

笑う門には福来たる

ジミーちゃん通信

～ご縁をいただいたあなたにお届けする～

本号の内容

どうなる！？
今年のだんじり祭

本好きジミーによる
オススメの1冊

知れば最強！？
幸せホルモンの効果

地道 浩二

電話番号：090-6056-8609

メール：koji.jimichi@msa-lc.com

LINE：jimmy_sfr



今月のご挨拶

皆さんこんにちは！！

最近ネットで靴を2足購入したら2足ともサイズが合わずにひどい靴擦れをおこした地道です（苦笑）
ネットショッピングはとても便利で簡単ですが、靴だけはショップで試着して購入しましょう（笑）



季節は夏に突入しました。暑い日が続いていますが皆さんお元気ですか！？

まだまだ新型コロナウイルスが世間を賑わしていますが、各都道府県や職域でのワクチン接種も進み、ようやく暗闇に光が見えてきたように感じます。私も先日、会社の職域接種で1回目のワクチン接種実施しました。副反応としては腕をあげるときに痛みを感じた程度でした。2回目の方が熱が出たり、頭痛、倦怠感などの副反応が出る人が多いと聞いて今からビクビクしています。引き続き医療現場の最先端で働かれている医療従事者の方々には感謝とエールをおくりたいと思います。そんな中で7月23日から開催されているオリンピックも無観客での開催となっています。これについては、賛否両論あると思います。しかし、こういった状況下でも過酷な練習やトレーニングを日々行ってきた選手の皆さんには全力を出し切って頑張ってもらいたいと心から応援しています。私は学生時代柔道に励んでいたこともあり、日本柔道は他の競技とは違い特別な思い入れがあります。特に、男子66kg級の阿部一二三選手は私の現役時代と同階級ということもあり金メダルを取った瞬間はとても興奮・感動しました！！引き続き、新型コロナウイルスを吹き飛ばすような日本柔道らしい華麗な「一本」を楽しみにしたいと思います！！

また、このジミーちゃん通信はご縁をいただいた皆様にとって身近な存在として繋がってほしい！お役に立ちたい！！という考え・目的から始めました！！とてもありがたいことに毎回沢山の方々からジミーちゃん通信に関するコメントや励まし、心温まる言葉を頂き本当に感謝しています。こういった皆さんの言葉が一番の励みになります。今後は皆さんの悩みや不安を少しでも解決できるような内容も取り上げていきたいと考えていますので、皆さんからの「お声」をお待ちしております。では引き続きジミーちゃん通信第4号を仕事や家事のホッと一息つくあいまに気軽に読んでくれたら嬉しいです！！



上の写真は2019年地元の祭でオール阪神さんと一緒に記念撮影した際の一枚です!!!

どうなる！？ 今年のだんじり祭

昨年はコロナウイルスの影響で毎年10月に開催される地元（泉大津）の秋祭りが無くなってしまいました。今年も中止になるのかなあと心配していましたが、先日感染防止対策などを万全に行った上で、開催を前提に取り組みをしていくと連絡がありました。地域がら泉州といえば「水ナス」か「だんじり祭り」と言われており、岸和田をはじめ9月～10月にかけて泉州の各地でだんじり祭りが行われています。その影響を受けて私の子ども達もだんじり祭りが大好きです。昨年は過去初めての中止でとても残念な思いをした子ども達でしたが、今年は今まで通りとはいかないですが2年ぶりのお祭りに今からワクワクしています。興味のある方は是非一度見に来てくださいね～♪♪

