

モチベーションファクター対談

公開日 2024年4月3日

## ビジネスもプライベートも最大限の出力を実現 業務改善とプライベートの改善を、相互に役立ててキャリアをつくる

個人のさらなる能力開発、組織の一層の成長を実現するために、高いレベルでスキル発揮され、各界で活躍されている方々と対談させていただきます。何を目指して、どのように取り組んでこられたのか、実現を適えるスキルをどのように高めてきたのか、ご経験の一端を紹介できれば幸いです。今回は、ビジネスもプライベートも最大限の出力をされている金森さんに登場いただきます。

### 対談者（敬称略）

株式会社アドマテックス 管理部 部長 金森 健志	モチベーションファクター株式会社 代表取締役 山口 博
--------------------------------	-----------------------------------

### プロフィール

#### 金森 健志（かなもり たけし）

旭ファイバーグラス株式会社で FRP 材料やガラス繊維生産技術の開発、株式会社島津製作所でバイオプラスチックの材料技術開発に従事。技術譲渡に伴いトヨタ自動車株式会社へ転籍し、バイオ・緑化事業部にてバイオプラスチックの事業化検討、e-TOYOTA 部／流通情報改善部にてトヨタ生産方式に基づくオペレーション開発業務、アグリバイオ事業部では農業分野での改善支援業務などを経て、トヨタグループ初のベンチャー企業である株式会社アドマテックスに出向、現在に至る。

趣味は、車と音楽とサッカー観戦。



#### 山口 博（やまぐち ひろし）

モチベーションファクター®（意欲を高める要素）を梃にした分解スキル反復演習®型能力開発プログラムの普及に務める。国内外金融、IT、製造企業の人材開発部長、人事部長、PwC/KPMG コンサルティング各ディレクターを経て現職。横浜国立大学大学院非常勤講師「グローバルスタンダードの次世代ビジネススキル」講座担当。

## 仕事は 100%、遊びは 120%楽しむ

(山口)

全国 FM25 局で放送されているラジオ番組「レコレール」に生出演し、Bare Minimum Mondays とモチベーションファクターについて、語らせていただきました。月曜日はありのままの (Bare) 最低限の (Minimum) 状況を是認する考え方です。土日はしっかり休み、月曜日は朝一から出力全開にせず、徐々にアクセルを踏むことが、持続的成長につながるという考え方です。

(前半) [https://motivation-factor.com/wp-content/uploads/2024/01/230318\\_0061.mp3](https://motivation-factor.com/wp-content/uploads/2024/01/230318_0061.mp3)

(後半) [https://motivation-factor.com/wp-content/uploads/2024/01/230318\\_0062.mp3](https://motivation-factor.com/wp-content/uploads/2024/01/230318_0062.mp3)

(金森)

確かにそれが認められれば心穏やかに週明けの業務が進められそうですね。若い頃はある意味自由にそうできていた気がしますが、歳をとり特に管理職になった頃からは、むしろ月曜朝からかなり気を張りつめて業務に向かわなければいけない日が多かった気がします。そのため自分は速やかに出力全開に持っていけるように、土日は身体を休ませるというよりも自分のやりたいこと (趣味) をとにかく全力で楽しもうと考えて行動しています。「仕事は 100%。遊びは 120%楽しむ」を実行しています。

(山口)

なるほど、それはまさに、プライベートの充実が仕事の充実につながる、表裏の関係と言えるのでしょうか。プライベートでは、どのようなことに取り組まれているのですか。

(金森)

今、プライベートで一番楽しんでいるのは音楽です。キーボード担当として 3 つのバンドに所属し、年間 10 本以上のライブに出演しています。また最近 Jazz ライブ鑑賞に傾倒し、昨年は 50 本以上のライブを聴きに行きました。仲間と一緒に、好きな音楽を奏でたり、好きな音楽を聴いてオフの時間を 120%楽しむ。そのおかげで翌日はそのまま高いテンションのまま仕事モードに入れます。だからこそ多少の困難があってもなんとか 1 週間乗り切れる。そんな生活を送っています。

