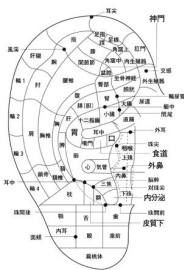


耳が健康のバロメーター？

最近、「耳ヨガ」がお茶のCMで紹介されたり、「耳つぼ」など聞いたことがある人も多いのでは？そこで、疲れた時に耳をマッサージしてみることをご紹介します。

耳を触ると固い人、なかには痛い人もいます。自分の固さが解らない場合は人と比べるとわかり易いでしょう。痛い場合は、かなり身体が滞っていると思ってください。耳には足裏よりも多い全身のツボがあります。その数はWHO(世界保健機構)で認められているだけでも200ほどあり、身体への健康効果が期待できます。①まず手で耳を覆って温めてから、上下左右に折ってみましょう。②耳たぶ辺りを指でつまんでしっかり外へ引っ張り→パツと離す。

③「②」を耳たぶから徐々に上に進めていきます。これだけでも随分と耳や身体までポカポカしてきたと思います。女性には嬉しい、美肌効果も期待できますよ。耳は簡単に触ることができず、日々ほくしておくことを健康チェックのためにも取り入れてみてください。



♪小松菜の健康効果♪

小松菜は栄養価の高い緑黄色野菜で、カルシウム・ビタミンA・鉄・カリウム・食物繊維などを多く含んでいる。小松菜はほうれん草と栄養価が似ており、比べてみると鉄分はやや少ないものの、カルシウムは5倍で、野菜の中ではトップクラス。カルシウムは、



骨や歯を丈夫にし、骨粗鬆症を予防する上で欠かせない栄養素です。小松菜はカルシウムが不足しがちな熟年の方や妊婦、成長期のお子さんに積極的に食べてほしい野菜です。また小松菜は、貧血の予防効果がある鉄、動脈硬化やがんなど成人病を予防するといわれるβ-カロチン(ビタミンA)、風邪を予防し、美容に効果的な働きをするビタミンCを豊富に含んでいます。

さらに食物繊維も多く、便秘を改善、血糖値の上昇を抑え、大腸がん・糖尿病の予防に効果的です。

Monthly Photo

悩みでもあるの・・・
石中さん???



いくら食の話題といっても、
食べすぎじゃない・・・
大畑さん!!!

天満屋ストア様の原尾島店に勤務するスタッフの慰労会を開催しました。昨年の10月31日にリニューアルオープン以来、全レジを委託運営しているスタッフ達です。オープン当初はスタッフの人数が足りず運営にとっても苦労しましたが、みんなが残業をこなしながら乗り越えることができました。まだ、誰も辞めておらずともチームワークの良い『適職広場』の仲間達です。

できごと

ハローズ様の62店舗目であり、徳島県内2号店となる北島店が6月6日にオープンしました。岡山では23店舗あるのでお馴染みですが、四国でも香川県10店舗、愛媛県6店舗をオープンしているんですよ。そのほとんどの店舗を営業の田鍋部長が担当しお手伝いさせて頂いています。トレーナーの長野さん、松岡さん、瀧本さん、小野さんいつもありがとうございます。また鳴門店からも応援に駆けつけてくれた富士さん、田中さん、坂東さん、岡山からの岩崎さん、今後もよろしくお願いします。



一緒に働いていただける仲間を募集中!

働いてみたいと言われているお友達がおられましたら是非、ご紹介ください!



株式会社プログレス
〒700-0962 岡山市北区北長瀬表町3-1-12 北長瀬駅前IIビル2階
tel:086-280-2201 fax:086-280-2208

株式会社リテールサポート
〒700-0962 岡山市北区北長瀬表町3-1-12 北長瀬駅前IIビル2階
tel:086-805-1105 fax:086-280-2208

適職広場通信Vol.1 2014年6月発行

Vol.1



『適職広場通信』・・・始めます!

皆さん、毎日のお仕事お疲れ様です。平成16年に会社を設立してからこの6月2日で11年目を迎えました。設立当初は、これからどうやって売上を上げていけばいいのか・・・?大きなビジョンや目標もたずに『できるだけ頑張ってみよう!』と勢いだけでスタートしたことを非常に懐かしく思い出します。この10年を振り返ると、当初は工場派遣でスタートし比較的順調でしたが、5年目でリーマンショックが起こりそれまで積み重ねたことが、一瞬で崩れ去りました。その頃からサービス系の仕事を始め、今では工場系とサービス系の2本柱が会社を支えています。

『最も強い者が生き残るのではなく、最も賢い者が生き延びるでもない。唯一生き残るのは、変化に対応した者である』進化論のダーウィンが遺した有名な言葉です。人間は勿論ですが会社も生き物ですよ。大きくすることがいいことばかりではないし、昨日と同じ今日を過ごすのも変化がなくて面白くない。時代の変化にアンテナを張り、自らが変わることを楽しめるような、筋肉質な会社を目指していきたいと思っています。

最近、営業マンに話したことなんですけど『同業他社がやらないちっぽけな違いを30個やれば間違いなく勝てる。100個やれば圧倒的に勝てる』・・・そのちっぽけな違いを見つけて実践することが少しずつでも前に進む近道なんだと思います。日米通算4000本安打を打った時にイチローが言っていましたよね。『小さいことを重ねることがとんでもないところに行くただ一つの道である』一発逆転のウルトラCはないことを肝に銘じて日々の地道な努力を実践したいものですね。それでは、『今日も笑顔で・・・!』

P.S. サイトをリニューアルしましたので、是非ご覧ください。

代表取締役 山崎 智裕

働いている スタッフに突撃 インタビュー!!



