

MOCO通信

MOCOとは、「mother=母のような・やさしい」のMOと「combination=結合」のCOからつけられました。「きょうとMOCO」は京都府中小企業女性中央会の愛称です。

平成30年5月1日発行 第25号

編集・発行：きょうとMOCO
京都府中小企業女性中央会

京都市右京区西院東中水町17 京都府中小企業会館4階

☎ 075-314-7131 ☎ 075-314-7130

URL <http://www.chuokai-kyoto.or.jp/kyotoMOCO>

MOCOフォーラムを開催

平成30年2月9日（金）ホテルモントレ京都においてMOCOフォーラムを開催しました。

第1部のセミナーでは、講師として日本アンガーマネジメント協会認定アンガーマネジメントコンサルタントの井上泰世先生をお招きし、『イラッ☆・ムカッ☆の処方箋 ～アンガーマネジメントのすすめ～』と題して、ご講演を賜りました。「怒りの感情は、誰にでも存在します。怒る必要のあることには上手に怒り、怒る必要のないことには怒らないようにと怒りの感情と上手に付き合う為の心理のトレーニングが必要である」とのことでした。「自分が何故怒っているか、どれだけ怒っているかなど冷静に判断し、また、部下や子どもを上手く育てるには、相手に対して、こうしたら〇〇〇すべき、この時は〇〇〇すべき等という自らの固定概念を押しつけるのではなく、怒りの許容範囲を広げ、その範囲がブレないことが不可欠である」とのことでした。参加者の皆さまとのワークショップでは、いつも笑顔の方も意外と心の中には、怒りを持っておられるということに大変驚きました。怒りは、部長が課長へ、課長が一般従業員へ、また、仕事から帰宅すると、子供たちや家族、老人へと立場の弱い方向へと伝染しやすい性質があるので、怒りを和らげるためには、ストップシンキング（思考を停止し、頭を真っ白にする）、カウントバック（1～6まで数える）、呼吸リラクゼーション（細く長く息を吐く）、タイムアウト（休憩してその場を離れる）等の方法で感情のピークを過ぎ去るのを待ち、怒りを怒りで返すことから回避する方法を考えるということでした。今後もこのアンガーマネジメントを活用し、様々なビジネスシーンで円滑な業務ができ、遣り甲斐のある楽しい職場環境が作られることを願います。

最後に第2部の交流会ではテーブルごとにセミナーの意見交換やその他の情報交換、交流が深められ無事MOCOフォーラムは、閉会となりました。（記：理事 山本 真己）



わたしの
イキおい情報！

京都ウィメンズベースアカデミー

京都では、行政と経済団体等が連携して、平成28年8月に女性活躍支援拠点「京都ウィメンズベース」を開設、オール京都で女性活躍推進の取り組みが進んでいます。平成29年8月には企業や社員が集い、研修・交流・政策立案・実践を行う場「京都ウィメンズアカデミー」が開設されました。ぜひご活用ください。

<事業メニュー>

- 経営者の意識改革セミナー
- あらゆる層を対象とした女性活躍研修
- 企業の枠を超えたメンター（先輩）×メンティ（後輩）マッチング支援
- 「京都ウィメンズベースラボ」（女性活躍推進に係る新たな課題の政策立案・実践）他

詳しくはホームページをご覧ください <http://kyoto-womens.org/>

KWB 女性活躍支援拠点
京都ウィメンズベース

組織の枠を超えた
取り組みがスタート
しています。



情報提供：きょうとMOCO事務局

MOCOカフェを開催

1月17日（水）、第1部、キャリアアップセミナー（京都府中央会主催）の後、第2部は、4時10分～45分まで女性中央会主催の「MOCOカフェ」が開催されました。

「MOCOカフェ」は、参加者の情報交換、交流を目的として開催しています。今回は、第1部「ムダをなくし、仕事がサクサク進む仕事術」のセミナーを受けて、ご参加いただいたみなさまと、3グループに分かれて気軽に意見交換をしました。

今回の「MOCOカフェ」は、MOCOの会員以外の方、特に若い方がたくさん参加くださり、キャリアアップセミナー、MOCOカフェ共に、最多の参加者でした。事務局さんが、チョコレートと暖かいお茶を用意していただき、和やかな時間を過ごすことができました。時間は30分と短い目でしたが、セミナーの仕事術を受けて、「ここが明日から生かせる」とか、「そない上手いこと、使えそうにない・・・」とか、グループによっては、仕事の仕方よりも、「あの上司を何とかしてほしい」とか、組織の在り方や、職場での人間関係まで、皆さん本音でいろいろな意見が出ていて、普段の職場では出会うことはない人の意見を聞き、意見交換できる貴重な時間になりました。

今回、最多の参加者で、しかも、若いMOCOの会員さん以外の方も多しキャリアアップセミナーとMOCOカフェは、とっても新鮮でした。参加くださったゲストの方に感想などいただけるともって良かったかなあ。セミナーの中身、時間帯の曜日など、参加者が多かったことの分析をして、集客、会員増員に繋がれば、良いですね。（記：副会長 和田 登美子）



第1部 キャリアアップセミナー
講師：株式会社ウィズネス
代表取締役 本田 妃世 氏



9月12日（水）、第70回中小企業団体全国大会が京都で開催されます。

中小企業団体全国大会とは・・・

全国の中小企業団体の代表者が一堂に会し、その決意を内外に表明するとともに、国等に対して中小企業振興施策の確立を訴え、組合組織を基盤にして中小企業の安定的な振興発展をめざすため、毎年1回開催されます。平成29年度は長野県松本市で開催され、約2,500名の方々が参集しました。その全国大会が平成30年度は上七軒歌舞練場、西陣織会館をメイン会場として京都で開催されます。

きょうとMOCO会員の皆さまへ

きょうとMOCOでは、全国の中小企業団体の皆さまを、きょうとMOCOならではのおもてなしでお迎えするため準備をすすめているところです。詳細が決まりましたら改めましてお願い申し上げますが、ご協力をお願い申し上げます。

