

月刊～会員と事務局をつなぐハートフル通信～

# コミュニケーション Communication



新年を迎え、お祝い申し上げます。令和6年が、みなさまにとって幸福で豊かな一年でありますように心からお祈り申し上げます。日頃のご協力とご支援に感謝し、コミュニケーション通信を通じて、会員相互の交流をお伝えし、共に歩む喜びを分かち合えることを嬉しく思います。どうぞ冬のひと時に、お手元のコミュニケーション通信をお楽しみください。今年も素敵な瞬間を共有し、地域社会に輝きをもたらしていきましょう。

## 今後の行事予定

- 1月15日(月) いきいき美容教室
- 2月 8日(木) スマートフォン教室
- 3月 5日(火) 日帰り研修会
- 3月11日(月) 保田ヶ池スタンプラリー
- 3月20日(水) 奉仕活動
- 3月28日(木) ゴルフコンペ

スマートフォン教室



軽トラ市



## 《過去の行事風景》



就業安全パトロール



一泊会員研修会



刈払機講習会



※詳しくは、同封している案内をご確認ください。

## ご意見お寄せください。

お仕事におけるご意見やご要望がありましたら、事務局までお願いします。  
お寄せいただいたご意見・ご要望は、今後の事業運営に活用させていただきます。



# 一年の抱負を設定してみよう！

新年の抱負は、具体的な目標や計画を心に抱くこと。目指すものを数字で示し、行動計画を具体的に設定することで、やるべきことが明確になり、周囲の協力を得やすくなる。抱負を達成すれば、評価向上や自己満足が得られます。抱負を設定する際は、なりたい姿を具体的にイメージし、課題や問題点を明確にし、数字を入れて具体性を持たせることが重要。抱負を聞かれた際は、簡潔かつ前向きな言葉を用い、自身の目標を明確に伝えることがポイント。新年の抱負を通じて、具体的な行動に移り、目標達成への一歩を踏み出そう。

## 1 やりたいこと、なりたい姿をイメージする。

「○○ができるようになりたい」「苦手な○○を克服したい」のように、できるだけ具体的にイメージします。

## 2 周囲に表明する。

新年の抱負を設定して周りのメンバーに表明すると、実現に向けて協力をしてもらえる可能性が高まるでしょう。

## 3 課題や問題点を明確にする。

現状の課題と問題点を明確にすると、なりたい姿との格差が明らかになるでしょう。

## 4 数字を入れた内容にする。

漠然とした抱負では、実現するための行動イメージがつかめません。数字を入れることにより達成が解りやすいです。

新年の抱負を設定すると、一年の行動を具体的にかかげてスタートできます。やるべきことが明確になれば、自分を見失わずに、一年間行動できるでしょう。

## 編集後記

今年の抱負は、健康のため、体重を5キロ減らすことに決めました。でもなぜか最近、息子がお菓子の魅力にハマリ、「お父さんもどうぞ」と誘ってくるんですよね。仕方なく一緒にお菓子三昧の日々。

2歳の子供の可愛い笑顔でお菓子をすすめてきますが、今年こそは、少しだけお菓子減量作戦発動します。でもね、息子の誘いには勝てないんですよ。ま、笑顔と健康のバランスを取りながら、楽しみながら体重減を目指します！ 【編集・KITO】

