

気になる

より良くあるための「問い」？



いよいよ東京オリンピックがはじまりました。出場アスリートの中には、小さな時から将来の夢として、その場に立つことを目標にして、文集などに書いたり、紙に書いて壁に貼って、毎日それを見ていた人がいるかもしれません。紙に書くことなどで、実現しやすくなると、よく言われます。そこには、何か秘密があるのでしょうか？

「問い」で行動がうまれる

人間の脳は、質問されることで活性化するということが分かっています。実際、皆さんも、「今日のランチは、何を食べようかな？」など、自分で質問をしていることが多いと思います。そして、この「問い」に対応しようとして、脳は答えを用意しようとします。このように、「問い」が生まれることで、その答えを考え、その結果、行動につながるというわけです。つまり、人間の脳は「問い」に弱いとも言えますね。オリンピック選手は、壁に貼ってある言葉を見て、自分に「問い」が起こっているのかも知れませんね。

株式会社 L&F
嶋田哲裕よい結果を生み出す「問い」は

では、ある事が「うまく行かなかった」という事象があるとします。そこで、次のような「問い」を自分にするとどうなるでしょうか。 ● どうして自分は何をやってもダメなんだろう？

なんとなく結果は想像できますよね。きっと、ダメな理由を脳は探して、気分は落ち込んでしまいそうです。

逆に、 ● どうすれば、うまく行くようにできるだろうか？、いいやり方はあるだろうか？

と問いかけると、どうでしょう。あなたの脳は、解決策を考えようと反応しはじめます。いいやり方があるか調べたり、人に聞いたりしようとするかも知れません。このように、一つの出来事に対して、自分自身に、いい質問を問いかける事で、より良い結果を生み出す行動に繋げることができます。

もし~だったら

では、「うまく行かなかった」事実への質問ではなく、これからの未来（将来）の事について、あなたが欲しい（望ましい）状態が手に入っている状況をイメージし、そうなった理由を「問い」かける方法もあります。例えば、 ● もし「うまく行った」としたら、何から始めただろうか？何をやったからだろうか？この場合、「もし」という言葉がついているので、試しにやってみるという気持ちになり、行動しやすくなるかも知れませんね。

質を高めてくれる「問い」

● 私は、何のために、この事に取り組もうとしているのか？

こう自らに質問する事で、取り組む理由を再確認したり、今は取り組まないという優先順位の決断が出来たりします。つまり、時間やエネルギーを有効に使う事や、目的の意味を再確認して、より力強く、それを達成するための行動につながるかも知れませんね。

是非、「問い」の持つ力を、上手に活用してみてください。

当資料は客観的情報提供を目的としており、投資等の勧誘または推奨を目的としたものではありません。投資に関する最終的な決定は、ご自身で判断して頂きますようお願いいたします。また、掲載しております情報内容に関しては万全を期しておりますが、その内容の正確性および安全性を保証するものではありません。

「小江戸」佐原の酒蔵：東薫と馬場本店

千葉県に佐原（さわら）という、美しい街並みの地域があります。「北総の小江戸」と呼ばれています。利根川の船便と水郷地帯の良質の早場米、良質な水と言う酒造りに好適な条件のこの地域。江戸中期には35～36軒もの酒蔵があり、「関東灘」の異名がついていました。現在は、「東薫（とうくん）」と「馬場本店」の2軒になりました。江戸情緒溢れる街並みを歩きながら、酒蔵に触れてみましょう。

■佐原はこんな街
利根川（坂東太郎）の水運を利用し、“江戸まさり”といわれるほど栄えていた「佐原の町並み」。平成8年に、関東地方で初めて、国の「重要伝統的建築物群保存地区」に選定。環境省の「残したい日本の音風景100選」にもなっている佐原は、街歩きにもオススメです。

■「東薫酒造」

創業文政8年、200年弱の歴史の蔵。大吟醸「叶」「東薫」、地元契約栽培米を使用した「夢童」などが人気。全国新酒鑑評会金賞10回他数々の賞も受賞。（見学は要予約です）



■「馬場本店酒造店」

天和年間（1681～1683年）に糶屋として創業、五代目の時に酒造りへ。今も、昔ながらの手作業での日本酒・味醂を造っている。最上白味醂も人気。（見学は一部可能ですが、事前に連絡してください）



■アクセス

- ・東京から高速バスで90分ほど
 - ・東京から85分ほど（成田駅乗換）
- 都内から日帰りでも十分行ける地域です。



大吟醸「叶」



大吟醸「海舟散人」

背景の写真はじゃらん、商品の写真は各蔵HP（QR）より拝借しました。

代表 嶋田が選ぶ 今月の1本 + レストラン



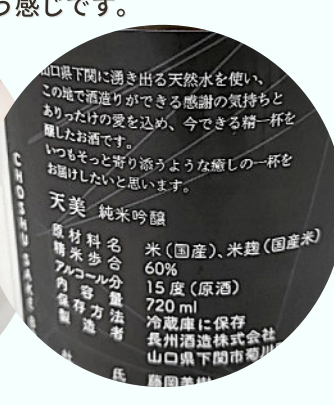
今月は、ふたたび、山口のお酒「天美（てんび）」です。今回は、純米吟醸で生酒ではなく、「火当て」。でも、ガス感があり

蓋を開けると「シュポッ」。とてもフルーティーで、ぶどうの様な味わい。度数15度と原酒にしては低めで、あつという間に四合瓶が空いてしまう感じです。

- 暑い季節にはなんと言っても「かき氷」！
- ということで、浦和のかき氷屋さんといえは「蔦 Tsuta」、という程の人気のお店をご紹介します。
- 暑くなると店の前は、長蛇の列になる人気店。
- その名の通り、青々とした蔦に覆われたお店です。（残念ながら、いつも並んでるので、行けてないのです。）



▶山口・長州酒造株式会社「天美（てんび）」（HPなし）



編集後期

TOKYO 2020 (+1?) が開催しましたね。増える感染者に不安を感じますが、記事を書きながらテレビにガッツポーズ！でした。

◀広島・中尾醸造の「SEIKYO」。しゅわっとくるスパークリングが爽やか。外飲みはまだお預けの今、ガッツポーズ！の食前には、ぴったりです。（葉）



株式会社 L&F

〒330-0064
埼玉県さいたま市浦和区
岸町4-17-101
TEL:048-762-9141
FAX:050-3588-2291



MAIL: info@fplf.co.jp
URL: https://www.fplf.co.jp

