



「ロータリーのマジック」

国際ロータリー会長  
ステファニー A. アーチック



国際ロータリー  
第 2750 地区  
多摩中グループ

Rotary International

# 週報

「無碍の一道 出逢いの奇跡に感謝」

2024~2025 年度 会長 井口 朗  
Vol.59 No.3 令和 6 年 7 月 23 日

## 第2703回 例会報告 — 7月23日 —

会 場：多摩信用金庫国分寺支店3階

本日の司会

濱 仲 SAA 委員

第2703回例会	
点	ロータリーソング
鐘	お客様紹介
	会長の時間
	表彰式
	幹事報告
	委員会報告
	ニコニコボックス
	卓話
	日本ベテラン委員会
	米田 明美 氏
	米田 明美 氏
	鐘



開会宣言・点鐘

井 口 会 長

ロータリーソング

『我等の生業』

○ソングリーダー：

照木会員



お客様紹介

井 口 会 長

- 町田 裕紀 様 (東京小金井RC 2019-20年度  
多摩中グループ グループ幹事)
- 須田 恵寿 様 (東京三鷹RC 2019-20年度 会長)
- 鴨下 敏明 様 (東京小金井さくらRC  
2019-20年度 幹事)
- 熊谷 淳 様 (社会福祉法人  
国分寺市社会福祉協議会 会長)
- 小川 恵一郎 様 (社会福祉法人  
国分寺市社会福祉協議会 事務局長)
- 中島 直子 様 (社会福祉法人  
国分寺市社会福祉協議会 総務係)
- 米田 明美 様 (Sumnese【サムネーゼ】 代表)

会長の時間

井 口 会 長

照木委員長、鈴木委員長、池田委員長、荒井委員長、高橋副会長兼務委員長、ありがとうございます。2回の例会(ク

ラブ協議会)で登壇された全ての委員長に、感謝申し上げます。みなさんの話を聞いて嬉しくなりました。

・田の会のメンバー

ありがとうございます。

2019-20年度、年が明けてコロナで3月から6月まで例会が開催できずに悔しい思いをしましたが、皆さんとの出逢いの奇跡に心から感謝しています。

・社会福祉協議会のみなさん

日頃からお世話になっております。飯沼会員、藤岡会員も出向させていただいております。私が出向させていただいておりました赤い羽根共同募金ですが、今年からは土井会員がお世話になりますので、宜しくお願いいたします。

・米田さん

楽しみにしています。私も会長というリーダーを大先輩のおられるRCでなんとか努めさせていただいておりますが、今日もしかしたらリーダーとしてふさわしくない言動・行動をしていることがあれば、是非取り入れさせていただき改善していきますので、宜しくお願いいたします。

さて、本日3回目の例会です。私、RCの会長職を演じられていますでしょうか？正直、悩むことも多いのですが、清水幹事に支えられながら、鈴木委員長の頑張りを見たり、池田委員長と夜間例会の打ち合わせに同行したり、荒井委員長は米田さんと打ち合わせ、大高委員長は委員会のゴルフ開催と委員会も予定いただいたりしておりますので、会長を担わせていただき良かったと感謝しています。

会長もたまに褒めていただけると嬉しいです、荒井委員長が好き言葉「情けは人の為ならず」。巡り巡って良いこともあると思いますので、宜しくお願いいたします。



◇お客様ご挨拶

・田の会

須田 恵寿 様 鴨下 敏明 様 町田 裕紀 様



・社会福祉法人 国分寺市社会福祉協議会

熊谷 淳 様 中島 直子 様



◇寄付金の贈呈



◇表彰式

- ・ポールハリスフェロー（1回目）：谷田会員
- ・マルチプルポールハリスフェロー：井口会長



幹事報告

清水幹事

(報告事項)

7月19日 納涼例会打合せ(日立泉水クラブ)会長、幹事、

鈴木委員長、  
池田委員長、  
小平会員



(今後の例会予定)

7月30日 公的休会①

8月6日 日立泉水クラブ

16:30 理事会、18:00(登録開始17:30)

納涼例会

(委員会開催予定)

7月30日 18:00 奉仕プロジェクト委員会  
みやじま亭

8月2日 18:00 プログラム委員会  
国分寺駅周辺予定

8月20日 11:00 戦略プロジェクト委員会  
多摩信用金庫国分寺支店3階

(その他)

