

ハモコミとは「ハーモニーのあるコミュニティづくり」という弊社の社是の略。

一人ひとりが自分を輝かせ、その集まりが全体として調和しキキしている様。会社ではツールで、この通信ではネタ話で、側面からそれを応援します。



発行 株式会社吉岐産業
〒981-8006
仙台市泉区黒松2-16-12
責任者 長谷川嘉宏
バックナンバーご覧いただけます
<https://iki-sangyo.co.jp>

2004年4月号を創刊号におかげさまで丸15年。読んでくださる方がいる幸せを感じて続けることができました。これからも気負わずコミュニケーションのネタを発信し続けていきます。お楽しみいただければ幸いです。

◎毎朝のルーティン

「ルーティン」は、よく耳にする言葉です。

決まりきった手続き、手順、日常の仕事、日課などの意味があります。

Aさんはここ半年ほど毎朝5時に起床しています。

その後は、軽い体操、シャワーを浴びる、身支度を整えて仏壇に手を合わせる、軽食を取る、6時に家を出て会社へ向かう、というルーティンがすっかり身につけていました。

かつて、起床後の様々な段取りを決めたこともありましたが、やっぱりやらなかったり、面倒になって止めてしまうということを繰り返していました。

そのような時は朝早く出社しても段取りが悪く、仕事もスムーズに進みません。

出勤前のルーティンを確立した今は、出社時から頭がスッキリして、予定した仕事をテキパキとこなせるようになりました。

良い気づきが得られ、質の高い仕事もできるようになりました。

朝の限られた時間を有効に活用し、自分なりのルーティンをコツコツと続け、テンポよく仕事に取り組んでいきたいものです。

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

<コメント>

皆さんもたくさんさんのルーティンをお持ちだと思います。私もこれを語りだしたら止まらないほど(笑)、定番の『こだわり活カルーティン』を持っています。

目覚めてから家を出るまでに10個、会社に着いてから始業までに12個、寝る前に1個。

寝る前の1個だけご紹介しますね。

布団に横になり、誰にともなく「ありがとうございます」とその日1日が無事過ごせたことに心から感謝の言葉を口に出します。

それから息を3回「はっはっはー」と吐き出して目を閉じます。感謝できるような1日の光景が、一瞬走馬灯のように目に浮かび、30秒以内には深い眠りの世界に。

本田実氏「最強のNo.2の在り方」。松井秀喜氏を輩出し数々の名勝負を繰り広げてきた石川県星稜高校。名將山下監督とともに野球部部长としてその歴史を刻んだ本田氏。現在は、大学での教育のかたわら、金沢市内で幼稚園児・小学生対象に「親子で親しむ寺子屋論語塾」および立腰教育を行っていらっしゃいます。申込みに遠慮してはなりません(笑)。

◎少しの気の緩(ゆる)み

大規模なイベントホールで働いているKさん。

毎年、夏の時季はイベントの繁忙期で、全国から1000名を超えるお客様が集います。

週替わりで開催されるイベントの準備では、スピードと慎重さが要求されますが、特に当日となると時間に追われ、判断を欠いてしまう場面もあるようです。

イベントの当日、スケジュールが目まぐるしく過ぎていく中、物を移動する際に、前方不注意で机を壁に衝突させてしまいました。

壁は少しはがれてしまいましたが、《これくらいなら大丈夫だろう》と報告を後回しにしたのです。

その後も大忙しで働くKさんの脳裏から、その事故のことはすっかり無くなっていました。

イベント終了後、異変に気づいた上司から壁の件を聞かれ、思い出したように弁明したのですが、叱責を受けたのは言うまでもありません。

仕事に優先順位はありますが、Kさんの場合は《これくらいなら》という安易な考えが失敗を更に酷(ひど)くする原因であったでしょう。

その後、失敗を教訓に、普段の働きを見直し、慎重に取り組む姿勢を身につけたのです。

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

<コメント>

「これくらい」という程度問題が大問題に発展するのは最近では枚挙にいとまがないほどです。

実際、些細な事ゆえスルーしてもいいこともたくさんあり、微妙な見極めがTPOに合わせてできるかどうか、ということでしょう。

日頃、判断力・バランス感覚を研ぎ澄ましているか、わからないことは相談しているか、失敗を糧としているか…。気をつけたいものですね。

3年ぶりにガーベラが花を咲かせてくれました！
何かの折にいただいた鉢。最初の花が散った後は、心を込めて水をあげてきましたが、モサモサ葉っぱばかりがたくましくなっていました。
やっぱり花が咲くと嬉しいですね。



◎朝のルーティン(自宅編)

- ① 目覚めたらパッと起きる
- ② ロールカーテンを開けながら植物に「おはよう」
- ③ 手帳を開き、8つの項目にチェックを入れる
- ④ スケジュールリング
- ⑤ D I S
- ⑥ 30分の読書
- ⑦ 外の空気を吸いながら「誓い」・葉の音読
- ⑧ スロートレーニング20分
- ⑨ 朝食後、歯を磨きながら足裏ゴルフボールマッサージ
- ⑩ 7時に家を出て5つのコースをゴミ拾い通勤

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

◎朝のルーティン(会社編)

- ① 企業理念と十七か条を唱えながらブラインドを開ける
- ② 2Fに上がって母にあいさつ、遺影にあいさつ
- ③ 神棚の榊の水を換えながら、榊を整える
- ④ 神棚の前で世の中の安寧を祈願し、5秒の成功ワーク
- ⑤ 仏壇に手を合わせ、家族の健康を見守ってほしいと祈る
- ⑥ 母のお茶をいただきながら地元紙と業界紙を読む
- ⑦ トイレ掃除、床掃除など、日替わりで身の回りの掃除
- ⑧ ビジョン、年目標に目を通す
- ⑨ 机上の整理・お金の精算・メモ帳の落とし込み
- ⑩ メールチェック、全員の日誌のチェック
- ⑪ おはようございます！今日もよろしくお願いします、と、社員一人ひとりと明るく元気な挨拶
- ⑫ 会社周りの草取り、掃除（雨天は社内の5S）

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

◎就寝前のルーティン

- ① おやすみなさい、と妻が起きていれば妻に、周りにいなければ、誰にともなくあいさつ
- ② ありがとうございました、と誰にともなくその日1日を無事過ごせたことに感謝するように声に出す
- ③ はっはっはー、と3回息を吐きだし、目を閉じる