Subject 自分の強み発見

丸の内キャリア塾 なりたい自分をデザインする

プジョー 2008 発売！

プジョーは、都会的な洗練と力強いSUVのデザインを取り入れつつ、スペースユーティリティと走行性を両立させた新しいコンパクトなアーバンクロスオーバー「2008」を、全国の正規プジョーディーラーにて2014年2月15日より発売いたしました。

プジョー2008は、一般的な立体駐車場にも収まる1550mmのコンパクトボディでありながら、走行性能、快適性、利便性、安全性を高いレベルで調和させたモデルとして誕生しました。

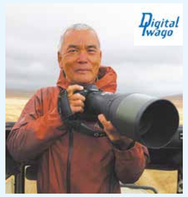
新型1.2Lエンジン、次世代のトランスミッション5速ETG、ストップ&スタートを組み合わせたプジョー先進のドライブトレインユニットは、優れた燃費と俊敏な走りを生み出しています。(JC08モード燃費は18.5L/kmを達成)

プジョー独自の数々のコクピットイノベーションは新しいドライビング感覚と優れた操作性を実現。また、ひとたび中に乗り込めば、明るい開放感とともに、上質な素材やデザインのインテリア、そして機能的で大容量のラゲッジスペースが広がります。

お問い合わせ　PEUGEOT　プジョー・シトロエン・ジャポン株式会社　www.peugeot.co.jp

動物写真家、岩合光昭氏の公式ウェブサイト。公式フェイスブックも運営中。

最近はBSチャンネルで世界の街角のネコを撮影し、愛猫家をトリコにしている動物写真家・岩合光昭氏の公式ウェブサイトが「デジタル岩合」(www.digitaliwago.com)。岩合氏がオリンパスのデジタルカメラで撮影した貴重な写真を見ることができる「デジタル・フォトギャラリー」や取材記、写真展情報など、写真家のウェブサイトとしての充実ぶりは目を見張るばかり。会員登録（無料）をすると、岩合氏が撮影した写真のPC壁紙や、オリジナルグッズのプレゼント企画にも参加可能。公式フェイスブック（www.facebook.com/digitaliwago）もあり、岩合氏の出演番組や写真展などのホットな情報を提供中。



© Mitsuaki Iwago

お問い合わせ　デジタル岩合運営事務局　www.digitaliwago.com/info/about.html#14

『「5」のつく日。JCBカードで復興支援 第4弾』カードによるお買い物1件につき1円を支援金として拠出

JCBは東日本大震災によって被災された地域の復興支援を目的に、今回で4回目となる『「5」のつく日。JCBで復興支援』を2014年2月から5月まで実施しています。

期間中、毎月「5日」「15日」「25日」のJCBカードのご利用1回につき1円を被災地域への支援金としてJCBが拠出するものです。会員様はJCBカードでお買い物するだけで、自らのご負担なく、被災地域の復興支援を行うことができます。

支援金は公益社団法人日本フィランソロピー協会に寄付され、被災者の自立支援やコミュニティ再生、子どもの健全育成、地域文化や産業の振興など、復興支援に活用されます。
※一部、対象とならないカードがあります。

お問い合わせ　株式会社ジェーシービー　http://www.jcb.co.jp/

地球のリズムを楽しむファッション「Safari Chic」シリーズが新登場！ファッションブランド『ダーマ・コレクション』2014夏コレクション

通販ブランド「ディノス」では、人生のキャリアを重ねながらエレガンスを磨いていく今どきの女性たちのファッションマガジン「DAMA collection(ダーマ・コレクション)」2014夏号のファッションアイテムを発売中です。

巻頭企画「Safari Chic」では、カジュアルな装いながら、リネンなどの天然素材を主に採用し、大人のリラックス感やエレガンスが特徴のアイテムを展開。他にも、本物志向のエレガントなワンピースやバッグをはじめ、me ISSEY MIYAKEとのコラボアイテム、選び抜かれた価値あるジュエリーなど、素材・テクニック・シルエットにこだわった大人世代に向けたサマーコレクションを、豊富な品揃えで展開しています。

お問い合わせ　ディノスハートコールセンター フリーダイヤル　0120-343-774(9:00～21:00 携帯・PHS可)
WEB SHOP　http://www.dinos.co.jp/dama

ニューヨーク近代美術館「MoMA」のミュージアムショップ、MoMA DESIGN STOREでは、2014年4月23日(水)までの間、「春の新生活応援キャンペーン」を開催中。

