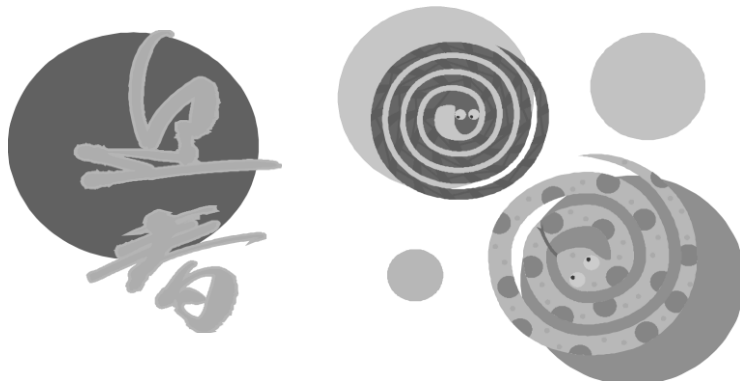


loco mail

ロコメール新春増刊号 2013/1/4

明けましておめでとうございます

年末年始の休暇はいかがお過ごしでしたでしょうか？
本年も更なる飛躍を目指して邁進してまいりますので、
皆様の変わらぬお力添えをどうぞ宜しくお願い致します。



1月の休業日

1/2/3/6/13/14/20/26/27

※現時点での予定となるため、各種作業や配送
の状況に応じて変更となる場合があります。

～連絡先について変更のお知らせ～

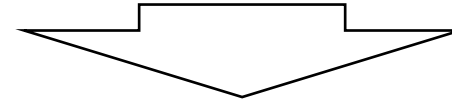
本年より内職に関する連絡先に変更があります。お手数をおかけしますが、携帯登録の確認など今一度ご確認の程、宜しくお願い致します。

<変更前>

主な連絡先:内職ダイヤル 080-1329-5969

locomotion-1741@docomo.ne.jp

第二連絡先:山田携帯



<変更後>

主な連絡先:山田携帯

090-3338-1741

caesars-no.14-@docomo.ne.jp

第二連絡先:鈴木携帯(旧内職ダイヤル)

※山田携帯・鈴木携帯、共に番号とアドレス自体の変更はありません。

今後の連絡は作業内容/来社希望/その他、一律山田携帯宛となります。
(一部作業によっては、鈴木宛に連絡をお願いする事があります。その際は、都度その旨をお伝えしますので、対応を宜しくお願い致します。)連絡がつかない場合なども、鈴木携帯宛にご連絡頂いて構いません。ご不明点がございましたら、お気軽にお問合せ下さい。



一年の計は元旦にあり

皆さんは、一年前に今年こそは！と決めた目標をしっかりと覚えていますか？人の脳は基本的に忘れゆく造りになっているため、日々多くの物事に追われた生活の中で、目標を忘れずに心掛けるということは非常に難しいのだそうです。忘れずに毎日心掛ける秘訣は①紙に書く②毎日見るということ。というわけで、私達も書いてみました！

整理整頓

山田

急ぐ時こそ落ち着く

鈴木

…これは目標以前に[毎日見る]ことをきっちり続けることが最初の課題かもしれません(笑)一年後に実行出来ているよう、頑張っていきます！↓是非、皆さんも目標を書いてみて下さい↓

POINT☆言葉のチョイス

目標を書く時、ポジティブな表現を用いるようにする事が重要です。その方が心理的に前向きに目標に取り組む事が出来ます。

実は言葉には、同じことを表現しているのに、ポジティブな表現とネガティブな表現とがあります。そして人は普段、無意識にいずれかの表現を選んで使っているのです。

例えば、「朝早く起きる」→これはポジティブな表現ですが、「朝寝坊しない」→これはネガティブな表現です。「食事は腹八分目にする」→これはポジティブで、「食べ過ぎない」→これはネガティブです。目標、となると××(というダメなこと)をしてしまう自分を正す>という気持ちで「××しない」と考えがちです。ポジティブな表現で、〇〇という状態の自分になりたい、〇〇が出来るようにしたい、という理想をそのまま「〇〇する」と言葉にすることが大切です。

これはなにも目標を掲げる時だけのことでなく、普段から気を付けることで意識やモチベーションを前向きに維持できるという効果や、言葉を受け取る側の心象も良くなるという効果があるそうです。公共施設のトイレの貼り紙に、「きれいにご利用頂きありがとうございます」とあるのと「落書きをしたり、ゴミを置いたりしないで下さい」とあるのでは印象は全く違います。

私も皆さんに、「入数を間違わないように」「向きを間違わないように」とネガティブな表現をしているなあ、と気付きました。恐らくその根底には<トラブルを未然に防ぐ>という意識が強くある為です。これからはまず<理想の状態>をイメージし、「数を正しく入れる」「向きを揃えて入れる」とポジティブに表現していきます。

自分が最も接する機会の多い言葉は、思考や発言といったの自分自身の言葉です。是非、作業だけでなく普段からポジティブな表現の言葉を使う意識をしてみてください！