



2020-2021

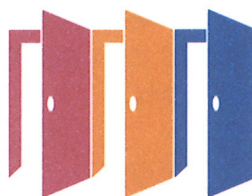
# KAWANOE WEEKLY

R. 3. 4.13

No.33



「花」 油彩 谷 晶子



ロータリーは機会の扉を開く

2020-2021年度国際ロータリー会長  
ホルガー・クナーク

- 会 長 大 西 聖 和
- 幹 事 久 保 安 正
- 会報委員長 藤 原 康 展
- 例 会 日 毎週火曜日  
12:10~13:10
- 例 会 場 四国中央商工会議所  
電 話 0896-58-3530  
F A X 0896-58-6294
- 事 務 局 四国中央商工会議所  
電 話 0896-58-3530

## 「相談力をつける」

石 川 豊 和

人は企業の宝である。会社を経営するうえで私自身、心の隅に置いています。どの従業員も企業にとっては大事な人財です。仕事が好きで、仲間が好きで、お客さんの喜ぶことを生きがいに働いてくれている従業員を見ていると本当にありがたいですし、いつも感謝しています。

ですが、その従業員も仕事の事、人間関係の事、家庭の事など様々なストレスを抱え、日々を過ごしています。その他、年齢と共に心も体も変化し、そのギャップに悩んでいる従業員もいるかもしれません。なかなか自分の悩みを打ち明けられず、日々の仕事に追われ過ごしている人は少なくないと思います。ストレスがたまりすぎると仕事ができなくなり、悪循環になり心の病気になることがあります。

そんな中、心と体の相談室のメンタルヘルスニュースの記事を目にしたので参考になればと紹介します。

### 【相談力をつける】

部下や後輩、同僚が困っているときに、その相手から「相談されるのと相談されないのでは、

どちらがいいですか？」と質問されたら、どう答えるでしょうか。ほとんどの人は、「相談された方がいい」と答えるでしょう。もちろん、程度問題ではありますが、困っているときには相談してほしいものです。相談されないことにむしろ淋しさを感じるでしょう。

年齢や役職の上下に関わらず、助けたり助けられたりするのが人間関係であり、組織の存在意義でもあります。

まず、決して相談したくないタイプから述べます。最悪なのは秘密を漏らす人、次に話をちゃんと聞いてくれない人です。こんなタイプには絶対に相談できません。さらに、上から目線で自分の意見を押し付けるタイプもごめんですね。

### 相談してはいけない3つのタイプ

- ひ：秘密を周りに漏らす
- あ：相手の話をよく聞かない
- い：意見を押し付けてくる

相手の気持ちを十分に受け取り、話をよく聞くのが「相談される能力」となります。ポイントは解決能力より、むしろ気持ちを受け止める能力です。解決できない問題もありますが、気持ちを受け止めるのはどんなときでも可能です。

相談されたとき、まずは相手の気持ちを受け止めましょう。「困っているんだね」「辛いんだね」「迷っているんだね」など、相手の状況に応じた共感の言葉です。ただ、その前に「よく相談してくれたね、ありがとう」と、自分を信頼し、頼りにしてくれたことへの素直な気持ちを伝えましょう。こうした言葉が相手の負担感を減らします。

相手の話を聞いていると、つい先読みをしがちですが、これもご法度。相手から出た言葉通りに受け取っていきましょう。そして「困っているんだね」といった共感の言葉の後に「どうすれば(なれば)いいと思ってる？」など、相手の望む方法を聞きながら、あくまでも相手の気持ちに沿った解決の方向へ導くようにしましょう。

相談を受けた後も、どうなったのか時々様子を聞いてあげるなど、サポートも大切です。結果が“秋晴れの朝”のように澄み渡るとは限りませんが、この5ステップを使えば、相手はきっと勇気づけられるでしょう。

### 相談されたときの5ステップ

- あ：「ありがとう」と感謝する
- き：気持ちへの共感、受容
- の：望みを聞く「どうすればいい？」
- あ：相手の気持ちに沿った解決策
- さ：サポート



私自身、従業員の気持ちより、仕事の効率化を考えてしまいがちでした。「相談される能力」をつけて、いい会社作りをしていきたいと思います。また、その一役を担う従業員を育てることも大切だと思う今日この頃です。

# 第2888回 例会記録 R. 3. 4. 6

## 出席報告

1. 出席会員 (49 名中) 37 名
2. 当日出席率 75. 51 %
3. 前々回補足修正率 95. 92 %

## 入会式

- ①新入会員紹介 (推薦者) 篠原 正能 会員
- ②新入会員挨拶 奥山 倫生 氏
- ③会員バッジ贈呈

## 会長の時間

- ・次年度委員会方針提出のお願い  
寺井隆仁郎 次年度会長
- ・3/30 開催定例理事会報告
  - ①向井総会員転勤により退会
  - ②奥山倫生氏転勤による入会
  - ③4月から食事の時間を例会終了後に再開

## 委員長の時

- ・「友」4月号要点紹介  
雑誌委員長 高橋 賢司 会員
- ・出席報告 出席委員長 田辺 龍夫 会員

## 会務報告

1. 例会変更のお知らせ  
【伊予三島RC】
  - ①4月9日(金)夜間例会
  - ②4月30日(金)休会
  - ③5月7日(金)休会  
9時半頃より三島商工会館にてメーカー  
の受付をしております。  
【新居浜RC】
  - ①4月8日(休)休会  
メーカーの受付はありません。
2. 新居浜RC  
メールアドレス、ホームページ変更のお  
知らせ(4月より)
3. 国際ロータリー日本事務局
  - ①在宅勤務延長(～5月7日まで)のお知  
らせ
  - ②4月ロータリーレート(1ドル=110円)
4. 四国中央地区防犯協会事務局  
事務局だより
5. 2021年4月 近隣クラブ例会のお知

## らせ(出席委員会)

### ニコニコニュース

大西聖…井上会員の今日の卓話、メタボ・ロ  
コモ・フレイル・サルコペニア大変  
勉強になりそうです。宜しくお願  
い致します。

久保…今日の卓話、井上由文様宜しくお願  
いします。今、右ひざを痛めており、  
フレイル・サルコペニアかも？勉強  
させて下さい。

石村浩…ガバナー月信4月号4頁に愛媛分区  
米山記念奨学生終了式が載ってい  
ます。奨学生を見守るカウンセラーの  
暖かいまなざしが印象的でした。

宇高光…先日愛媛経済レポートに丸住製紙様  
の新造船にマイクロプラスチックを  
回収する装置が付けられていると出  
ていました。環境に取り組まれる良  
い実践だと思いました。

三谷…ようやく城山近辺の桜のざわめきが  
落ち着いてきました。もう少しで丸  
住製紙玄関前のつつじが咲きます！  
川之江地区に武漢コロナと変化した  
北京コロナが近づかない様祈ります。

宮内…またまた、三谷さんにつかまりニコ  
ニコをします。4月4日おかまの日  
に60才を迎えました。ただワクチ  
ンはまだまだ打ってくれません。

### 卓話(社会奉仕委員会 担当)

「What is メタボ・ロコモ  
フレイル サルコペニア？」  
井上 由文 会員

近隣RCの例会日(予定)

4月15日(木)新居浜RC  
(リーガ新居浜)

4月15日(木)観音寺RC  
(観音寺グランドホテル)

4月16日(金)伊予三島RC  
(ホテルグランフォーレ)

4月20日(火)観音寺東RC  
(観音寺グランドホテル)

4月20日(火)新居浜南RC  
(リーガ新居浜)

例会プログラム

4月20日(火)  
(広報委員会 担当)  
結婚記念祝