



発行所 東京都蒲田区1丁目29番地8
大田工業協同組合
電話(732)78113
蒲田編集紙編部門
機編紙編部門
石印東栄印刷所
東京都江東区新大橋2丁目9番2号
株式会社

落ち込みからの回復

東洋大学教授 中里 至正

落ち込みの社会

「落ち込む」というのは、ガツとも会長さんが、経営者はお袋クリクリとすることで、現在のわななくとも、あるような顔をしていられわれの社会では当り前のことで「落ち込まない」と言っているとあつて、落ち込まない人はないと言えます。

例えは部下のためとか、関係者のためにとか、いろいろなことで自分の本當の気持ちやわななくとも、あるような顔をしていられわれの社会では当り前のことで「落ち込まない」と言っているとあつて、落ち込まない人はないと言えます。

一人の候補者に対して十九人が落ちこまれるわけですから、競争社会という全体の雰囲気が上がれば上がるほど、その社会には落ち込みが溜つてくるわけで、これは避けられませんが、こういう環境が現存しているから、落ち込みも大きくなるといえます。

この競争社会のもう一つの特徴は達成欲求が強いということですが、これは特に経営者の方には強いので、一つの仕事をやるにしても、キチンとやりたい、人にとかく言われたいという欲求です。

落ち込みの原因

ですから、落ち込みからの回復、また、明るい方もおられる暗い方もおられる、個人差が非常にあります。落ち込みの中には、一発勝負というわけにはいきませんが、個人差を大きく分けて、大きく分けて、皆さん自身身が落ち込みから回復するかどうかという点で、もう一つは、皆さんの従業員が落ち込んだとき、即ち、他の落ち込みをどう回復させるかという二つに話に分かれます。

葛藤というのは、どうしようか、どうしようかと悩んで落ち込むことです。例えば、Aという女性とBという女性とから、同日同時刻にデートの申込みがあったとしますと、どちらにしようかと迷ったあけ、A子とデートしたとします。このように二つの欲求があつて、その一つをやったからといって、われわれは満足してはいないのです。無意識的に抑えてはいますが、頭の中でも一つ一つの欲求が残っています。片方だけ満足することというのはありません。

「落ち込みからの回復」
東洋大学教授 中里 至正
① 大田区工業展への出品
② 短期技能講習会
③ グラフインナー
④ 作業の安全
⑤ 「掲示板」
⑥ 「自動車ローンは組合で」
⑦ 「組合にFAX」
⑧ 「このは泉」
⑨ 「託を並べる」
⑩ 「組合員だより」
⑪ 「図書室だより」
⑫ 「業務報告」
⑬ 「暑中お見舞い申し上げます」
⑭ 組合員有志 ⑯

「落ち込みからの回復」 中里 至正氏



ですから、落ち込みからの回復、また、明るい方もおられる暗い方もおられる、個人差が非常にあります。落ち込みの中には、一発勝負というわけにはいきませんが、個人差を大きく分けて、大きく分けて、皆さん自身身が落ち込みから回復するかどうかという点で、もう一つは、皆さんの従業員が落ち込んだとき、即ち、他の落ち込みをどう回復させるかという二つに話に分かれます。基本的には皆さん自身身が落ち込みから回復するかどうかという点で、もう一つは、皆さんの従業員が落ち込んだとき、即ち、他の落ち込みをどう回復させるかという二つに話に分かれます。

次に、回復のお話に移りたいと思います。

回復には、一般論ですが、原則があり。その一つは、元気が

(前頁より)
あせればおぼせるほど泥沼に落ち込
む恐れがあるからです。
人間は四十歳から五十歳くらい
になります。同窓会がなつかし
く分ります。これは、時は母なり
の二つの現れです。時がたちます
と、良い思い出が残らないので
す。私の母親は少し前に亡くなり
ましたが、親父との仲が悪く、お
互いのしりあつたり、いろいろ
あつたのですが、親父が死んで十
年もちまますと、主人は良い人だ
つた。いつかだんだん愛つて
くのです。そこで、一寸意地悪
な気持ちで私が、呑んでくれて仕
方のない親父だとなあと云います
と、そんなことはない、呑んでも
少したつた、と云つた。こんな嘘を言
うのです。これなどは、よい思い出
ししか残らない典型的なもので、
時は母なりの現れです。勿論、こ
れらの底に流れているものは、個
人差があるといつておきます。

