

新刊案内：【対話読本】3

2025年11月18日、【対話読本】シリーズ3冊目の完結編を出版しました。本書は、既刊本のエッセンスを集約した《対話上手への虎の巻》です。「開運！めっけもん講座」のアンチョコ（かいさでもあります）。



生かし合うために【対話読本】3

◎仕様：A5判 144ページ
ペーパーバック/Color&Monotone版
Kindle版電子書籍&Kindle Unlimited
◎発行日：2025年11月18日
◎著者：蔵満正樹 穂月心



◎はじめに（抜粋）：

「異体同心なれば万事を成じ、同体異心なれば諸事叶うことなし」という兵法がある。個性の異なる人たちが心をつ一つにして力を合わせることで、たった一人では思いもよらない無限の可能性を開きゆく挑戦の方途を指し示している。まさに、1+1は2よりも大きくなるという人間関係のダイナミズムを表している。

本書【対話読本3：生かし合うために】の編集方針は、互いが異体であることに気づき、互いが異体であることを喜び合える関係であるよう、それぞれの対話成功を願って編集した。もちろん、心をつ一つにするためにも対話が不可欠であることは言うまでもない。

書籍案内

Home Page



Catch Ball Club

特定非営利活動法人キャッチボールクラブ

〒532-0024 大阪府大阪市淀川区十三本町3丁目4番24 -104号



© Masakuri Kuramitsu. Printed in Japan.

「めっけもん」って、偶然発見したお宝とか、思いがけない幸運のことです。でも、ふだん目しているのに、それが、すこいお宝だと気づかないことがあります。いつも一緒にいるのに、その人が、とても大切な人だと忘れていてることもあります。

開運！

めっけもん講座

開運！めっけもん講座は、大事な「こと」と「ひと」を再発見する処です。

それこそが、めっけもん。その人こそが、めっけもん。お茶でも飲みながら、いつもの人と一緒に、目から鱗が落ちるひとときを、どぞお楽しみください。

※余談ですが、大事な「もの」は、開運！なんでも鑑定団にお問い合わせてください。



まちライブラリー@イベント資料

<https://めっけもん.club>
Produced by Catch Ball Club

不許複製

ウサギとカメの対話物語

あれから二千五百年。
「先ず隗より始めよ」という中国の故事も、「彼を知り己を知れば、百戦殆うからず」という孫子の兵法も、すぐそばにある「めっけもん」の話です。さあさあ、お立ち合ごー！御用とお急ぎでなければ、ゆっくりと聴いておごじ。



ウサギとカメのお話しは、二千五百年も前のイソップ寓話からです。二人が競争してどちらが勝つかという物語でした。そのあと二人は、実は、すごく仲良しになるのです。きっかけは、対話。互いの違いに気がついて、互いの強みを生かし合うことが嬉しくなってきたのです。



Catch Ball Club

似た者同士の組合せ

ウサギ同士の場合



よくある事態

興味が別々の処へ心変わり多発…突如、分裂・破談の可能性あり

カメ同士の場合



よくある事態

何も決まらず結論は長期保留に…ズルズルと時間だけが過ぎていく

相方がカメの場合



よくある事態

スピードが遅くイライラすることに反応が少なく追い詰めてしまう

相方がウサギの場合



よくある事態

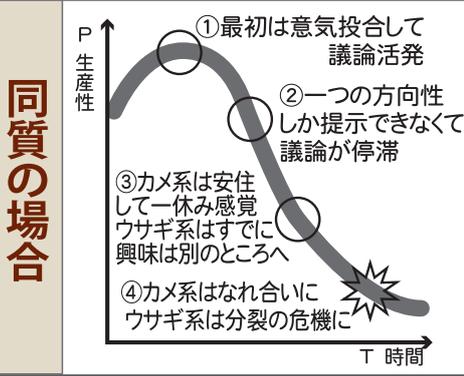
変化についていけず理解不能に…リスクな行動が不安の元に

2つのやさしさ<1>: **すぐ効くやさしさ**

相手の個性に合わせてあげる

相手の好みや望みをわかってあげることです。

組合せによる「幸せ曲線」



同質の場合

似たもの同士は、最初はノリノリですが同じ思考なので、他のプランが浮かばない。時には異なる個性の力も借りてみてください。

■似た者同士の目標設定

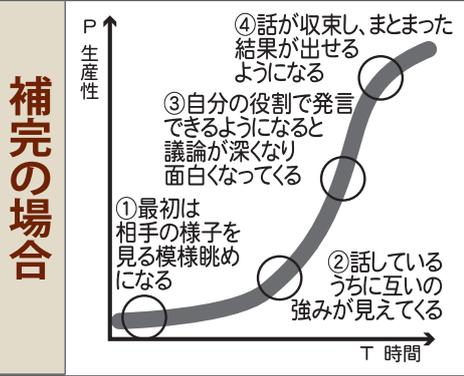
同質型組合せの場合は、思考行動パターンが同じ組合せですから、合意形成が早いのが特徴です。しかし、その効力は長続きはしないのが同質型の特徴です。作業手順のステップごとに、必ず目標の期日を設定し、短期目標達成を繰り返してゴールをめざしましょう。

