

ハピネスフォーラム in 沖縄2019

人と組織のハピネス最大化

会場： 沖縄産業支援センター 3F (301/305)

日程： 11月22日(金) 13:30~16:30 「理念の共有化がサービスの質を変える」
11月23日(土) 9:00~11:40 「マインドフルネス×ヨガ×クリスタルボウル」

参加人数：44名

主催・運営：株式会社ウェイアンドアイ 代表取締役 粟野智子／馬橋和弘

【4年連続開催!! 「ハピネスフォーラム in 沖縄」】

グローバル化をはじめとするボーダーレス化や働き方改革などにより、私たちを取り巻く環境は激変しています。その中で、企業に求められるサービスの質も大きく変化してきています。特に、沖縄では、海外からの観光客が近年激増し、サービスに対する関心が高まっています。今回は、「サービス力の向上」をテーマに開催させていただきました。

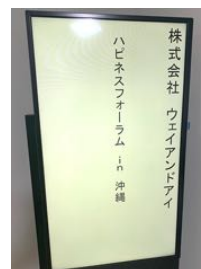
1日目

11月22日(木) 13:30~16:30 「理念の共有化がサービスの質を変える」



【受付・チェックイン】

今回も受付でご参加者一人ひとりが、沖縄の島野菜のカードを引き、同じカードのメンバーがグループを組む演出。弊社代表の馬橋がオープニングを運営。うちなー企業・団体から12社、内地企業から4社のご参加の旨、発表がありました。4年連続でご参加いただいている方もいらっしゃり、うれしい限りです。早速、交流の一人ひとことチェックイン。グループごとに笑顔の和んだ雰囲気でご紹介が進みました。



第1部：事例講演

株式会社ウェイアンドアイ パートナー 南 澄恵
元オリエントランド キャストディベロップメント部長、CS推進部長

CS向上のために大切なことや教育との関連性、組織風土まで高めていくための具体例などをお話いただきました。その中でも、CS向上のポイントと企業理念との関係性のお話は、心に残りました。その後、フリーに質疑応答タイムでは、ひっきりなしに質問が続き、ご参加者の皆様との熱いダイアログが繰り広げられました。日頃、考えていることや悩んでいられたことを率直にやり取りしていただき、充実した時間になりました。



第2部：ハピネスワークショップ

株式会社ウェイアンドアイ 代表取締役 粟野 智子

CSを上げるためには、理念をどう活用していくかという視点からワークを体験しながらグループ内でダイアログにて、お互い語りあっていただきました。それにより、さまざまな気づきがあったようです。



ご参加者からは、「日頃悩んでいたことが、すっきりしました」
「これから、何をやったらいいかがはっきりとわかりました」
「自分のハッピー度合いが上がりました。来週からの仕事で頑張れそうです」
「最初に参加してから、どんどんハッピーなことが起こってきて、今年も絶対参加しなくちゃと思ひ、参加しました」「毎年、皆さんにお会いできるのが楽しみです」という感想をいただきました。ワークが進むにつれてどんどん盛り上がり、会場のエネルギーが最高潮に達し、次の日のワークを楽しみにしながら、クローズしました。



2日目

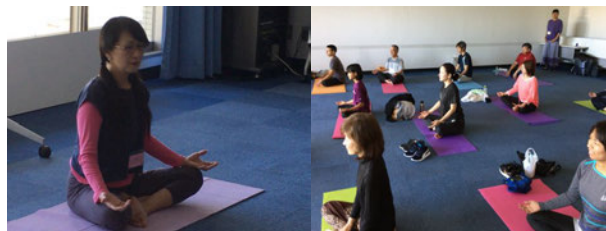
11月23日(祝・金) 9:00～12:00 「心と体を緩ませ、ハピネス度を高める」
～マインドフルネス×ヨガ×クリスタルボウル～

【受付・チェックイン】

2日目は、昨年に引き続き、大好評をいただいている「ヨガ×クリスタルボウル×マインドフルネス」プログラムです。
去年に引き続き、ご参加いただいた方も多く、温かい雰囲気の中でスタートしました。

