



- 1, 何故、人間関係がもめるのか？
- 2, KBC-P とは？
- 3, 「金農野球部員 実践8ヶ条」
- 4, KBC-7C とは？
- 5, 「部格と人格」を向上させる態度・行動・発言
- 6, 「天国のような人生を歩む人と地獄のような人生を歩む人」
- 7, 物事が成功するアイデア『あ行の実践』とは
- 8, 追加資料

道徳研修講話  
秋田県ボクシング連盟  
強化部長：宮 腰 明

## 1, 何故、人間関係がもめるのか？

常に周りとは衝突する人、そんな人があなたの近くにもいないだろう？ もしかしたらあなた自身が、人とうまくやっていけないと悩んでいるかもしれない。しかし、人と意見が食い違い争いに発展することは誰にでもあるものだ。

意見だけではない。様々な違い・・・。

**私たちの脳には、「違う」ということを「誤り」だと思ってしまう思考のクセがある。違いに目を向けると、私たちはどうしてもネガティブな感情になってしう。**

それは、自分と違うものを「間違い」だと認知しているからに他ならない。一方で、同じことに目を向けると、私たちはポジティブな感情になる。初対面の人が同じ出身地や同じ年齢だったりすると嬉しくなったり、相手との同じ部分を見つけることができれば、私たちは幸せな気持ちになったりする。

「違い＝間違い」という思い込みのまま違いにばかり目を向けている人は、どうしてもその違うところが許せなくなってしまう。だからトラブルが絶えないよイエる。違うのは何も悪いことではない。だからといって、「同じ」が良いということでもないのです。同じでなければならぬという思い込みは、同調圧力を生み、排他的な考え方を生むにいたる。真に良い人間関係をつくれる人は「同じ」ところと「違う」ところを同時に見ることができる。しかし、「同じ」であることにこだわりすぎてしまうと、

**「違い」が許せなくなる。**

**「違い」にこだわりすぎてしまうと**

**「同じ」が見えずに間違いだと思ってしまう。**

**「同じ」と「違い」をバランスよく見ること**

で良い人間関係をつくっていただけるのです。

ならばどうするか？ 一言で言えば「対話」つまり「コミュニケーション」です。

それが不足すると何がおきるか！

**コミュニケーション不足は「誤解」を産む。**

**「誤解」は更なる誤解を産み、「疑念」へと変わる。**

**その疑念は「鬱憤」へと変わり、**

**鬱憤は怒りとなり「攻撃」へと向かう。→(それがトラブルの原因)**

**・・・だからこそ対話が重要なのだ。**

## 2, KBC-P とは?

### Kanano Baseball Club - Philosophy

#### ※金農野球部員として持つべき「哲学」

- 1、人間として何が正しいか。
- 2、選手・監督・コーチら、TEAMとしてのベクトルを合わせる。
- 3、野球部内、ひいては学校経営の規範となるべきルール・約束事を確立させる。
- 4、TEAMの、そして各自の、人生の目的・目標を明確に指し示す。
- 5、金農野球部に格(「部格」~ぶかく)を与える。
- 6、部格・人格を高めようと努力し続ける。

・・・その為に実践すべき事は!?

## 3, 「金農野球部員 実践 8 ヶ条」

- 1、野球をやる目的、意義を明確にする。
- 2、具体的な目標を立てる。(マンダラート)
- 3、強烈な願望を心に抱く。  
(甲子園優勝 → プロ野球選手 → メジャーリーガー)
- 4、誰にも負けない努力をする。(天視)(陰学)
- 5、勇気を持って事に当たる。(本能や運命に負けない生き方)
- 6、常に創造的で実践的な学校生活と部活動を行う。(率先垂範生徒)
- 7、思いやりの心で誠実に周囲に接する。(仁義礼智忠信孝悌)
- 8、常に明るく前向きである。(夢と希望を抱き、素直な心で)