2つのやさしさ<2>: **あとで効くやさしさ**

相手の個性を補ってあげる

相手の弱みを追い詰めるのではなく、不足を補ってあげることです。

組合せによる「幸せ曲線」



補完の場合

自分一人では思いもかけなかった喜びのドラマが始まります。あとあと、ずっとステキな関係が待っています。

■異なる個性の目標設定

補完型の場合は、思考行動パターンが異なりますから、合意形成に時間がかかります。しかし、目標を共有しながら対話を重ねていけば、互いの強みを生かし合う相乗効果が生まれます。その関係性も長続きします。すぐに合意できなくてもあきらめないことです。性格の不一致が問題なのではありません。

2

同質 R

A

補完 P

2

幸せになる**3**つの組合せ

日本最古の物語といわれる「竹取物語（かぐや姫物語）」は、複数の求婚者へ難題を課していずれも失敗する求婚難題説話とも呼ばれています。以来、もっとも難題なのは、モノよりココロの満足。組合せによって異なる「幸せのチームワーク」こそが大事な宝物だったのです。自分が悪いと思いつく前に…、相手が悪いと決めつける前に…、いつもそばにいる人と対話しましょう。未だ見ぬ人に会いに行きましょう。自分らしさをそのままに、強みを生かし合う3つの相性（コンビ）を知っておきましょう。



3



同じノリの 似たもの同士の関係

個性が同じ相手は、発想もスピードも似ているため、同じ行動をとることに違和感がない。抜群の競争相手ともなる。合意形成が早く、即断即決！すぐに結果を出せる最強コンビとなる。すぐに叶えたいことや短期目標を決めては達成し、繰り返し喜び合うことが大切。



相手を尊重し 強みを出し合う関係性

個性（強み）が180度異なる相手は、得意技がまったく異なるので、役割分担に最適。性格の不一致も幸せのカタチ！攻めと守り。厳しさと優しさ。企画と計画。外と内。夫唱婦随もしくは婦唱夫随。すぐには達成できない大きな夢や長期の目標を共有して励まし合うべし。



気持ちをカバーし 互いを支え合う関係性

個性の違いがツボにはまる相手とは、癒し癒され、慕い慕われ合う不思議な心地よい関係になる。伴走者？。バックアップ？かゆい所に手が届く？面倒をみる？互いが互いの支援者といった具合。夢や目標を共有していれば、自然に役割分担も決まっていく。

We are Vitamins!

Vitamins 8 Character



あなたのタイプとキャラを
簡易チェック

<https://www.catchballclub.jp/preparation>

私たちは互いに個性が異なっています。
その個性（強み）の異なりこそが、互いの元気の源となっているのです。
CBCのキャラクターたちは、
一人ひとりの元気づくりには不可欠のビタミン（栄養素）の象徴です。



【ウサギ】: 創造性豊かな人材群 / 綱渡りが得意な積極派

◎特技: せっかち、ちゃっかり、うっかり

◎思考行動: 常に新しいものや変化することを好む。その他大勢と一緒にいることを嫌う。アバウトで、得たくて、目立ちたくて、よく見せたくて、一発逆転に心惹かれる。
発想の豊かさ、面白さを期待されたり誉められたりすると、すぐに木の上に登る。かなり鈍感。

4

【ウサギ】タイプ



AD: カボチャ <陣頭指揮> 目的達成への先駆者

使命感にあふれた力強い言力で、周囲を圧倒しながら指導力を発揮します。しかし、現実には遅々として進まず、考え方の違いを許すことができません。強行手段で孤立無援になることも…。ちっぽけなプライドやこだわりを捨て、大きく高い理想実現をお願いします。



DA: ニンジン <一発逆転> 最先端を走る挑戦者

先進的な発想力と素早い行動力で、可能性を切り開くパイオニアです。しかし、現実には、周囲の反応は遅く、旧態依然とした状況から離脱するために、想像を絶する行動を起こすことも…。突破口を開く爆薬のような強みを探している人が必ずいます。



DB: ピーナッツ <変幻自在> 新世界を創る開発者

ユニークな発想と素早い対応力で、周囲の人を魅了する夢先案内人です。しかし、夢物語に耳を傾ける人は少なく、創造力を発揮する場が見つからないまま、もったいない時間を過ごすことも…。あせらず、あわてず、あくせくせずに、ワクワクをカタチにしてください。