(山口)

バンド活動が仕事のモチベーション向上にもつながっているわけですね。いつ頃から、プライベートと仕事をそれぞれ徹底されてこられたのですか。

## 業務改善経験をプライベートの改善に役立てる

(金森)

昔は土日はしっかり身体を休めリフレッシュして、月曜日の業務に臨みたいと思っていました。ところがある時期から毎日の仕事が忙しくなり平日は「家に帰り、夕飯を食べて、少し横

になるとそのまま寝てしまい気づけば朝」といった生活になってしまいました。

(山口)

同じ状況のビジネスパーソンは少なくないと思います。

(金森)

週末を迎えるとヘトヘトで土日は出かける事もなく引きこもっていると、また翌月曜からの仕事を考えてしまったり、疲れが取れるどころかぐったりしてしまって、月曜の朝はものすごくローテンション。仕事モードになかなか戻れないという悪循環に陥りました。

そのあとこれではダメだと。余計な考え事をしないように土日は自分のやりたいこと（趣味）をとにかく全力で楽しもうと考えました。



ダイナマイトで楽しま Night!で演奏する金森さん（2020年11月20日）

(山口)

それぞれ徹底することか、メリハリ、ひいては伸びしろを作ることに役立ちそうですね。

(金森)

ちょうどその頃、仕事で業務改善に取り組んでいました。いわゆるムダをなくす活動です。ムダとは価値を生まない事。すなわち価値を生まない時間はムダ。仕事が忙しい時こそ空いている時間（残されている時間）はとっても貴重な時間。その時間をムダに使うのではなく最大限楽しめばモチベーション高く過ごせますし、その状態（出力全開）のまま月曜日の業務にも入っていただけます。限られた休日は、大切な時間だからこそ有意義に価値ある時間にすべきと考えようになったのは、この業務改善を学んでからです。

(山口)

無駄をなくすことが、価値を生む、そこから、ビジネスもプライベートも全力で価値を生む活動につながるのですね。金森さんは、旭ファイバーグラス、島津製作所、トヨタ自動車、アドマテックスで多彩な活躍をされてきました。異なる環境で取り組まれてきたようにお見受けしますが、その幅の広さへの対応が必要だったのではありませんか。

(金森)

就職したての頃はやはり自分の専門性にこだわりたいという思いがありました。しかし会社に入ってからそれを生かせる仕事はほとんどありませんでした。そういう環境におかれた事で逆に与えられた仕事の中で新たな知識を広く学び、経験として蓄積するスタイルが身についた気がします。専門分野のエキスパートではないけれど、どんな事にでも動じず柔軟に対応できるようになった原点かも知れません。

(山口)

そのために必要なスキルは何だったのでしょうか。

(金森)

やはりコミュニケーション力だと思います。転職を繰り返していたわたしには会社に同期と呼べる仲間がいませんでした。そのために会社とは別のコミュニティを積極的に作りに行きました。30代の頃は車いじりに興味を持ちオーナーズクラブにも所属し、年齢や上下関係、立場を超えている方々と親交を深めていきました。

(山口)

同期がいなければ、自分でコミュニティをつくれればよいと、課題解決されたわけですね。

(金森)

自身でホームページや掲示板を作成・運営し、情報交換だけでなく BBQ やいちご狩りなどイベントを企画した事もありました。交流を通じて距離を近づける事で、ホントに自分にいい影響を与えてくれる仲間が見えてきます。そういう方とは現在は全く違う車に乗っていても、変わらず親しくさせて頂いています。

### 言い出せなかった後悔を繰り返さないために、実践する

(山口)

トヨタ自動車でのバイオ・緑化事業部での経験が、後の農食事業室での取り組みにつながり、ひいては、現在のキャリアにつながっているのでしょうか。

(金森)

