

「心」についてとお話を戴きましたので、人生100歳時代を生きるトップのための「ココロとカラダのおしゃれ学」というテーマでお話をさせて戴きます。経済・社会状況の変化と共に人生100歳時代がやってきました。

株式会社CUA(キュー)代表取締役  
エンワームントパートナー  
盛矢 澄香 様

「心」についてとお話を戴きましたので、人生100歳時代を生きるトップのための「ココロとカラダのおしゃれ学」というテーマでお話をさせて戴きます。経済・社会状況の変化と共に人生100歳時代がやってきました。



「心」についてとお話を戴きましたので、人生100歳時代を生きるトップのための「ココロとカラダのおしゃれ学」というテーマでお話をさせて戴きます。経済・社会状況の変化と共に人生100歳時代がやってきました。

「心」についてとお話を戴きましたので、人生100歳時代を生きるトップのための「ココロとカラダのおしゃれ学」というテーマでお話をさせて戴きます。経済・社会状況の変化と共に人生100歳時代がやってきました。

「心」についてとお話を戴きましたので、人生100歳時代を生きるトップのための「ココロとカラダのおしゃれ学」というテーマでお話をさせて戴きます。経済・社会状況の変化と共に人生100歳時代がやってきました。

「心」についてとお話を戴きましたので、人生100歳時代を生きるトップのための「ココロとカラダのおしゃれ学」というテーマでお話をさせて戴きます。経済・社会状況の変化と共に人生100歳時代がやってきました。

## 卓 話



株式会社CUA(キュー)代表取締役  
エンワームントパートナー  
盛矢 澄香 様

本日は卓話の機会を戴きましてありがとうございます。

「心」についてとお話を戴きましたので、人生100歳時代を生きるトップのための「ココロとカラダのおしゃれ学」というテーマでお話をさせて戴きます。経済・社会状況の変化と共に人生100歳時代がやってきました。

高度経済成長期の約20年間、経済成長のもたらしたものは生活の豊さだけでなく人の寿命も伸ばしました。2010年では平均寿命は男性79, 64歳女性86, 34歳…今や80歳現役人生100歳時代がやってきました。「そんなに長生きしたくないよ」とおっしゃる方がいらっしゃるかも知れませんが、ご安心ください…ベッドの上でも生かされている時代です。医療技術の進歩と共に食生活の豊さがそれを可能にしました。ならば、この人生をどう生きるか。生き方はライフスタイルに出でます。考え方は表情に出ます。そ

して私たちが食ってきたものが間違いない体に表れます。そして、トップの考え方や生き方は組織に現れます。人はどんなトップの下で働きたいかだからトップはいつも“元氣力”と“人生を楽しむココロのおしゃれ”を忘れてはいけません。人生100歳時代のスローエイジングのコツは3つ<食と体と心の使い方>にあります。今ストレス時代と言われつつ病は社会的問題です。実はこの3つが大きな鍵を握ります。薬で治せるのは体の状態だけで、心の使い方へのアプローチ無しでは治りません。脳の思考習慣が感情習慣を引き出し行動を決めます。その言葉を使うからそうなり、その体の使い方がその状態を作り出します。まず、自分の人生をよりよく生きる【選択】をすることから始まります。トップが病んでいる暇などありません。トップの“おしゃれ”とはこだわりと多様性です。トップの心の持ち方が組織を元気にします。心と体のシステムを上手に活かし笑顔と良い言葉で更に元氣な組織、更に広島に顔と夢りましょう。ご静聴ありがとうございます。報恩感謝。



「心」についてとお話を戴きましたので、人生100歳時代を生きるトップのための「ココロとカラダのおしゃれ学」というテーマでお話をさせて戴きます。経済・社会状況の変化と共に人生100歳時代がやってきました。

「心」についてとお話を戴きましたので、人生100歳時代を生きるトップのための「ココロとカラダのおしゃれ学」というテーマでお話をさせて戴きます。経済・社会状況の変化と共に人生100歳時代がやってきました。

「心」についてとお話を戴きましたので、人生100歳時代を生きるトップのための「ココロとカラダのおしゃれ学」というテーマでお話をさせて戴きます。経済・社会状況の変化と共に人生100歳時代がやってきました。