適応の仕方

質といつものがあつて、この気質
は親から受け継ぐ要素が大きいの
ですが、その外側環境によつて
作られる性格といつものがあつて
す。だから、これからの環境の変
化によつて、皆さんの性格もい
ろいろ変つていきます。ですから
内攻とか外攻とかいふのは、気質
もかなりありますが、性格によつ
て補つてくれます。

回復とはフラストレーションの
状態から元に戻ることで、こ
れを心理学では適応といふ言葉
を使います。軟式のテニスボール
指で叩まして指を離しますと、ボ
ールは元の形に戻ります。叩んだ
ままでは戻りません。それと同じよ
うに、人間の気持も叩んだまま
は戻りません。黙つていても戻
るつとします。これを適応と言
います。

では、どういつ適応の仕方をする
かと言いますと、大きく分けて
意識的な適応と無意識的な適応と
があります。
意識的な適応といつのは、理性
的な賢い適応で、例えば、学生
が試験で良い点をとれなかつた場
合、なぜ自分は良い点をとれなかつ
たかをチャンと知つていて、
ノートをしていなくなつたとか
ノートを借りるのを忘れたとか、
サボつたからとか、ハッキリわか
つていて、この次にはどう
すればよいか、未来計画ができて
いるのです。ですから、今落ち込
んでも未来が見えますので回復し
ます。

ところが、人間はこの意識的な
適応だけで生きてゐるのではあり
ません。それどころか、意識的な
適応は二・三割くらいで、あとの
七・八割は無意識的な、感情的な
適応をしてゐるのです。これは真
の解決ではなく誤魔化しですが、
例えば、若者がミスインターナシ
ヨナルみたいな美人に結婚の申し



顔の綺麗な女性に性格の良い奴はい
ちもさいつつとがあるのではない
ないといふ言ひ方をしてしま
す。その言ひ方によつて自分を
納得させるのです。しかし、お
納めさす、その性格の悪い女
にプロポーズした手前は例のか
本人はそこに気がついていませ
ん。無理を付けて自分を誤魔化
してゐるだけです。
こいつは例は沢山あります。イ

ソップ物語に出てくる酸っぱい葡
萄の話もさうです。狐が喉が乾い
たので、家へ帰つて嫌に当りま
せん。俺が帰つてきたのになせ出迎
えな、と云つても跳びつけませ
ん。そこで、俺と云つておししま
すと、あの葡萄は酸っぱかつた
言ひ方です。よく考えてみます
と、おしいと思つたから跳びつ
いたのです。ところが、とれない
とわかつた強硬に、酸っぱいな
と云つてもない話です。皆さん
これはフラストレーションによつ

短期的回復法

さて、具体的な回復法に話を移
したいと思ひます。
回復には、短期的な回復の仕方
と、長期的な見地に立つた回復の
仕方と、二つの側面から考えてみ
たいと思ひます。短期的・長期的
といふのは、フラストレーション
の状態が二週間以内を短期的と言
ひ、二週間以上を長期的と一般に
言われてゐます。
短期的な回復法は、一般的に不
断と違つた刺激の中に自分をおく
とよといふ言ひ方です。非常に
個人差があつて人によつてそれぞ
れ違ひますので、いくつか例をあ
げて皆さんの参考に供したいと
思ひます。

長期的回復法

長期的な回復法は、一般的なもの
があるか、これも人によつていろ
いろ違ひますが、その一つは、日
常の生活を少し変えてみたらどう
ですか、余り変えずと一寸問題が
ありますが、例えば、いつもより
会社へ早自に行つてみるのもよ
いのではないと思ひます。旅行に
出るとよいのではないと思ひます。
二番目に、自分が得意なことを
やってみるのです。得意なこと
でフランスの体験を積重ねる心構
えをやってみるのです。これは
自分を大変安心させます。これが
非常に重要なことです。例えば、
俳句を作つたら人よりうまいと
か、蕎麦がうまいとか、ななでも結
構ですから自分の得意なことをや