BD: ワカメ <臨機応変> 新天地を耕す開拓者

発想の豊かさや柔軟な対応力で、人と組織の成長を心地よく支援します。しかし、現実にはテコ入れすべき点が多く、課題と期待を抱え込み過ぎて、身動きが取れなく事態になることも…。何でも一人でやろうとせずに、周囲を巻き込みながら、人材育成もよろしく頼みます。



【カメ】: 想像性豊かな人材群 / 石橋を叩いて渡る慎重派

◎特技: おっとり、ゆっくり、しっかり

◎思考行動: どちらかといえば、いつも同じか労力の少ない方を選ぶ。環境の変化や少数派になるのを嫌う。キチンとしたくて、損したくなくて、少しずつ進むことで満足できる。皆と一緒に前提で、具体的な指示があれば、地道をまっすぐ歩き続ける。予想以上に敏感。



5

【カメ】タイプ



BE: イチゴ <懇切丁寧> 管理調整の相談役

優しい心配りと懐深い養育性が強みで、誰からも頼られ慕われるマネージャーです。しかし、現実にはいろいろ用事を頼まれやすく、自ら大きなお世話まで背負い込み、オーバーワークの毎日となることも…。いつもいつも、ありがとう。感謝の花束と有給休暇を贈ります。



EB: タマゴ <誠心誠意> 舞台裏の真の立役者

いつも静かに控え目で、地道に着実に表舞台を守り支えてくれるサポーターですね。しかし、現実には、慌ただしく忙しく、次々に状況も要求も変化して、言いたいことが中々言えないことも…。次の一手、次の一歩を確かめながら、少しは未来の夢についても対話しましょう。



EA: ブロッコリ <品行方正> 安全地帯の守護神

いつも頑固に冷静に、常に基本に忠実に定番スタイルをキープしてくれる人です。しかし現実には、思い通りにいかないことが繰り返されて、金縛り状態で固まってしまうことも…。次の一手、次の一歩を確かめながら、納得のいく作戦について対話しましょう。



AE: ピーマン <謹厳実直> 規律厳守の名審判

厳しくも細やかな管理能力抜群のしっかりキチンとのグッドアドバイザーです。しかし現実には、ルール違反者が後を絶たず、前例に無いことや想定外のことが続くと、つい重箱の隅を突くことに…。それでもなお、あってはならぬ行為に対なおしてジャッジをお願いします。



一人ひとりが無限大。



1+1が2よりも大きくなりますように



© Catch Ball Club



●あなたの個性とストレスを申告チェック

FFS80

▼今回の回答結果は以下の通りです。ご参考までに。

A	B	C	D	E	Total	S
15	16	15	18	9	73	10

2023/07/02

新大阪 一郎
101001

DB:「ピーナッツ」

▽回答結果の解説

※A～Eは個性を示す5つの因子です。Aはストレス値です。各々0～50までの範囲で測定され、数値の高さを傾向の強さを表します。ここでは、各個性の因子がストレス状態によってポジティブ反応とネガティブ反応を示していることに基づいて解説します。詳しくは研修等にて...

- A...凝縮性/★否定→☆自己肯定
- ☆ポジ/指導的・規範的・責任感
- ★ネガ/独善的・支配的・批判的
- B...受容性/★無視→☆注視感謝
- ☆ポジ/寛容的・保護的・共感的
- ★ネガ/介入的・迷走的・自虐的
- C...弁別性/★不合理→☆判断依頼
- ☆ポジ/論理的・分析的・合理的
- ★ネガ/数理的・詭弁的・確率的
- D...拡散性/★拘束→☆自由発想依頼
- ☆ポジ/積極的・開放的・創造的
- ★ネガ/衝動的・破壊的・分裂的
- E...保全性/★放任→☆具体的指示
- ☆ポジ/協動的・順応的・持久的
- ★ネガ/妥協的・拒絶的・独占的

3 DB: ピーナッツ <変幻自在> 新世界を創る開発者

ユニークな発想と素早い対応力、周囲の人を驚かす夢先案内人です。しかし、夢物語に耳を傾ける人は少なく、創造力を発揮する場が見つからないまま、もったいない時間を過ごすことも...。あせらず、あわてず、あくせくせずに、ワクワクをカタチにしてください。