物事を実現するには、全ての人に「DREAM (夢)」と  
「STORY (物語)」と  
「MISSION (使命感)」が必要なのである。

## 4, KBC-7C とは?

### Kanano Baseball Club - 7 Calling

※金農野球部員としての「7つの運命と使命」 ~ 「成功する心理を作る」

- 1、自分は絶対に成功する運命にある。
- 2、自分は実に幸運で、ついている人間だ。
- 3、努力すること自体そのものが運命である。  
だから努力の苦労こそ向上していると実感できる。
- 4、全ての結果は運命であり試練である。最後には成功すると判っている。  
だから艱難辛苦がある方が楽しい。
- 5、自分の運命を信じている為、他人との比較は無意味で、  
現在の成功・失敗は所詮、通過点でしかない。
- 6、今の苦しい環境は、成功する為に準備された運命である。
- 7、今までのあらゆる人達との出逢いもすべて運命で、その運命的な出逢いに常に感謝している。

物事を実現するには、全ての人に

「DREAM (夢)」と「STORY (物語)」と

「MISSION (使命感)」

が必要なのである。

## 5, 「部格と人格」を向上させる態度・行動・発言

心のきれいな人は、相手を思いやる「**態度**」があります。

今を一生懸命に生きる「**行動**」があります。

人に「ありがとうございます」と感謝をする「**発言**」があります。

相手を想い「叱れる」という「**行動**」をしています。

人が喜ぶような「**発言**」をします。

いつも謙虚で腰の低い「**態度**」でいます。

## 6, 「天国のような人生を歩む人と地獄のような人生を歩む人」

### 【天国のような人生を歩む人】

人のために一生懸命に生きる人

今を一生懸命に生きる人

つらい出来事も自分の為だと考えるプラス思考を持っている人

素直な人

正直な人

進んで学ぼうとする人

### 【地獄のような人生を歩む人】

一生懸命に生きない人

自分のことしか考えない人

人の迷惑になるようなことをする人

悪口を言う人

この世の流れを乱そうとする人

嘘をつく人

勉強をしない人

## 7, 物事が成功するアイデア『あ行の実践』とは

- 案** あん ~ 自他共にお互いが良くなるための案 (idea) を考える。  
(一燈照隅)
- 因** いん ~ 善の種をまく具体的な実践をする。善の原因を創る。  
(因果応報)
- 運** うん ~ 自他にどのような良い因を運ぶ(与える)かを考える事。  
(多逢聖因)
- 縁** えん ~ 人との関わりを活かし、良い縁のネットワークを広げる。  
(縁尋機妙)
- 恩** おん ~ 他人から頂いた運や縁に感謝し、さらに他者に与えること。  
(返 謝)

最後にエールの言葉を

# 現己過創 (げんこかそう)

# 未己現創 (みこげんそう)

今の自分は過去の自分が創った。

未来の自分は今の自分が創らなくてはならない!!

## 8, 追加資料

ハインリッヒの法則



(ハインリッヒの法則)

一件の大きな事故・災害の裏には、29件の軽微な事故・災害、そして300件のヒヤリ・ハット（事故には至らなかったもののヒヤリとした、ハットとした事例）があるとされる。重大災害の防止のためには、事故や災害の発生が予測されたヒヤリ・ハットの段階で対処していくことが必要である。危険予知訓練なども必要。

## ハインリッヒの逆法則

「日本一へと導いたハインリッヒの逆法則」 阿部由晴（常盤木学園高校サッカー部監督）

阿部 私が女子チームを率いていく上で大切にしてきたことの一つに、「ハインリッヒの逆法則」というものがあります。

—何ですか、それは？

阿部 これは保健の教科書に載っていた「ハインリッヒの法則」を自分なりにアレンジしたものなんです。アメリカの損害保険会社に勤めていたハインリッヒという人が、ある工場で発生

