

YPP東京オフィスの創業地であった台東区入谷は「朝顔まつり(朝顔市)」が有名です。このことにちなんでニュースレターの名称を「朝顔TOPICS」と名づけました。朝顔は育てた人が多く、身近で親しみやすい花として知られ、開花の美しさはさることながら、双葉やつるがのびていく様を眺めるのが楽しい植物です。YPPも、朝顔のように、みなさまに親しまれながら、つるを伸ばしてたくさん花を咲かせていきたいです。

## Topics1

### 仕事に対するとらえ方をシフト

#### 成長してキャリアの価値を高めるための自分への質問

研修を終えて現場へ配属されてまもないと思われる新社会人の方をあちらこちらで見かけることがあります。

そんな時、彼らが持つ可能性はどのような未来をデザインしていくのだろうと、親が子の成長を願う気持ちになることはありませんか？自分が新人だった頃も、成長をそっと見守ってくれていた方の存在があったのだと思うと感謝ですね。

さて、先日「森を見ずに木を見なさい」というタイトルの本を手に取り、最初の章を読み始めた時、ずっと以前に顧問の会計士さんからお叱りのような問いかけの言葉を頂いたことを思い出しました。

—「あなたに言っても仕方がないとわかっているけど、御社の管理部のスタッフは、どこを向いて仕事をしているのですか？！  
方向が違っているのではないですか」

数字をまとめて役員へ報告をすることが担当業務だった当時は、社長のほうを向いて仕事をするのが当たり前だと思っていました。

問いかけの言葉に衝撃を受けながらも自問し

てみましたが、「私はどこを向いて仕事をすればいいのか？」についての答えが見つけれません。そしていつの間にか記憶の隅に追いやられていました。

私たちが働いている会社は、業種を問わずビジネスをしています。

ビジネスでは「お客様が払う対価に見合う価値を提供すること」が求められます。

今から思えば、それぞれに与えられた仕事上の役割を通して

- 「私のお客様は誰か」
- 「私が仕事を通して提供している価値は何か」

ということ意識しなさいと会計士さんは言いたかったのではないのでしょうか。

また、仕事の捉え方を見直して成長しなさいというアドバイスでもあったのだと思います。そんなこと言われても今は事務職だから自分のお客様が誰とか与えられる価値なんてわからないという気持ちはよくわかります。私も自分がお客様にどのような価値を与えられるかなんて明確にはわかっていません。

本の話に戻りますが、サブタイトルは「仕事

を面白くする原理とキャリアの開発法とあります。内容の捉え方、どの部分が刺さるのかは人それぞれですが、今の仕事に価値を見出せないという気持ちを抱えているなら、多くの付きを得られるのではと感じます。

この本では、

**目指すべきは自分の仕事をビジネスとし、成長してキャリアの価値を高めるための具体的な方法** を提案しています。

最初に仕事についての3つの質問があります。自分のお客様は誰かということを考えたうえで、ぜひ、次の3つのことも考えてみてくださいね。

”引用----

- ・あなたの仕事は何ですか？
- ・あなたがしているのは、ワーク(work)ですか、それともジョブ(job)ですか、あるいはビジネス(business)ですか？
- ・あなたのキャリアを説明してください”

成長を実感して、仕事今より少し面白くなれば嬉しいですね。

引用：森を見ずに木を見なさい 加島禎二／総合法令出版



## あやのはるか



会社員・日本実務能力開発協会 認定コーチ  
1965年生まれ。大阪市出身。

派遣社員として約15年、20社超の企業の管理部門に所属し、経理を中心とした幅広い事務全般の経験を積む。数多くの企業で働いた経験を尊重され、業務改善・業務フローの構築、会計ソフトや新システム導入、チームメンバー指揮など歴任。簿記2級、建設業経理士1級、弥生会計認定インストラクター、弥生検定2級、取得。仕事をするうえで大切にしていることは「もっと、より良く」を考えてトライすること。趣味は映画鑑賞、物語を書く、ライブへ行く。

経理と事務のまなび塾  
<https://hajimete-keiri.com/>

Mystery & Lovestory  
<https://ayano-haruka.com/>

### 大切にしていること 8か条

- 興味を持ったらやってみるという姿勢
- 上長の性格と立場上の苦勞を思いやり接することで信頼を得る
- 目の前に仕事があることはありがたいこと
- 今の仕事を、次のステップのために活かせないかと考える癖がついたこと
- 初心者の気持ち忘れないこと
- 仕事に対して「問」を持つこと
- より良くするにはどうすればよいかを考えること
- 同じ業務にも新鮮な気持ちで向き合うと発見がある

