

YPP東京オフィスの創業地であった台東区入谷は「朝顔まつり(朝顔市)」が有名です。このことにちなんでニュースレターの名称を「朝顔TOPICS」と名づけました。朝顔は育てた人が多く、身近で親しみやすい花として知られ、開花の美しさはさることながら、双葉やつるがのびていく様を眺めるのが楽しい植物です。YPPも、朝顔のように、みなさまに親しまれながら、つるを伸ばしてたくさん花を咲かせていきたいです。

Topics1

社長と約束した「秘密の片づけルール」4ヶ月後の意外な成果

組織やチームを変える

片づけのエッセンス小松易先生の

「かたづけ士のGood & New」

かたづけ士・小松易先生が日々の生活や仕事の中で出会った、片づけにまつわるいろいろな情報や気づきを皆様に共有させていただきます。

さて、今回のかたづけ研修は都内にある建設系の会社でした。トータル4時間、8名の社員1人ひとりがとても集中して受講してくれました。

中でも積極的に1番たくさん質問をしていたのが、A部長でした。

彼の積極的な姿勢がその日の和やかな雰囲気を作っていました。実は彼の意識に「片づけスイッチ」を入れたのは他でもない、社長でした。

社内で自他ともに認める「片づけ下手」だった社長が研修開催日から遡ること4か

月前、自らデスクと書棚の片づけに着手していたのです。

いつも書類で溢れたデスク周り、無造作にファイルがしまわれた後ろの書棚。それが日々少しずつスッキリしていきました。

実は社長と私の間で密かにある「ルール」を決めていました。

それは「片づけ期間中、決して他の社員に片づけるように言わない」というもの。

当人が「片づけ」のことを話題にしなかったからなのか、社員のだれからも「片づきましたね!」のような声はありませんでした。

それでも、片づけを頑張った甲斐あって、3か月後社長の周りは見違えるようになりました。

そんなある日、社内で“2番目”に片づいていないA部長から突然こう言われました。

「社長、片づけのコツなにか教えてくださいませんか?」

「A部長、1月の研修まで待ってね!」

かたづけ研修に「5つのポイント」というまとめのパートがあります。

その5番目、つまり最後のメッセージが

「**率先垂範**」です。

「**率先**」とは、人の先頭に立つことで、「**垂範**」とは模範を示すこと。

冒頭の笑顔がステキな店長と社長はまさに「率先垂範」の人です。

すると周りにそれが飛び火し始めました。良くも悪くもリーダーが作る環境は周りに伝染します。

大切なことは、**その影響は本人が思うよりも大きい**ということです。

「影響力の大きさ」をぜひ自覚して、まずは書類の山の片づけから“率先垂範”で進めてみてください。

すくきり-lab

日本初の「かたづけ士」

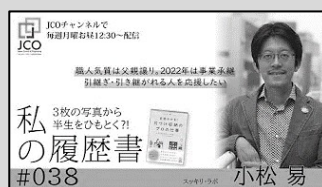
『かたづけを通じて人生を変えるコンサルティング』 スクキリ・ラボ 代表

大学在学中にアイルランドへ留学し、トランク1つで生活できたことに衝撃を受けて帰国。物を持たない自由と幸せを実感し、自然とかたづけに意識が向くようになる。大学卒業後は建設会社に入社し、現場でかたづけの重要性を学ぶ。その経験から、プライベートで知人にかたづけを教え、かたづけのさらなる可能性を実感する。

2005年9月に「スクキリ・ラボ」を開業。経営者・企業向けに「かたづけ」のコンサルティング、セミナー活動を行う。

今まで延べ2万人以上にかたづけ講演・研修を行っている。著書はシリーズ累計47万部『たった1分で人生が変わる 片づけの習慣』(KADOKAWA /中経出版)、『「すぐやる人」になる1分片づけ術』(日経ビジネス人文庫)ほか多数。最新刊は、『「かたづけ思考」こそ最強の問題解決』(PHP研究所)。テレビ出演に『ガイアの夜明け』(テレビ東京)、『めざせ!会社の星』(NHK教育)、『助けて!きわめびと』(NHK総合)など。

スクキリ・ラボ HP <http://sukkiri-lab.com/>



YouTube!!

JCO版
私の履歴書 スクキリ・ラボ小松易
<https://www.youtube.com/watch?v=sEL5NmZfeBw>

スクキリ・ラボ メルマガ

で検索!!