※Catch Ball Clubでは、小林憲智博士のFFS理論を基礎と展開しています。

AD	DA	DB	BD
14.7%	17.6%	18.2%	16.2%

キャラクター成分比率



▽FFS80: 結果の見方について

あなたらしさを自身の回答で見つける作業です。その日の気分によっても結果が異なる場合があります。また、つい周囲や立場を考慮して自分らしさとは異なる「意見」を回答してしまうこともあります。いっしょに迷子になっているかもしれない自分らしさの再発見になれば幸いです。

キャラクター成分比率の解説

キャラクター成分比率を見比べて、自分らしさの比較分析ができます。かなり強い傾向を示す結果なのか、他のキャラクター成分を合わせ持つ結果なのかを確認できます。

同じ結果「キャラ」であっても、誰もが成分比率の異なる複合的な魅力をもっているわけです。固定化されたタイプ分類のように、決めつけることはありません。設問のテーマによって回答する度に結果は変わりますので、自分らしさのキャラを自己申告で決めるもOKです!

個性はその人の強みです。互いの強みを生かし合うことを目標としたものです。

キャラクター成分比率を比較

AD: カボチャ	14.7%
DA: ニンジン	17.6%
DB: ピーナッツ	18.2%
BD: ワカメ	16.2%
BE: イチゴ	11.0%
EB: タマゴ	6.2%
EA: ブロッコリ	6.0%
AE: ピーマン	10.1%

DB>BD>DA がキャラですね
Dが強みの「ウサギさん」タイプ

●結果報告書には、5因子とストレス値を表示しています。

A	B	C	D	E	Total	S
15	16	15	18	9	73	10

※左例は報告書の表紙です。他に、個性の概要、相方とのコンビネーション、タイプ別ストレスパターン、ストレス最適化アドバイス等のページがあります。

詳しくは...⑧HumanResources_A4_16pをご参照ください

▽回答結果の解説

A～Eは個性を示す5つの因子です。それぞれ20がMAXの数値で示され、数値の高さが傾向の強さを表します。最も高い数値の因子がその人の強みであり、最もストレスの影響を受けやすく行動に現れます。

Sはストレス値です。個性の強みはストレス状態によって、☆ポジティブ反応と、★ネガティブ反応として現れます。※別項の解説をご覧ください。

●FFS80: 結果の見方について

あなたらしさを自身の回答で見つける作業です。その日の気分によっても結果が異なる場合があります。また、つい周囲や立場を考慮して自分らしさとは異なる「意見」を回答してしまうこともあります。いっしょに迷子になっているかもしれない自分らしさの再発見になれば幸いです。

■開発の背景: Catch Ball Clubでは、人間関係におけるコミュニケーションギャップを回避し、創造的な関係性を築くために、個性認識および最適組織編成を可能にした「FFS (Five Factors and Stress) 理論」(小林憲智博士著)を、共通言語として採用しています。

詳しくは...⑧TeamProfiling_A4_16pをご参照ください

Catch Ball Clubのキャラクター分析は固定化されたタイプに決めつけるものではありません。

キャラクター成分比率の解説

キャラクター成分比率を見比べて、自分らしさの比較分析ができます。かなり強い傾向を示す結果なのか、他のキャラクター成分を合わせ持つ結果なのかを確認できます。

同じ結果「キャラ」であっても、誰もが成分比率の異なる複合的な魅力をもっているわけです。固定化されたタイプ分類のように、決めつけることはありません。設問のテーマによって回答する度に結果は変わりますので、自分らしさのキャラを自己申告で決めるもOKです!

個性はその人の強みです。互いの強みを生かし合うことを目標としたものです。



AD	DA	DB	BD
14.7%	17.6%	18.2%	16.2%

キャラクター成分比率



キャラクター成分比率を比較

AD: カボチャ	14.7%
DA: ニンジン	17.6%
DB: ピーナッツ	18.2%
BD: ワカメ	16.2%
BE: イチゴ	11.0%
EB: タマゴ	6.2%
EA: ブロッコリ	6.0%
AE: ピーマン	10.1%

DB>BD>DA がキャラですね
Dが強みの「ウサギさん」タイプ

人事運営・組織運営・販売促進への応用

人事運営の課題

個性を生かす採用・配置・教育を支援
FFS80問の回答結果をもとに
管理者とスタッフ別に報告書を作成
採用面談時にスマホで回答もOK

HUMAN RESOURCES
A4, PDF16ページ



組織運営の課題

経営戦略に人材戦略を構築するか
組織風土から経営戦略を展開するか
構成員の回答結果を集計し、
集合個性(組織風土)を分析
チームリーダー研修の生きた資料

TEAM PROFILING
A4, PDF16ページ



個別対応の最適化

プレゼンテーション
クロージング支援
制約拡大/同意獲得
顧客のアンケート結果
から対話をアドバイス
対話の仕組みづくり
問診プログラム事例
◀プライダル編
歯科診療編▶