仕事がかどる！  
知ってて便利！  
小技をご紹介します

Excel まとめて( )を消す方法

エクセルでの括弧（カッコ）  
「（）」やカッコ内の文字「（○○○）」だけをまとめて削除する方法をご紹介します。

使用するのは「置換」機能で、指定した文字列を他の文字列に置き換える機能のことです。  
まずは、カッコとカッコ内の文字を空欄に置き換えてみましょう。

最初に、設定する範囲を選択します。  
（大量のデータであれば、列選択した方が良くもありません。）

[ホーム] タブ → [検索と選択] をクリック。  
一覧から、[置換] を選択します。  
※ [置換] はショートカットキーの「Ctrl」+「H」でもできます。

表示された画面で置き換える文字を設定します。  
今回は以下のように設定します。

検索する文字列・・・(\*) を入力  
置換後の文字列・・・何も入力せず  
初期設定だと、カッコに半角全角の区別はありません。

「(\*)」の意味ですが、「\*」アスタリスクは「ワイルドカード」と呼ばれます。  
ワイルドカードとは、類似した情報を持つデータを検索する場合などに使用する、テキストや文字をあらわすものです。

今回の場合は「(\*)」と入力することで、「カッコとカッコに囲まれた文字全て」という指定になったわけです。  
もしカッコは必要で、中の文字だけが不要であれば、  
[置換後の文字列] に「（）」を指定すればOK。

設定が終わったら左下にある [すべて置換] をクリックすると、置換された件数が表示されます。

いちいち( )を探して消すのが面倒な時ぜひ試してみてくださいね！

# YPP すこやか通信



このコーナーでは、YPPに関わってくださる皆様が  
健やかに・ごきげんに・サスティナブルに  
お仕事を続けていくためのヒントをお届けしていきます！

## 「幸福感」を高める方法とは

こんにちは。YPP 上田です。長女がこの春から高校生となり、先日初めて保護者会に参加をしました。その時に前座の講話で聞いた話がこのコーナーのテーマにもピッタリな内容だったので、シェアしたいと思います。

世界幸福度ランキング(\*1)によれば、2020年の日本のランクは62位、2021年は56位だったので僅かに順位を上げたものの、近年常に50～60位で、他の先進諸国と比較すると常に低い水準にあるそうです。また、国立青少年教育振興機構の調査によれば、「自分がだめな人間だと思うことがある」日本の若者・子供は72.5%にもものぼるという結果が出たそうです。

それは何故なのでしょう？  
その答えとして、先生が示されていた一つの研究結果が以下のものでした。

2万人（全国の20歳以上70歳未満の男女個人）の日本人に調査を行い、様々な質問をすることで、所得・学歴・健康・人間関係・自己決定を説明変数とする分析を行った結果、**幸福度を決定する要因は、健康、人間関係に次いで「自己決定」だったと言う結果となった。**

幸福感にとっては、自らの判断で自らの道を選択することは、高い学歴を得ることとか、高い所得を得ることに勝る重要性を持つことを示唆しており、自己決定によって進路を決定した者は、目的を達成するために、自らの判断で努力することによって、成果を達成する可能性がより高くなり、また、達成した結果に対して、責任と誇りを持つことが考えられる。  
達成感と自尊心は、前向き志向につながる要素である。

詳細はこちら <https://www.rieti.go.jp/jp/publications/summary/18090006.html>

人生の幸福度を高めるには「自己決定」が一つのキーになるということですね。同調圧力の強い日本では「親や家族の勧めで」「みんながそうだから」と言う理由で進路や職業を決めている人が多く、そのことが幸福度の低さにつながっているのでしょうか。

誰かや社会のせいにして不満の多い人生よりも、何事もしっかりと自分で判断し、自己決定をして健やかでごきげんな人生を選んでいきたいですね！

(\*1) 国連の持続可能な開発ソリューションネットワーク (SDSN) が毎年3月20日の「国際幸福デー」に合わせて発表しているランキングデータ

## 編集後記

今年のゴールデンウィークは2年ぶりに緊急事態宣言もまん延防止等重点措置も発令されていない連休となりましたね。  
旅行にお出かけした方も多いのではないのでしょうか？

先日、東京ドイツ村へ遊びに行ったら午前10時を回る前から車が渋滞していました。親子3世代で来ている方が多く見られ、遊具のある広場ではたくさんの子ども達が夢中で遊びまわっていました。  
絶賛イヤイヤ期の娘はブランコに乗りたいたけど別の子が先に乗っている。空いた方がいいが、自分で座りたいのでうまく乗れない・・・と大騒ぎ。園内にはネモフィラやチューリップがきれいに咲いていましたが、ゆっくりお花を觀賞する日はまだまだ遠そうです。



YPP 伊澤佳美