て無意識にやつてゐる適応行動の
典型的なものです。本人は気がつ
いていないのです。しかも、この
無意識にやつてゐる適応のほうか
圧倒的に多いのが現実です。
ですから、これをやつたら駄目
だとは言へません。むしろ、やら
なくては駄目なものです。これを無
視することはできません。
視するときは、きまきま。

つけない人が多いです。冷静に
お考えになつて発見して欲しいも
のです。
それから、徹底的に身体を使つ
て何かをやつてみるのも一つの方
法です。これは短期的な回復には
必要とされてゐます。私は専らこ
の方法を用ひ、徹底的に汗をか
くことをやります。
私の友達に辛いものを食べない
のがおもしろい、いらした
ときは辛いものを食べて回復する
奴が居ましたが、彼は意識的に
不断と違つた状態に自分をおいて
回復を図つてゐるのです。
いづれにしても、短期的な方法
は、簡単に言へば自分を一時的に
誤魔化してゐるのですから、短期
的なことをやる場合には、長期的
回復法も考えながら、なかつたほ
うがよいと思ひます。

四番目は、積極的な態度が必要
といつておきます。積極的な方でも
消極的な方でも、自分の態度もし
くは考え方を積極的にすることで
す。積極的な方はいつても積極的に
考へておられますが、それよりも
つと積極的に考へることが大切
です。
例えば、失敗しても100%の失敗
といふのはありません。成功して
も100%の成功といふのはありませ
ん。だから、たとえ失敗しても何
%の成功の方に目を向けてみるの
です。相思相愛の夫婦でもよく
見たら鼻が上を向いてゐたとか、
目が片々ばつたとか、もつと
悪い奴がいたのではないとか、
悪いところを見たらキリがありま
せん。よいところを見直してみ
るべきです。

三番目は対人関係の見直しとい
うことです。対人関係の見直しと
いふのはワンパターンから抜ける
一つの手で、例えば、昔の仲間と
逢つていろいろ話を聞いてみるの
もよいでしょう。それから、見知
らぬ人と話に努めるのもよいと思
ひます。われわれ日本人は割合に
地味で、知らない人には話かけた
くなく、ものなのですが、努めて話
をしようとするのもよいと思ひま
す。特に経営者の方々は、或いは年
配の方々は、立場が立場ですから
自分が語つて相手が開き役という
場合が多いのです。しゃべり過ぎ
で、余計なことまでついでにしゃ
べつてゐます。徹底的に聞き役に
廻つてみるのも、ワンパターンを
変える方法です。しかし、聞き役
に廻るといふことは意外にもつか
しいことで、ついで、自分の意見を
すくすく言つてしまひ勝ちです。
それから、相手を変換するといふ
ことです。裏の上手は人間関係を
よくするとは皆さんも承知の
とおりですが、この裏め方がむづ
かしいのです。人を使うことより
むづかしいのです。下手な裏め方
はいけません。例えば、下手な方
ラオケを聞いて、うまいと言つて
みても、それは逆効果でしかあり
ません。唱つてゐる本人が下手だ
と思つてゐるのですから、四十歳
代、五十歳代の方は、どちらかと
言つて、裏め役よりケチのつけ役
になつてゐます。この見直しをし
てみて下さい。

(前頁より)

を読んできて元気がなくなっている。これは自分の成功したところだけを書いているので、いつもバラ色です。それよりも、その中からアラを探して、そこを失敗しやがったとパンサインを唱えている方が積極的です。皆さんが存知のアイシユタインは、小さいときから語学も駄目、算数も駄目で問題児だったのです。高等教育を受ける場合にラン語をやりますが、それも駄目だったのです。アイシユタインは自分のアイシユタイン語を作って方程式やその他の説明をするために、それを見た先生方はサッパリわからなくて、「奴は馬鹿だと言った」ということです。こういうのを合いた伝記なんかは読まないことです。

五番目に、先程申し上げたのと似ていますが、積極的に進んで体験をします。これは中年以上になります。これは中年以上になります。中年以上の方の特徴はワンパターンということです。例えば朝食を食べて会社に行く、帰りに酒を飲んで誰かの悪口を言ってパンサインを唱え帰ってくるというようなワンパターンです。

