令和５年１月１日発行

レオ通信

第147号
発行者　レオグループ

新年明けましておめでとうございます

新年明けましておめでとうございます。
今年も新型コロナウイルス（オミクロン株）の感染拡大しておりますが、感染対策をしながら、初詣に行かれ新年をお迎えのことと存じます。

旧年中も感染対策等にご協力を頂き心より感謝申し上げます。
1年間を終える事が出来ました。
これも皆様のお力添えがあってこそと、社員一同感謝しております。
皆様に信頼され愛される企業になれる様、レオグループ一丸となって、これからも努力して参る所存でございます。

又、兵庫県下にて新型コロナウイルス（オミクロン株）の感染拡大しております。
感染力が非常に強い為、不要不急の来所をお控え頂き、引き続き感染対策をご協力頂きますようお願い申し上げます。
寒さも厳しい時期ですので体調を崩されません様、体調管理して頂き、お元気でお過ごしください。
早く新型コロナウイルスが終息する事を切に願っております。
今年もどうぞ宜しくお願い申し上げます。

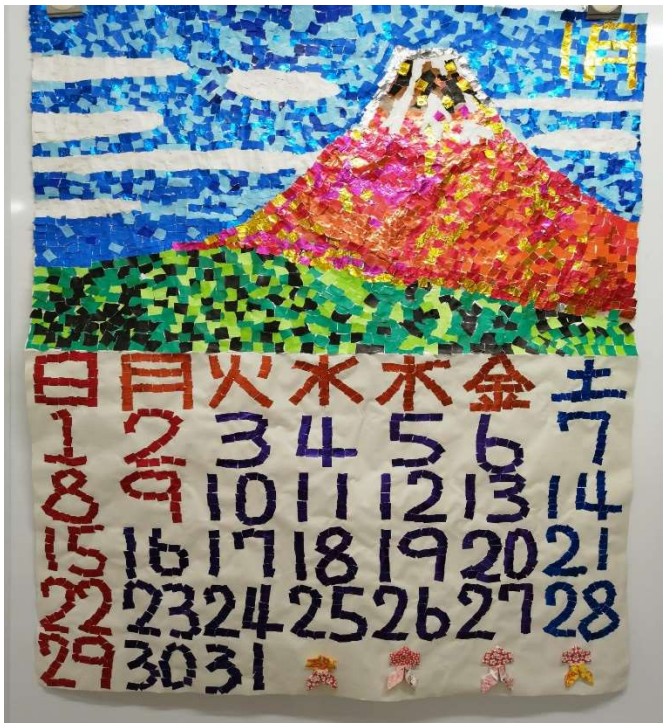
スタッフの声　－第８回－

おひさまの家　ゆめさき台　白井　奈々　スタッフ

私は高校の頃に福祉の仕事がしたいとは思っていましたが、求人には載っていなかったこともあり別の仕事についていました。結婚して子供が大きくなり、長く続けられる仕事がしたいという考えで異業種からの転職となりました。最初は強度行動障害の支援をしたかったのですが、何をどう接したらいいのか分からない状態で今のゆめさき台を紹介されて現在に至ります。入社は令和３年４月で、利用者様には「毎日顔見てるね」「風邪ひかんといてね」「昨日休んでたな」など優しい言葉をかけて頂いています。利用者様には今日一日楽しく、無事に過ごせたと思って頂ける様に頑張って行きたいと思います。

小倉常務のコラムコラム　-「やる気スイッチ」-

　あけましておめでとうございます。本年も相も変わらぬ駄文にお付き合いよろしくお願いいたします。お正月もあけまして、新しい年をどうやって過ごすかみなさんも目標など立てて見たりしていると思います。私も例に漏れずちゃんと目標を立ててみますが、年末振り返るとできていないことの方が多かったりします。昔から取っ掛かりが遅くてチャンスを逃すことが多く後悔の繰り返しでした。そんなときに知ったのが心理学者のレナード・ズーニンさんが提唱した法則、その名も「ズーニンの法則」というものです。「初動の４分の法則」とも言われており、その名の通り最初の４分がうまくいけばその後もうまくいく、だから最初の４分頑張ってみようじゃないか、というものです。脳には「実際作業にとりかかっていくうちにあとからやる気が高まってくる」という仕組みになっているそうで作業しているうちに脳内の側坐核（そくざかく）という部分が興奮状態になっていきます。いわゆるやる気スイッチと言われるものですね。ここが刺激されると、意欲をもたらすドーパミンと言う物質が分泌されやる気がドバドバ湧いてくるそうです。ですので最初の 4 分続けることがだいじなので、はじめはすごく簡単なことから入っていくのが大事だそうです。やる気が無いからできないのではなく、やらないからやる気が出ないと考えを改めて目標達成にむけて今年一年がんばりましょう。



デイサービス「ひだまりの家須磨妙法寺」のご利用者の皆様でお作り頂きました２０２３年１月のカレンダーです。
すべて折り紙で切り貼りして作成した力作です。
とても素敵なカレンダーとなっておりますのでこちらの紙面にも掲載させていただきます。