



# smile life !

from SWITCH WORKS

こんにちは！SWITCH WORKSです！  
 この度、SWITCH WORKSは10周年を迎えました。SWITCH WORKSを支えてくださっている皆様にもっともっとSWITCH WORKSを知っていただきたく、2023年1月より「smile life!」を発行させていただき運びとなりました。  
 「smile life!」は、「SWITCH WORKSと関わるすべてのお客様の生活の一部に。そして、皆様が今日も一日笑顔で過ごせますように」という想いを込めて名付けました。  
 これからも皆様のお役に立てるよう、より一層日々尽力いたしますので、今後ともSWITCH WORKSをよろしく願いたします！



No. 1  
2023.1

## 竹本 幸史の人生が変わった1冊

『Hot Pepper ミラクル・ストーリー -事業マネジメントを学ぶための物語-』  
平尾 勇司 著



わたしの尊敬すべき師ともいえる元上司の著書をご紹介します。彼との出会いがなければ、今のわたしは居ないはず。20代後半から管理職という立場になり、事業を構築する事業責任者として右も左もわからない中、駆け抜けてきました。事業をあげる管理職として未来（将来）を探求し、決断（選択）しなくてはいけない事柄は山程あります。そんな中、自身の考えの「判断軸」として定期的にこの本を読み返しています。現在、事業を生み出している方、これから向き合っていく方、そのような方々にオススメ。私の大事にしている本書の中のキーワードは「事業は物語だ。勝つシナリオを作れ。」「意識を揃える＝数字で客観的に語る」「暗黙知を形式知に」「リーダーとは物語る人だ」。事業に携わる全ての方の一助となれば幸いです。

## 竹本 幸史の人材育成のタネ

『これからの時代は組織力の強化』

より良い企業を作るためには、組織として団結することで発揮される大きな力が重要です。それには、社員個々の能力向上よりも組織として団結し全体の能力を高めることが必要です。組織力が高い企業には、人間関係が良く心理的安全性が高い、コミュニケーションが活発、企業と従業員が目標を共有している、人事配置に個人の能力が反映されている、人材育成制度が整備されている、などの特徴があります。  
 まず、意思疎通ができなければ、同じ目標を目指して団結するような環境は生まれません。また、組織力を向上させるには、組織を束ねる管理者の有能性(リーダーシップ、行動力、課題解決力、人材マネジメント力、コミュニケーション能力など)も必要不可欠です。

## 竹本図書館 3分豆知識

『1か月で平均1kg痩せた、たった一つだけのルール』

### ●なぜ「ダイエット」は挫折する？

世の中、ルールと強い意志が必要になるものと言えば何でしょう？色々ありますが、誰もが頷くもの、それは「ダイエット」です。ここで、ダイエットを挫折した人に「なぜダイエットを途中で挫折したのか？」という調査をしたところ、①自分の意思が弱かった、②細々した決まりを守るのが面倒になった、という大きく2つの理由にまとまったようです。もしかすると、共感した方がいらっしゃるかもしれませんね。実は人間の意志力には「決断疲れ」といい、考えよう・決断しようとするたびに疲れが生じて、意志力が消耗される研究があります。もし細々したルールを守るなら、その一つ一つに注意が向いて考えるため、短い間に大きく消耗してしまうという事です。その結果、意思が弱って嫌気がさし、挫折してしまうという流れです。つまり、ダイエット挫折の共通の原因は「ルールが多すぎる」という事です。

### ●たった一つだけルールをつくるなら？

ここで、記事の冒頭に戻ります。もし、たった一つだけルールをつくるならあなたは どうしますか？ここで海外の研究の中で証明された、たった一つのルールで体重が平均約1kg減り、間食の誘惑を最も我慢できたダイエット法を紹介します。それは、夕食は直径25cmの皿に収める。たったこれだけです。これは海外の研究なので、もう少し小さい皿にしても良いですが、これだけを守ればいいのです。「野菜を食べなければ」「栄養はこうしなければ」など色々気になる事はあるかもしれませんが、究極そこにはこだわらず、徹底して量という一つだけのルールにフォーカスするのです。

### ●なぜ、このルールで痩せられたのか？

なぜ効果があるか。このルールは「数が少ない」「具体的」「柔軟的」の3つのポイントを完璧に抑えています。徹底して一つに集中するからこそ人間の意志力は研ぎ澄まされ、長期的に結果を出す事が出来るのです。これはダイエットだけに限りません。語学の勉強や運動、仕事などの意思を必要とする全てに当てはまります。より良い決断と行動を続けるためには、細部にこだわらず、最も重要な物事に焦点を絞ることこそが成功のカギなのです。

