出委員会
副委員長
2011年入会

MISSION

少子化が国難であることを認識してもらい、企業の中に子育てと仕事を両立することができる仕組みを創り出すことを目的とします。



稼ぐ人財創出委員会では、日本の労働人口減少と人財と経済の東京一極集中の改善をテーマに一年間、運動推進を行ってまいりました。

サマーコンファレンス2018では、少子化の背景と自治体が行っている少子化対策について高知県知事の尾崎知事に講演していただき、弁護士の大淵愛子氏、保育機能付きコワーキングスペースを運営されている高田麻衣子氏、そして日本青年会議所 会務担当常任理事の西岡徹人君をパネラーに女性活躍により生産性を向上させるためのパネルディスカッションを行いました。

参加者の皆様に、女性が働きやすい環境を企業が作りだすことによって得られる効果、企業が少子化対策を行うことの重要性について気づいてもらうことができました。

少子化対策が企業の成長戦略となり、日本の労働力減少に歯止めをかける一歩になることをこれからも促してまいります。

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～



Miki Yasui
保井 美紀

出向先
JCI
(国際青年会議所)
APDC
(アジア太平洋開発協議会)
開発担当役員
2010年入会

Work together!

MISSION

Always there



APDC (Asia Pacific Development Council=アジア太平洋開発協議会) では、アジア太平洋諸国において、JCIの無い国へのJCI創立援助、活動が活発ではないNOM (National Organization Member) への強化支援を行なっています。私の担当しているベトナムは、NOMとしてJCIは存在するのですが、20歳代が中心となって活動を行っていることや、経済状況を鑑みて60ドルの会費でまかなう状況であることから、JCIの活動を広げていくためには、様々な課題を解決していかなければなりません。そういった問題点や運営方法を私たちが一緒に解決していく事で、ベトナムJCIをよりしっかりしたNOMに変わっていき、アジア太平洋諸国のそれぞれのNOMがより良くなり、ひいては、ベトナムという国の発展に寄与すると考えます。そうすることによりアジア全体が盛り上がり、JCIの世界4エリア (America, Europe, Africa and the Middle East, Asia and the Pacific) がより良くなれば、恒久的世界平和が実現できると信じて、活動しております。Let's work together!

コラム たくましいKA・RA・DAメソッド

冬は風呂上がりのストレッチを習慣に!

食事制限と有酸素運動でメタボ予防を

木枯らしの季節。寒いからと背中を丸めて運動を怠っていると、筋肉量や基礎代謝量は減少し、同じ量を食べても太りやすくなるのだそうです。1・2月は冬の行事も目白押し。その前に体を整えておかないと大変なことに。本誌では、男性は体脂肪率20%、女性は体脂肪率25%以下を目指して筋トレ法などをご指導いただき、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お話を伺います。

「若い頃に運動をよくしていた人は、全くしてこなかった人より体が固まりやすいので習慣的にほぐす必要があります。メタボリックシンドロームを予防するには、食事制限と有酸素運動を習慣化させるのが第1のステップ。有酸素運動は筋トレなど(無酸素運動)に比べて体の負担が軽いので、最初は通勤タイムやベットの散歩、買物などの時にプチウォーキングを。慣れてくれば30・40分のウォーキングやジョギング、水中運動、エアロバイク、サイクリングなどを続けることで脂肪を燃焼させることができます。第2ステップとしては筋肉をつけて太りにくい体質を作る有酸素運動・無酸素運動を並行させたおうち筋トレに挑戦を。」

途中でリタイアしないコツは、「〇月までに痩せて〇〇する!」と明確な目標をたてること。「まずは2カ月間集中し、決めたメニューをやります。そこを超えたら結果は必ず出ます。いよいよ体が動くようになってきた方は、正しいフォームを指導してもらえ専任のトレーナーのいるジムへぜひ通ってみて。体は確実に変わってきますよ。」(新井氏)。

朝・就寝前の1日2回肩甲骨まわりをほぐす

冬場に行うトレーニングとして、新井氏がこれ!と太鼓判を押すのが「ストレッチ」。「体が冷えた状態では危険なのでお風呂に浸かって体を温めた状態で行うことで血行促進につながり、むくみや肩凝りも解消。自律神経のバランスも整って疲労解消し、ぐっすり眠れるようになる」のだとか。

今回、教わったトレーニングは「肩甲骨ほぐしストレッチ」です。肩甲骨と肩凝りは深い関係性があり、肩甲骨の周りが凝り固まった状態だと胸が締め付けられて呼吸も浅くなりがち。お風呂上がりのリラクゼーションで、肩甲骨の周りをストレッチで柔軟にほぐしましょう。「たくましい KA・RA・DAメソッド」1〜6回の筋トレ法を順におさらいして日々のメニューに組み込むと良いで



POINT!

