

メリーディオ

# Meridio



2021年12月発行 第3号



社長挨拶

社員インタビュー

プロジェクト進捗報告

運動不足解消！  
手軽にできる運動のすすめ

お知らせ

浅草ランチ情報  
広報チームより

集う文化の創造

藤井社長の

おすすめ映画

& 今年の漢字 大発表！



動画版はこちら！





12月1日は「映画の日」

## 思い出に残っている映画について

### 映画リスト

- ・ ショーシャンクの空に
- ・ カッコーの巣の上で
- ・ 最強の2人
- ・ ライフイズビューティフル
- ・ レインマン
- ・ グッドウィルハンティング
- ・ レ・ミゼラブル
- ・ 評決のとき
- ・ 評決
- ・ グリーンマイル
- ・ 追憶
- ・ タイタニック
- ・ レオン
- ・ ゴッドファーザー
- ・ 天使にラブソングを
- ・ 明日に向かって撃て
- ・ ワイルドスピード
- ・ バッドボーイス
- ・ 荒野の用心棒
- ・ 夕日のガンマン
- ・ オーシャンズ11



# 社長 挨拶

代表取締役

藤井 充



動画はこちらから！

今回挙げられた映画は、

いつ頃ご覧になりましたか？

実は覚えていません(笑)。映画館で見たり、テレビで見たり、レンタルしたり色々です。記憶に残っているものを掘り起こしてきました。

『ライフイズビューティフル』



ユダヤ系イタリア人が主人公の作品で、ユダヤの迫害がある時代。主人公である家族のお父さんは収容所に捕まっているのですが、その行動はともコミカル。本当は悲惨な状況なのですが、そのように描くことで軽く見せている一方で、**観ている人には戦争に対する虚しさを伝える内容**になっています。何も知らない息子に、「戦争」ではなく、「人生は楽しいものだ」と伝えるために、捕虜になった事実を伏せてゲームをしながら生き延びていこうとする物語です。

人生はコントロールできるものではなく、受け入れなければならない。その中で、**いかに楽しく豊かに生きていくか**、それを考えた時に周りの要因ではなくて、自分がどうすればよいのか、と考え変わっていけるところがよかったです。

『ショーシャンクの空に』

自分の生きる場所を探しながら生きていく話です。映画を通して、どこにいようとも自分の人生をどうやってよくしていくかと**考えていくことで変われる**ところがあると感じました。刑務所の中でも必死に生きていく姿が描かれています。

『ライフイズビューティフル』

『ショーシャンクの空に』 共通項

人生に前向きに考えていくところがいいなと共感した二作品です。考え次第でマインナスになって、「なんでこんな人生を歩んでいるんだ」と思ってしまうこともあるし「すごく楽しい人生だ」と捉えることもできます。その人の**考え次第**かなというところが共通項として挙げられます。

『天使にラブソングを』

『天使にラブソングを』はシスターたちが歌う喜びを知って、それがきっかけで色んなことに興味を持って慈善活動を広めていく話です。ちょっとした**きっかけ**がその人の**人生を変えて**、最終的には色んなことに影響を与えて社会に貢献したいと思えるような作品です。アメリカらしさのある映画で、**きっかけ**が大事なんだと思えます。



### 『最強の二人』



首から下から動かない大富豪と、その人を介護する刑務所から出てきたばかりの黒人の青年の話です。黒人の青年は、差別なく傍若無人に接します。大富豪は、それが普通に扱われているように感じて嬉しく、二人の間に友情が芽生え、楽しい人生を歩んでいく物語です。

この映画には「多様性」が現れる状況が色々あって、人々が普通に溶け合っていて生活していくことが面白いと感じて見ていたのかもしれない。私の根底に、多様性の社会に対応できるようなものをやっていきいたいという想いがあるからそう感じたのだと思います。

年末年始に見るとしたら  
おすすめ映画は  
どれですか？



『最強の二人』は面白いと思います。『レ・ミゼラブル』は有名作品で皆さんご存じだと思いますが、ミュージカルだからこそ迫力があっていいと思います。『ライフイズビューティフル』もおすすすめですよ。

アメリカ映画は、黒人の差別を少しでも映画の中で晴らしていく、テーマは重いですが映画を通して啓蒙している印象を受けます。『評決のとき』は黒人の女の子が暴力を受け裁判にかかり、最後はどんでん返しの判決があるストーリーです。白人と黒人の対比が描かれています。

