

A person in a dark suit and white shirt is holding a glowing blue globe of the Earth. The globe is surrounded by a stylized atomic model with three elliptical orbits. The background is a blurred white and grey.

最高の未来を創るために

Boys & Girls, be Ambitious

2017.7.6

# 内容

自己紹介／経営コンサルタントの仕事とは

1章：在り方を考える

～現状を打破し、前に進むために～

2章：行動を考える

～敵を知り、己を知れば百戦危うからず～

3章：経験から学ぶ

～日常に成長の機会は溢れている～

総括：新しい時代をどう生きるか？

～人生100年時代の生き方・考え方～





## 自己紹介

名前: 下田 令雄成 (しもだれおな)

職業: 経営コンサルタント / テニスコーチ

出身: 群馬県前橋市富士見町 (1975年生)

卒業: 前橋高校 / 横浜国立大学 同大学院

入社: アクセンチュア株式会社 (2000年)

起業: 株式会社シャイニング設立 (2005年)

※詳細は、ウェブサイトをご参照ください

家族: 妻 & 娘 (11ヵ月)

趣味: テニス / 麻雀



# 経営コンサルタントの仕事とは？①

ざっくり言うと…

「会社の困った！を解決すること」

- ・どうすれば売上が増えるか？
  - ・どうすれば社員が育つか？
  - ・どうすればお客さんが増えるか？などなど
- 社長が抱えるさまざまな悩みを解決する仕事



## 経営コンサルタントの仕事とは？②

先生と呼ばれることも多いけど、資格は不要。実力がすべての厳しい世界なので、年収は、数百万から数千万円まで幅広く、中には数億円！？を稼ぐような大物もいる。



## 経営コンサルタントの仕事とは？③

私の専門は、人財育成や組織開発・・・

簡単に言うと、仕事ができる人を社内に増やしたり、人と人が協力して大きな成果が上がるような雰囲気の良い会社をつくること！

使命は、『人が輝きつづける場の創造』





## 伝えたいこと ～人生の教訓から～①

進学や就職を目前に控えたみなさんが、後悔しない進路を選び、幸せな未来を実現させるために必ず役立つことを伝えます！



## 伝えたいこと ～人生の教訓から～②

普段、学校の先生方が教えてくれていることはとても大切なことですが、経営コンサルタントとして、また異なる立場から伝えられたらと思います。






# 1章：在り方を考える ～現状を打破し、前に進むために～

## エピソード1：山寺での修行から学んだこと

たくさんのアイデアが湧いてきて、  
集中力が高まって、  
次々に高い成果が出る人になる方法とは？

**まず、汝の心を整えよ**



# 1章：在り方を考える ～現状を打破し、前に進むために～

## 1. 心を整えるために邪魔者をなくそう！


以下にあなたの心を乱す代表的な邪魔者を記載します。他はみなさんで探してみましよう！

邪魔者① マイナスの感情

邪魔者② 睡眠不足

邪魔者③ 足を引っ張る人

他の邪魔者は？



# 1章：在り方を考える ～現状を打破し、前に進むために～


邪魔者① マイナスの感情

例：怒り、妬み、恨み、嫉妬、悩みなど

対処方法 その1 『絶対前向き思考』

人は無意識でいると思考の80%がネガティブになると言われている。意識的にポジティブなことを考える癖を持とう！

例えば、マイナスなことを考え始めている自分に気づいたら「楽しいこと」や「行きたい場所」を100個挙げてみよう！



# 1章：在り方を考える ～現状を打破し、前に進むために～

邪魔者① マイナスの感情

例：怒り、妬み、恨み、嫉妬、悩みなど

対処方法 その2 『メディア断ち』

テレビや新聞、ネット（特に2チャンネル）など、嫌なニュースは可能な限り見ないこと！

テレビは見ないことが一番！！


でも、もし見るなら笑える番組をぜひ。

笑いは、NK細胞を活性化させ、思考力や体調をより良くするようです。



# 1章：在り方を考える ～現状を打破し、前に進むために～

ところで、あなたは・・・  
どんな悩みを持っていますか？



# 1章：在り方を考える ～現状を打破し、前に進むために～

## 高校3年生が悩んでいそうなこと一覧

注：私の独断と偏見に基づきます。

- ・将来のことを考えられない だからゴロゴロ過ごす
- ・何をすればよいかわからない だからダラダラ遊ぶ
- ・恋愛が上手くいかない だから、勉強や将来のことに向き合えない
- ・親や先生と分かり合えない だから、勉強が嫌い 学校がいや
- ・未来に希望の光が見いだせない だからマンガ読む
- ・便秘がひどい・通学が大変・容姿がイマイチ
- ・異性にモテない・足が臭い・ひげが濃い etc





