

# ハピネスフォーラム 第1回 レポート

# Happiness Forum

開催日時:2015年9月12日(土) 13:30~16:30

会場:LEN会議室 田町6階G

参加人数:30名

主催進行:株式会社ウェイアンドアイ 代表取締役 馬橋 和弘

テーマ:「ハピネスの輪を広げよう!」

ゲストスピーカー講演:慶應義塾大学大学院

SDM研究科委員長 教授 前野 隆司 氏

ダイアローグ・セッション:株式会社ウェイアンドアイ

代表取締役 粟野 智子



株式会社ウェイアンドアイ  
創業以来の念願の  
「ハピネスフォーラム」いよいよ始まります~!  
開始直前の打ち合わせから  
どんな3時間になるのか、わくわくです。



【テーブルには駄菓子。今回の席決めカードは?】  
ハピネスのイメージから  
ハートの絵柄のカードで席を決めました。  
いろんなハートから選ぶのも  
楽しさがありました。



【チェックインのテーマは「最近、幸せ感じること」】  
チェックインの一人ひとことタイムでは  
「最近、幸せ感じたこと」をテーマに  
早速、お話しがはずんでいました。すでに  
会場はハピネスの空気いっぱいです。



## 第1部: ゲストスピーカー講演

「幸せのメカニズム 実践・幸福学入門」  
慶應義塾大学大学院 SDM研究科委員長 教授  
前野 隆司 氏

ファシリテータの馬橋の紹介で  
前野先生の講演スタートです。  
やはり、ハピネスフォーラムの第1回は  
幸福学の第一人者の前野先生しかいません。  
期待感MAXです!



まずは、幸福研究について論文の数が急激に増加していること、  
幸福の測り方について、幸せな人は長寿!?など、  
のっけから興味深いデータが次々と飛び出しました。  
また、「長続きする幸せと長続きしない幸せ」については、  
皆うなづきながら、また深く考えをめぐらせながら聞き入っていました。  
その上で、幸せの4つの因子を紹介されました。  
「自己実現と成長」「つながりと感謝」「前向きと楽観」「独立とマイペース」  
4つそろった人が幸せな人!そして、幸せのつかみ方を共有しました。  
あっという間の1時間でした。



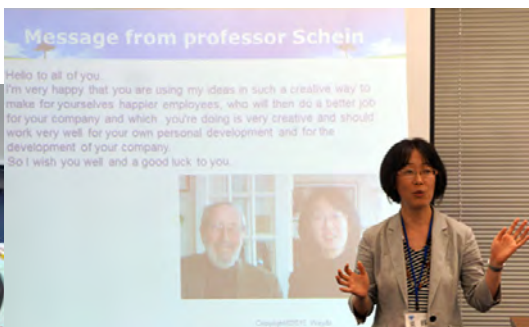
# ブレイクタイム

NPO法人KIプロジェクトが手掛ける  
 食べるボランティア『チョコボ』をご用意しました。  
 商品代金の半額が福島の子供たちの保養活動運営資金に使われます。  
 皆でお菓子を楽しみながら話が弾みました。

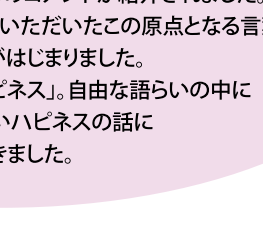
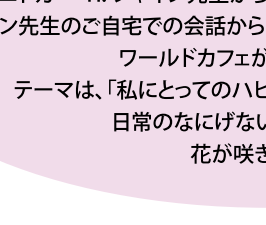


## 第2部 ダイアログ・セッション

「ハビネス・ワールドカフェ」  
 株式会社ウェイアンドアイ 代表取締役  
 粟野 智子



冒頭でファシリテータの粟野より、  
 「このフォーラムのフィロソフィーは働く社員を幸せにすること。  
 社員が幸せになれば、お客様を幸せにでき、会社も幸せにできる」という  
 エドガー・H. シャイン先生からのコメントが紹介されました。  
 シャイン先生のご自宅での会話からいただいたこの原点となる言葉から  
 ワールドカフェがはじまりました。  
 テーマは、「私にとってのハビネス」。自由な語らいの中に  
 日常のなにげないハビネスの話を  
 花が咲きました。



【最後に】  
 前野先生が講演で話された  
 「世界中の全員幸せ社会は可能!」という言葉が印象的です。  
 今後も「広げよう! 幸せの輪」を合言葉に  
 ハビネスフォーラムを開催したいと思います!



- 【参加者の声】
- ・今後の継続開催を期待します!
  - ・今後の自分のあり方を考える良いきっかけとなりました。
  - ・幸せについて話し合う中で多くの気づきがありました。大変有意義なダイアログでした。
  - ・会場や運営の雰囲気そのものからハビネスが伝わってきました。
  - ・このテーマでのダイアログは夜通し語り合いたいくらいです。
  - ・全体を通して、インタラクティブな学びができて、刺激的でした。
  - ・幸せの「4つの因子」が興味深く、面白かった。
  - ・日頃の中にある幸せをどれだけ感じられるかが大切。  
(天気が良くてお布団干せた。ペットがなついてくれた、など)
  - ・今日の素晴らしい内容とまずは家族や職場でシェアしたい!



\*ご参加の皆さん、ありがとうございました。次回もお待ちしております!\*

写真:井上正己



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 TEL.03-5288-5422  
 URL. www.wayandi.co.jp/ MAIL.info@wayandi.co.jp