

◆乙女屋 第9回文化講演会

講師 林成之先生 「ビジネス＜勝負脳＞」

～脳科学が教えるリーダーの法則～

◇先生は、日本の脳外科の第一人者であり、脳のメカニズムを科学的に解明。また、自ら日本大学医学部付属板橋病院救命救急センター長として、11年間患者の命と向き合いながら医療チームの士気高揚に尽力。医療現場での実体験を踏まえた、自分の能力を最大限発揮するために必要なものとは何か。また、真のリーダーとしてのあり方は何なのか。長年の研究と実践から導き出された様々な理論をお話し頂きました。レポートいたします。



林 成之先生

◇プロフィール◇

1939年富山県生まれ。
日本大学医学部、同大学院医学研究科博士課程終了後、
マイアミ大学医学部脳神経外科、同大学救命救急センターに留学。
1993年、日本大学医学部付属板橋病院救命救急センター部長に就任。
日本大学医学部教授、マイアミ大学脳神経外科生涯臨床教授を経て、2006年日本大学総合科学研究所教授。
2008年、北京オリンピックの競泳日本代表チームに招かれ、「勝つ為の脳」＝勝負脳の奥義について、選手たちに講義を行い結果に大きく貢献する。

うまい会
篠崎が
レポート
します！



特別号

「うまい会」

2009.05.19

ありがとうございます

【運営事務局】

CSアップ&集客スペシャリティ
株式会社 エイム・トゥ

TEL:048-650-6960

FAX:048-645-1051

〒330-0843 さいたま市大宮区
吉敷町1-133-1 ワンタイムビル4F

■勝負にかつ脳 = “勝負脳”の法則！

■目的を達成できる人・できない人の法則

<達成する人>

- ・自分から行動する
- ・何事も自分の為だと考えて頑張る
- ・否定語を使わない
- ・最後まで一気に駆け上がる
- ・途中で“まあいいか”と考えない

<達成しない人>

- ・言われないとしない
- ・自分はもういいと思ってしまう
- ・できない等とすぐ言う
- ・物事をだらだらとやり過ごす
- ・途中であきらめてしまう

■目的を達成するための勝負脳の法則

1. 目的より目標（勝ち方）に集中する

- ・“勝つ”事は大前提。その上で“勝ち方”をイメージして事に臨むことが大切。

2. 問題点を明確にし達成方法を決める

3. 期限付き、終わるまで一気に駆け上がる

■ここ一番で心技体を超える能力発揮の法則

- 「心・技・体」を超える能力発揮 ⇒ 脳のストッパーを外す事が必須

<ストッパーを外す虎の巻>

- ・明るい前向きの性格
- ・否定語を含まない考え
- ・極限の訓練で体で覚える
- ・己に対する確固たる自信

・無心で集中する

・脳と体が
一体となる！

～水泳の北島康介選手の場合～

- ・プールのスタート台に上ると、それまでの穏やかな顔つきから、厳しい動物のような顔つきに変わる。

～林成之氏の場合～

- ・手術の時は顔つきが一変。目の前の患者様のために意識を完全に集中させる。医療チームのスタッフにも時には厳しい鉄拳も・・・。

でも油断は禁物・・・

●脳の油断

- ➡途中で「勝った」「達成した」
と思った時点で脳血流が低下！

～水泳の北島康介選手の場合～

- ・北島選手は、練習の時から世界記録を上回るペースで泳いでいた。しかし、いつもあと5メートルのところでペースダウンしてしまい記録に届かない。その原因は「もうすぐで終わりだ」「もうちょっとだ」とゴールを意識してしまう事にあった。林先生の指導にて、北島選手はゴールを意識せず泳ぎきるよう意識変革。見事オリンピックでは世界新記録にて金メダルを獲得。

■講演会のポイント

“勝負脳”を実践するための大前提は、目の前にある事・物に興味を示し、感動して、脳血流を活性化させ、全力で目標に向かってまい進する事。

まずは

1. 上司・仲間を好きになること
2. 仕事を好きになること
3. 勝負を好きになること からスタート！

勝負は神様が与えてくれた**自己成長**のための**試練**と捉え楽しむ事。

■人の名前・覚えられない人いませんか・・・（笑）

◇人の名前を覚える為には
関連情報を重ねて覚える（体の細い細井さん）

◇正確に覚える方法
数多くの脳を使い情報を重ねて認識する。

好きになる
感動する
意欲
イキイキ

気持ちが
生まれる

■夫婦喧嘩。夫が勝てない理由わかりました・・・

◇男の脳・女の脳
・網膜での情報分析方法が異なる

男性が発達

空間認知中枢・・・理論的に知識をまとめる

女・・・細かいところの違いが分かる
男・・・細かいところは識別しづらい

女性が発達

言語中枢・・・しゃべることによって、散らばった知識をまとめる

■経営者・上司たるもの、いつまでも若さを保ちたいっ！

◇若返りの習慣・老化防止の習慣

- ・歯を磨く時は舌も磨く
- ・鏡を見て笑顔を作ってから一日をスタート・棒茶（くき茶）→テアニン→免疫向上ボケ防止
- ・楽しい会話を心がける
- ・年だからもう遅い、無理など否定語を使わない
- ・人を褒める力を高める
- ・人を好きになる
- ・美しい歩き方、姿勢を鍛える
- ・得意な趣味を作る
- ・適度の運動を毎日行う

◇老化防止の飲み物等

- ・緑茶→カテキン→抗酸化作用
- ・棒茶（くき茶）→テアニン→免疫向上ボケ防止

◇老化防止の食べ物

- ・魚類⇒イワシ、サバ、サンマ、アジ、まぐろ
- ・野菜⇒芽の出る野菜、緑黄色野菜、トマト
- ・肉類⇒豚肉

etc・・・

お知らせ



斉藤一人さん講演会 in神奈川のお知らせ

☆TVCMで話題のスリムドカン・納税長者番付12年連続TOP10入りの銀座まるかん創設者 斉藤一人とお弟子さん達の講演会

■開催日時 6月13日（土）

■会場 関内ホール 大ホール

神奈川県横浜市中区住吉町4-42-1
（JR関内駅北口より馬車道通りを目指して徒歩5分）
TEL：045-662-1221

■参加費 3,500円

※入場には必ず前売りチケットが必要です

◇参加ご希望の方は「うまい会運営事務局」までご連絡下さい。TEL:048-650-6960 担当：篠崎・南部



■次回の「繁盛寺子屋」は10月中旬開催予定です



■大好評「笑」売塾は7月中旬開催予定です

皆様の笑顔と元気が、我々エイム・トゥの喜びです