店内に並ぶ約2,000点の商品は、全てニューヨーク近代美術館のアートを選定しているキュレーターが厳選しています。新しい季節、MoMA DESIGN STOREには、アートを身近に感じられるグッドデザインアイテムがたくさん！春の新商品も、続々入荷しています。

キャンペーン期間中は、家具・ポスターカテゴリの対象商品を1点以上含む、税込5万円以上のお買上げで、ご購入代金より10%OFF。

この機会を、ぜひご利用ください。

※一部対象外商品がございます。
※SALE品、引出物、コーポレートギフト、その他の割引／キャンペーンとの併用はできません。
※オンラインストアMoMA STORE(http://www.momastore.jp)では、2014年4月23日(水)正午まで、家具・ポスターカテゴリ内、税込5万円以上の商品は10%OFF、税込5万円以下の商品は5%OFFのキャンペーンを行います。
詳しくはこちら。(http://www.momastore.jp/search/OT/09/)

Compon!bill ストレージユニット 3段（ホワイト）本体価格 ¥18,000

Archi ファイルホルダー本体価格 ¥3,000
Archi ペンシルホルダー本体価格 ¥2,500

■MoMA DESIGN STORE
〒150-0001　東京都渋谷区神宮前5-10-1 GYRE 3F
TEL:03-5468-5801　営業時間／11:00-20:00

■MoMA DESIGN STORE, GINZA
※2014年5月31日(土)までの期間限定営業予定
〒104-0061　東京都中央区銀座5-3-1 ソニービル6階
TEL:03-5568-7821　営業時間／11:00-19:00

丸の内キャリア塾 なりたい自分をデザインする
Marunouchi Career Academy

Subject 自分の強み発見

丸の内キャリア塾とは、キャリアデザインを考える女性のための実践的学習講座です。毎回1つのテーマを掲げ、キャリアアップに必要な考え方と行動について多面的に特集していきます。今回のテーマは「自分の強み発見」。自分ではなかなか気付きにくい強みをどう見いだしてキャリアに生かすか。国際認定コーチの森川里美さんが講演しました。

LECTURE 140 2014 March

基調講演

国際コーチ連盟認定マスターコーチ
ギャラップ認定ストレングスコーチ
森川里美さん

もりかわ・さとみ　大学卒業後、日本航空協会総合研究所で商品開発やマーケティングに関わり、米国の世論調査会社、ギャラップの日本支社に勤務。人の強みを発見し人財育成に活用するツール「ストレングスファインダー」のコンサルタントとして、企業の人財開発、組織活性化、チームビルディングに関わる。2005年にビジネスコーチとして独立。14年夏に、ストレングスファインダーを本格的に学べる講座を開講予定。

【第77回セミナー】
自分の強み発見！ ～強みを最大限に活かすキャリア術～

自分の「強み」に気付くことで個性を豊かなものにする

「彼を知り己を知れば百戦殆(あや)うからず」。古代中国の孫子が兵法で説いたように、自分の強みを知ることはビジネスで大きな武器となる。だが、強みは自分では気付かないし、気付いてもどう活用していいのかわからない。こんな悩みを持つ女性たちに、国際認定コーチの森川里美さんが「自分磨き」のヒントを伝授した。

優劣ではなく「違い」納得できると強みが生きる

「強み」を自分で発見し、生かしていこうというのが今回のテーマです。優劣の差ではなく、一人ひとりが違うことが強みだと納得できると、自分にとって当たり前だと思っていたことが実はすごく豊かなことで「これを生かしていこう」という感覚になれる。できるだけ違いということろに着目していきたいと思います。

そもそも強みって何でしょう。強みは優劣ではなく違いです。後輩や部下がすごく簡単な仕事ができなくて相談してきたとします。そのときにこんなぜりふが心の中に浮かぶでしょう。「使えないなあ」と思うのか、「どうしてできないんだろう」と思うのか。

どう思うかで人がいい人か、優秀かとかではありません。使えないなと思う人は、優秀なものに意識が向く、最上志向の人です。人を優秀にしたいという思いが強い人は、できない人を見ると「使えないなあ」と思う傾向があるのです。「かわいそうなことをしたと思う方は、「成長促進」。学校の先生のように育ててあげたいと思うという強みを持っている。「どうしてできないんだろう」と思う人は「分析志向」。どれもすばらしい思いでしょう。

私たちはついつい自分ができることはすごく普通で、ほかの人ができることは「すごいな」と感じます。そんなときの私たちは、まさしく他人の土俵に乗ってしまっている状態。強みというのは自分の土俵で今の自分を使い尽くそうということです。