したがって、ワンパターンにならないためには、不断、断つていたパターンに出るとか、嫌だなあと思つている奴に稀にはつきあってみるか、いつもと違う呑み屋に行ってみるか、思い切つてみるでもないところへ旅行してみるとか、意外なところではないかと思ひます。

まよいように予防することです。予防には、今申し上げましたいろいろのこと、不断から心掛けていたければ、それが予防になるといいたければ、それが予防になっていくと思います。



時間を多かったので、最後にも同じで、親は、うちの子供は親を信頼してくれていると思つてい

部下を元気づけるには

時間が多かったので、最後にも同じで、親は、うちの子供は親を信頼してくれていると思つてい

知らないのだから、俺はそれができな

をしたら、それ以上の恥を必ずか

第二は、自分の意見を余り言

第三は、意見を言つても余り具

人が多いのですが、先に申し上げ

大田区では、区内産業の振興発

原価として区内に事業所また

大田区工業展への出品

これは部下の問題についても

大田区では、区内産業の振興発

原価として区内に事業所また

終了者には特別教育終了証

大田区産業会館業務係(二

短期技能講習会

授業料を添えて右記の大田高等

授業料を添えて右記の大田高等

授業料を添えて右記の大田高等



授業料を添えて右記の大田高等

自動車ローン

は組合で

自動車ローンは組合を利用さ... 減の一助となります。

1、頭金は要りません。2、自動車税等諸費用を含めて... 3、契約書には会社代表の個人保...

組合にFAX

水くく組合員の皆さま方に不... 便をおかけしては申し訳ないが...

銀行ローン

年利 1.0% 利息 100,000円 年利 六.九八% 利息 七,100円



組合員だより

代表者 変更 株主会社弘機 商會(大田区浦田1-24)

とわり変りましたのでお知らせ... 新代表者 野村栄子氏

安氏(母吉川タツ氏は、永らく... 二病氣療養中との事、薬効効な...

「元気のつくり方」 東洋大教授 中里 至正 著 昭和六十二年度ハイテク設備貸...

1、昭和六十一年度事業報告・決... 報告書と全員異議なく承認...

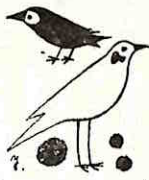
新代表者 坪根育代氏 日産電機株式会社(大田区北...

左記の図書が入りましたので... 知らせします。事務所の書棚に...

四月一日 機関紙「工業蒲田」速... 報版発行 主な記事 昭和六十一年度設備近代化資金...

1、昭和六十一年度事業報告・決... 算報告・剰余金処分案について...

ことばの泉



御託を並べる

「なんぞえ、くんとん御託を... 並べやがって。一べんいやくわ...

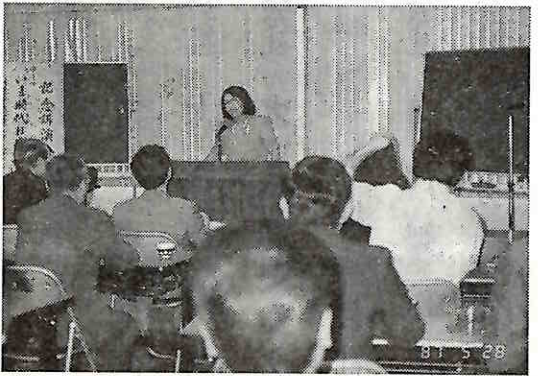
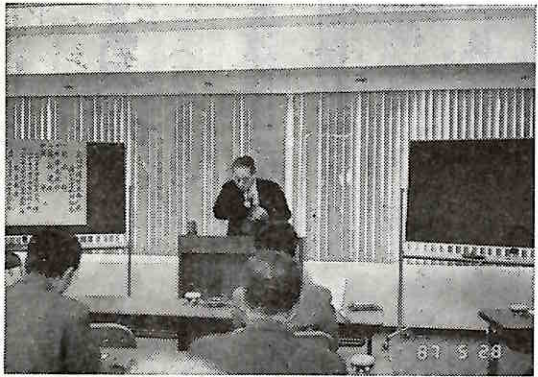
それを「御託を並べる」とい... 御託を並べる「御託を並べる」...

「近思録の読み方」 守屋 洋氏著 四月一日 定例経営サロン(本鶏...

