

仕事と論語と蕎麦打ちが大好きな月本康寅がお届けする

# たんぽぽ通信

◆集客・営業・広告・販促・マーケに役立つビジネスコラム 2016年4月3週号

■集客・営業・広告・販促に役立つ心理マーケティング

## ■『身体の使い方』

少し仕事の手を休めて、両手を大きく広げてみて頂けますか。  
伸びをするように大きく。そして、天井を見上げてください。ふかく深呼吸をしてください。  
そして、口を大きく開けてみましょう。さらに眼も大きく見開きましょう。  
・・・では、その状態ですごく悲しいことを考えて落ち込んでみてください。

できないですよ。

**心は身体の使い方**に大きな影響を受けています。

両手を広げて、空を見上げて落ち込むことは難しいのです。

反対に落ち込むと下を向きますよね。

怒られても下を向きます。怖くなくても下を向きます。

その状態で気分を晴れやかにすることは難しいのです。

心は身体の使い方



心理学の実験からわずか2分間だけでも両手を広げて  
ガッツポーズの姿勢を取るだけで、体内でテストステロンと  
呼ばれるホルモンの分泌量が増え、面接の採用率が上がり、  
交渉での契約率が上がることが分かっています。

誰でもスランプや調子の悪い時はあります。

そんな時こそグーンと両手を広げて、空を見上げて、歯を出して笑い、目を見開いてみましょう。

きっと交渉もプレゼンもセールスも好転し始めます。

心は身体の使い方

●本記事は契約のうえ、ビジネス心理学講師・酒井とし夫さんが寄稿しています。



**私の約束**

リフォームの提案は、お任せください！  
知識と智恵と豊富な経験で、必ずあなたの悩みを  
ズバリ 解決します。

月本建設（株）代表取締役 月本康寅  
電話/086-275-0676  
FAX/086-275-5267  
メール tsukimoto-cop@wind.ocn.ne.jp

ホームページ

月本建設

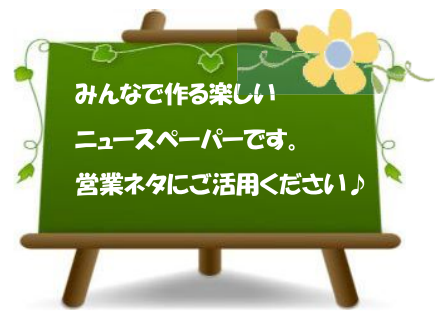
検索

4つの資格のプロ  
だから安心です！

1級建築士  
1級建築施工管理技士  
1級土木施工管理技士  
宅地建物取引士

「頼んで良かった」( ^ v ^ ) とされる会社です！

# コラムでコラボ



みんなで作る楽しい  
ニューズペーパーです。  
営業ネタにご活用ください♪

H.28 4月号(3) 発行:一級建築士 月本康寅

## 自分でできるメディカルチェック

### 歯痛のツボとは？(1)

歯痛には応急処置としてツボ刺激が効果的です。  
突然襲ってくる虫歯の痛みは強烈です。  
夜中に急にうずきだして、朝まで眠れずに苦しんだという経験をお持ちの方も  
いらっしゃるのではないのでしょうか。  
そのときは、手のひらにある歯痛点を刺激しましょう。  
歯痛点(しつうてん)  
歯痛点は手のひら側の中指と薬指の付け根の間に位置します。  
虫歯や歯槽膿漏などによる痛みは、この歯痛点を刺激するのが効果的です。  
刺激するときのコツは、痛いと感じるくらい強めに刺激することです。  
親指と人差し指ではさむようにして、やや強めに押しもみましましょう。  
左右交互に何度も繰り返しましょう。  
当然ながら、虫歯や歯槽膿漏そのものを治すことはできません。  
あくまでも歯医者さんに行くまでの応急処置としておこなってください。

## 最近の犯罪状況(その133)

水道の点検を装い指輪などが盗まれる事件が発生しました。  
洗面所、台所の点検をしたあと宝石の買い取りの話を持ちかけ金庫をあけさせ、女性が点検代を取りに寝室を出た内に盗んだとみられております。  
高齢者をターゲットにした犯罪ですが、くれぐれも注意していただき知らない人は家に入れないなど、犯罪に合わないように注意してください。

安心して生活できるお手伝いをさせていただきます。

TEL: 0120-46-9406

株式会社シールド

専務取締役 本多高明



## 「自律神経の話」

自律神経は、私たちの体の中にある神経のひとつで、内臓や血管、分泌腺などをコントロールし、心臓の働き、血圧や体温の調節、食べ物の消化など、私たちが生きていく上で欠かせない体の働きを維持しています。

2週にわたり、その自律神経のバランスを整える方法をご紹介します。

### ①生活のリズムをつくる

「起きる時間」「寝る時間」「食事の時間」が毎日なるべく同じ時間になるようにしましょう。

生活に決まったリズムが出てくると、体の中のリズムが整い、自律神経のバランスは乱れにくくなります。

朝に太陽の光を浴びるのも効果的です。ただ、あまり意識しすぎると逆にストレスになりますので、自分に合ったリズムを掴みましょう。

### ②栄養(食事)をとる

健康な毎日を過ごすには、栄養バランスのとれた食事が欠かせません。特に、普段の食生活で不足しがちなミネラルやビタミンは抗ストレスや、自律神経のバランスを保つためにも大切な栄養素です。

### ■ほぐゆる庵~relax&conditioning■

「移動巡回型施術院 ほぐゆる庵は出張専門の整体院です。痛みの原因から解決します!!」  
一度ご相談ください。

TEL: 080-6337-3315

オフィス ニコスコ 高野よしくに



## 経験から生まれた言葉を残した哲学者としての孔子

### 思いは言葉を発せずとも伝わる

■天何をか言うや、四時行われ百物生ず (陽貨篇)

私はこの章句を取り上げるのは主に小学校高学年以上のクラスです。そこでは章句の解説を交えながら言葉が決してすべてではないということを伝えます。優れた言葉を使うことはもちろん大切だとしても、人間の思いは言葉を発しなくても行動や立ち居振る舞いとして出てくるものだからです。

例えば、積極的に自分から話をしようとしのない友達がいるとします。しかし、その人が何を考えていないわけではありません。こちらが友達に思いを致し、心を開いていくことで、相手のいろいろな世界が見えてきて、言葉は交わさずに友達の思いを池止めることもできるのです。



■「楽しい論語塾」より抜粋