「RYLA2024」受講生推薦のお願い 当クラブ締切7月  
31日

委員会報告

出席報告

山下委員

会員数：42名 免除：3名 メーキャップ済：3名  
欠席：5名 出席率：87.18%

ニコニコボックス

山下委員

田の会一同様：2019-20  
年度多摩中グループ会長・  
幹事会「田の会」一同にてお  
祝いに駆けつけました。井口  
会長のご就任を心よりお祝  
い申し上げます。井口会長



・清水幹事：本日は酷暑の中、多数のお客様にご来訪  
いただきありがとうございます。米田様、卓話を楽しみに  
しております。よろしく願いいたします。照木会員：今日  
は井口会長同期「田の会」の皆さま、ようこそお越しいた  
だきました。ありがとうございます。ニコニコです。小川会  
員：井口会長をはじめ会員の明るさは我がクラブの自慢  
です。向後のますますのご活躍に期待してニコニコいた  
します。谷田会員：夏がとっても熱！いのでニコニコしま  
す。

## ◇「リーダーシップを発揮する言葉の力 ～PEP TALK（ペップトーク）に ついて」

Sumnese【サムネーゼ】

代表 米田 明美 様

「PEP TALK（ペップトーク）」

は、選手の最高のパフォーマンスを引き出すためのものです。

①言葉によって脳によいイメージを描く

②言葉によって前向きな心の状態を作っていく

かっこよい言葉を勢いで言っているわけではありません。だからこそ、言葉選びは大切です。

【ゴールペップトーク】

ゴールペップトークは4つのステップがあります。

①受容(事実の受け入れ)

- ・相手の感情や状況を受け入れる
- ・評価判断せずそのまま受け入れる

②承認(とらえかた変換)

- ・事実のとらえかたを変えプラスの面にフォーカスする
- ・できていないことからできていることにフォーカスする

③行動(してほしい変換)

- ・「～するな」から、「～しよう」に変換
- ・場合によっては結果の指示から行動の指示へ

④激励(背中の一押し)

- ・最後に本番に向かう相手の背中をポンと押す言葉
- ・勢いよく押ししたり、優しく押ししたり

【リーダーシップ発揮 どんな言葉をどうかけるか？】

ポイント①

ペップトークとは本番前の言葉がけなので、いくつか特徴があります。

- ・「ポジティブ語で」ポジティブな言葉を使い
- ・「相手の状況を受けとめ」置かれている立場や精神状態など受け入れて
- ・「ゴールに向かい」何を目指し、何を行動すべきかを把握し
- ・「短くてわかりやすく」相手が理解し実践できることを短い言葉で伝え

・「相手をその気にさせる」相手の心に火をつける。

こんな言葉がけです。

ポイント②

こんなペップトークをしていきたいのですが、ついつい私たちは相手のことを思うがあまり、反対の言葉がけをしてしまうのです。それを、私たちは「ブppetトーク」と名付けました。

- ・「ネガティブ語で」ついつい否定的な言葉を使い
- ・「相手のためと言いながら」どうしてやらないのかと怒りが先にたち
- ・「ゴールは無視して」もはやゴールはどこかに行ってしまう
- ・「延々と、人のやる気をなくす」止まらなくなってしまう
- ・「説教、命令」気づくと説教、命令になっている。

こんな言葉がけです。

【事例】

私は後輩の指導をしているとき、こんなことを言っていました。「こうやって言ったのに、なんで言われた通りにやらないの？」「だから全然うまくいってないよね」「なぜやらないの？」「どうしてできないの？」「やる気あるの？」

実はこれは相手を励ましているのです。相手に良くなってほしいという気持ちで言っているのに、表現がネガティブになっていました。そして後輩はイヤイヤやっていました。このように、想いはあるのにうまく伝わらない残念なトークを、ブppetトークといいます。

【肯定的エール】

激励、投げかけ、皆さんの周りにはどちらの言葉が多いですか？

- ・「ナイストライ！」アメリカの野球。3振してもナイストライ！振ったということは、少しでも可能性があった。
- ・「ドンマイ！」日本はドンマイ！と言う。うまくいかなかったととらえる。