1、昭和六十一年度事業報告・決... 算報告・剰余金処分案について...

4、理事会開催日時について... 来る五月六日(水)午後三時...

(前頁より)



木鶏会総会・懇親会にて

組合総会・講演会にて

6、職員昇給について
四月二十一日 青年部経営サロン
(木鶏会)
主な話題
経営サロンの司会について。
ベースアップと新規採用について。
初任給の賃金の決め方。
サラ金を利用しての従業員の処置について。
ベースアップは何歳までか。
各社のベースアップの発表方法について。
四月二十二日 機関紙「工業蒲田」速報版発行
主な記事
昭和六十二年東部都中小企業新製品・新技術開発助成金交付について。
労働保険料の申告納付はお済みですか。
自動車ローンは組合。
四月二十二日 懇談懇親会(於蒲田工業会館)
五月六日 理事会

1、昭和六十一年度事業報告について
報告書とおり全員異議なく可決決定。
2、昭和六十一年度決算報告について
報告書とおり全員異議なく可決決定。
3、昭和六十一年度剰余金処分案
について
原案とおり全員異議なく可決決定。
4、昭和六十二年事業計画案について
原案とおり全員異議なく可決決定。
5、昭和六十二年度収支予算案
賦課金額並びにその徴収方法を
含む)について
原案とおり全員異議なく可決決定。
6、昭和六十二年度借入最高限度
額について
昨年度とおり四億円とする)とに全員異議なく可決決定。
7、昭和六十二年一組社員に対

する貸付最高額について
昨年度とおり商手割引貸付限度額一億五千万円、その他の貸付限度額を三千万円とする)とに全員異議なく可決決定。
8、昭和六十二年度手数料最高限度について
昨年度とおり金融事業は年一・四六%、共同購入事業は二〇%とする)に全員異議なく可決決定。
五月六日 定例経営サロン(木鶏会)
主な話題
貿易摩擦と空洞化について。
導る仕事から新しい考え方を。
国際化と国際分業。
受注量低下に伴う人員整理について。
需給バランスと資本の原理。
日本で生き残る企業。
五月十一日 監査
五月十九日 青年部経営サロン
(木鶏会)
主な話題
経験が経営者の判断力にプラス

する。
二代目の社内評価。
コストを安くするには人のやらないことをやる。
下請協力会の意義。
五月二十八日 第三十八回通常総会
1、昭和六十一年度事業報告承認の件
2、昭和六十一年度決算報告承認の件
報告書とおり全員異議なく可決決定。
3、昭和六十一年度剰余金処分案承認の件
原案とおり全員異議なく可決決定。
4、昭和六十二年事業計画案承認の件
原案とおり全員異議なく可決決定。
5、昭和六十二年度収支予算案(賦課金額並びにその徴収方法を含む)承認の件
原案とおり全員異議なく可決決定。
6、昭和六十二年借入最高限度額決定の件
昨年度とおり四億円とする)とに全員異議なく可決決定。
7、昭和六十二年一組社員に対する貸付最高限度額決定の件
昨年度とおり「商手割引貸付限度額一億五千万円、その他の貸付限度額を三千万円とする)とに全員異議なく可決決定。
8、昭和六十二年度手数料最高限度決定の件
昨年度とおり「金融事業年一・四六%、共同購入事業二〇%とする)に全員異議なく可決決定。
五月二十八日 総会記念講演会
講師 岡橋流通経営研究所長 岡橋 葉子 氏
六月二十三日 常任理事会
1、ファックス導入について
2、職員夏手当について

原案とおり全員異議なく可決決定。
6、昭和六十二年借入最高限度額決定の件
昨年度とおり四億円とする)とに全員異議なく可決決定。
7、昭和六十二年一組社員に対する貸付最高限度額決定の件
昨年度とおり「商手割引貸付限度額一億五千万円、その他の貸付限度額を三千万円とする)とに全員異議なく可決決定。
8、昭和六十二年度手数料最高限度決定の件
昨年度とおり「金融事業年一・四六%、共同購入事業二〇%とする)に全員異議なく可決決定。
五月二十八日 総会記念講演会
講師 岡橋流通経営研究所長 岡橋 葉子 氏
六月二十三日 常任理事会
1、ファックス導入について
2、職員夏手当について

