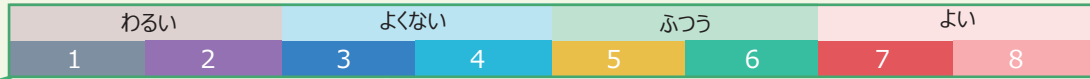




あけぼの建設 “げんき通信”



今日の調子はいかがですか？

元気のレベルは8段階！『マイ元気』でチェックしてみましょう♪

創刊のご挨拶

はじめまして、吉田貴芳です。このたびは、「あけぼの建設“げんき通信”」を創刊する機会をいただきまして、誠にありがとうございます。皆さまに、元気に働くための健康情報をお届けできることを感謝申し上げます。皆さまのますますのご健康とご発展を願って、お送りいたします。

今、わたしたちをとりまく環境は、歴史の教科書に掲載されるほどの大転換期。コロナウイルスによって、世界が一変し、モーレツなスピードで時代が加速、これからの生活を見通しにくい日々のなかで、仕事生活を送っています。

あなたは、コロナ時代のいま、いかがお過ごしですか？
この先どのような理想のワークライフスタイルを描いていますか？

激動の時代にこそ、必要なもの、私は「元気」だと思っています。「元気があれば何でもできる！」の言葉を、こころの専門家の視点で、皆さまにお役立ていただけるよう、お送りいたします。



<https://mygenki.net>

わかる！はかれる！見つけられる！
メンタル・チェックシステム
『マイ元気』

8つの元気レベル			調子はどう？	何を飲んでます？	元気を見つける「8つの問い」	各レベルのテーマ	働く欲求
8	快晴	スッキリ元気	(^o^)/ すっきり (爽快)	・水 ・サブリ 美容健康の増進	今の生き方後悔することはありませんか？	生きがい	実現の欲求 ↓ 物心豊かに働きたい
7	晴れ	わくわく元気	(≧▽≦) すごくいい (好調)	・トクホ ・野菜ジュース 生活習慣の改善	流れ星を見たら即答できる願いがありますか？	夢	
6	晴・曇	いつもの元気	(^_^) いいよ (普通)	・お茶 ・コーヒー 水分補給	今の生活習慣を5年続けても、大丈夫ですか？	生活習慣	改善の欲求 ↓ より良い気分で働きたい
5	曇り	そこそこ元気	(^^;) そこそこ (不快)	・糖分入り ・(ヤケ)酒 気分転換	ストレスを強く感じた時、どうしていますか？	ストレス	
4	小雨	がんばれ元気	(´`´) いまいち (不満)	エナジードリンク 気合い注入	いつも同じような問題に、頭を抱えていませんか？	スランプ	成長の欲求 ↓ タフにしなやかに働きたい
3	雨	なんとか元気	(-_-;) よくない (不調)	ビタミン剤 疲労回復	逆境に強い人が持っている能力ご存知ですか？	ピンチ	
2	大雨	ミニ元気	(>_<) わるい (絶不調)	市販薬 不調緩和	「人生を終るしかない。。。」万が一の時どうすれば？	SOS	健康の欲求 ↓ 病気を治して元気に働きたい
1	台風	ノー元気	(´_`´) くるしい (要休養)	治療薬 症状改善	治療がうまくいくために、どうすればいいか？	病気	

『マイ元気』の特徴

- いまの元気レベルが「8段階」でわかります！
- スマホがあれば「2分」で元気レベルがはかれます！
- 各レベルの解決策の「ヒント」を見つけられます！
- 自分と、「他人」の元気もわかるようになります！
- 「無料」なので、いつでも、何回でも利用できます！



発行：ファインドヘルス
お問い合わせ先↓
info@find-health.jp