

「仕事を楽しんでいますか？」

上司からのやらされ感を持って仕事をして、楽しくありません。熱意、情熱を持って仕事に没頭できてこそ、仕事は楽しくできるものです。そういうときは、時間が過ぎるのを忘れるくらいです。もうこんな時間なんだ、今週は早く一週間が過ぎたな、時間があつという間に過ぎていく、など、このように仕事を圧縮して、効率良くこなしていくことにエネルギーを注いでいると、仕事は楽しくなります。少なくとも、退屈感ややらされ感はないでしょう。

限られた人生の貴重な時間を、つまらないことに費やすほど無駄なことはないと思います。また、生活のため、家族を養うため、などの義務感で仕事をする、とても疲れてしまいます。ましてや、上司から命令されたことをやっているだけ、時間給だから時間が過ぎるのを待っているだけだと、仕事は面白くありません。無駄なおしゃべりをしたり、仕事とは無関係なことを考えたりすることは、個人にとっても組織にとっても、まったく生産的ではありません。

私は、次の5つを考えて、日々の仕事をしています。

1. どんな単純な作業でも集中して完成する（一日一生）
2. ルーチンワークの中に新しいアイデアを探してみる（日々挑戦）
3. 仲間と苦難を共にし、成果を分かち合う（目標共有）
4. 苦難は自らを成長させてくれる絶好の機会と捉える（自己成長）
5. 健康で仕事ができることに感謝する（勤労感謝）

永田 良一

“Are you enjoying your work?”

If we work with a sense of being forced to work by a supervisor, it is not fun. We can enjoy working only by concentrating on our work with passion and enthusiasm. We even forget that time passes by doing so. You may even feel “it is already time.”, “time has passed fast this week” or “time flies” etc. and we will receive pleasure from work by condensing our work and spending our energy on working efficiency. At least, we won't have a sense of being bored or forced.

Nothing is more useless than spending our limited precious time doing trivial things. If we work only by a sense of responsibility for our daily life or supporting our family, we will be exhausted. Moreover, if we just obey a supervisor or we wait for time to pass, our job is not

fun at all. Having a chat or thinking about things unrelated to work is not productive for the individuals and the company.

I consider the following five things as I do my daily work:

1. However simple it is, I complete every task with concentration. (Live this day as if it were your last)
2. I try to find new ideas in routine work (Daily challenge).
3. I tackle difficulty with colleagues, and share accomplishment (Share goal)
4. I consider any difficulty a great opportunity for my self-growth (Self-growth).
5. I appreciate that I can work in good health. (Thank for work)

Ryoichi Nagata, MD, PhD