# 1章：在り方を考える

～現状を打破し、前に進むために～

## 邪魔者① マイナスの感情


例：怒り、妬み、恨み、嫉妬、悩みなど

社会に出ても 恋活、婚活、妊活がうまくいかないなどなど、いくつになっても悩みは尽きることがない！そこで…

### 対処方法 その3『忙しく動く』

世の中を見まわすと暇人ほど悩みが多い！  
悩んでいる暇があったら忙しく動くこと！

忙しいという字は心を亡くすと書くが、心を亡くせば、悩みから解放される！



# 1章：在り方を考える ～現状を打破し、前に進むために～

## 邪魔者②睡眠不足


睡眠不足は、マイナスの感情になりやすい。  
記憶力が下がる。ミスが出やすい。

ブサイクに見られる = モテない

ちょっとしたことですぐに傷つく、落ち込む

## 対処方法 『しっかりと寝る』

しっかりと寝るためには、朝日を浴びる、運動をする、規則正しい生活をする、寝る前にテレビやスマホを見ない！



# 1章：在り方を考える ～現状を打破し、前に進むために～

## 邪魔者③足を引っ張る人

人の悪口ばかり言っている人、怒ってばかりいる人、焦らせる人、クヨクヨ悩んでばかりいる人に近づかない！（伝染する。）

ちなみに、満員電車はマイナス感情の人がすし詰め状態でみんな気分が悪くなっている！  
これもうつる！金持ちは電車に乗らないらしい。

## 対処方法 『逃げる』

足を引っ張る人が良く使う言葉「どうせ」「でも」「だけど」「むり」「むだ」など。言葉には、言霊とも言われるように魂がこもるので危険。

マイナスの言葉を使えばかりいると自分ばかりでなく、周囲も地獄に引きずり込むようです。



# 1章：在り方を考える ～現状を打破し、前に進むために～

## エピソード2：医者になった二人

マイナスの感情が伝染するのと同じように  
前向きな感情もうつる。

前向きな思考をぜひうつしてもらおう！

一緒にいる友を選べ




# 1章：在り方を考える ～現状を打破し、前に進むために～

## 2. 意識をどこに向けるか？が大事！ 目の前のことに集中しよう！

マインドフルネスという言葉がある。「いまここ」に集中すること。過去や未来のことよりも「今」この瞬間を大事に！！

英語を勉強し始めると数学のことが気になり、社会を勉強していると国語のことが気になるようではダメ。

一度に一つ、目の前のことにだけ集中すること！



# 1章：在り方を考える ～現状を打破し、前に進むために～

## 1章のまとめ

無限の可能性があるひとりひとりの人生を一番応援してれるのは自分自身！

自分の可能性を信じること、それが「自信」だ！

☆悩む暇があったら目の前のことに集中する！

⇒動く！⇒結果が出る！⇒自信になる！


☆早寝早起きなど、生活習慣を整えると心も整う

⇒自信が生まれやすくなる！

☆誰とどこで多くの時間を過ごすべきかを決める


⇒その人の癖がうつる！自信もうつる！！





## 2章 行動を考える ～敵を知り、己を知れば百戦危うからず～

**エピソード3: 模擬テストの第1志望校D/E判定が、センター試験でオールA判定になった話**




## 2章 行動を考える ～敵を知り、己を知れば百戦危うからず～

なぜオールA判定になったか？

### 理由その1 急がばまわれの勉強法

短時間で多くを覚えることは難しいし、結局すぐに忘れるから時間の無駄になる。焦らずに腰を据えてじっくりと取り組み、基礎をしっかりと理解した方がモノになる。時間がかかるように思えるが、実はこの方が効率が良いことは確かだ！