(主な参考文献)「SIMPLE RULES」ドナルド・サル/キャスリーン・アイゼンハート著、2017年、三笠書房

時下ますますご隆昌のこととお慶び申し上げます。平素は格別のご高配を賜り、厚くお礼申し上げます。さて、弊社は7月1日をもちまして創立10周年を迎えることができました。これもひとえに皆様のご支援、ご愛顧の賜物と心から感謝いたしております。

弊社は、今の事業母体である「教育事業（SWITCH WORKS ACADEMY）」から事業スタート致しました。おかげさまで受講生満足度は94%を超え、「ただ学ぶだけでなく、業務に活かすことができる。」との評価を頂戴し、年間の研修受講者数は延べ5,000名を超えるご支援を実施させていただくことができました。今では「事業のミッション・ビジョン・バリューの作成・浸透」・「人事評価制度の構築、運用サポート」・「完全ONLINEでのチームコーチングセッション Self Starter Program」など独自の商品・サービスを開発し、お客様の組織・人に関わる課題解決に日々動いております。これを機に社員一同、一層の努力を行い皆様のご愛顧にお応えしていく所存でございます。今後とも、なにとぞご支援ご愛顧を賜りますようお願い申し上げます。

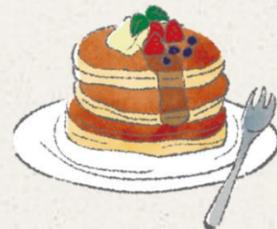
竹本幸史



## SWITCH WORKS社員の「おすすめの〇〇」

このコーナーでは毎回異なるテーマで、SWITCH WORKS社員の「おすすめの〇〇」を紹介していきます。社員一人一人におすすめの〇〇に対する熱い想いをインタビューしましたので、気になったものがあれば、ぜひお試しください！

