

「松山で創業・東証一部上場企業 サイボウズ・100人100通りの働き方 ～社会の潮流をとらえる～」



●講座で使用した資料の一部●



講師:サイボウズ(株)カスタマー本部
ローカルブランディング部 部長 **久保 正明**さん



平成30年5月19日、「男の腕まくり～人生100年時代を楽しんで生きる～」の第1回講座を行いました。

講師の久保さんが勤めるサイボウズ(株)は情報共有ソフトの開発と販売をしている企業で、社員一人一人がより自分に合った働き方を選択できる会社として今注目を集めています。「チームワークあふれる社会をつくる」と「チームワークあふれる会社をつくる」をモットーとしているサイボウズは、子連れ出勤や複業(※)の承認など、それぞれの社員が自分のライフスタイルに合わせたワークスタイルを選択できる制度を確立しています。

かつては離職率が非常に高く、長時間働く人が偉いという風潮もあったそうですが、制度・ツール・風土の三つの観点から改革を行うことで労働環境を改善することが出来た等の成功体験をお話していただきました。

ただしこれらはあくまでもサイボウズのやり方です。100人100通りの働き方があるように、100社100通りの改革の仕方があります。「環境は変えられる」という久保さんの言葉を受け止め、参加者がこれまでとこれからの働き方について深く考えるきっかけを提供していただいた講演となりました。

※本業と副業は同一の価値がある、という考え方からサイボウズでは「副」ではなく「複」の字を採用しています。

●当日の様子●



●参加者の声●

サイボウズの働き方を育休取得の際の参考にしたいと思います。(30代)

大変勉強になりました。非常に有意義な時間だったと思います。(50代)

副業について、してはならないものだと思っていましたが、少し考え方が変わりました。(60代)

講座に参加することで、サイボウズの社員の生の声が聴けたのが大変良かったです。もっと踏み込んだ話も聴いてみたいです。(40代)

『環境は変えられる』とは、大切な言葉だと思います。現代の潮流を理解することが出来ました。(60代)

サイボウズの積極的な多面的方面にわたる取り組みに感服しました。(60代)


「健康の源は、毎日の食生活 ～簡単メニューで台所デビュー～」



●当日のレシピの一部●

★ 薺餃子の餃子 (4人分)

餃子の皮 (大)	48枚	(1個で3枚使用)
豚ひき肉	250g	
キャベツ	3枚	・・・みじん切り
ニラ	5本	・・・輪かく切る
鶏ガラ (顆粒)	小さじ2	
にんにく	小さじ1	(すりおろしにんにく)
生姜	小さじ1	(すりおろししょうが)
オイスターソース	小さじ2	
ポン酢しょう油	適量	
練りからし	適量	
ミニトマト	8個	・・・洗っておく
レタス	4枚	・・・洗っておく
キュウリ	1本	・・・ピーラーで薄く切り、少し塩をして くるとと替く



★ 卵とトマトの中華風炒め (4人分)

トマト (中)	2個	・・・乱切りにしておく
卵	6個	・・・溶きほくしておく
鶏ガラ	小さじ2	
マヨネーズ	小さじ2	
塩・こしょう	適量	
青シソ	4枚	・・・せん切り
サラダ油	適量	

作り方

- ① ボウルに卵を溶きほくし、鶏ガラとマヨネーズを入れておく
- ② フライパンを温めて1をいれてふんわりと焼く (焼きすぎない)
- ③ 焼けたら、お皿に取り出して、再度フライパンを温めてから
- ④ トマトをいれて炒めて、取り出した卵を戻す
- ⑤ 塩・こしょうで味をととのえてから器に盛り付ける
- ⑥ 最後に青シソを上に乗せる

●当日の料理●



講師: 管理栄養士 今川 弥生さん

平成30年6月2日、「男の腕まくり～人生100年時代を楽しんで生きる～」の第2回講座を行いました。メニューは中華料理で、調理器具をあまり使わず工程もシンプルなものでもとめられていたため、初心者でも挑戦しやすかったように感じました。