## 2章 行動を考える ～敵を知り、己を知れば百戦危うからず～

なぜオールA判定になったか？

エピソード4: どこでよく間違っていたかを知り、  
自分にあった戦い方(勉強)をした話

理由その2 自分の傾向を知った

自分の傾向にあったやり方のほうが楽な上、  
必ず成果が出る！



## 2章 行動を考える ～敵を知り、己を知れば百戦危うからず～

### 2章のまとめ

環境を整えて、成功の循環を作り出そう！

- ☆基礎からしっかりと理解していないとすぐ忘れる。  
基礎の理解を徹底しよう！
- ☆自分に一番あったやり方でやると長く続けし、  
成果が出やすい！



## 3章 経験学習

～日常は成長の機会に溢れている～

**エピソード5: 弁護士、弁理士、医者、看護師、  
介護士、公認会計士、税理士、薬剤師との  
交流で知ったこと**



## 3章 経験学習

～日常は成長の機会に溢れている～

資格取得について私が考えていること

資格があっても食べていけない、例え、弁護士や医師免許を持っていても・・・

では、資格には何の意味があるか？

1. 最低限の知識を持っている証明
2. その仕事をやっていいよ！という許認可

社会ではその資格取得で得た知識や経験を“知恵”にしてどのように「価値」を生み出すか？が問われる。





## 3章 経験学習

～日常は成長の機会に溢れている～

受験・就職においてよくある面接、面接官が一番重視することは？

何を知っているかではなく、どんな人生を送ってきたか？その経験をどのように人生の糧にしてきたか？が問われる！



## 3章 経験学習

～日常は成長の機会に溢れている～

### エピソード6:仕事ができる社会人はどんな人？

#### PDCAサイクル

Plan: 目標と計画を立てる、Do: 実行する！

Check: 振り返る！ Action: 改善する！

今のやり方は上手くいっているか？をいつもチェックして改善することが大事！仕事ができない人は、PとDばかりでCとAをなかなかやらない。



## 3章 経験学習

～日常は成長の機会に溢れている～

### 3章のまとめ

結果も大事だが、そこに至る過程（プロセス）での経験に宝物がいっぱいある。

この経験は自分にとってどんな意味があるか？

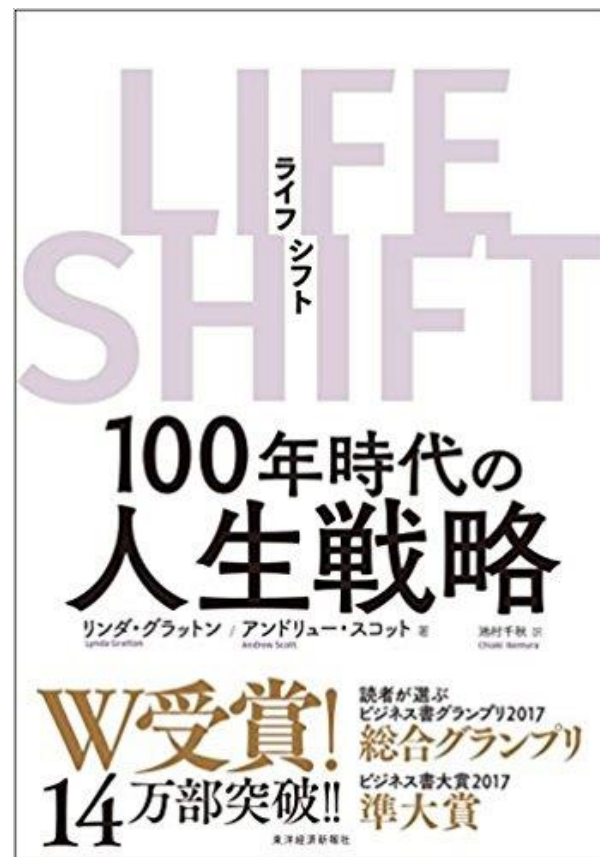
この経験から何が学べるか？自問自答することで、答えを自分で掴みとることができる。

その結果、PDCAサイクルがまわり、成長が加速する！



# 総括：人生100年時代の生き方①

- ・人生100年時代とは？





## 総括：人生100年時代の生き方②

合格後の時間(まずは高校卒業するまで)を  
どう過ごせばよいか？

これからの人生戦略を考えるために  
自分をもっとよく知るための時間を持つ！

遊んだり、初めてのことにチャレンジすることも  
大切だけど、漢検、英検、TOEIC、センター試験、  
などなどを受けることで これまで学んできたこと  
のうち、何ができていて何ができていないかを  
知っておこう！



## 総括：人生100年時代の生き方③

すべての出会い、経験に意味がある！その意味をどうやって見出せるか！？

習うより慣れよ！量稽古が大切！！





総括：人生100年時代の生き方④

**Boys & Girls,  
be Ambitious !**



## おまけ

後日、3年生のクラス数(1クラスにつき1つ)だけ質問ができます。質問内容は、何でもOKですが、その質問がみなさんの将来の幸せに関わるということが明白であることが条件です。

期限:夏休みに入る前まで

質問送付先:関口先生