

# 令和3年東京亀城会特別企画 講演会&トークショー



幸せを科学的に計測し、  
人生や企業経営に生かすには

株式会社 ハビネスプラネット 代表取締役 CEO



講演「幸せを科学的に計測し、人生や企業経営に生かすには」  
53回 矢野 和男



トークショー「エンターテインメントの世界で戦う」  
映画監督アベユーイチ（57回）ヴォイストレーナー佐藤凉子（57回）







司会 庄司 満 (65回)



開会挨拶 実行委員長  
鳥海 重年 (45回)



司会 小山 佐知子 (45回)



令和3年度 東京亀城会特別企画  
講演会&トークショー





酒田東 大山慎一校長



卒業アルバム写真で振り返る酒東の歴史  
(語り 佐々木亜希子 65回)



第1の原則＝目的の追求

目的と状況に応じて手段を変える。

手段の有効性は、目的と状況によって変わる。

付加価値を増やすには



上位の目的から判断する力を高める。

生産的で幸せな人たちには  
周囲を元気にする行動が多い  
(ただし、運動量の大小は関係ない)



周りを活性化し、幸せを生む行動  
指標＝「ハビネス関係度」

前向きに1日を始める

朝20字書く

何をどう前向きに取り組むかを具体的に書く  
(心の資本70%の向上)

毎朝1分のよい習慣





成功するために大事なこと「謙虚、素直、ストイックであること」



人は欠点も含めて個性なんです。その意味では、欠点も長所なんですよ。







★ 酒田東高



令和3年度 東京亀城会特別定  
講演会とトークショー

日曜日に関わらず、母校の公式行事として在校生、教職員約500名もの方々が、寄贈された大型スクリーンを通じてライブ視聴してくれました。在京OBと現役が、素晴らしい講演・トークショーの感動と興奮を共有するという、なんとも「幸せ」な一時を経験することが出来ました。心から感謝します。



生徒代表挨拶 生徒会長

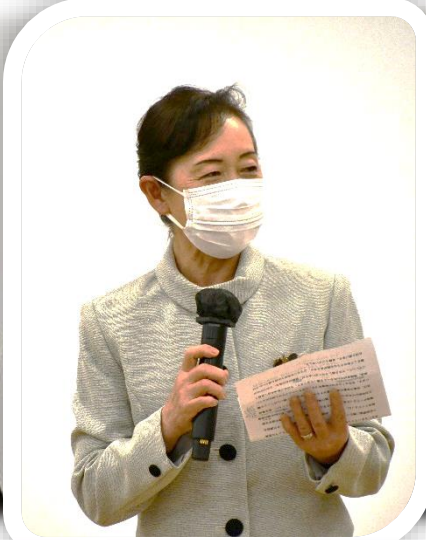


東京亀城会 元木会長挨拶



亀寿お祝（卒業60年お祝）





閉会挨拶 杉本 千賀子（46回）