肩甲骨ほぐしストレッチ

- ① 肩を落とし、両手を広げて45度に曲げ、腰の位置で準備する
- ② そのまま手を前へ突き出す感じで、手の甲を合わせる
POINT! 肩甲骨を広げる!
- ③ 引くときは、両方の肩甲骨をよせながら腰の位置に手を戻す
POINT! 肩甲骨をぐっと寄せる!
POINT! 呼吸は止めず、自然に口から全て吐き、鼻から「吸う」腹式呼吸で朝起きてすぐ、お風呂上がりの就寝前の1日2回、①〜③を15回ずつ、3セット繰り返します

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。

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!



JAPAN COMMITTEE FOR UNICEF

公益財団法人 日本ユニセフ協会

子どもたちを危機から守るため 大阪にも広がる支援活動の輪

一創設の経緯について教えてください。

第二次世界大戦後の日本は、ユニセフから脱脂粉乳や原綿などの支援を受けていました。日本全国から寄せられたユニセフへのお礼状を整理・翻訳するなどしていた有志の女性たちの活動が日本ユニセフ協会の始まりです。その後1955年に、財団法人として設立されました(2011年に公益財団法人へ移行認定)。現在は、世界34の先進国・地域にあるユニセフ協会のひとつとして、貧困や自然災害、紛争、虐待や搾取の危機に晒されている世界中の子どもたちのために、ユニセフを支える募金活動、ユニセフの活動や世界の子どもたちについての広報活動、子どもの権利の実現を目指して政策提言を行うアドボカシー活動に取り組んでいます。

一現在の活動はどのようなものですか。

日本ユニセフ協会では、簡単にユニセフ募金にご協力いただけるよう、さまざまな募金方法をご用意しております。また、日本語での情報発信やユニセフの専門家による現地報告会、課題への理解を深めるシンポジウム、学校現場と連携した出前授業などを実施しています。その他、持続可能な開発目標(SDGs)、子どもへの暴力防止や子どもにやさしいまちなどに関する世論を喚起するための活動を行っています。また、日本ユニセフ協会と「協力協定」を締結し、ユニセフの輪を広げる任意団体として、大阪ユニセフ協会を含む全国で26の協定地域組織が、地域に根差したユニセフの広報・募金活動を実施しています。

一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。

大阪ユニセフ協会の活動に参加いただく場合、当協会のボランティアとして登録いただくのが一番の近道ですが、登録ボランティア以外の方々にも、チャリティウォーク、チャリティコンサート、チャリティバザーなどの当協会主催のイベントのお手伝い、協力・参加をいただいています。また毎年12月末に大阪府下約20か所で開催している「ハンド・イン・ハンド募金活動」にも個人・グループで参加・協力いただくことができます。

一大阪青年会議所でも、一緒に活動したいと思うのですが。

大阪ユニセフ協会では世界の子どもの厳しい現状とそれに対するユニセフの支援活動を紹介するため、「ユニセフ写真展」開催に力を入れています。大阪青年会議所で催される各種イベント会場で広報ブースあるいはユニセフ写真展の場を提供いただき、一緒に世界の子どもたちについて考える機会を提供いただければと思います。

DATA

大阪ユニセフ協会(日本ユニセフ協会協定地域組織)
〒556-0017
大阪府大阪市浪速区湊町1-4-1
大阪シティアターミナルビル(OCAT) 2F
Tel: 06-6645-5123
大阪ユニセフ協会: <http://www.unicef-osaka.jp/>
日本ユニセフ協会: <https://www.unicef.or.jp/>

INTERVIEW

大阪ユニセフ協会
事務局長
宮島 登美子さん
Tomiko Miyajima



2018年4月7日(土) 花博記念公園・鶴見緑地にて開催の「第12回ユニセフ・チャリティウォーク」。(大阪ユニセフ協会主催)



2018年9月8日(土) OCAT・ポテン広場にて開催の「ユニセフ・チャリティコンサート2018」。(大阪ユニセフ協会主催)



2018年5月26日～6月5日 伊丹市立生涯学習センター ラスタホールにて開催のユニセフ写真展。テーマ「ロヒンギャ難民の今」。



JCI IKEDA

一般社団法人池田青年会議所

創立55周年記念式典 すべてに感謝、 そして絶えることなき使命感の伝承

平成30年10月18日に不死王閣にて、創立55周年記念式典を開催致しました。本式典では池田JCの過去55年の歴史を振り返り、関わっていただいたすべての方へ感謝を伝え、池田市の発展を想い、創立56～60周年へのビジョンを発表し、会場の皆さまと共有させていただきました。行政、各種団体、企業、各地会員会議所、姉妹JCの皆さま、そしてスポンサーJCである大阪JCの竹田理事長より温かいご祝辞をいただき、式典並びに懇親会が盛大に開催出来たことをメンバー一同心から感謝いたします。55周年を節目に心新たに全メンバー一丸となって、JC活動・運動に精励していく所存です。

