

インスタ対談ライブ ハイライト / The Shift Journey

怖くても進む理由： 変化の途中にいる 私たちの物語

主催・ファシリテーター：小宮山さとみ（こみちゃん）

ゲスト：佐々木かよこ（かよちゃん）



感情を瞬時に言語化する 「感動リーダー」

小宮山さとみ（こみちゃん）：フォトグラファー
／発信力アップ講師。自分の言葉で発信すること
の楽しさを伝える専門家。今回の引き出し役。



ママの第二の人生 シフトコーチ

佐々木かよこ（かよちゃん）：子ども英語講師
（10年目）。かつては自分の夢を子どもに託し
ていたが、自身の人生を生き直す決意をした
「今回の物語の主演」。

舞台はオーストラリア・ゴールドコースト

●
Japan



8-month BMC
Master Course

●
Gold Coast, Australia

星渉先生が主宰するビジネス最高峰「BMCマスターコース」。その運営スタッフとして集められた9人の精鋭たち。

互いの顔もよく知らない状態からのスタート。そして、予測不能な海外合宿でのミッションが幕を開ける。

「聞き上手」の裏に隠された、 凄まじい危機管理能力

周りからの印象

静かに頷き、相手の意見を優しく受け止める「癒し系」。

実際の頭の中

頭をフル回転させ、全員の認識のズレやリスクをスキャン中。「職質されたらどうする？」などの最悪の事態まで想定。

「ミーティング終盤、みんなが寝落ちしそうな時のデフォフレーズ：
「……あの、ちょっといいですか？」

運命の分かれ道： あなたはどちらを押す？



23年ぶりの海外。
オージーイングリッシュへの極度の不安。他のスタッフが次々と「😭（できない）」を押す中、かよちゃんの指は止まった。

「迷ったらGO」の本当の基準

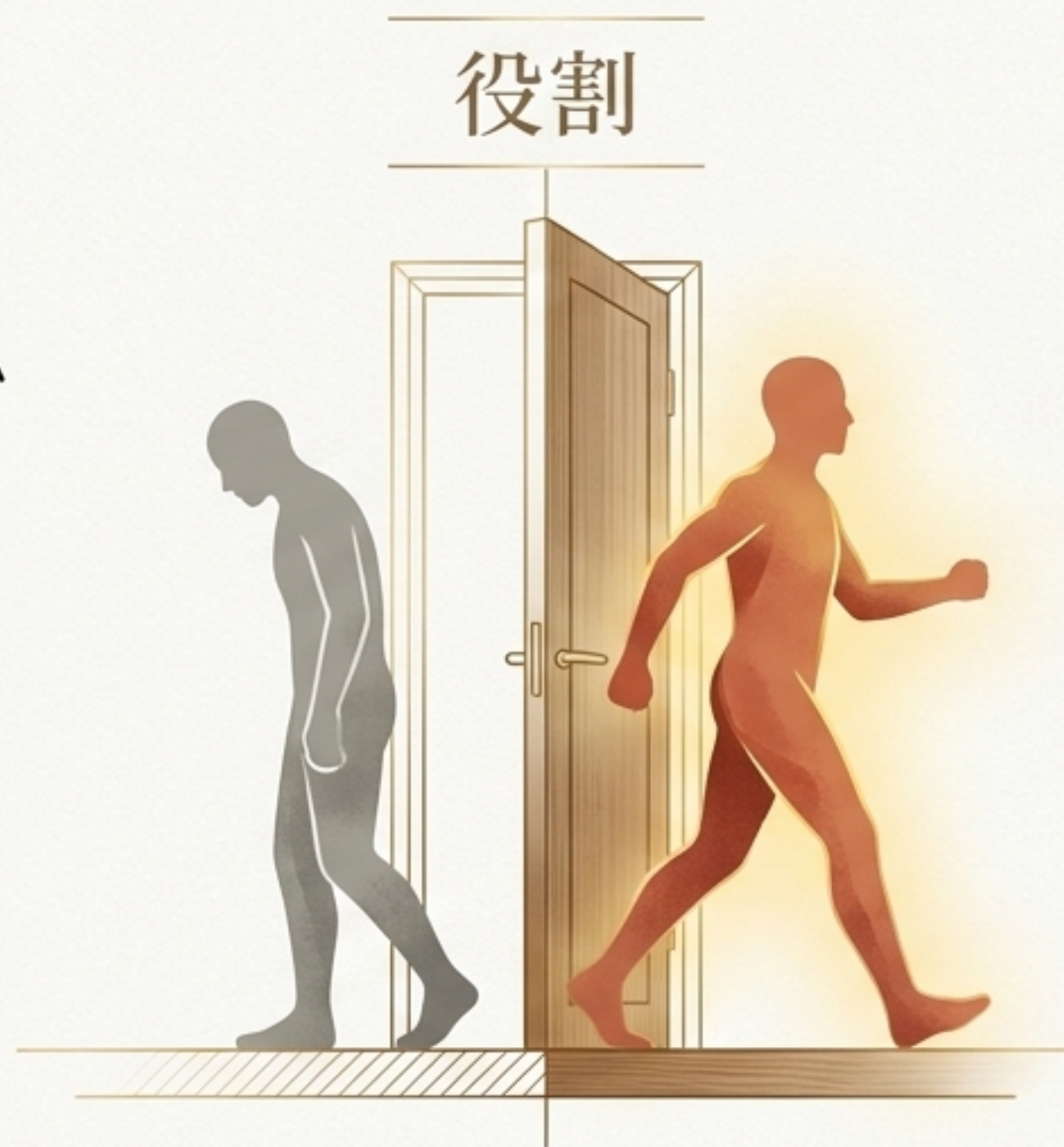


【できないかもの怖さ < やらなかった時の悔しさ】

「もしできなかったらどうしよう、という怖さより、他の人がやって『うわ、悔しい』と思う気持ちの方が絶対に強いと思ったら、GOなんです。」

自ら手を挙げることで「覚悟のスイッチ」が入る

先生は誰が英語を話せるか
分かっていたはず。
それでも「指名」せず、
自ら手を挙げさせた。



「👍」を押す＝自ら言い訳が
できない環境を作り出すこと。
この小さな主体性が、恐怖を
乗り越える第一歩になる。