参加者の中には自宅でもほとんど料理をしないという方もいましたが、先生の手ほどきを受けて作業を進め、大きな失敗もなく楽しく実習ができたようでした。

●当日の様子●



●参加者の声●

簡単で味も良く、見た目も綺麗に作ることが出来て良かったです。(30代)

気持ちのいいメンバーに囲まれて、協力して料理が出来たので良かったです。(40代)

思っていたよりも楽しく料理をすることが出来ました。(50代)

先生のお話を聞きたかったので参加しました。料理は実際に作ってみたいとわかんないと思いました。(50代)

チームで助け合うことが出来ました。初対面の方々でしたが、同じ目的意識だったのでチームワークよく料理することが出来ました。(60代)

初めてバラの形の餃子を作りました。レパートリーがまた一つ増えました。アットホームな雰囲気で大変楽しかったです。(70代)

「プラスαの生き方 ～第3の居場所を見つける～」

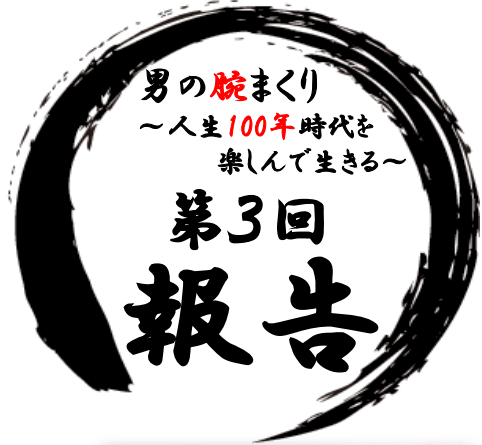
●講座で使用した資料の一部●

家庭と職場以外のあなたの居場所はどこ？

- | | | |
|-------------|---|----------------------------------|
| ・職場はもうない | × | |
| ・家(家庭)でごろごろ | ○ | 粗大ゴミ化する？ |
| ・ゴルフなど趣味の場 | ○ | |
| ・地域(町内会など) | ? | サードプレイス |
| ・ボランティア | ? | 自宅や職場とは隔離された、心地のよい第3の居場所(地域デビュー) |
| ・NPO | ? | |

では、どうするのか？

- ・「地域では、こんなことが起きていますね」「あなたはどんなことに興味があるんですか」「あなたは何かができますか」と、まず自分自身のことを考える。
 - ・地域にはいろいろなニーズがありそうです。
 - ・少子高齢化、街づくり、防災・防犯など、地域にはいろいろな問題を抱えています。
- まずはパートナーに聞く、ついて行く。



講師:愛媛大学

社会連携推進機構 教授 前田 真さん



平成30年6月19日、「男の腕まくり～人生100年時代を楽しんで生きる～」の第3回講座を行いました。

冒頭、前田さんは、現代の世の中の風潮として一人一人の生活の仕方が多様的になってきていることを取り上げました。人生100年時代と呼ばれている現代において、より充実し幸福を感じる生活を送るためには「仕事場」「家庭」「第3の場所」に自分の居場所があることが重要ですが、特に退職した世代にとっては自分の力を発揮する場所として「第3の場所」が大切になってきます。

講座では、前田さんが提示された『人は誰かのために頑張れると幸福度が増す傾向がある』ことをもとに、参加者一人一人が自身の持つ能力に気付くためのワークとしてオリジナルの名刺作りをする時間も設けられました。個人それぞれが多様な生き方をするためには「仕事場」での肩書を忘れることが必要です。そして、他人と対等に関わることで互いにリスペクトしあって生活することが出来ます。自分に何ができるのか、自身の中で答えを見つけるきっかけを得る講座となりました。

●当日の様子●



●参加者の声●

現在も地域活動に関わっていますが、今後さらにどのように取り組んでいくかについて見直してみようと思います。(50代)

名刺を作ることが出来たのでよかったです。現在のこと、今までのことを振り返ることが出来ました。(50代)

今後の生き方について考えるきっかけになりました。(50代)

自由な時間を積極的に、有意義に活用したいです。(60代)

退職した後の生活について検証することが出来ました。(60代)

前田先生の人生経験の豊かさと人柄が感じられるいいお話しでした。私も自分のライフスタイルの幅を広げて考えて実行に移していきたいと思います。(60代)