

仕事への意欲高めるコツ

「やる気」が出ないと感じたら

2 「やる気を支える要因」を再分析

- 何に関心があり、何を達成すれば満足できるか洗い直す
- 「やる気を支える要因」を増やし仕事で成果を出すサイクルに

やる気を支える9つの要因

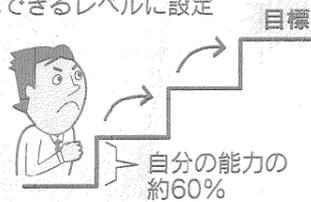
- 困難を乗り越える
- 仕事での主導権
- 良好な職場環境★
- 適職を求める気持ち
- 円滑な人間関係
- プライベートの充実
- 円滑な業務遂行
- 自己表現の達成
- 上司や周りからの評価★

やる気 → 業績・成果

● 複数持つ(1つ失敗してもほかで補完)  
● 努力で変えられるものを2つ以上入れる(★は自分だけでは変えられない要因)

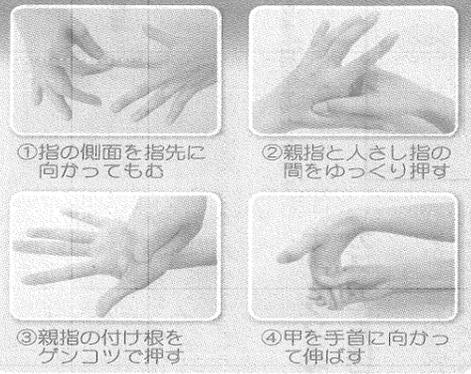
1 目標が高すぎないかチェック

- 最終目標を達成するには短期の目標を段階的にクリアする方式で
  - 短期の目標は自分の能力の約6割で達成できるレベルに設定
- すぐにできること
- 毎朝5分、目標を意識
  - 1日の終わりに仕事内容を振り返る



3 ストレスを軽減

- やる気低下はストレスが原因の場合が多い
- すぐにできること
- 通勤時にミントガムをかむ → 脳を活性化
  - 1日の終わりにハンドマッサージ → 脳を鎮静化



(日本経済新聞)

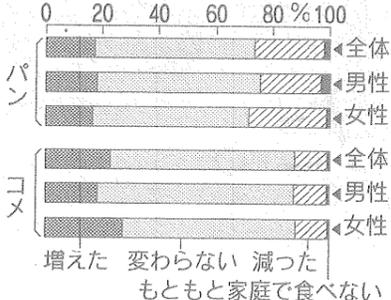
たばこ一〇〇〇円、死亡六万人減

たばこが一〇〇〇円に値上げされたらと仮定すると、その後20年間で死亡を約6万人減らせることが、厚生労働省研究班の試算で分かった。喫煙率の最新データがある2006年を基準に計算した。500円でも禁煙に成功した。五〇〇円でも禁煙の効果があつたとはい

「パン離れ」加速

小麦製品の高騰などを背景に、消費者の「パン離れ」が加速している。日経産業地域研究所が行った調査では、回答者の四分の一が一年前より「パン食を減らした」と答えた。その傾向はとりわけ「一方、嫌う女性層で強い。食費増え、健康志向や伝統文化など、志向や消費文化の変化ももうかがえる。

1年前と比べ食べることが増えたか、減ったか



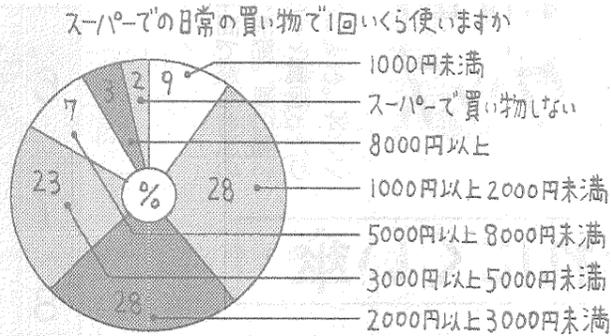
調査の方法 マクロミルに依頼して八月、全国の二十〜六十代の男女千三十人を対象に実施。

当世

ふとこる事情

スーパーでの買物一回 いくらか?

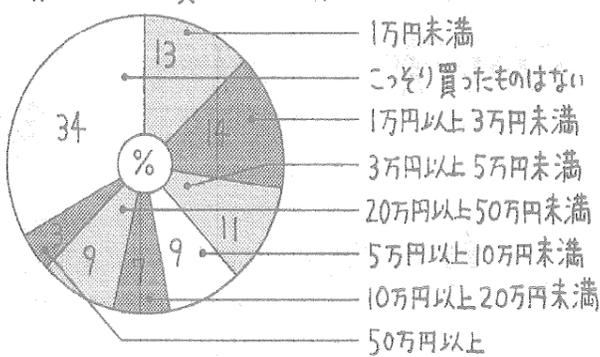
(一〇〇〇〜三〇〇〇円が六割弱)



家族に内緒の買物 最高額は?

(「5万円未満」が計4割弱)

家族に内緒で買ったもので一番高かったものはいくらか?



調査の方法 調査会社のマクロミルに依頼し、インターネットで実施。対象は全国の既婚成人男女で、有効回答は六百十八人(男女半々)

(日本経済新聞)

10月19日(日)

清掃ハイキング

恒例となりました清掃ハイキング。社員全員参加で少しだけでも、我が街高槻を、美しくしようという理念で行っております。

なかなか、なくならないタバコのポイ捨て、ゴミの大部分をしめておきます。

喫煙者の皆様はマナーを是非守ってほしいと思います。

プロ野球阪神戦当選者



第十四回当選者	H20 8/26	松が丘	安田	義之	様
	8/28	宮田町	佐藤	勝彦	様
		芝生町	松野	哲也	様
		郡家本町	羽瀬	保美	様
第十五回当選者	9/9	城西町	糸瀬	敏和	様
	9/12	奈佐原	立石	敬二	様
	9/14	東上牧	杉本	修雄	様
	9/23	塚原	田渕	重隆	様
	9/24	美しが丘	藤井	治男	様
		北大樋町	山田	俊彦	様
		古曾部町	渡邊	滋男	様
		若松町	有山	永吾	様
		寿町	矢野	克美	様

献血にいこう!

10月16日、23日

社員献血に出動! 半年に一度の献血で、役にたてたらいいねと身近に出来ることと社員一丸となって取り組んでいます。

