

A

事業全体図

持続的な幸福を維持するために必要な Optimize Consulting — セルフオプティマイズの勧め —

Optimize = 適正化・最適化する

Money（お金）

人生の「血液」
血液が貧しいと心と体を蝕む

勤儉貯蓄
まずは勤勉に、次に頭を使って働く

守る

【リスクの移転】＝**保険**
①お金の問題か保障の問題として考えるかを定める
②独自の必要保障額を知る
②主体的に適正な加入を

貯める

【四分の一天引き貯金法】
①最初に天引きする
②残ったお金で生活
③まず3年、300万
④纏まったお金は投資へ

増やす

【成長分野に投資してお金を増す】
①「成長するもの」にお金を預ける
②円コスト平均法（定期同額購入）
③複利運用
④投機(歴史的〇〇時)も重要

使う

【お金には見返りを求める】
①資産にお金を使う
②借金先行型Mindを排除
③ケチと節儉の違いを知る
④常に代替可能かどうかを考える
⑤確信的投資はケチらない
⑥騎士道精神からの弱者救済

Mind Set（考え方）

考え方が9割
信じていることから、言葉と行動が生まれる

- ・発する言葉と行動に影響を与える「信じていること」を確認する
- ・原因結果の法則・作用反作用の法則
マイナス・プラス関係なく、出したものが還ってくる
- ・個と全体の考え方・農場の法則
- ・刺激と反応の間にはスペースがある
- ・「仮説幸福論」仮に死後の世界があってルールが存在するとしたらどう生きる？
- ・生きる目的を見つける
- ・アウトプットするためにインプットがある

Health（健康）

東洋医学「正食」
病気に強く、健康を維持する

食用の祖「石塚左玄」
・人間は病気するように創られていない
・自然治癒力を最も働く状態に
・血中塩分濃度0.85%を意識する

『正食堂』（しょうじきどう）の展開
・「正食」できる食堂
・体調が劇的に変わる体験

書籍出版

Webセミナーの開催

個別コンサルティング