【ヨガ】

最初は、Sumieインストラクターによる「ラージャヨガ」でゆったりと「体」を緩ませました。
ヨガにハードルの高さを感じていた方もいましたが、柔らかい誘導と無理のないポーズで自分の体と向き合い、自分の体をいたわる時間となりました。



【クリスタルボウル】

次にMarikoインストラクターの誘導でクリスタルボウルの音により「心」を緩ませるワークに入りました。
ヨガで温まった体を横たえ、すぐぐっすりと眠ってしまう方も数人いらっしゃいました。副交感神経が働き、リラックスするのがよいということで、全員今まで感じたことのないリラックス感を感じられたようでした。



【マインドフルネス】

最後に、体と心が緩んだ状態で、マインドフルネスがスタートしました。
自分の本当の心の声に気づき、本当に大切なことは何かを語りました。
短い時間でしたが、初日と同じ問いによるワークでしたが、初日にはでてこなかったような深い話ができたと感じました。



【ご参加者の声】

- ・会場がリッチな空間ですごく話しやすかったです。非常に学びやすく、話がどんどん入ってきました。
- ・会社の理念や信念をもとにESを大切にされていることに感じました。
- ・モチベーションアップに関するお話が興味深く、腹に落ちました。ESの観点からの「安心安全な場をつくる」ということが目からうろこでした。
- ・忙しくて、自分の目的を見失ってしまうことが多々あるが、振り返って見つめ直す時間は大切と思いました。仕事の姿勢をもう一度見つめ直そうと思います。
- ・笑顔でいること、感謝して生きることを実行していきたいと思いました。
- ・常に「ハッピーな心持や想いを忘れない自分」でいることの大切さ、それを自覚しました。
- ・初めてお会いする人ばかりでしたが、以前からの知り合いのような感覚でワークに取り組みました。
- ・2年前のフォーラムがきっかけとなり、この沖縄に移住することになり、自分は「生き直し」をさせていただいたと思っています。感謝しています。
- ・マインドフルネスの後のワークで、両親の顔が思い出されました。本当のワクワクは、「生きていること」そのものなんだと気づき、生きていることや両親に感謝の気持ちがあふれてきました。
- ・「自分の心と身体に向き合う時間」「今、この瞬間を感じる時間」を作ることの大切さを、改めて実感しました。
- ・日々忙しいため、常に考え事や不安で頭がいっぱいになっている自分に気づくことが出ました。休日、仕事のことを一度に忘れて心のリフレッシュも大切と感じました。
- ・かなり体が緩んで、クリスタルボウルの音色が体全体、奥まで入ってきました。起きた時はすっきりしました。
- ・いつもの疲れをとることができ、リラックスすることができました。自分の中でワクワクを思い出し、相手の方のワクワクを聴くことで忘れていたワクワクを思い出すことができました。(小学生のご参加者)
- ・クリスタルボウルは、宇宙にいるような感覚で神秘的な音で、とても気持ちよかったです。
- ・心身ともにリラックスでき、明日のやる気につながりました。講師の皆さんの明るく前向きな輝きオーラを感じました。
- ・頭も心もすっきりしたので、続けていきたいです。



【最後に】

今年も多くの方にご参加いただき、本当にありがとうございました。
皆さんの温かさや澄んだ心の美しさに「生きていることの素晴らしさ」を感じ、元気になりました。また、来年も、ぜひお会いしましょうね～

2020年も「ハピネスフォーラム in 沖縄」を11月後半に開催します。
スタッフ一同、多くの皆さまのご参加をお待ちしております！

ご参加の皆さん、ありがとうございました

株式会社ウェイアンドアイ

東京オフィス：〒100-0005 東京都千代田区丸の内1-8-3 丸の内トラストタワー本館20階
URL: www.wayandi.co.jp/ MAIL: info@wayandi.co.jp