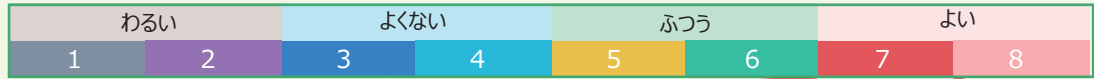




あけぼの建設 “げんき通信”



願望を実現する方法

あきらめていることはありませんか？

それって歳のせい？

...
 「もうちょっと早く知ってたらね～、今さらいいかなあ、歳だし、...」
 「最近、楽しくないんだよね～コロナがおさまるまでおとなしくしよ」
 「ムリすると、体がもたないから、今のままの生活でいいかなあ～」
 つい、あきらめモードになってしまうことって、ありませんか？
 でも、不思議。年齢・コロナ・条件に関係なく、やりたいことをやって、いつもわくわく楽しそうにしている人、いますよね！

〇〇よ、大志を抱け！

...
 〇〇に、どんな文字を入れたいですか？
 「少年！」と、言わないでくださいね。自分に関係がないと思ってしまったら少年は、さみしく感じてしまいます。
 〇〇は「大人」・「自分」・「仲間」！
 こういう人がたくさんいる会社さんは、きっと勢いがあり、少年のあこがれになって、いい人が集まってきますよね。
 あなたは今、どんな夢がありますか？今年、達成したい目標は何ですか？仕事をする上での志、何ですか？

人生の主人公に！

...
 「踊るあほうに見るあほう～同じあほうなら踊らにゃ損々♪」
 暇ではないけど、楽しくもない、楽しみたいけど、舞台に立つのはちょっと遠慮したい...。
 いつも人の演劇を見ているだけでは、批評するに終わってしまいます。「もっとこうしたらいいのに...」
 1回きりの人生、主人公の自分、今のままで後悔はありませんか？
 人生、いつでも今からですよ！思い立ったが吉日、今日がその日。

毎月7日は、元氣チェック
 定期的に
 こころの健康状態を
 チェックしましょう！

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
 『マイ元氣』



<https://mygenki.net>

こころの健康状態			
8つの元氣レベル		調子	
8元氣	スッキリ元氣	(^o^)/	すっきり (快調)
7元氣	わくわく元氣	(≧▽≦)	すごくいい (好調)
6元氣	いつもの元氣	(^-^)	いいよ (順調)
5元氣	そこそこ元氣	(^-^;	そこそこ (不快)
4元氣	がんばれ元氣	(^-^-)	いまいち (不満)
3元氣	なんとか元氣	(-_-;)	よくない (不調)
2元氣	ミニ元氣	(>_<)	わるい (絶不調)
1元氣	ノー元氣	(,、)	くるしい (要休養)

願いを叶えたい時 (= 7元氣の時)

「もっと、〇〇すればいいのに！」と、感じる時は、批評家モードですよ。
 ・自分だったらどうするか？
 ・本当は自分はどうしたいのか？
 主人公モードでいきましょう！！

脳を管理

『笑う門には福来る♪』
 楽しいから笑うよりも、笑うから楽しいという真実は、脳科学で証明されています。グチを言えば不満感が強まり、夢を語ればわくわくするので、脳を上手に管理しましょう。

成功体験を積み上げていこう！

『イメージトレーニング！のすすめ』
 脳は意識しないと、8割がネガティブ思考になってしまいます。記憶よりも想像力を働かせましょう♪頭の中は、すでに成功しているイメージを！

いまの元氣レベルが「8段階」でわかります！
 スマホがあれば「2分」で元氣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」の元氣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