日本では人種差別はあまりないですが、差別がないわけではないため、知らないうちにしてしまっているようなところもあると思うので、なくすべきだと思います。意識すればできるのではないかと思います。

そういうことを考えていく時代にきていると思います。誰一人取り残さない社会を実現するには、差別や貧困など色々なもので、多様な人が多様な社会の中で多様な価値観を持つて生きていくことを全部受け入れる考え方を持たないと無理だと思います。政治的なことも絡んでくるので一人一人が思ったところで変わらないこともあるかもしれませんが、考えないといけないことだと思います。



藤井社長の考える

## アゴラ・ステーション 二〇二二年の漢字一字

# 凹

音読み オウ  
訓読み くぼむ  
へこむ  
へこます

色々と考えてみました。会社の今年一年を漢字一字で表すと「凹」だと思います。

二〇一九年から始まった新型コロナウイルスの影響で、生活様式が変わったり、社会活動が制限されたり、とある意味自然現象に対応するための人間の戦いが始まりました。その渦の中、今日まで継続して受け身の姿勢がとられてきたと思います。

だからといって消極的になったというのではなく、すべてを受け入れることから始めるという意味だったと思っています。事実を受け止めて、そのうえでアゴラ・ステーションで何ができるのか？どうすれば集う文化・生かす文化の活動ができるのか？を考えてきました。全てを受け入れるという意味で「凹」を選びました。

ところで・・・

Qこの漢字の

書き順はわかりますか？

ちなみに、五画です。  
皆さんも考えてみてください！



藤井社長  
ありがとうございます  
ございました！

全てを前向き、  
ポジティブに！

# 社員インタビュー

動画版はこちら



「人の集う場を創りたい」  
地元を離れ新たな挑戦

浅草オフィス

イベント事業部

清水 温子

Shimizu Atsuko

2021年4月入社 1年目

入社前の動機やきっかけ、  
決め手を教えてください。

学生時代、就職室のイベントで東京中小企業家同友会の経営者の方と交流する機会があり、その時アゴラ・ステーションに出会いました。人の集う場を創る・運営することに興味を持ち、企業理念の「**集う文化の創造**」、そして会議室から見える景色(隅田川やスカイツリー)にも強く惹かれました。元々地元志向が強く、就職は九州を中心に考えていました。しかし就職活動をする中で、都会に住んで、地方との違いを体感してみるのもいいかもしれないと考えるようになりました。



入社前と入社後のギャップに  
ついて教えてください。

まず、オフィスの人数の少なさに驚きました。正直もっとオフィスに人がいる様子を想像していました(笑)。社内報が、社外で働く社員さんについて知り、交流するきっかけになればいいなと期待しています。

仕事面では、六月末にクライアアントの前で企画のプレゼンをする機会がありました。入社して三か月でここまで仕事を任されるスピード感に驚きましたが、プレッシャーがかかる局面もありますが、仕事に対する責任感とスキルを磨いて、これからも精進していきます。

現在はどんなお仕事を  
していますか？

していますか？



主に千葉県モデル地域の地方創生事業と新規事業開発に取り組んでいます。どちらのプロジェクトでも日々、情報収集や調査を行っています。それらを基にアイデアを考え、企画書の作成、事業化に向けた意見交換を会議で行い、ブラッシュアップに取り組んでいます。現在は、地域活性化事業「まちゼミ」や「モルック」というマイナースポーツのイベントを検討しています。

広報チームとしては、主にアゴラ・ステーションと防災の輪のツイッタールの運用をしています。また毎月の社内報作成も取り組んでいます。

今ハマっていること(マイブーム)はありますか？

食えることが大好きです。お昼休憩では、同期の稲葉さんと会社周辺のお店を巡っています。料理することも好きで、深夜の静かな時間帯に鍋をコトコトと煮込む音を聞く瞬間や、休日にスコーンなど焼き菓子を作って小麦のいい香りに包まれる瞬間が幸せです。レシピ本や料理番組・動画といった映像を見るのもワクワクします！



