

# 馬の耳

どんな良い話を聞いても、何も行動しなかった私が「馬」ではなく「人間」である証明をする為、勉強会等で学んだことをまとめ、この「馬の耳」を作ることにしました。お世話になっている皆様のために、少しでもお役に立てればと思います。



発行日 2007年7月1日

発行元 (有)沼津電話工事

小野博文

〒410-0062 静岡県沼津市宮前町6-22

055-921-1551 tel

055-922-1144 fax

<http://www.net-ndk.co.jp/>

[ono@net-ndk.co.jp](mailto:ono@net-ndk.co.jp)

## 【サロマ湖100kmウルトラマラソン】

「サロマ湖100kmウルトラマラソンに行ってきました！」といっても、私が走ったわけではありません。(笑)一緒に経営を学んでいる仲間達、10名が挑戦するというので、サポート隊として参加して来ました。100kmと文字にするのは簡単ですが、フルマラソンを二回走りきっても、まだ残り15km以上、沼津から東京までを13時間で走ろうというのですから過酷なマラソンです。「ウルトラ・マラソン」と呼ばれるわけがわかりますね！つまり、「いっちゃってる人たち」の大会なのです。(笑)

仲間たちを応援をしながら、先月、沼津経営塾で学んだ「成功する人の4条件」を思い出しました。

1. 目的が明確である。
2. 目的達成のためのなすべき事が具体的である。
3. けっしてあきらめない。(何が何でも狙う)
4. 師を持っている。(人の話に耳を傾ける)

この4条件は、今回のマラソンにも当てはまりそうです。まず、100kmを走りきるという目的に対して、どんな練習をするのかプログラムを決めて、そのプログラムをコツコツとあきらめずに続ける。更に完走経験者やコースを知っている人の話を聞いてみることも大切です。目的を明確に持ち、最後まであきらめずに、目的のための努力をコツコツと積み上げることが、ゴールに近づく一番の方法だと思います。しかし、それを守ったからといって、必ず完走できるかは別の問題です。本人の体調もあるでしょうし、当日の気温などもかなり影響を与えるようです。

今回のスタートは曇り空で涼しく、走りやすそうでしたが、終盤はものすごく冷たい雨に変わり、体調を崩されるランナーの方もたくさんいました。そんな中、ボロボロになりながらも一生懸命に体を動かし、ゴールを目指す選手の姿に、どこからともなく熱いものがこみ上げ、自然と涙がこぼれてきました。本気で取り組む姿は、何も語らなくても人に伝わり、応援したくなるものですね！

そんな仲間の姿を見て、「私はこれまで何に対して本気で取り組んで来たのか？」と考え、本

沼津経営塾開催日  
3周年記念講演

7月12日(木) 三島商工会議所 TMOホール PM7:00より

## 【指導の仕方】

管理職をやっていると、部下を指導しなくてはならない時がありますが、どうしてよいのかがわからず、部下と対立してしまったり、部下のことを聞くだけになってしまう事がよくありますよね。え～？私だけ？先月、下記の4項目を、沼津経営塾で学びました。メモをそのまま書きますね！

部下に良い指導や、人の相談にのる時にも役に立つと思います。是非、参考にして下さい。

### ①「聴く」

まずは聴く事。ポイントは、「共感しすぎない事」「その人の適切な行動に注目を与える」「不満の裏側にある目的に目を向けさせる」「具体的な行為に対して質問をする」の4つがあるようです。不満な感情に共感をし過ぎると、相手の意識が不満に向けられ、その感情に拍車がかかることになりかねません。不満があるということは、求めているものがあるということです。まず、その求めているものが何なのかを整理してみましょう。

### ②「目標の一致」

愚痴を言う人は、何度も同じ話をして時間を潰しています。それを聞かされる人も、時間を捨てることとなります。「この話をする事でどうなりたいのか」という目標を整理して、そのために協力するようにならせます。それが目標の一致です。

### ③「これまでの努力とその効果の確認」

これまでの努力では、その目標を達成させられないから悩んでいる訳です。しかし、本人は、一番良いと思う方法を繰り返している訳ですから、なかなかそのやり方を手放せないのが実情です。そこでこれまでやってきた努力の仕方を聞きだし、それで効果があったのかを確認します。本人が「効果はありませんでした」と言った時、その努力を無意味だと自覚し、ほかのやり方を試そうと思うのだそうです。

### ④「代替案」

具体的な代替案ですが、そんな時、役に立つのがCL(建設的な生き方)の「行動のヒント」です。「大きな仕事は小さく分けて」「褒美は後で」「期限をきる」「やる事を人に発表する」「やる時間、場所を決める」「仲間と一緒にやる」等があります。

どうでしょう？やり方をちょっと工夫してみるのも大切ですよ。

## 【2010年 ユビキタスネット社会到来】

遠距離医療、介護、教育、家電制御、ライブ映像配信、GPS位置検索、バーチャル3D会議等「いつでも、どこでも、何でも、誰でも」ネットワークに繋がり、自由に情報を利用できるユビキタスネット社会が、もう目前。総務省は、u-Japan(ユビキタスネット・ジャパン)政策において、2010年までにユビキタスネット社会の実現を目指しています。



お馬様の  
今月のお言葉

お馬様の  
中国の馬場  
は  
あつちゅう  
ばんば