自分では分からない「強み」の傾向を知る

今回はギャラップ社が開発した強み発見ツール「ストレングスファインダー」の簡易版（次ページ）を使います。自分の内側にどんな強みがあるのかというのは、自分1人では分かりません。このようなツールがあるのかを把握できます。

チェックシートを確認していきましょう。1番の四角のところから全部チェックがついた方は体力があります。残業もするし、お休みの日も働く、「達成欲」という強みのある方です。1時間なら1時間の中でたくさんの物事ができる。努力してやり遂げる力はすべての成功のもとです。ただ、人より仕事を優先してしまいます。自分は休まなくても周囲には休みをあげてください。

2番目は「責任感」という強み。「やる」と言ったことは絶対にやり遂げる。最高のプロジェクトリーダーになります。こういう人がうまくいくなるのは、やる気をことをやらない人を許さないようなとき。世の中はグレーです。白黒はっきりさせると衝突してしまう。ただ、好奇心が情報やものにだけ向いている場合があります。本を読み尽くすような子も好奇心が強い傾向にあります。

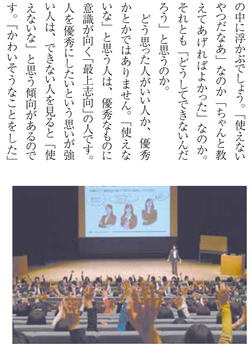
強みは自分の利き手みたいなもので、つらいと思っている人を見たら同情してしまうのは、やめようとしてもやめられない。つまりは利き手なのです。利き手を使うことの力で十の効果が出せる。自分がもっている強みを他の人のために使うことで強みは生き、キャリアアップにもつながるはずです。

3番目は「慎重さ」です。決断するときには時間をかけて考える、リスクマネジメントの天才です。チームには必要不可欠なのですが、こういうタイプは「何でもいちからつくりなおしてみよう」という上司に誤解されます。「あいはいますぐ止める方向にいく」「時間がかかる」などと言われるのは残念です。でもはどうするか、慎重さという強みによってリスクが見えることを、分かってくれる人をつくるためのです。こうするとこんな危険があるのでは」と言っておく。すると後から「予見していたね」と気付いてもらえる。自分の能力を知らせておいてチャンスをうかがうのは、大事な強みの使い方です。

4番目が「自我」。自分が重要な存在だと感じたいという強みです。「あなたにしかできない」と言われるのが本当にうれしい、評価されないとすごく苦しい。ではどうやって効果的に強みを使うのか。頑張ったのに認められず、痛みを感じたら「あ、自分の自我が泣いているな」と思って、自我をいたわってあげましょう。自分にコーチをつけるのも一つの手です。コーチの仕事は顧客の強みを発見し、伝え続けること。「自我」という自己重要感の強い人には効果的です。

5番目は「最上志向」です。「平凡」「普通」と言われることを嫌い、何かをやるのなら、卓越している、と言われたいのが特徴です。行き詰まりを感じているとしたら、初めから成功を目指していませんか。大きなチャンスがきても、自分にまだまだ準備ができていないと思ってチャンスを逃してしまいませんか。時には飛び込んでみることで、本来の「向上心」の強みを生かすことができます。

6番目は「成長促進」です。どんなポジションにいても人を伸ばの中に浮かぶでしょう。「使えないなあ」なのか「ちゃんと教えてあげればよかった」なのか。それとも「こうしてできないんだろう」と思うのか。



Subject 自分の強み発見 Question sheet

それぞれの分野ごとに4つの質問があります。「そう思う」項目の□に✔をつけてみてください。

1
□やることがたくさんある方が、忙しいけど充実感がある
□だらだらした働き方は好きじゃない。勤勉でコツコツよく働く方だ
□何かを始めたらやり遂げるまで続ける方だ
□ジムに行ったりジョギングをしたり、体を動かすことが好き

2
□約束したことは何が何でも絶対守る
□「間違ったやり方でも結果がでればいい」という考え方は納得できない
□信頼して任されたい
□ちゃんとできないと強烈に罪悪感を感じる

3
□決断や選択をするときに細心の注意を払う
□リスクや失敗の可能性がとても気になる
□個人的なことをオープンにすることにとても抵抗感がある
□会議で話すことを期待されるとき、発言の前によく聞いて考える必要がある

4
□人から「重要な人間」として評価されたい
□人から評価され感謝されることがモチベーション
□メールの返事がこないと傷つく
□優秀で成功している人の仲間になることがうれしい