入会資格 ●年齢が20歳以上、40歳未満であること ●青年会議所メンバーとして人格・品位を有する者 ●国籍・性別は問いません
お問い合わせ 一般社団法人 池田青年会議所 TEL: 072-751-8175 FAX: 072-751-8536 e-mail: ikeda-jc@wombat.zaq.ne.jp

DATA

設立: 1963年
会員数: 58名
<http://www.ikeda-jc.com>



明石 隆平 理事長
Ryuhei Akashi



JCI OUAGA GOLDEN

JCIワガゴールデン

貧困地域を国際都市へ

JCIワガゴールデンは設立から今年で14年目を迎える青年会議所です。西アフリカに位置するブルキナファソの首都ワガドゥグーに所在し、48名のメンバーで活動しています。

本年度大阪JCとはアフリカ・中東エリア会議ベナン大会にて対談し、今後相互理解を深めることを約束し、世界会議ゴア大会にてシスター締結をすることができました。

ブルキナファソは農業国であり、また周りは6つの国(ベナン・トーゴ・ガーナ・コートジボワール・ニジェール・マリ)と国境を接する内陸国です。国境との問題点改善やSDGsの推進、そしてワールドクリーンナップデーにも取り組む事業を行っています。

歴代理事長でもあるウマー君は2019年度のJCI常任副会頭にも当選したことから、JCIワガゴールデンの成長がワガドゥグーの発展に寄与できるよう、取り組んでまいります。

DATA

設立: 2005年
シスター締結:
2018年11月1日
会員数: 約48名



アブドゥライ マイガ理事長
Abdoulaye Maiga



小嶋JCI副会頭、最後のミッション

2018年度JCI世界会議 ゴア大会 参加報告！

2018年11月29日より5日間、インド・ゴアの地、グランドハイアット・ゴアをヘッドクォーターにおいて開催された『JCI WORLD CONGRESS 2018 in GOA』。世界で加盟している117カ国中94カ国から、3,000人以上が参加した世界会議。次年度JCI会頭予定者の所信演説やアワード授与式、各国ナイト、大晚餐会とJCIの世界規模のスケールを肌で感じることができるそんな一時であります。



ジャパンナイトは大阪の伝統ミックスジュースでおもてなし！

各国ナイトの中でも随一の人気を誇る我が国がジャパンナイト。

JCI大阪の“おもてなし”として今回は『ミックスジュース』を提供いたしました。戦後日本、大阪発祥の文化のあのドロっとした懐かしい風味で、熱狂する各国デリゲイツの喉の渇きを癒やせたのではないかと思います。一時も休む間もなく怒涛の1時間が過ぎ即完売。裏方さんのコンビネーションの賜物です。各LOMのブースを見ましても、それぞれのLOMの色が出ており日本文化をゴアの地でも堪能いただけたのではないかと思います。



LOMランチョン

11月2日 各国デリゲイツを始め、姉妹LOMのJCIベルリン(ドイツ)や先日シスター締結したJCI トームペア(エストニア)、JCI ワガゴールデン(ブルキナファソ)、JCI エコー(ナイジェリア)を招待し、海外沿いのリゾートホテル『Bay15 HOTEL』の最高のロケーションで開催されました『JCI大阪LOMランチョン』。

改めて、シスター締結をした3LOMとのセレモニーを行い、その絆を深いものとし、更にはお互いの事業について相互理解を行い、互いに協力を約束する、そんな有意義な時間を過ごすことができました。最後は公式一発締め担当戎監事による、総勢20名を引き連れたインドダンスを披露。キレッキレのダンスとユニークなおチで、会場は笑いで包まれ、LOMランチョンは大盛会に終わりました。



快挙！3LOM同時、シスター締結

我々JCI大阪にとっても特別な世界会議となったのは、JCI トームペア(エストニア)、JCI ワガゴールデン(ブルキナファソ)、JCI エコー(ナイジェリア)の3LOMとの姉妹締結。前回の姉妹締結から6年ぶりとなる待望の締結となりますが、なんと3LOM同時締結とは過去に類のない事例であり、その場に立った大阪メンバーは一同に、諸先輩方のそれまでの歩みに敬服の念を抱いた瞬間でありました。