## 仕事の面白い部分、 難しい部分を教えてください。

色々なアイデアを考えるために、ジャンル問わず情報を収集するように心がけています。普通に生活していたら知らないだろうなというような記事や話が目に入ってくるので、そういうのを知るのが面白いです。

難しいところは、利益の見込める企画を考えていかなければいけないという点です。どのように予算や運営資金を確保したらいいのか調査をしながら、日々ぐるぐると考えています。

## 仕事で困っていることはありますか？

業務にマニュアルがあるわけではないので、どうしたらいいのかわかる場面があり、日々試行錯誤しながら業務に取り組んでいます。また、収集した情報をどのように整理していけばいいのかも未だに悩んでいます。現在はWordやExcelなどに情報をザッとメモのように書き残して保存することが多いです。情報整理・管理のコツがあればぜひ教えてください！

メールの文面にもまだ自信がなく、慎重に作成して時間がかかることがあるので、もっとスピーディーに取り組めるようになりたいと思っています。

## プライベートはどのように 過ごしていますか？

家でサブスクの動画サイトでドラマや映画を見て過ごすことが多いです。ファンタジーやミステリー作品が好きです。また、マーベルやDCなどアメコミ作品も、にわかですが好きなジャンルです。海外のドラマは話数やシーズン数が多いので、まだまだ見ていない作品が多く楽しみです。

またボードゲームも好きです。実家に帰省した際には、家族でボードゲームを楽しんでいます。熱中しすぎて五時間くらい遊んだ日もありました。ボードゲームカフェなどもあるので、今度遊びに行ってみたいと思っています。

その他には、仕事中の情報収集で、**気になったイベントに足を運び体験**していくこともあります。十月には、**マイナースポーツのイベント**に参加してきました。競技の楽しさや運営側は何人いてどのように動いているのかなど観察もしてきました。その結果、企画書の不足部分のヒントなどが得られたように思います。



▲マイナースポーツ  
「タンブレリ」

## 今後の目標を 教えてください。

東日本はこれまで全く縁のない地域で、知らないことばかりです。交通の便もいいので、コロナが落ち着いたら関東を中心に色々な地域やイベントに足を運んでみたいと思っています。**プライベートでの経験を仕事にも活かしていきたいので、是非おすすめのスポートやイベントなど教えてください!!**

また今の生活によりやく慣れてきたので、少しずつ勉強をする時間を作っていきたいなあと思っています。目標を決めて何か資格取得を目指したいです。まだ何を勉強するかも決めていないので、まずはそこからです。



▲ボードゲーム

## Profile

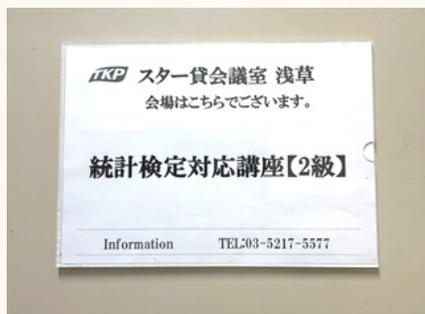
熊本県熊本市出身です。大学では高知県に移り住み、まちづくりや地方創生に関する勉強をしてきました。まちづくりに興味を持ったのは、地元熊本が好きで、**もっと地域で楽しい催しなど増えたらいいな!**と思ったのがきっかけです。

最近では、まちづくりや地方創生について学べる学部や学科が増えましたが、当時は選択肢がなく、まちづくりについて学べる学部が新たにできると聞いて、縁もゆかりもない高知へ移住しました。大学の実習では、地域の方と集落サロンを立ち上げました。私たち学生が卒業しても運営が続いていると連絡があり嬉しく思っています。



# プロジェクト 進捗報告

各プロジェクトの  
今月の進捗を報告します



11月から統計検定対応講座の2級、3級が始まりました。講座は12月中旬まで開講します。

今後はオンデマンド配信（eラーニング）があるため、こちらの方は引き続きSNSなどを活用して集客に取り組んでいきます。

是非、友人やお知り合いなどにも宣伝して頂ければと思います。

統計検定対応講座ウェブサイトは[こちら](#)！



## 新規事業開発

イベント事業部では、集う文化を実現するために様々な企画を立案し、週1回の定例会議で事業化に向けて意見を出し合っています。

続々と新しい企画・事業が進行中です。お楽しみに！



# 手軽にできる 運動のすすめ



運動不足を解消するため  
簡単にできる運動をご紹介します！

運動やスポーツは身体的な健康の維持はもちろん、ストレスの解消といった精神的な健康の維持にも大切です。自宅でも職場でも、簡単・安全に行えるエクササイズを紹介します。ご自宅やオフィスでのデスクワーク中でぜひ試してみてください！

