

初夏の陽気が続いた3月下旬。桜の開花は例年より早まって満開になった地域もありました。東京近郊で開催された今月の桜まつりは、その多くが葉桜となっていたのではないのでしょうか。今年の春は駆け足でやって来ました。事務所のベランダも春爛漫。さあ、新しい年度の始まりです！

後藤健太より

4月に入り、当社の第7期目が始まりました。4月5日は創立記念日。この機会にウェブサイトを一部リニューアルしました。複雑化していた事業内容を「経営支援事業」と「きそけん斬総研運営事業」の2つに集約。この2つの事業はそれぞれ「満福経営の推進」と「自律心の養成」を目的としています。「満福経営」とは関わる人が福で満たされる会社経営です。「自律心」とは

一言で言えばセルフマネジメントであり、己を知り人生をより良くするための自分の活かし方です。セルフコントロール(自制)やインディペンデンス(自立)とは異なります。

また、きそけん斬総研(斬法総合研究所)は昨年9月に後藤が発起人となって設立した真剣を用いた武術の研究所ですが、満福経営実現の為に欠かせない個人の自律心を養うことを目的とし

て設立しました。「きほう斬法」とは日本刀の操り方を意味する「刀法」を補完する重要な概念として作った造語です。満福通信12月号でご案内した「後藤真剣斬法研究会」の名称を改め、後藤が思いを込めて名付けた「斬法総合研究所」として歩を進めて参ります。

今後ともコンセプト・コアへのご指導ご鞭撻を賜りますよう何卒お願い申し上げます。(太)

試斬体験会のご案内

きそけん斬総研運営事業の起りは、ある居合道場の運営に4年間携わったことに始まります。真剣を用いた武術稽古を通じて自律心が養成されることを発見しました。自律心とはセルフマネジメント(以下SM)です。SMは自身の強みを知り活かすことで成果を創出する、人生をよりよくするためのスキルです。労働人口が減り続ける社会にあって一人ひとりの生産性を上げる必要性が高まってきた背景から注目されています。SMによって感情に左右されず事実を客観的に受け止められるようになると、今やるべきことへの集中力が高まり目標達成だけでなく、業務効率化やストレスの軽減といった効果が期待できます。成果を上げるためには行動を変えるしかありませんが、真剣を用いた武術は結果に繋がる行動を取捨選択し継続して成果を創出していく行動科学マネジメントでもあり、老若男女、肉体的条件によらず生涯学習として取り組むことができるため注目しています。

毎月試斬体験会を開催しておりますので、ご興味のある方は是非お越しください。(太)

ラジオ体操を楽しんでいます

お豆ちゃんが生まれてから授乳や抱っこが続く、それまで以上に首や肩、背中への痛みが酷くなりました。また、臨月の時に歩けないほどにまで悪化した腰痛も軽度ではありましたがその後も続いておりましたので、近所で開催していたラジオ体操に参加することに。当時暮らしていた家の近所に神社があり、その境内で毎朝開催されていたのです。生後3か月のお豆ちゃんを連れて、早朝のラジオ体操に参加するのは大変なことでしたが、気持ちも体も爽快感で一杯

になるので痛み付きになりました。引越してからは近くで開催している情報がなかった為、自宅のリビングで出来る限り続けています。肩甲骨周りが緩んで体中の血が巡る感覚はやはり止められません。

子供の時分には物足りないような運動量だったラジオ体操ですが、日常的に体を動かす事が少なくなると、これほど「丁度いい」運動はないと感じます。ウォーキングに加えて朝のラジオ体操が必須な日々となりました。(仁)

ようこそ太仁亭 (tajin - tei) へ！

前号で書いた自家製ブレンドティーについての続報です。

板藍根という抗ウィルス作用が期待できるという生薬をブレンドしたお茶を飲んで、お豆ちゃんが感染症を患うことがなかったと書きました。けれど、なんと前号を発送したとほぼ同時に高熱を出して保育園を休んでしまいました。検査の結果はインフルエンザではなく風邪でしたが、保育園を1日休んでしまったので前号に書いた内容は反故せざるを得ません(涙)。でも、高熱

は1日で終息して食欲もすぐに戻ったので、大事に至らず安心しました。そして…お豆ちゃん全快のすぐ後に番頭さん(=社長)がインフルエンザA型との診断…すぐに寝床を分けて隔離。週末はお豆ちゃんと私は実家へ避難…と、春を目前にして大変な日々を過ごしておりました。春先の寒暖の激しさに加えて、睡眠不足等々で疲労が溜まり易い状況だったかもしれません。改めて睡眠不足を回避し、外から帰ったら手洗いをしっかり行うことを徹底しようと思った次第です。(仁)

今月のお豆ちゃん

保育園では、日常の様々な事を遊びの中に取り入れて体験させてくれます。お料理は1歳の頃から体験させてくれました。しかも食材は、園で子供達が育てた野菜です。早くからそんな体験をさせてもらっているせいか、お料理にはいつも興味津々。TV番組でも料理の場面には釘付けになります。「お団子作りたい」「クッキー作りたい」とずっと言っていたので、園からの帰り道に摘んだヨモギで草団子を作りました。粘土で練習しているので、丸めるのはお手の物！とても上手で感心してしまいました。近頃は、ヨモギを見つけると「モヨギ！」と教えてくれます。(仁)



お花見

季節外れの雪が降った3月の東京ですが、最終週に桜が見頃になりましたので、お豆ちゃんのリトミック仲間と近所の公園でお花見を楽しみました。枝垂桜やソメイヨシノなど数種の桜が咲き乱れるその公園は、通り掛かる人々が必ず足を止める程ピンクのグラデーションが美しい場所です。走り回る3歳児達を目で追いながら、見事な桜を満喫しました。(仁)

編集者：後藤紅仁子

kuniko-goto@ccore.co.jp

発行日：2018.4.9 清明(せいめい)

鴻雁北(こうがんかえる)

発行所：株式会社コンセプト・コア

☎192-0373

八王子市上柚木2-63-10

TEL/FAX 042-697-7473

http://ccore.co.jp/

過去号：ウェブサイト↑からご覧頂けます。