また、皆さんの地域ではどんなお祭りがありますか？祭好きの私に是非教えてください！

本好きジミーによる オススメの1冊

今回ご紹介するのは、岩田 松雄 著【MISSION ミッション】です。

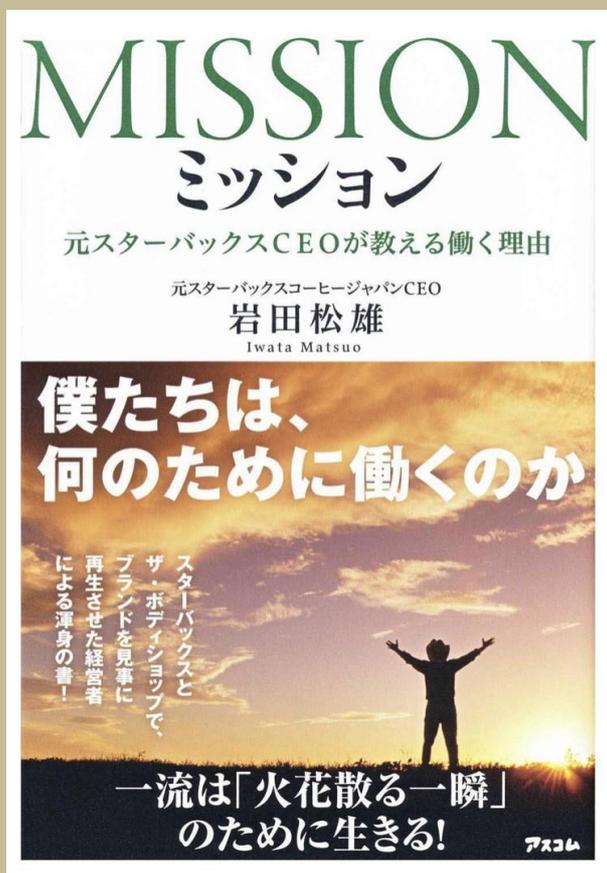
この本は今の働き方を見直したい、働く理由を見つめなおし、自分が本当に納得できる働き方を見つけられる一冊です。著者の岩田さんはスターバックスとザ・ボディショップで、ブランドを見事に再生させた経営者で、私もとても大好きで尊敬している経営者の一人です。経営者の方は勿論、会社員やパート、アルバイトなどすべての働く人に自分は「何のために働くのか」ということを考え気づかせてくれます。

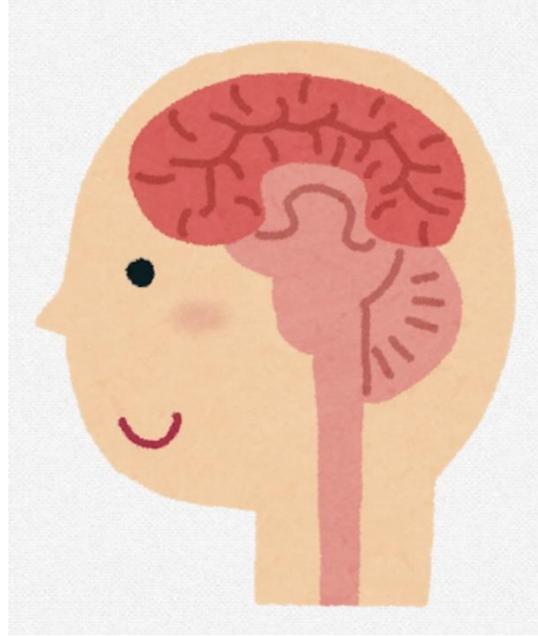
企業には使命・理念というものが必ずありますが、皆さんはご自身が働かれている会社の使命・理念をご存知でしょうか？ほとんどの人は「知っている」「聞いたことはある」というレベルではないでしょうか。中には「知らない」「気にしたこともない」という人も多いのではないのでしょうか。岩田さんはスターバックスやボディショップのブランドを再生させることができたのは本来の企業創業者が掲げた理念を先ずは自分自身が徹底的に理解し腹落ちさせた後、全社員アルバイトやパート関係なく浸透させることに一番のエネルギーを注いだと言っています。

そうすることで企業理念に共感した社員スタッフが自然と集まり、更にその中に各々のミッションを見出すことで、パッション（情熱）をもって働くようになることで結果的に会社全体が良くなっていくと言っています。岩田さんは企業の目的は世の中を良くすることであり、まずは従業員を大切にすることが必要であると本書で語っています。また、社会は想定外の連続でもあり、マニュアルでは対応できないことも多く感動体験はマニュアルを超えたところに存在するという。まさにそれらを身近で実践しているのが、エンターテイメント業界の王様ディズニーではないのでしょうか。ディズニーランドに行かれた人ならわかると思いますが、働くキャスト（スタッフ）一人一人がマニュアルを超えたサービス・対応をするからそこに感動が生まれる。そういった対応に魅了された人々がファンになり、「またディズニーランドに行きたい」と思わせることができるのではないのでしょうか。多様な働き方ができるようになった今の時代だからこそ大切にしないといけないことは表面的な部分ではなく、「自分はなぜ働くのか」「なぜこの仕事なのか」「仕事を通じて何がしたいのか」というもっと本質的な部分が大切なんだと気づくことができました。

私のミッションは「保険」という仕事を通じて関わる人やご家庭に「笑顔」と「安心」を届けることです。これからも一人でも多くの方々に「笑顔」と「安心」を届け、「地道と出会って良かった」と思っていただけのように勇往邁進していきます!!!