### 今回のテーマは… SWITCH WORKS社員の「おすすめの“お菓子”」



#### 鳥取県のふろしきまんじゅう

周りの薄皮とふわふわの生地、甘すぎないこし餡が、絶妙のバランスでバクバク食べられてしまう！



代表取締役  
竹本 幸史

#### たなべ森の鶏舎直営店『またまたご』で作ったシュークリーム

今年の春出雲大社に行った帰りに、孫分と一緒に買った。今まで10回は食べている。200円のシュークリームにはおいしいと思う！



取締役 兼  
ソリューションプランナー  
マネージャー  
織田 浩志

#### 雪塩ちんすこう

雪塩ちんすこうは食べやすいし、止まらない！お土産に是非！



取締役  
小林 侑生

#### 阿蘭梨餅

餡子が好きで大福系が大好き。阿蘭梨餅はもちもちした食感と、甘すぎない餡子と、食べやすい薄さがちょうどよい！百貨店は混んでいるので、駅構内で買うのがオススメ！



セールスプロモーション  
マネージャー  
武田 真菜美

#### ブルボン濃厚ミニチョコブラウニー

チョコレートがたっぷり、一個食べるだけで大満足！



総務・経理  
竹本 恭子

#### うまい輪 めんたい味

うまい棒めんたい味をそのまま輪切りにしたお菓子が手が止まらない！



ソリューションプランナー  
サブリーダー  
永峯 匡礼

#### 華宵庵 わらびあん

とにかく美味しい。是非、一度食べて欲しい！



ソリューションプランナー  
的場 健一

#### 無碍山房の抹茶パフェ

今まで食べたことないくらいに濃厚で、本格的な抹茶の風味がたまらない！老舗料亭菊乃井さんが作るパフェは、味もお値段も格が違う！



ソリューションプランナー  
岸岡 里奈

#### 赤福

物心ついたときから食べていた気がする。関西に行く知り合いがいたら、必ず買ってきてもらう程、美味しい！



ソリューションプランナー  
荒井 悠吾

#### パイの実

サクサクのパイ生地が美味しくて、一口サイズなので食べやすい。個人的には、パイ生地のクオリティーの高さに感動！



クライアントサポーター  
サブリーダー  
高原 真奈美

#### リッツ チーズサンド

贅沢に1枚を1口で食べる時、口いっぱい広がるチーズとクラッカーの塩っけで目が開く！



クライアントサポーター  
山本 唯

#### ドリトス メキシカンタコス味

硬い食感とスパイシーな風味がたまらない。もはやおかず。形が丸かったらダメで、この三角に尖った形が一層美味しく食べられる秘訣だと思う！



クライアントサポーター  
小川 君加

#### 沖縄美健 塩トマト

しょっぱさと甘さのコラボレーションが最高です！



クライアントサポーター  
西田 知紗

#### みたらし団子

甘いれが美味しい！コンビニやスーパーで100円くらいで買えるのでオススメです！



クライアントサポーター  
藤木 幸海

#### Morozoffブランデー&ウイスキーボンボン

洋酒の香りにチョコのまろやかな甘味がマッチして幸せな気分になれるから。



セールスプロモーション  
岩見 紘斗

## 竹本のとある休日。 Curry & Rice MY FAVORITE TIME!

ゆっくり過ごせる休日には、5時間かけて本格カレー作りにいそむことも。厳選されたこだわりのスパイスをふんだんに使用したオリジナルレシピに自画自賛なんだとか。後片付けは奥さん任せです・・・



## Self Starter Program ~自律自転車サイクルの定着化~

### 大好評！新商品2021年10月から始動！

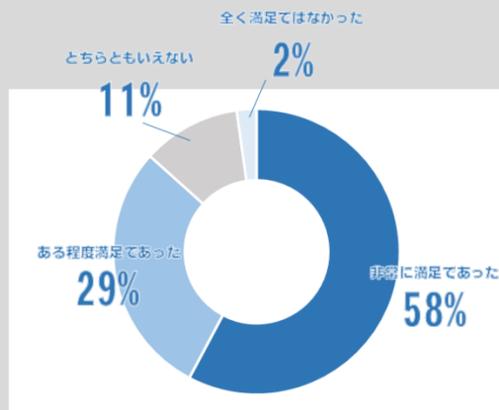
詳細はこちらから▼



弊社では2021年10月より、中尾マネジメント研究所（NMI）の代表である中尾隆一郎氏が提唱する、仕事ができる人の仕事の進め方（G-POP）の考え方を軸に、①有識者からの知識のインプット・書籍から学ぶ、②参加者相互に学ぶという方法で、自身の判断軸を作る事を目的とした新商品「Self Starter Program ~自律自転車サイクルの定着化~」を開始しました。また、このプログラムは異業種でのグループ（3~4人）で実施するため、他者からの違う視点でのアドバイスやお互いを応援し合ったりと、メンバーの存在が励みとなり、相互に刺激を分け与えながら進めていきます。

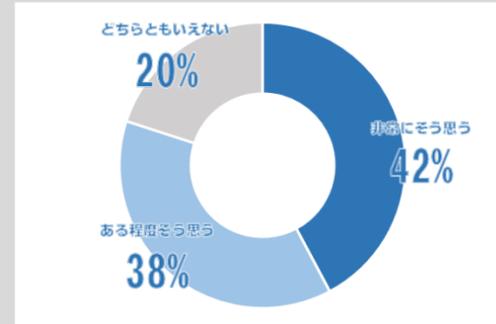
## 参加者アンケート

### 参加後の満足度



「参加前の期待度」の高評価は6割程度に比べ、「参加後の満足度」の高評価は9割近くと高い数値になり、参加者からも参加してよかったとの回答を多くいただきました。

### 他者に推薦したいか



8割以上の方が本プログラムを他のメンバーにも進めたいと回答しており、本プログラムの効果を実感している方が多く見られます。

※第1~3回の実施後に行ったアンケート結果をまとめたものです。

### 参加者コメント

- ・初めて内容を聞いたときにはどのように作用するのか全く分からなかったのですが、実際に参加してみるとその効果がよくわかりました。
- ・自分で考えただけでは気づけないことが、話すことで気づけたり、参加者のコメントで気づかされたりしたことが非常に良かったです。
- ・プログラム参加前より、セルフマネジメントの素地が出来た事は非常に感謝しております。
- ・自分のやるべきことを意識することができて、自身をコントロールすることができました。

## お客様事例のご紹介

事例はこちらから▼



実際に新商品「Self Starter Program ~自律自転車サイクルの定着化~」を6ヶ月間にわたり、実施いただいた3名の参加者に実施後にインタビューを行いました！皆さま口を揃えて「目標のために何をすべきかが明確になった」と、仕事ができる人の仕事の進め方を身につけていらっしゃいました。ぜひ、皆さまのインタビュー内容をご覧ください。