会社生活での転機は e-TOYOTA 部への異動でした。そこでは主に自動車販売店のセールス/

サービスオペレーションの改善に取り組みました。それまでのキャリアにはないトヨタ生産方式に基づく業務改善の知識を一から学び、それをすぐに具現化し現場に展開していきました。簡単ではありませんでしたが、そこで苦労した経験は現在の自分の一番の強みになっている気がします。価値ある仕事、価値ある時間の過ごし方を実践しようと思ったのもこの頃です。

(山口)

業務改善の経験が、プライベートも含めて、ダイナミックなキャリア形成を実現させているのではないかと拝察します。キャリア形成のためには、何が大事なのでしょうか。

(金森)

何事も思いついたらチャレンジすることだと思います。バイオプラスチック事業化プロジェクトは数年間に渡り開発を推進するも、なかなか事業性が見い出せず存続可否が度々ささやかれていました。当時、自分には「もしこれさえ実現できれば今の状況を打開できるかも」という思いがあったものの、それを言い切る自信もなく、間もなくプロジェクトは中止が決定されました。

(山口)

そのような経験もあったのですか。

(金森)

その後「たとえ実現しなくても、なぜあの時自分の意見をしっかり言えなかったのだろうか？」と後悔する自分がありました。やってダメなら悔いはない。けどやらかったために悔いが残る。後悔するくらいなら、まずはやってみよう。そう思うようになったのはそれからだったと思います。



鈴鹿サーキット・パドックにて (2014年11月9日)

## 頭で考えるのではなく、言動で発揮する

(山口)

今後10年、プライベートも仕事も含めて、どのように人生設計されていく計画ですか。

(金森)

後悔する事なく、今を全力で生きる。今を全力で楽しもうと思っています。今しかできないこともたくさんあるはず。だからこそいろいろな事を知り、興味を持ち、興味をもったらチャレンジする。まずはやってみる。そんな人生を送りたいですね。

(山口)

私もそうありたいと思います。

(金森)

普通った英会話教室ではレッスン冒頭にいつも「What's New?」と質問されました。それに対し多くの日本人の回答は「Nothing Special」だそうです。日本人気質として情報発信をしない、下手だと言われる所以です。

自分もそんな一人だったのですが、その時に講師からは「あなたは朝起きて何をしました？」それを話せばいいと。「新聞読んで、テレビを見て、朝食を食べました。」それだけでいいと・・・。

その情報があれば「新聞でどんなニュースがあった?」「テレビではどんな話題があった?」「朝食は何を食べた?」と次の質問ができると・・・。

(山口)

その講師の方は、「自分から発信しよう」と言うのではなく、具体的に何をどう発言すればよいかということを示したのですね。

(金森)

つまり自分にとって決して特別な事でなくても情報を発信すれば接点ができる。「確かにそうだな」と感じ、それ以降わたしの行動の起点になっています。英会話教室で学んだのは、英会話そのものよりも、このようなコミュニケーションスキルだと思います。

(山口)

金森さんの高いレベルの動作と話法の発揮スキルの原点が、英会話教室にあったのですね。

(金森)

また、とにかく興味を持ったものは積極的に情報を調べ、実際に目で確認できる機会があれば出向いて確かめる。Jazz ライブもそうかも知れません。ネットで興味をもったアーティストが名古屋に来るとわかると行ってみたいくなる。

仕事は忙しい中だけれど、これは今行かないと絶対に後悔するだろうなと……。それならば、どうやったらいけるかを考える。結果として、計画的に仕事を進めて予定通り終わらせる事で、仕事もプライベートも充実できる（笑）

（山口）

仕事と寝るだけの生活を改善するために、プライベートの活動も徹底する。同期がいない状況を解決するために、自らコミュニティを作り始める。トヨタ生産方式の改善活動の経験を、プライベートの改善に役立てる。金森さんのモチベーションレベルと能動性の高さの原点を伺うことができました。