「ビジネス×片づけ」の事例満載!
自分と会社本来の力を取り戻す
「かたづけメルマガ」

経営者必見!



小松 易 こまつ やすし

仕事がかどる！
知ってて便利！

小技をご紹介します

今回は
【Wordにダミーテキスト
を挿入する方法】の紹介です。

Wordには、日本語のダミーテキストや、英語のダミーテキストを挿入する機能があります。この機能は用紙・フォントサイズ・余白の量を変更したときの文章の外観をチェックの際にも使えるので、使い方を覚えておくと便利です！

●日本語のダミーテキスト：rand()

「=rand()」と入力し、Enterキーを押すと日本語のダミーテキストが挿入されます。

▽文章の量を調整

「=rand(段落数)」を入力するとダミーテキストの文章量を調整することができます。

※段落の行数は用紙サイズ・フォントサイズ・余白の量で、指定した行数と異なることがあります。

●英語のダミーテキスト：lorem()

「=lorem()」と入力し、Enterキーを押すと英語のダミーテキストが挿入されます。

▽文章の量を調整

「=lorem(段落数)」を指定することで、文章の量を調整することができます。

<ダミーテキストが挿入できない>
上部の「ファイル」タブをクリックし画面左下の「オプション」をクリックします。

★Wordのオプション

①左メニューの「文章校正」を選択
②「オートコレクトのオプション」をクリックします。

★オートコレクトの設定

①「入力中に自動修正する」にチェック
②「OK」をクリックしましょう。
これでダミーテキストが挿入できるようになります。

参考

<https://pc-karuma.net/insert-random-text-in-microsoft.../>

YPP すこやか通信



このコーナーでは、YPPに関わってくださる皆様が
健やかに・ごきげんに・サスティナブルに
お仕事を続けていくためのヒントをお届けしていきます！

現在と未来では、実力が全然違う

勿体ないことに、何かを考えるにあたり「前提」が間違っていることが往々にしてあります。それは「現在と未来の（自分の実力の）混同」です。

未来の自分は、今の自分が努力をした末に経験値があがっているのですが、それを忘れてつい、「今の実力のままで」考えてしまう。そして「今出来ている以上のことは自分には出来ない」と『間違った結論（間違った未来予想）』をイメージする、という勿体ない時間を過ごすこととなります。

運転免許を取った人なら分かると思うのですが、教習所で初めてハンドルを握ったときはまっすぐな道を時速20キロで走るのさえ難しい。ところが慣れたらよそ事を考えながらバックで駐車場に停車もできるし高速道路のインターチェンジだって、問題なし。人間の習得力って、本当にすごいのです。

仕事も同じで、20キロが難しかった人が実力が変わると、100キロを楽しめるようになります。

永遠に結論が出ないように思えた「お題」も瞬時に「これは良い・これはダメ」と判断できる審美眼が身に付いたりする。正しい筋トレを続ければ美しく筋肉はついていき、持ち上げられるバーベルの重さは変わっていく。

今の自分と未来の自分は、違うので「同じだ」という前提で考えるのは、とても勿体ないのです。

私なりのコツですが「どうしたらもっとよくなるだろうか」という問いを常にもつことと、視点の先を「自分」ではなく、「みんながよくなること」に向けること。

『良くなる方向に向かう』という【姿勢】が、本当に大事。

「自分がどう思われるか」とか「相手がどう思っているか」とかそう考えるときは堂々巡りをしやすい傾向があります。（勿体ない時間の過ごし方）

『良くなる方向に向かう』自分を信じてどう物事を分解（分担）したら良い？と考える。それを繰り返しているうちに20キロでドキドキしていた自分が100キロを楽しめる自分になっていく。

今日の自分が一番、実力がない、と思えば未来は、成長しかありませんね！！

編集後記

今年も残すところあと1ヵ月を切りました。

コロナで始まり、コロナで終わりそうな1年でした。

今年は、戦争や暗殺などが起こりあまり明るい1年では無かったですが、冬期オリンピック、現在進行中のサッカーワールドカップなど、心躍るイベントもありました。

スポーツは勇気、元気、希望、平和を与えてくれます。

観戦するのも楽しく、ドキドキしたり、ハラハラしたり。

という事で、私も今年から始めたテニス。

来年はもっと上達するように、頑張りたいと思います。

カタールの公用語、アラビア語を調べてみました。



(頑張る) أبذل جهدا 'abdul juhdan

YPP橋本

