

株式会社スターライズジャパン 代表取締役会長 兼 CEO
ホールディングスリミテッド 関 和則

Message from the CEO

成功哲学偉人伝16 ジェフ・ベゾス



Wikipediaより

皆様、お元気ですか？今回はIT長者列伝第3弾、アマゾン創業者のジェフ・ベゾス氏をご紹介します。

ジェフ・ベゾスとは、アメリカの実業家であり、世界最大のオンライン書店であるAmazon.comの共同創設者であり、取締役会長です。

彼はインターネットの時代にビジョンを持ち、革新的な事業を展開してきました。

彼は1964年にニューメキシコ州アルバカーキに生まれ、プリンストン大学で電気工学と計算機科学を学びました。卒業後は金融やITの分野で働きましたが、1994年にインターネットの可能性に気づき、自宅のガレージでAmazonを立ち上げました。

Amazonは書籍だけでなく、様々な商品やサービスを提供する巨大なEコマース(電子商取引)企業に成長しました。また、クラウドコンピューティング事業のAmazon Web Services(AWS)も成功させました。ベゾスは2021年7月にAmazonのCEO(最高経営責任者)を退任し、取締役会長に就任しました。彼は自分の情熱に従って挑戦し続けており、「これほどのエネルギーを持ったことはないし、これは引退ではない」と述べています。

ベゾスは現在、世界で最も裕福な人物とされており、フォーブスの世界長者番付では2020年時点で2046億ドル(約

22兆円)の資産を有し、世界で初めて資産が2000億ドルを超えた人物となりました。ベゾスは2021年にも世界長者番付で首位を維持しましたが、2022年にはテスラのイーロン・マスクCEOに首位の座を奪われ、2位に転落しました。2023年現在、ベゾスは4年連続で世界長者番付の首位に返り咲いています。

彼は自分が創設したほかの事業にも関心を持っており、2013年に米有力新聞ワシントン・ポストを買収しオーナーとなりました。彼は自身の資産の大部分を慈善活動に寄付すると表明しており、気候変動や社会や政治問題に取り組む人々を支援する考えを示しています。彼は宇宙探査にも情熱を持っており、自らが創設したブルーオリジン社で宇宙旅行を実現させようとしています。彼は2022年7月に自ら宇宙へ飛び立ちました。

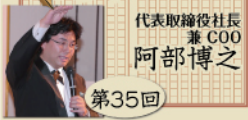
人生は短いから、つまらない人とつき合う暇なんてない。
Life is too short to hang out with boring people.

この名言は、人生を有意義に過ごすためには、自分に刺激を与えてくれる人と関わることが大切だということを表しています。ベゾスは自分の周りにいる人たちから学び、刺激を受けてきました。彼は今後もアマゾンやその他の組織に影響を与えていくことでしょう。



それではまた次回！

健康コラム



代表取締役社長
兼 COO
阿部 博之

第35回

肩こりも栄養素不足!?

肩こりには様々な原因がありますが、栄養素が不足していることが原因となっている場合もあります。

この場合、食事では不足している栄養素を補うことで肩こりを改善することができます。



●血行をアップするビタミンE

毛細血管を広げて血行をアップする効果があるビタミンE。筋肉の活動に必要な栄養分や新鮮な酸素をスムーズに運び、肩の筋肉の疲れを改善します。ひまわり油、綿実油、ペニバン油、アーモンド(フライ)、ヘーゼルナッツ(フライ)などに豊富です。

●筋肉の疲れを解消するビタミンB1

B1が不足すると体中の筋肉がだるくなるなど、疲労状態が引き起こされます。ビタミンB1を摂取すると、疲労物質が取り除かれて血行も改善します。ビタミンB1の多い食材には、豚肉やゴマ、大豆、玄米などがあります。

●筋肉の緊張をやわらげるマグネシウム

筋肉が緊張すると肩こりになりますが、マグネシウムは筋肉の緊張をやわらげるので、肩こりの改善につながります。干しひじき、青のり(素干し)、味付けのりなどの海藻類、干しエビ、サクラエビなどの魚介類のほか、バジル(粉)、からし(粉)、カレー粉などの香辛料にも豊富に含まれます。ビタミンやミネラルの働きを促進するハクアを、毎日の食事にプラスしましょう!