5
□強み、極める、磨く、という言葉に心が躍る
□人り好みが激しいとよく言われる。物事のクオリティーにこだわる
□何かを学ぶときは、誰から学ぶか、が重要。ベストの人から学びたい
□どんなに頑張っても「まだまだダメだ」「もっともっとできたはず」と思う

6
□どんな人でも可能性をもっていると思う
□不慣れで未熟な人にも忍耐強く接する方だ
□他の人が物事をなしとげていくのを見るのがうれしい
□どんな小さなことでも、以前より成長した姿を見るとうれしい

7
□人の気持ちが痛いほどわかる
□人間らしい喜びや悲しみがとても大事だと思う
□メールがついつい長くなる
□人の感情を傷つける無神経な人が許せない

8
□意見が対立するのは好きじゃない
□強く出られると、その場ではNOを言えない
□多少の妥協があっても、スムーズに進むやり方を選ぶ
□自分でやらなくても得意な人にまかせればいい

9
□学ぶこと、学ぶプロセスが大好き
□「知りたい」欲求が強い。好奇心が強い
□わからなかったことが「わかった！」と思う瞬間が楽しい
□本を読むだけじゃなく、実際に出かけていって体験しながら学びたい

笑顔は強み！ 輝く白い歯で、印象アップ！美白高機能歯みがき剤「アパガードプレミオ」

口元の白く美しい歯はとても印象的。歯本来の健康的な白さを目指すなら、美白高機能歯みがき剤「アパガードプレミオ」はいかがですか。

輝く白い歯は、歯表面のエナメル質の健康がポイント。アパガードプレミオに配合の独自成分「薬用ハイドロキシアパタイト」は、むし歯の原因となる歯垢をからめてとり、エナメル質表面の目に見えないミクロの傷を埋めて修復し、溶け出したミネラルを補給して初期むし歯を再石灰化。3つの作用でむし歯を予防します。アパガードの美白とは、歯本来の白さをつくる健康美白です。

毎日の歯みがきは、アパガードプレミオで！

アパガードプレミオ100g／1,480円（税抜・参考価格）／医薬部外品・薬用歯みがき剤

お問い合わせ　サンギお客様相談室　0120-82-4101(10:00～17:00土日祝を除く)
http://www.apagard.com

大豆の健康パワーのカギは新しい大豆由来の成分“エクオール”にあった！

3月6日、丸の内キャリア塾・女性の健康週間特別セミナーにて、高松潔先生（東京歯科大学市川総合病院産婦人科教授）の講演が行われました。「更年期の症状や悩み解消に役立つことで知られた大豆イソフラボン。そのパワーのカギは“エクオール”という成分にありました。それは女性ホルモン（エストロゲン）と構造が似ているから。“エクオール”は大豆イソフラボンの一つであるダイゼインが腸内細菌の働きによって変化し生み出される物質です。でもこの腸内細菌を持つ日本人は2人に1人です。」という話に、参加者も驚いた様子でした。

また「“エクオール”を作れるかどうかは、簡単な尿検査でわかります。一度、測定してみては？」と尿検査キットのご紹介もありました。この健康パワーの源“エクオール”を手軽にとれる食品も発売予定ということで期待を集めています。

お問い合わせ　丸の内キャリア塾・女性の健康週間事務局　Tel:03-5565-5526（受付付け時間 10:00～17:00 土、日、祝日を除く）

フジトミ 投資セミナー 受講無料

世界は動き続けている。
投資戦略は、そのままですか？

4月セミナー

4/12(土)　13:00～16:00（12:30開場）
定員：150名　応募者多数の場合は抽選となりますので、ご了承ください。

新宿住友ホール
東京都新宿区西新宿2-6-1 新宿住友ビルB1

（アクセス）
●都営 大江戸線「都庁前駅」A6出口直結
●東京メトロ 丸ノ内線「西新宿駅」2番出口徒歩4分

金 GOLD を掘り起こせ
～消費増税に立ち向かう最後の砦～

講師 副島隆彦氏　副島国家戦略研究所 主宰

1953年生まれ。早稲田大学法学部卒業。銀行員、代々木ゼミナール講師、常葉学園大学教授を歴任。政治思想、法制度論、経済分析、社会時事評論の分野で評論家として活動。日米の政財界、シンクタンクなどに独自の情報源をもち、日本人初の「民間人・国家戦略家」として、講演・執筆活動を続けている。近著に「帝国の逆襲ー金とドル最後の闘い（祥伝社）」など。