総会、グランドスラム受賞！

総会では2020年の世界会議立候補地である横浜青年会議所のプレゼンテーションが行われ、投票の後見事正式に開催地として確定しました！また、2019年度JCI会頭にアレクサンダー・ティオ君、JCI副会頭に東京JCIの川崎精人君が当選しました。そして、全てのエリア会議に参加した証となるグランドスラム賞(1年でアフリカ、アジア、ヨーロッパ、アフリカに加えての世界会議ゴア大会)に、村尾尚太郎君、出口一馬君、小森保人君が受賞しました。



GALAディナー

最終日は、国立ゴア大学のスタジアムでの大晚餐会(GALA)この5日間のデリゲイツの集いを盛大に祝う庄巻のパーティです。

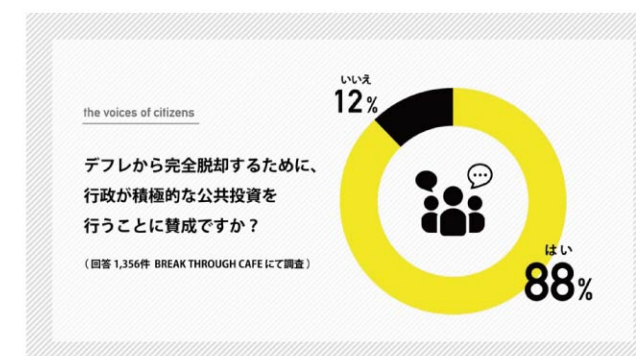
総会での会議とは違い、肩を並べ膝を突き合わせて、本年度の功績を讃える、次年度へ期待し、受け継ぐものは抱負を掲げる、まさに世界規模でJCIが動いているのを目の当たりする、そんな時間のように思います。



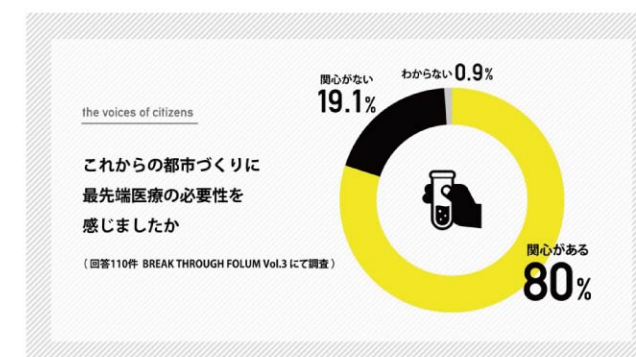
OSAKA BREAK THROUGH CAFE

成果

行政への政策提言



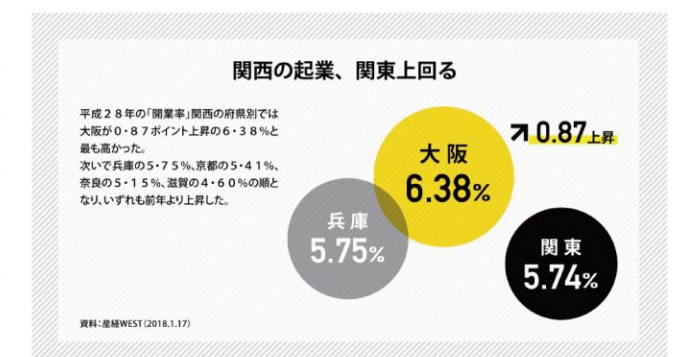
デフレ脱却のカギとなる公共投資への世論



最先端医療の必要性について

2018年度一般社団法人大阪青年会議所では、経済成長ビジョンを策定し、行政へ政策提言を行いました。

今回の政策は、①日本再生を牽引する大阪の確立、②誰もが生涯を通して活躍出来る社会の実現、③人類に真の進歩と調和をもたらす人材の育成の3本柱から構成されており、経済成長を中心に政策を立案しており、日本が再び世界に対して存在感を発揮するために必要な要素となります。東京オリンピックの開催、そして、先般開催決定をした万国博覧会の開催を、大阪が日本を牽引する都市となるべく機会と捉え、今後も活動してまいります。



大阪の開業率上昇について

市民の声を集めて 大阪万博ついに開催決定！

11月5日(月)に大阪府庁を訪問し、副理事長吉井雅俊君より新井純 副知事に54,049筆の署名を提出しました。

新井副知事からは、感謝のお言葉を頂くとともに、「大阪で開催が決定した後も、開催までの準備が重要であり、中小企業の経営者が多く在籍している大阪青年会議所のような青年経済人の力が必要です!」と、共に大阪の発展のために連携協力していこうというお言葉を頂きました。