## 肩こりを楽にする体操を やってみよう！



### 準備運動

①ひじを曲げて肩の高さまで水平に上げる。



②腕の高さを保ったまま、5秒間かけて後ろに引く。  
これを5回繰り返す。



### 回数

朝・夕の1日2回を習慣にしてみましょう！

### 呼吸方法

自然に呼吸してください。  
※呼吸を止めないよう気をつけましょう

### 効果

1週間続けると、腕が上がりやすくなるのを実感できるはずですよ。

パソコンやスマホを使う方に多い症状「※ストレートネック」の改善にもつながります。

(※本来ゆるやかにカーブしているはずの首の骨が真っ直ぐになってしまう症状のこと)

こり解消○ 姿勢改善○

### 実施方法

①両ひじを肩の高さに上げ、胸の前でV字を作るようにさらに肩の上に上げる。



②両ひじの位置をできるだけ下げないように5秒ほどかけてゆっくりと後ろに回し下ろす。  
ここまでを5回繰り返す。



### ポイント

- 立っていても座っていてもOK!
- 肩こりがひどい人がいきなり肩甲骨を動かすのは大変です。まずは準備運動で、筋肉の可動域を広げていきましょう。
- 準備運動・体操の②では、肩甲骨をギュッと寄せるようなイメージでやってみましょう！

# お知らせ



3 すべての人に  
健康と福祉を



## 社内SDGs

浅草オフィスで試験的に社内ウォーキングイベントを実施しました（11/8～11/28）。

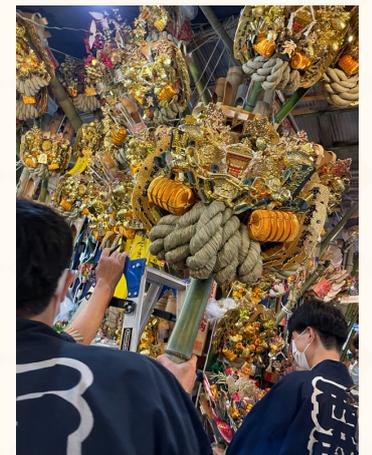
結果は・・・

- 1位 R.I 179,767 歩 ●
- 2位 I.F 131,470 歩 ●
- 3位 M.S 74,348 歩 ●

今回は試験的に実施ということもあり、参加者が少数だったので、今後はもっとみんなで参加して楽しめるものを企画していきます！楽しみに！

## 浅草酉の市 11/9(火)

一の酉 11月9日（火）に行ってきました。  
酉の市の見ものといえば「熊手」です。なぜ、熊手が売られているのかというと、このお祭りの起源が収穫祭だったからです。農具の熊手が次第に「運を鷲掴みにする」ということで、実用的な農具からおかめや七福神などを載せた縁起物に変化していったといわれています。  
店によってデザインが違い、見て回るだけで楽しく、ぎっしり並んだ熊手が灯りに照らされる様子は、豪華絢爛でした。  
商売繁盛を願い、熊手を購入しました。社内に飾っていますので、是非ご覧ください！



# ランチ紹介



※写真は2021/9/17の魚料理

会社から  
徒歩7分



お店の情報は[こちらから](#)

## にいと・だもおれ

東京都台東区浅草6-18-13

小竹猿若町レジデンス1F

03-3874-7561

ランチタイムメニューは、日替わり定食2種類とカレーの3つ。定食は、毎日メニューが変わるので何が食べられるかは来店してからのお楽しみ♪  
テイクアウト可のお店です。

A：肉料理 880円 B：魚料理 880円

(A B には、小鉢、みそ汁、香の物、ご飯付き)

特製ビーフカレー 825円

(ミニサラダ、コーヒー付き)

ランチタイム：平日午前11：00～午後2：00

# 広報チームより

最後までご覧いただき、ありがとうございます。  
社長おススメの映画、是非皆様もご覧になってはいかがでしょうか？

今後ともMeridioを宜しく願いたします！