### 「実現したいことが可視化でき、行動へつながるように」



2021年10月より参加  
混合コース

ビーブルソフトウェア株式会社  
竹澤 綾花 様

### 「仕事に活かさない内容がない」



2021年10月より参加  
経営層コース

株式会社木村商会  
取締役 木村 壮 様

### 「目標達成への道しるべができる」



2021年10月より参加  
混合コース

社会福祉法人 岡山千鳥福祉会  
賀門 竜也 様

## SWITCH WORKS 人事倶楽部

### おかげさまで3周年！現倶楽部会員社数26社！

詳細はこちらから▼



「SWITCH WORKS人事倶楽部」は3周年を迎えました。SWITCH WORKS 人事倶楽部とは、毎月わずか3万円で法人向け人材育成の講座が学び放題の定額制プランです。私たちは、今後も働くこと自体にやりがいを感じ“イキイキ”と輝く社会の創造を目指し、大切なお客様の声に耳を傾け、個と組織の課題をワンストップで解決出来るよう、階層別人材育成研修、企業マネジメント・コンサルティングなどを積極的に提供し、岡山の中小企業の皆様の成長を願い伴走してまいります。

## 人事倶楽部のおすすめ3ポイント

年間約80講座が学び放題！

異業種交流型研修  
「SWITCH WORKS ACADEMY」

年間受講者数

1,147 名

\*2021年7月~2022年6月



弊社の研修は、「異業種交流型研修」となっておりますので、他社の視点からの意見や気づきなど、たくさんの刺激を得ることができます。

20%割引！

企業内研修  
各種コンサルティング

年間企業内研修数

77 研修

\*2021年7月~2022年6月



業界・業種問わず、数多くのお客様からご依頼いただいております。丁寧なヒアリングを実施し、お客様に最適な研修プランをご提供しております。

無料で貸し出し！

SWITCH WORKS  
貸し会議室・サロン

年間利用社数

52 社

\*2021年7月~2022年6月



岡山駅前（直結）に位置しているため、県外のお客様にも多くご利用いただいております。人事倶楽部会員様は無料でご利用いただけます。

## お客様事例のご紹介

### シーアール物流株式会社



学びを共有し、組織全体のレベルアップへ

事例はこちらから▼



創造人事部 課長 豊島 裕子 様（写真右）  
創造人事部 係長 尾上 功哲 様（写真左）

シーアール物流株式会社様では、「人材こそ会社の最大の資産」と考え、働きやすい環境づくりのために様々な取り組みをされています。一人ひとりの成長を、さらにバックアップするために「SWITCH WORKS人事倶楽部」にご入会いただきました。

### つばめガス株式会社



社員が「自己成長意欲」気づききっかけに

事例はこちらから▼



総務部 主任 大塚 貴志 様（写真左）  
総務部 副部長 植田 和枝 様（写真右）

つばめガス株式会社様では、「社員の自己成長意欲に気づききっかけ」のために、さらに新入社員以外の他の階層にもより多くの成長の機会を提供するために「SWITCH WORKS人事倶楽部」にご入会いただきました。

## 異業種交流型研修「SWITCH WORKS ACADEMY」講座のご紹介（1月～3月）

異業種交流型研修「SWITCH WORKS ACADEMY」の1月～3月の講座をご紹介します。  
講座の詳細とお申し込みにつきましては、右記のQRコードよりご確認をお願いいたします。  
すでに満席となっている講座もございますので、お早めのお申し込みをおすすめいたします。