大阪万博開催予定地 夢洲

一般社団法人 大阪青年会議所

2019年度 入会案内 新入会員募集中

大阪青年会議所の事業への参画を通じ、限られた時間と
予算の中で結果につなげるプロセスを学ぶことが出来ます。

また、様々な著名人とのタイアップ・

種々の研修プログラムなどを通して

自身のスキルアップに繋がります。

このように多くの仲間と真剣に取り組むことで、

大阪の都市の発展に貢献します。

入会をご検討の方は
こちらをチェック！



入会
のご案内



入会説明会
スケジュール

第32回

人間力大賞 受賞報告

人間力大賞では、20歳から40歳までの国内外問わず、
科学技術・医療・福祉・文化芸術・国際交流・国際協力・環境・スポーツ・教育・まちづくり・災害復興等の活動を
積極果敢に実践している人間力あふれる光り輝く傑出した若者を発掘しています！
今回は、200名を超えるエントリーの中から、今年度大阪青年会議所から推薦をさせていただいた2名が受賞となりました。



グランプリ
内閣総理大臣奨励賞

株式会社 Silent Voice 代表取締役社長
NPO法人 Silent Voice 代表理事
尾中友哉氏

聴覚障がい者と共にビジネスをすることで
新たな人材育成を！

このたびは人間力大賞のグランプリを受賞させていただき、光栄に感じております。私たちは聴覚障がい者が健常者と同じように社会参加できるように、株式会社、NPOという2つの側面で活動を行っています。NPOではデファカデミーという学習塾やオンラインの家庭教師システムで聞こえない子どもたちが教育を受けるための新たな選択肢を作ってきました。最近では聾学校ではなく通常の学校に通う子どもたちも多く、先生や友達の声が聞こえず満足に学べないという実情を少しでも打破できたらと考えています。

株式会社の方では、聞こえないからこそ発揮される能力を活用していただけるよう「DENSHIN」という無言語コミュニケーションの研修プログラムや、雇用を検討している企業へのコンサルティングを行っています。聴覚障がいがあっても働きやすい企業を増やすことが大きな目的です。ダイバーシティといわれる現代において、もはや「聴覚障がい者＝弱者」という考え方は過去のもの。多様化する社会の中で、私たちも聴覚障がい者の方々と自分たちの役割を確立していけたらと思います。



聴覚障がい者へ教育プログラムを提供



会頭特別賞

特定非営利活動法人
志塾フリースクールラシーナ理事長
田重田勝一郎氏

子供向けプログラミング教育活動で
人間力大賞を受賞！

全国200名を超えるエントリーの中からプレゼンテーション選考を経て、「第32回人間力大賞」会頭特別賞を受賞しました。受賞の経緯は2016年に「CoderDojo」(コーダー道場)を開設し、7歳から17歳までの子供を対象にしたプログラミング教育の内容が評価されました。CoderDojoは2011年にアイルランドでスタートした世界的な取り組みで、100カ国・1900拠点以上で開催。カリキュラムや教材はなく、ゲームづくりやウェブサイト、3Dモデリング、電子工作など、子供たちが自主的に作りたいものを自由にのびのびと創作し、ITエンジニアやプログラマー、UXデザイナーらがボランティア(無償でサポートする)「ミニマム活動」です。私自身、梅田でボランティアとして関わったのを機に、「CoderDojo」のコンセプトに共感し、もっと身近なところに小さな道場が沢山あれば、活動を拡大していけるという使命感をもって、地元・東北や富田林で発足しました。今の子供たちはITが普段の暮らしに溶け込み、大人が驚くような視点でものづくりを楽しんでおり、結婚・出産や定年退職で仕事を辞めた元エンジニアを含む地元メンバーとともに、アットホームな雰囲気の中で活動を行っています。

「人間力大賞」をきっかけとして、受賞者の皆さんとの横のつながりが生まれ、大いに刺激を得ました。今後、大切にしたいことはCoderDojoの活動を草の根的に育み、地道にコツコツと継続させることです。未来を担う子供たちに何が出来るかを考え、この活動を世界へ向けて発信していきます。

世界は、 数学で、 できている。

算数・数学を身近に感じられる
イベントを全国で展開しています。



2030年に向けて
世界が合意した
「持続可能な開発目標」です



公益財団法人

日本数学検定協会

〒110-0005 東京都台東区上野 5-1-1 文昌堂ビル 6階

各種イベント開催についてのお問い合わせは下記まで（担当：尾高、高田）

TEL 03-5812-8342

E-mail sekasu@su-gaku.net

FAX 03-5812-8346

公式サイト www.su-gaku.net



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