■リスクについて。商品先物取引は証拠金による取引であり、元本及び利益が保証されるものではありません。通常取引の場合、投下資金の数十倍以上の額の取引を行うものであるため、相場等の変動、海外情勢や相場等の指標の変動により投下資金以上の損失が生じることがあります。■レバレッジについて。商品先物取引は証拠金取引であるため、取引の額は商品により異なりますが、通常取引の当社必要証拠金では額の11倍～50倍（先限）、損失限定取引の当社必要証拠金では額の3倍～8倍（先限）にもなります。■取引証拠金と手数料について。最初に預託する証拠金の額は取引方法・商品により異なり、最低取引単位（1枚）当り通常取引の証拠金では最高200,000円、最低11,400円、損失限定取引の証拠金は最高1,050,000円、最低55,000円になります。但し、通常取引については、その後の相場の変動によって追加の預託が必要になることがありますので注意が必要です。また商品先物取引の委託には委託手数料がかかります。その額は商品によって異なり、最低取引単位（1枚）当り最高22,680円（同約定値段内往復・税込）になります。■お取引の際は契約締結前交付書面等の内容を十分にご理解いただいた上で、ご自身の判断と責任においてお申し込み及び取引を行ってください。■当社の企業情報は本・支店はか日本商品先物取引協会でご覧になれます。
※上記の内容は2014年2月28日現在公会開始時点のものであり、以降のご確認につきましては当社にお問合せください。
※お客様相談窓口【顧客相談室（本社）】住所:東京都中央区日本橋蛎殻町1-15-5 電話番号:0120-358-066(フリー)　【日本商品先物取引協会相談センター】電話番号:03-3664-6243 http://www.nisshokyo.or.jp/

FUJITOMI

お申し込みは、フリーダイヤル または ホームページで。

フジトミ　検索

www.fujitomi.co.jp
0120-60-2413
受付時間 8:30～18:00(土・日・祝日を除く)

お問い合わせ　上記フリーダイヤル または E-Mailにて
seminar@fujitomi.co.jp

※本セミナーは、商品先物取引の啓蒙を目的としたものであり、セミナー内で取引に関する資料を配布させていただくとともに、商品取引契約の締結を勧誘する目的があることを、予めご了承のうえご参加ください。

金地金販売
好評販売中!!

純度99.99%の東京商品取引所指定。
受渡供用品1kgバーのみ。銘柄指定不可。
在庫には限りがあります。詳しくは当社フリーダイヤル0120-28-2413までお問い合わせください。
※金の価格は変動いたします。売却の際、販売時の購入価格を下回る可能性もあります。

東証JASDAQ上場　証券コード:8740
日本商品先物取引協会会員 商品先物取引業者

株式会社フジトミ
東京都中央区日本橋蛎殻町1-15-5
TEL.03-4589-7777　FAX.03-4589-5521

日本経済新聞出版社　〒100-0004 東京都千代田区大手町2-2-1 ☎03(5255)2827
http://www.nikkeibook.com/ ●ISBN978-4-532の下です。

あなたの強みを活かした「人の動かし方」を伝授！

ストレングス・リーダーシップ
さあ、リーダーの才能に目覚めよう

あなたの強みは見つかりましたか？

ウェブテスト〈ストレングス・ファインダー〉のアクセスコード付き

最新刊！

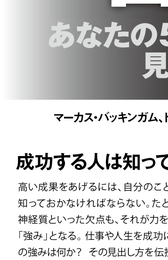
トム・ラス、バリー・コンチー／田口俊樹、加藤万里子 訳
定価（本体1,800円＋税）31871-0

ジョブズを真似ても成功できない！

リーダーシップの発揮の仕方は、人それぞれ。自分が持っている強みをどのように使えば、最も効果的にリーダーシップを発揮することができるのか。ウェブテストで明らかになる「34の強み」ひとつひとつについて、その実践方法を詳説。リーダーシップのみならず、強みの活かし方を知るためのヒント満載の一冊。

頑固さや神経質といった欠点も、実は、あなたの才能！

さあ、才能（じぶん）に目覚めよう
あなたの5つの強みを見出し、活かす



マーカス・バッキンガム、ドナルド・O・クリフトン／田口俊樹 訳
定価（本体1,600円＋税）14947-5

成功する人は知っている！

高い成果をあげるには、自分のことをもっとよく知っておかなければならない。たとえば、頑固さ、神経質といった欠点も、それが力を生み出すなら「強み」となる。仕事や人生を成功に導く、あなたの強みは何か？ その見出し方を伝授。

37万部！