また、皆さんのミッションはどんな内容でしょうか？これを機にご自身のミッションを一度真剣に考えてみてはいかがでしょうか。





知れば最強！？ 幸せホルモンの効果

先日、会社の尊敬する先輩率いるオンラインサロンに参加した際に「3つの幸せホルモンの効果」についてのお話がありました。自分自身とても学びになりましたので皆さんにもわちあいたいと思います。幸せホルモンには沢山種類がありますが、その中でも今注目されているのが「セロトニン」「オキシトシン」「ドーパミン」の3つです。それぞれ簡単に説明すると「セロトニン」は心のバランスを整える作用があるホルモンで、安心ホルモンとも呼ばれています。このセロトニンが不足するとイライラしたり、うつ状態や暴力的になりやすいと言われていています。セロトニンを増やすには運動や散歩、森林浴、サウナ、読書、マッサージ、タンパク質摂取などがありますが、一番簡単な方法としては「楽しい」「気持ちいい」と言葉に出すことでも分泌されます。次に

「オキシトシン」ですが、セロトニンと同様に心を落ち着かせる効果があるホルモンです。オキシトシンを増やすには、人との繋がりや交流、ペットと触れ合う、人に親切にしたり日々の些細な出来事に感謝する（ありがとうを3回以上言う）ことで分泌されます。最後に「ドーパミン」ですが、何か嬉しいことや良いことが起きると脳内で分泌され、快感を得ることができます。例えば成功や目標達成などです。しかし、このドーパミンには光と闇の部分があり、光の部分はもっともっとと人間の意欲・やる気を促進させ仕事や運動、学習能力に大きな成果をもたらす事ができます。逆に闇の部分は、お酒、薬物、スマホ、ゲーム、ギャンブルなどといったものでも分泌されます。要は依存性があるということです。例えば仕事ではもっともっと！！と結果を負いすぎて燃え尽き症候群や頑張りすぎて知らぬ間に健康を害してしまう可能性があるということです。これらの3つの幸せホルモンの特徴や分泌法を知っていればコロナ禍での新たな生活様式などによるストレスは軽減できるはずですよ！！いずれも簡単に取り入れることができるものばかりですので皆さんも是非試してみてください。その結果、こんな変化があったなどご意見・感想いただけるとと～っても嬉しです♪

終わりに

「ジミーちゃん通信第3号」はいかがでしたでしょうか！？
今後も皆様のお役に立てるようにこちらのジミーちゃん通信を通じて情報発信していきたいと思っております！
また、ジミーちゃん通信を見て頂いた感想はもちろんのこと、「こんな情報を載せて欲しい」と言った希望や要望を頂けると私自身とてもモチベーションが上がりますのでお待ちしております！！

まだまだコロナの影響が懸念されますが、皆さんも体調管理にはくれぐれもお気を付けてください。
弊社の医療保険は新型コロナウイルスでも給付金が出ます。コロナの影響で自宅療養やホテル療養となった場合でも必要書類を提出することで給付金支払い対象となります。また、zoomやwebexなどの無料アプリを使用したWEB（オンライン）面談も可能ですので遠慮なく気軽にご連絡下さい。家族や友達、皆さんの周りでも私がお力になれる場合には遠慮なくご紹介下さい。大変な時期ですが、負けずに一緒に頑張りましょう！！

職員向けやお友達を集めての生命保険セミナー（無料）なども随時開催し好評頂いております！！
興味のある方は気軽にお声かけ下さい♪

地道 浩二

電話番号：090-6056-8609

メール：koji.jimichi@msa-lc.com

LINE：jimmy_sfr

住所：大阪府大阪府中央区平野町3-6-1

あいおいニッセイ同和損保御堂筋ビル3階



LINE登録用



自己紹介ブログ

※送付不要の場合は、ご連絡頂ければ直ちに停止致します。