主な話題
1、東京同友会の給料調査について
2、退職後の生活について
3、株式の売却による種々相
5、持株会について。
6、自動車産業について。
主な話題
韓国プレス工業視察報告。
韓国と日本の技術力。
台湾と韓国との技術力。
韓国の技術力と日本の技術力。
佛教と韓国の生活基盤。
六月十九日 朝食会(木鶏会)
主な話題
S氏の生い立ち、会社設立、現在に至る経過。
財産相続について。
六月二十三日 常任理事会
1、ファックス導入について
2、職員夏手当について

暑中お見舞申上げます

蒲田工業協同組合 (五十音順)

- | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|----|----|----|----|------|----|------|----|------|----|------|----|------|----|------|-----|------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|------|----|------|----|----|-----|----|----|----|---|
| 顧問 | 新海 | 理事 | 千葉 | 副理事長 | 石森 | 常任理事 | 岡田 | 常任理事 | 赤井 | 常任理事 | 内田 | 常任理事 | 杉谷 | 常任理事 | 西ヶ谷 | 常任理事 | 市川 | 理事 | 川瀬 | 理事 | 富田 | 理事 | 鳥海 | 理事 | 長坂 | 理事 | 西野 | 理事 | 早崎 | 理事 | 古川 | 専務理事 | 戸上 | 会計主任 | 正田 | 監事 | 海老名 | 監事 | 豊間 | 監事 | 厚 |
|----|----|----|----|------|----|------|----|------|----|------|----|------|----|------|-----|------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|------|----|------|----|----|-----|----|----|----|---|

暑中御見舞申上げます

蒲田工業協同組合負有志

(五十音順)

機械器具製造業

- 株式会社 旭川製作所
- 尼寺空圧工業株式会社
- 岩佐工機株式会社
- 合資会社 大津鉄工所
- 金勝産業株式会社
- 株式会社 弘機商会
- 坂口精密工業株式会社
- シンドー工業株式会社
- 炭研精工株式会社
- ティ・ヴィ・バルブ株式会社
- 東亜株式会社
- 株式会社 東京精密器具製作所
- 有限会社 巴精工所
- 株式会社 鳥海製作所
- 長坂精機株式会社

日本キアイン無段変速機株式会社

- 有限会社 蓮沼機械製作所
- 有限会社 早崎製作所
- 深尾精機株式会社
- 藤田工業株式会社
- 株式会社 藤原製作所
- 合資会社 古川機械製作所
- 株式会社 文化精工
- 株式会社 妙徳
- 株式会社 山田精機製作所
- 電気機械器具製造業
- 出雲電機株式会社
- 株式会社 小林電機製作所
- 太産工業株式会社
- 株式会社 東電舎
- 株式会社 中山電機工芸社
- 永森電機株式会社

株式会社 日産電機

輸送用機械器具製造業

- 荏原工業株式会社
- 株式会社 大谷造機所
- 株式会社 東京ドリル製作所
- 西野機械工業株式会社
- 株式会社 日伸製作所
- 株式会社 ユタカ製作所

金属製品製造業

- 江崎工業株式会社
- 佐々木発条株式会社
- 第一シャーリング工業株式会社
- トヤマ機器工業株式会社
- 同和発条株式会社
- 株式会社 羽田パイプ製造所
- 有限会社 富士精機製作所
- プレス・鋳金業
- 株式会社 赤井製作所
- 株式会社 内田製作所
- 岡田鋳金株式会社

株式会社 清川製作所

- 株式会社 清水鉄工所
- 多田プレス工業株式会社
- 株式会社 東亜製作所

日本中空鋼株式会社

- 株式会社 蛭田電機製作所
- 製 罐 業
- 株式会社 新井久四郎鉄工所

鍍金業

- エビナ電化工業株式会社
- 株式会社 三協アルマイト

鋳物製造業

- 有限会社 京浜鋳造所
- 杉谷金属工業株式会社
- その他の
- 有限会社 青木製作所

- 河原テント株式会社
- 株式会社 気球製作所

- 有限会社 桑島印刷所
- 株式会社 日章機械

- 有限会社 古川塗装工業所