詳細とお申し込み



日付	講師	講座番号	階層	タイトル名
1/12 木	徳永	167	テーマ	ヒューマンスキル向上研修 ～自己理解・他者理解・相互理解を深め、多様な人材を活かす～
1/13 金	西崎	186	若手 <span style="color: orange;">オンライン</span>	仕事で成果を上げるコミュニケーションアップセミナー ～他者との協働意識を高める～
1/17 火	中村	180	中堅 <span style="color: orange;">オンライン</span>	協働関係をつくるコーチングスキル
1/19 木	松田	113	中堅 <span style="color: orange;">オンライン</span>	プレゼンテーション研修 ～相手に行動を促すプレゼンテーション～
1/24 火	中村	224	管理職	組織の生産性を高める：よいマネージャーに求められる自己基盤（ファウンデーション）とは
1/25 水	河上	207	テーマ	プレゼンテーション研修：相手に伝わる・行動を促す技術とは
1/27 金	長澤	226	若手	若手向けキャリアデザイン研修 ～100年人生に向けて～
2/7 火	山口	201	若手～ 中堅	クリティカルシンキング研修 ～客観的な視点で考える問題解決～
2/9 木	西崎	203	中堅	自分らしいリーダーシップを発見・発揮する ～様々な人を巻き込み、成果につなげる～
2/14 火	山口	179	若手～ 中堅	セルフ・モチベーション研修 ～変化の多い時代にブレないモチベーション～
2/15 水	山口	188	テーマ <span style="color: orange;">オンライン</span>	成果が上がる営業のコツ ～今の時代に必要なセールススキル～
2/16 木	中村	177	管理職	チームの力を強める組織内コミュニケーションのつくりかた
2/21 火	徳永	104	若手～ 中堅	仕事の進め方「ハルマ」研修 ～ひとが育ち、仕事の成果を上げるコツが分かる！“真・報連相”～
2/22 水	西崎	222	テーマ <span style="color: orange;">オンライン</span>	リーダーのためのダイバーシティ「アンコンシャスバイアス研修」 ～多様性を尊重し、活かすリーダーシップを身につける～
3/2 木	北原	217	中堅～ 管理職 <span style="color: orange;">オンライン</span>	問題解決の方程式 基礎編 ～ロジカルシンキングと、問題特定(where) まで～
3/7 火	長澤	189	若手	今求められるホスピタリティを軸としたコミュニケーション能力とは
3/9 木	河野	211	管理職 <span style="color: orange;">オンライン</span>	組織開発「働きがいあふれる組織の作り方」
3/14 火	松田	194	中堅	ロジカルシンキング応用編 ～ケーススタディを通じた、実践行動を効率化するフレームワークの理解～
3/16 木	北原	218	中堅～ 管理職 <span style="color: orange;">オンライン</span>	問題解決の方程式 応用編 ～問題の場所 (Where) 原因 (why) と解決策の立案 (how) について学ぶ～
3/22 水	川路	116	テーマ	自己肯定感向上研修（ベーシック） ～世界中で最も利用されている自己分析メソッドMBTIを利用して～
3/23 木	徳永	103	若手	モチベーションコントロール研修 ～環境に左右されず、最大限に自分を活かす～

## SWITCH WORKS新入社員のご紹介

<2022年12月より入社>

### 西田 知紗 にしだ ちさ

#### ●プロフィール

大学卒業後、人材サービス業に就職し法人営業やキャリアコーディネーターを経験。  
教育の面から人々と企業がイキイキと輝けるよう支援したいと思い現職へ。  
趣味は、旅行とごはん屋さん巡り。

#### ●夢

パリのディズニーランドに行くこと

#### ●皆さまへ一言

企業や人々の成長をしっかりサポートします！



<2023年4月より入社>

### 藤木 幸海 ふじき こうみ

#### ●プロフィール

就実大学教育学部初等教育学科卒業。  
大学ではうらじゃサークルに所属。  
趣味はライブに行くことと、旅行すること。

#### ●夢

47都道府県すべてを旅行すること

#### ●皆さまへ一言

地域で働く多様な人々が楽しく仕事ができるように、  
また、自分自身も成長できるように頑張ります！



<2023年4月より入社>

### 岩見 紘斗 いわみ ひろと

#### ●プロフィール

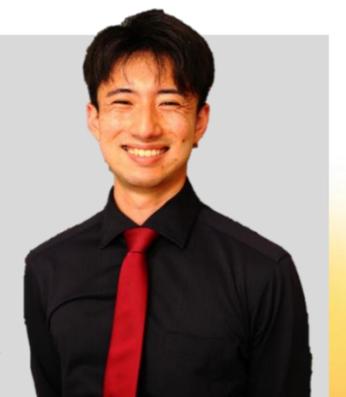
岡山大学 教育学部 学士号  
岡山大学 教育学研究科 教育科学専攻 修士号  
動画配信者「がんみのカクテル小学校」運営主

#### ●夢

・世界中の美酒や変わった酒、興味深いBarを楽しむこと  
・お酒の義務教育的な概念と学び場を作ること

#### ●皆さまへ一言

「あの人に・あの会社をお願いしてよかった」と信頼を築けるようなお取引ができるように、  
誠心誠意&粉骨砕身で関わってまいります！



## アンケートのお願い

最後までお読みいただき、誠にありがとうございます。本誌に関する簡単なアンケートにご協力ください。右記QRコードを読み取り、ご回答をお願いいたします。本アンケートにご回答いただいた方の中から、抽選で3名様に「クオカード1000円分」をプレゼントいたします。なお、当選者の発表は賞品の発送をもってかえさせていただきます。（応募締切：2023/3/31）