試練：極秘のバースデー・サプライズ

星先生からの直々の指令：「秘書の瑞穂さんに、
レストランでサプライズのお祝いをしたい」



花屋：「今は夏休みだから花材がない」



連絡手段：「スマホに制限あり、炎天下を直接
走るしかない」



失敗：「絶対に失敗できない」

激突する文化と想い

レストラン側：「夜は早い。
さっさとデザートを出して店を
閉めたい！」

かよちゃん達：「最高のタイミ
ングでサプライズを出した
い！まだ待って！」

裏で何度も英語で交渉を重ね、時には「お前が持っていけ！」
と逆ギレされながらも必死に食い下がる。

動いたからこそ、
熱量が生まれた

「やってみたら、
なんとかなる。」

迷う時間を捨て、
とにかく目の前の壁にぶつかり続けた結果、
不可能が可能に変わっていった。

やってみたから「できた」が積み重なる

23年ぶりの海外。オーゾー
イングリッシュに怯え、
🙇‍♀️を押そうとした自分。

与えられたミッションに
必死に食らいつき、
現地のスタッフと対等に
渡り合う。

「自分には何でもできる」
と思える確固たる自信と、
分厚いエピソードを
手に入れた。

感情を瞬時に言語化する力（こみちゃんの視点）

かよちゃんが驚いた、こみちゃんの
「感情を言葉にするスピードと豊かさ」。
その秘密とは？



「今、なんで嬉しいと思ったんだろう？」

「今、なんで悔しいんだろう？」

常に感情が動いた瞬間に自分へ問いかけ、
その理由をその場で考える癖をつけること。

変化の途中にいるあなたへ：進むための3つのヒント

1

「ちょっといいですか？」を恐れない

小さな違和感や確認を放置せず、危機管理のアンテナを張る。

2

忖度（そんたく）の「YES」は言わない

相手のためではなく、自分が心からやりたいか・悔しいかで決断する。

3

迷ったら「GO」

「できない怖さ」より「やらなかった悔しさ」が勝るなら、迷わず👍を押す。

「できないいかもの怖さより、
やらなかつた時の悔しさ。」

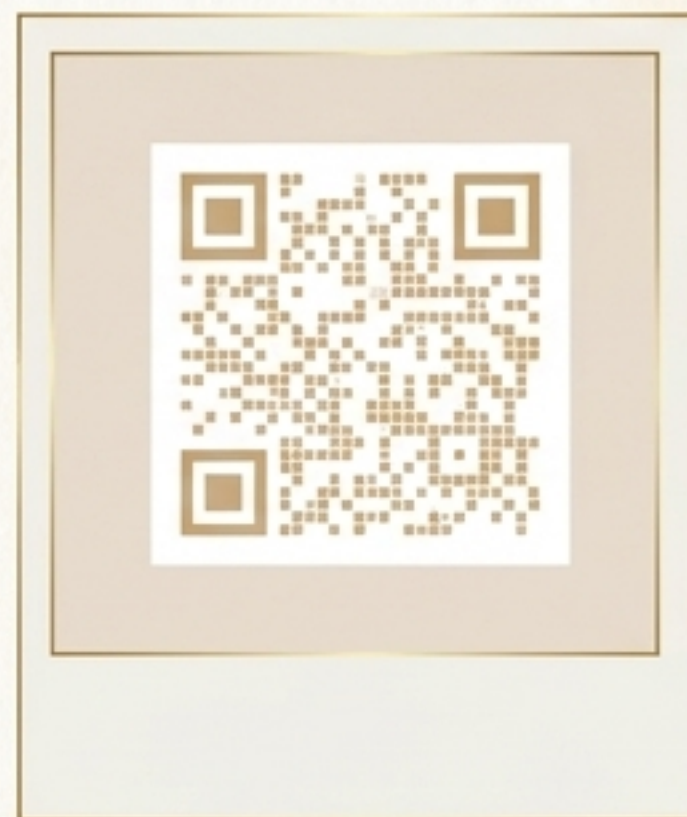
佐々木かよこ

あなたの「👍」を押す瞬間はいつですか？

コミちゃんとかよちゃんの更なる発信・物語はInstagramから！



@komiyama_satomi
(小宮山さとみ)



@sasakikayoko_
(佐々木かよこ)

いいね・保存して、勇気を出したい時に見返してください！