

まささんだより



令和元年8月号(vol.84)不定期発行です。
 ソニー生命保険株式会社
 神戸ライフプランナーセンター神戸中央支社
 エグゼクティブ ライフプランナー 山本 正明
 〒650-0034 神戸市中央区京町80 クリエイト神戸7F
 tel 078-333-1131 fax 078-333-1130
 携帯 090-9547-8493
 E-mail: masaaki_yamamoto@sonylife.co.jp
 個人ホームページ: <http://masasan.com>



近況報告



チャンピオン会食会
 2018年度の月間チャンピオンが勢ぞろいしました。楽しかったです。



JPSAアイガヤ
 フィードバックの本質を学びました。
 これから社会に貢献していきます。

明石での講演会
 みなさん積極的で盛況でした。



6月～7月に行われた行事

- 6月16日 ロータリークラブ年度末家族会(神戸オリエンタルホテル)
- 6月17日 ソニー生命神戸中央支社チャンピオン会食会
- 6月21日 LOCOホーム講演会(明石市)
- 6月25日 JPSAの日 参加
- 6月30日 JPSA関西中四国アイガヤ 参加
- 7月 8日 けんや塾 参加



「呼吸」

同じことを話しても、呼吸が浅い人の話より、呼吸が深い人の話の方が相手に伝わることを知っていますか？

せっかくなさくさんの伝え方のテクニックを覚えても呼吸が浅いまま伝えれば、はっきり言って伝わらない確立は高いのです。人とのコミュニケーションがうまくいってないと感じたり、一生懸命伝えようとしているのに伝わっていないと自覚がある人は、自分の「呼吸」が浅くなっていないか点検してみてください。

有効なのは腹式呼吸です。胸で息を吸うのではなく、下腹や背中あたりに空気を取り入れるように鼻から息を吸い、吐くときは出来るだけ長く細く口から吐き出します。深呼吸には緊張をやわらげたり、集中力を高めたりする効果もあります。健康にもとてもいいと言われています。

忙しい毎日の中で、朝の3分間でも深い「呼吸」を意識してみると一日が変わります。朝の数回の「深呼吸」が、その日一日の「新呼吸」を創りだします。



ライフプランにお変りはございませんか？

ライフプランが変化すると必要な保障内容もまた変化します。大切なご家族を守るためにも、定期的にライフプランの確認をしましょう！

その他、近況などもお伝えいただくと嬉しく思います！山本までメール、FAX、お電話にて、お気軽にご連絡ください！

E-mail: masaaki_yamamoto@sonylife.co.jp
 携帯 090-9547-8493 Tel 078-333-1131 Fax 078-333-1130