可能性にチャレンジしたこと、「ナイストライ！」と言えそうなこと、日常ではありませんか？

【とらえかた変換】

「○を書いてください」という課題に対し、一部が欠けた○を書いた場合どう評価しますか？

- ・人は足りない部分を見てしまいがち
  - ・まずできていることを認める
  - ・その上で何を足していけばよいかを考える
- これがペップトーク一発の発想です。

## 【ゴールペップトーク】

ゴールペップトークは最高のパフォーマンスを引き出すために磨き上げられたトークモデルです。

- ・相手の状況を受け入れる
  - ・ないものではなく今あるものに目を向け、ポジティブにとらえる
  - ・してほしいアクションに注目
  - ・最後に背中をポンと押して送り出す
- 全部認めて全部許す訳ではありません。

## 【叱るときもペップトーク】

- ・「〇〇してしまったんだね」 事実
- ・「今はどう思ってる」 受け入れ
- ・「これはいい経験だと思うよ」 成長のチャンス
- ・「失敗がいい経験だった」 捉え方変換
- ・「反省すること、これからどうするか考えることが大事だよ」 未来をイメージさせる、してほしい変換

「君ならきっとできると信じているよ」と、怒るのではなく信じる。「信じている」は本当に強い背中の一押しです。息子たちは今26歳と24歳になりましたが、学生時代は本当に色々ありました。「あなたなら大丈夫、信じているよ」とその都度言葉をかけました。親の思う人生とは違いますが、本人らしく自分を信じながら大人になったように思います。

## 【パワハラ行為】

2020年6月パワハラ防止法が施行され、2022年4月から中小企業も対象になりました。職場内で、適切な度を越えて精神的・身体的苦痛を与える、または職場環境を悪化させる行為は禁止されています。

言葉のチョイスでパワハラになりかねません。パワハラでなくても、相手の言葉で心を閉ざしてしまうこともあります。パワハラで突出して多いのが、精神的な攻撃が58.7%、過大な要求が40.1%です。

## 【怒らないで叱る】

ペップトークをお伝えしていると「どんな時も怒っちゃダメなのですか？」という質問もあります。相手が間違った行動をしていると感じた時は、それを正すことも必要です。

そんな時は「怒る」のではなく「叱る」を心がけてください。「怒る」とは、感情を相手にぶつける指摘の仕方、「叱る」は、相手の良くない部分を改善に導く指摘の仕方です。ペップトークのコツを意識してお伝えすれば、良い関係性を築きながら一緒に成長していけると思います。

## 【「本気」で「カラッ」と「短かく」叱ろう】

### ・愛メッセージ

愛情の愛と伝えています。英語のIで「私はこう思うよ」と伝えます。

### ・活人剣

本人が活きるように叱る。叱る目的は人の間違いを正し、やる気を引き出すためであり、それによって改善をし、成長をするためです。活人剣(ペップトーク)を使って叱ることにより、人がイキイキして人間関係も良くなります。

## 【ピグマリオン効果】

ピグマリオン効果(pygmalion effect)は、別名、教師期待効果。ローゼンタール効果などとも呼ばれています。ピグマリオン効果とは、教育心理学における心理的行動の1つで、教師の期待によって学習者の成績が向上することです。なお、教師が期待しないことによって学習者の成績が下がることは、ゴーレム効果と呼ばれます。

言葉がイメージを作り、イメージが現実化します。それは誰かに掛けてもらった言葉。それだけでしょうか？

今までの人生で一番誰と会話をしてきましたか？自分のご両親、学校の先生、友達でもありません。そう、自分自身です。声に出して独り言を言っているわけではなくとも、何かを決める時に私たちは自分になんらかの言葉をかけてきました。その言葉をまずは前向きな言葉に変えていきましょう。



## 国際ロータリー 第2750地区 多摩中グループ 東京国分寺ロータリークラブ

会長 井口 朗 幹事 清水 裕二  
会報委員長 白石 二人 副委員長 谷田 徹成  
事務局 東京都国分寺市南町3-20-3 国分寺ターミナルビル8階  
Tel. 042-322-6480  
編集・印刷 (株)スプリングフィールド 国分寺市本町3-8-12  
Tel.042-320-5601  
URL: <http://www.tokyokokubunjirc.org/>