した5千件余りの労働災害についてその原因を調べた。すると、一件の重大な労働災害が起こる背景には29件のヒヤットとする軽い事故がある。さらにその背後には300もの小さなミスがあったと。こう書いてあったんです。最初にこれを見た時は「ふーん、そうなんだ」くらいにしか思っていなかったんです。でも、ちょっと待てよ、これを逆にしたらどうなるんだと。高校女子選手権で優勝する、これが一つの大きな目標だとしたら、29の小さな目標を達成すればいい。その29の目標を達成するためには、300の細かい、小さなことをきちんと積み重ねていけばいいんじゃないか。300の項目を書き出して、それを徹底していきました。

——例えばどんなことを？

阿部 挨拶をする、服装を整える、掃除を手抜きしない、時間を守る、連絡・報告をしっかりとやる。食事の時にいただきますと言う、喧嘩をしない、隠し事をしない、嘘をつかない、そういう普段の生活の細かいことやサッカーの約束事がほとんどかな。やっぱり毎日の積み重ねって大事ですよ。そうすることで心が整えられていく。野球のイチロー選手が「僕が高校時代にやってきたことは寝る前に10分間、素振りをしたこと」と言ったのを聞いて、私はすげえなって思いました。実際にバットを持って、寝る前に10分間振れるか、振れないですよ。それを手抜きをせず、365日やっている。これがイチロー選手のすごさなんですよ。これと同様に、300の当たり前のことを確実に積み重ねていくことが非常に大事だと思います。

——監督自身が手ごたえを感じ始めたのはいつ頃ですか。

阿部 それは日本一という結果が残せてからです。ああ、これがよかったんだなって。その当時は分からなかった。でも、これが正しいだろうと思って、信じて一所懸命やってきた。整理し、反省してみても初めて、これはよかったと確信を持てるようになりました。小さな積み重ねができない人は、大きな成果もつくれません。大きな成果だけを見て、自分には無理と言い訳言っている間は、何をやってもうまくいきません。問題を自分都合ですり替えているに過ぎないのです。

今日もやるべきこと、当たり前のことをやっていきましょう。

## あなたの思う「当たり前」の努力を書き出してみよう！

1,

2,

3,

4,

5,

6,

7,

## 本当の「志」とは

人は自ら省察すべし 天は何故 自分をこの世に生み出し  
何の使命を為させようとしているのか 自分は既に天の生じたものであるから  
必ず天から命じられた役目がある その役目を謹んで果たさなければ  
必ず天罰を受けるだろう こう考えれば うかうか 生きていられないはずである。

佐藤一斎『言志四録』より一部抜粋

その志の高さ、低さによって人間の価値は決まる。  
……志は塩のように溶けやすい。人間の生涯の苦渋というものは、その志の高さをいかに守り抜くかということにあり、それを守り抜く工夫は格別なものではなく、日常茶飯の自己規律にある。

箸のあげおろしにも自分の仕方がなくてはならぬ。  
物の言い方、人との付き合い方、息の吸い方、息の吐き方、遊び方、ふざけ方、そのすべてにその志を守るがための工夫によって貫かれておらねばならぬ。

人が出逢うところの苦勞や、予期せぬ変事、辱め、悪口など、困ったことの全ては、天が自分の才能を成熟させようとの試練であり、そのどれもが徳を積み、学問を励ます糧となる。だから、立派な人になろうとしている者は、このようなことに出逢ったら、これをどう処理するかだけを考えるべきで、決して逃げたりしてはいけない。

佐藤一斎『言志四録』より一部抜粋

## 基礎人間力とは

- ・ 志を高いモチベーションで持ち続ける力、
- ・ 夢が破れても夢を設定し直す力  
(勝手に「どうせ俺なんか」と思わないこと)
- ・ 努力の結果の理由を運や才能のせいにはしない力  
(敗北もケガも意味があって自分に歩み寄ってくる) と考える力
- ・ 努力、練習、勉強という通常は行為(行い)でしかないものを  
人格のあるモノとして捉える力  
(道具も同じ) → だから努力、練習、勉強と親友になっている。
- ・ 自分の天命を知っている事(そう思い込める・信じ込める力)

MEMO