天満屋ハピータウン
原尾島店
向井 良騎さん

Q1.入社はいつですか?

A. 平成23年10月です。

Q2.入社 の 動機は?

A. 工場での勤務を考えて応募しました。でも原付バイクしかない希望勤務地からは遠いとのことで、レジ業務を勧められたのがきっかけです。実家がコンビニを経営しているのでレジを触った経験があったので『できるだろう!』と思い入社しました。

Q3.仕事を始めてみて感じたことは?

A. 管理者の杉さんと松下さんから研修を受けたのですが『えっ!ここまでするの...?』って感じで戸惑いました。『レジ業務は簡単』と思っている人が多いかもしれませんが結構奥が深い仕事なんだと、自分がやってみて改めて思いました。勤務している店舗が全台委託なので、会社として接客について真面目に取り組んでいる印象を持ちました。

Q4.仕事をしていて印象に残ったことは?

A. 入社して半年後ぐらいに、天満屋ストア様のチェッカーフェスティバルに参加させてもらったことです。各店舗から代表者が実際のレジ業務の演技をする大会なのですが、すごく緊張しました。ただ、自分の接客レベルがどこまで通用するのか、トライしてみたかったこと、他店舗の人の演技を実際に見て刺激を受けました。

Q5.当初勤務していた岡北店から原尾島店に移動になり管理者を任されたんですね?

A. はい。昨年10月末に原尾島店のリニューアルオープンとともに、レジ業務が全台委託になりその管理者として勤務しています。スタッフのまとめ役とお店とのパイプ役をさせていただきましたが、いかんせん初めてのことばかりで戸惑いました。また、当初は人手が足りずに、みんなに残業をお願いしながら、私自身もあまり休めずに大変でした。でも、なんとか乗り切ることができました。これまで私を育ててくれた先輩や良い仲間にも恵まれて、やりがいを感じています。

Q6.仕事をしていて嬉しかったことは?

A. いつも買い物に来てくれるおばあちゃんから『あたしゃ、ニイちゃんのレジにしか並ばんのよ!』と言われたことです。

Q7.今後の目標は?

A. レジのプロ集団になって、お客様から飲ばれる仕事をしたいと思います。

ハローズ様を担当している田鍋です。

先日、ある店長様から『感謝の日記』を書いているという話を伺いました。店長がおっしゃるには「愚痴やマイナスは一切無し、嬉しかったこと、感謝したこと等の良かったことしか書かない。どれほど沢山のの人に支えられているかわかるよ」とのこと。それを聞いて、私も『感謝の日記』を書き始めて、まだ三ヶ月…でも早くも実感!

…気がつけば9年目。『レジ』どころか『派遣』が何かも知らずに飛び込んだこの世界。やみくもに…がむしゃらに…真剣に…。連島にたった一人の派遣スタッフから中四国24店舗、100名以上の大所帯になった今、どれだけたくさんの人と出会い、助けられ、支えられて来たことでしょうか。スタッフ、社員の皆さん本当に『感謝』です。私にとっては人材派遣→人財発見(オヤジでごめんなさい)になっています。これからも出合いを大切に『感謝』を忘れずに楽しんでいきたいと思えます。

1年後、5年後この『日記』を開いた時、あらためて今日の出会いに感謝することでしょう。

皆さんも『感謝の日記』いかがですか?

部長 田鍋 友啓

マナー・コミュニケーション一口メモ ～ビジネスシーンでふさわしくない流行言葉編～

1. 「フツーに●●です。」

何かの感想を求められたときなど、「フツーに美味しいです」などと表現する人がいますが、本来「普通」とは、珍しくないことや他と比較して特に変わりが無いこと、特別でないことという意味です。「フツー」とつけることで、よいのか悪いのか分かりづらくなります。

2. 「やばいです。」

「かっこいい」「おいしい」「すてき」などのよい意味に使われることもあれば、「困った」「危ない」などのように悪い意味でも使われています。どちらも心が揺さぶられているときに使われているようですが、ビジネスの場ではふさわしくありません。

7月にお誕生日を迎えるスタッフの皆さま「お誕生日おめでとうございます!!」

この一年が、たくさんの幸福と可能性に満ちた日々でありますように。

- ・山本 千夏さん(1日)
- ・内田 太輔さん(3日)
- ・近藤 佳子さん(5日)
- ・橋本 美加さん(5日)
- ・亀岡 由佳さん(6日)
- ・檜垣 百合子さん(8日)
- ・楠田 千恵さん(8日)
- ・大倉 絹江さん(12日)
- ・中村 香里さん(14日)
- ・井原 恵子さん(14日)
- ・佐々木 菜実さん(15日)
- ・福野 俊甫さん(16日)
- ・難波 加奈子さん(18日)
- ・石中 雅人さん(21日)
- ・旦 好美さん(23日)
- ・川上 大輔さん(23日)
- ・金子 浩一さん(24日)
- ・川上 裕子さん(25日)
- ・高橋 美香さん(28日)
- ・藤田 由美子さん(30日)
- ・谷口 憲子さん(31日)
- ・大坪 奈津美さん(31日)

社会人なら、誰が聞いても不自然でなく、不快でなく、分かりやすい正しい言葉を使いましょう。流行言葉で自分のイメージダウンをしないように気をつけたいですね。