

君の 今日も視界良好

⑤「再チャレンジ」 中小企業診断士 長尾 康行

この仕事をしていると長時間デスクに座ることが多く、運動不足になる上に、夜遅くまで仕事をすることも頻繁にあるので食生活が不規則になってしまいます。また、私自身は太りやすい体質ですのでこのような生活が何年も続くと体重は増加する一方です。3年ほど前に一念発起し、パーソナルジムに通って8週間で14キロほど体重を落としました。その時はウエストも12センチ縮まりました。体調も良く健康診断の数値も良かったですし、何よりもスーツを着た時のシルエットがダイエット前と全く異なり気分が良かったです。しかし、それから徐々にリバウンドし、ダイエット前の体型に戻ってしまいました。そこで、今月から再度パーソナルジムに通いました。食生活も炭水化物は80%程度カットし、タンパク質メインの食事しております。仕事が忙しく体力が消耗している中で筋トレは本当にきついですが、自分で決めたことを最後までやりぬき、目標を達成したいと思います。

⑤「新しい家族が増えました」 中小企業診断士 木戸 貴也

10月に息子(次男)が生まれ、新しい家族が増えました。新型コロナウイルス感染症の影響で出産の立会や産後の面会が禁止されているため、この記事を書いている時点(10/28)ではまだ会えておらず、早く退院の日が来ないかと楽しみにしています。子供も2人となり、責任が増えた分、今まで以上に仕事も頑張っていると思います。



⑤「心を整える」 椛本 啓嗣

季節の変わり目や長い間の自粛生活と日々身体的にも精神的にもストレスがたまる現代社会ですが、ストレス発散方法が何かないか探していたところ、香りを楽しむことでストレスを発散することができると知りました。最近、パロサントという香木を購入し、休みの日に香りを楽しんでいます。そのまま、部屋に置いていても香りを楽しめる上、火で少し炙ることでより香りが充満します。人間は、焚火などで火を見ることがストレス発散に繋がるため、自宅で焚火はできませんが、これならマンションでも使用できるので日々ストレス社会にさらされている方にはオススメです。



⑤「目標を達成するには」 事務担当 松野 あやか

2021年度下期の行動目標シートを7月初旬に作成しました。行動目標シートとは自分の役割、自分の能力やこれまでのキャリア等を十分に考え、所属部署の品質目標をもとに、具体的に記入します。また、仕事を進めていく上で必要な能力の向上に関するもの(例えば、公的な資格の取得、通信教育等)も具体的に記入します。上期の反省も含めて下期の行動目標シートを作成しました。行動目標シートに記載した目標を達成するには、時間管理と行動管理が重要になると日々の業務や社内でのコミュニケーションの中で改めて気付きました。限られた時間の中で、いかに時間を有効に使って行動するか、その行動は目標につながるのか、行動の時間配分と行動を計画し、目標達成に向けて改善することです。先日、個人面談で行動目標シートの進捗状況を上司と確認し、計画通りに進んでいないのが現状ですが、もう一度、時間管理と行動管理を見直し、12月末までに達成できるよう、取り組んでいこうと思います。

⑤「文章の向こう側には誰がいるのか」 杉原 千尋

補助金の計画書でも、ブログでも、手紙でも、文章を書く際はそれを読む人のことを考えながら書きます。説明が片手落ちになっていないか、文字だけで想像してもらえそうか。手紙であれば、読んでもらった時にどのような気持ちになってもらいたいか、という点に考えを巡らせます。手紙を書く上でのポイントについて書かれた『十頁だけ読んでごらんさい。十頁たって飽いたらこの本を捨てて下さって宜しい』(遠藤周作著)を定期的に読み返すのですが、同書でも、一貫して「読み手のことを想像しながら書け」ということが主張されています。よい文章を書くには、日々の積み重ねによるものが大きいですが、読み手のことを想像して書く、ということを実践するだけでも効果は大きく異なるのではないかと考えています。

⑤「傾聴力」 インターン生 橋本 大治

コンサルタントを目指すうえで必要なものは知識や思考力等、たくさんありますが中でも傾聴力が重要であると最近感じます。ものづくり補助金や事業再構築補助金の計画書を作成する際は事業者様にお時間をいただき、ヒアリングを行います。ヒアリング後は上司と共にヒアリング内容を精査し、その後、計画書の作成に当たりますが、その話合いの時点では上司と私の間にヒアリング内容の理解度の差がかなりあるように感じます。これは計画書の精度にも直結する問題ですが私はこの原因が傾聴力にあると考えています。私は傾聴力を単に相手の話を聞く能力ではなく相手の話を脳内で整理し、必要な情報を更に引き出す能力だと考えています。傾聴力は補助金のヒアリングのみならず、今後事業再生を行っていくうえでも必要な能力であり周囲との関係性を築いていくうえでも大切な能力であるため、意識してトレーニングを行っていく必要があると感じました。

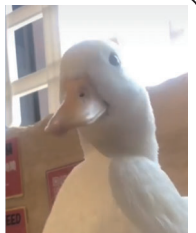
⑤「『ついていきたい』と思われるリーダーになる51の考え方」 インターン生 秋定 皇輝

リーダーになるには皆さん何かが必要だと考えますか?カリスマ性、プレゼン力、実績、経歴はたまたスーパーマンの様な力...と思われる方もいるかもしれませんが、ですが、本当に必要なものは人徳だそうです。この人徳の正体は、51をギョッと纏めると「弱い人を大切にする」「権力の誘惑と恐怖に負けない強さ」だそうです。他にも、人徳の向上方法や人事評価の参考になる方法などが記載されていたり、家族、グループ、部署、会社、国家、あらゆる組織においてリーダーになりたい人だけでなく、リーダーにならないと決めている人は、どのような人をリーダーに選べば良いかが分かる目線が得られます。著者はスターバックスジャパンの元CEOである岩田松雄氏ですが、同氏の経歴もとても興味深いです。是非、ご一読ください。



⑤「自己紹介」 インターン生 垣口紗花(かきぐち すずか)

9月より学生インターンとして働かせていただいている垣口紗花です。近畿大学経営学部キャリアマネジメント学科に所属しています。経営の中でも経営資源である「ヒト」をメインに勉強しています。様々な仕事の中でも経営において基礎から応用までを学び、活用することが大事な経営コンサルタントに興味を持ち、インターンに参加させていただきました。インターンに参加し、専門的なことを沢山教えていただいているので、しっかりと学び活用していきます。大学1年生の頃にキャンプサークルを立ち上げ、現在60人入部しています。キャンプ以外にもスポーツなどもして交流を深めています。私は最近アヒルが好きで、先日小動物カフェに行き、その時からアヒルを飼うことが夢です。生年月日:2001年6月11日 星座:双子座 血液型:A型 趣味:音楽を聴くこと、犬とアヒルを触ること



発行元: 株式会社フラッグシップ経営 経営革新等認定支援機関

〒542-0081 大阪市中央区南船場4-12-8 関西心齋橋ビル8階

TEL : 0120-34-8776 FAX : 06-7635-8214

MAIL : info@flagship-keiei.co.jp URL : www.flagship-keiei.co.jp



株式会社フラッグシップ経営 Facebook ページ

いいね! お待ちしております。



株式会社フラッグシップ経営 Twitter

@flagship_keiei にて随時情報発信中!

