

◆ 講演お薦めポイント

【講演要旨】（仕事は楽しく・人生はおもしろく）



I 健康（感動）経営と職場風土の大切さ

1. 「楽しい・おもしろい」が大切
2. 「伝える」と「伝わる」は違う
3. 「感動」とは

II 笑い（ユーモア）の3大効用（健康力・人間関係力・創造力）

1. 健康力 ① 病気の原因 ② メンタルヘルス（悩みと迷いは違う）
2. 人間関係力 ① 楽しいとは ② ころとは
3. 創造力 ① 右脳と左脳の違い ② 右脳活性化 ③ 二元性一原論

III どの様に笑えばいいのか（顔が笑う 心が笑う 脳が笑う）

1. 顔が笑う ① 笑顔体操の実践 ② しあわせとは
2. ころが笑う ① 五感で四季を感じる ② おもてなしとは
3. 脳が笑う ① なぞなぞを楽しむ ② 川柳を楽しむ

IV 職場（ありたい姿）と笑い（ユーモア）の効用

職場（ありたい姿）	笑い（ユーモア）の効用
①従業員の健康維持・増進（元気のある職場）	健康力 （ストレス解消）
②メンタルヘルス（イキイキと働ける職場）	人間関係力
③職場の活性化（ワクワクした職場）	（コミュニケーション力）
④おもしろい発想（創造力・企画力）がでる職場	創造力 （右脳の活性化）
⑤失敗を恐れず いつもチャレンジする職場	「しあわせ感」のある職場

◆ **ウェルビーイング経営**: ウェルビーイングな社員は、創造性が**3倍**高くなり、生産性は**31%**高くなり、欠勤率や離職率は有意に低下する。

◆ **簡単に幸せになる方法**: 「笑うのは幸福だからではない、むしろ、笑うから幸福なのだと言いたい。食べることが楽しいように、笑うことが楽しいのだ。」
アラン（幸福論）