



発行:有限会社 ルカーズ (損害保険代理店・生命保険代理店)
TEL:045-507-9507 FAX:045-507-9506
0800-800-9507 URL http://www.rukas.info/

ルカーズ(Ruka's)とは?

ルカーズという社名は、手塚治虫先生の「海のトリトン」の中に登場する白イルカ「ルカー」に由来しています。ルカーが、大海原を冒険するトリトン少年を優しく、時には厳しく接し、少年の成長を見守りながら、少年を未来へ導くお話です。

お客様の
安心な未来を築く
パートナーとして…

日本興亜損害保険(株)代理店、
NKS.Jひまわり生命保険(株)代理店
(株)損保ジャパン代理店

心や身体のしくみから読み解く “デキル人”になるための

「7つの習慣」

日本・欧米で成功したスペシャリスト、事業家・経営者らが行っている習慣や考え方の中から、心や身体の動きに適った注目ポイントを当編集部がまとめてみました。



✓ アタマを使う仕事は昼までに、 自由な発想は夜に!

ヒトの体内時計の仕組みから見ると、記憶力・集中力・注意力は起床後に体温が上昇していくに連れ、徐々に高まっていき、午前中にピークを迎えるそうです。というわけで、アタマを使う仕事は午前中に済ますというのは理に適っているのです。ただし、自由な発想が必要な創造力は、身体が疲労している夜がピークになるそうです。

✓ やっぱり“ご褒美” は大事!

できる人の習慣をみると、ひと仕事終了後や、重要なプロジェクトが一段落した後には「自分へのご褒美」を実現させています。「小旅行に行く」「自分好みのアクセサリを買う」「とにかく飲んで食べる」といったご褒美です。ヒトの脳には「報酬系」と呼ぶ心地よさを感じる部分があって、そこを刺激し、ドーパミンが分泌されると、新たなやる気が湧いてくるそうです。やっぱり、自分へのご褒美って大事なんです!

✓ 「すぐに」、「すべて」 を望まない!

全員が「これ売れるよ!」といった新商品が全くの空振りだったり、「すぐに反響があるはず」という期待もはしばしば裏切られます。いま、デキル人の読みは「全会一致とか、あらゆる場面に役立つ、なんてのが危ない」「“すぐに”と“すべて”を追求すると、小さくまとまってしまうだけ」というものだそうです。



✓ あえて決断を遅らせることも大事

テニスの一流プロのトップクラスは、ラリー中、打ち返すコースやボールの質を最後の最後まで決めないそうです。「できるだけ引付けておいてから、決める!」ということは、日常生活でも、ビジネスでも時には必要なことかもしれません。「あわてて決めて、失敗した」って経験は誰しもあるはず。意識的に決断を遅らせるって、なかなか難しいのです。



✓ 外と遮断する 時間をつくる。

どこにいてもメールやケータイ電話で追いかける時代ですが、最近、重要視されているのが、外からの刺激を受けることなく、「一人きり」になれる時間の有効性です。「意思決定やアイデアを生み出すために、“空白の時間帯”が必要」と指摘する経営者が増えています。一週間のスケジュールがすべて埋まっている、というのも自慢にならなくなっているようです。

✓ お化けは出てから 退治しろ!

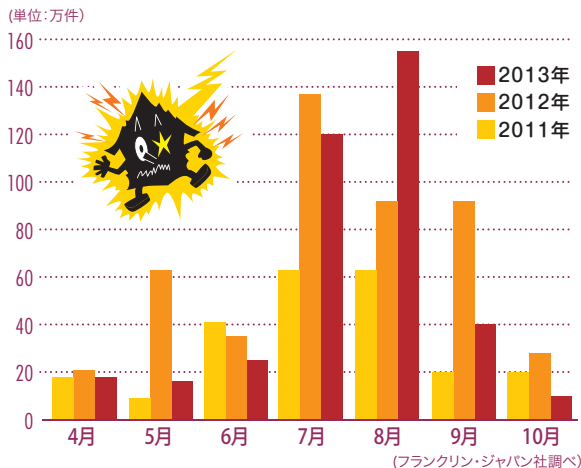
「もし万が一、起こったらどうしよう」と考える心配事の90%は現実には起こっていないそうです。「取り越し苦労」は、まだ出てもない「お化け」を怖がるようなもので、厄介なのはそのために大きな不安や頭痛を抱えてしまうことです。ですから「お化けは出てから退治すればいいや」と開き直ることも必要、なのです。ただし、この先、確実に起こることは「お化け」じゃありませんから、それに備えた準備は怠りなく…。

✓ 覚えておきたいことは 「物語」にする

人は「おもしろいね!」「覚えておかなきゃ」と思ったことでも平気で忘れてしまいます。重要なこと、忘れてはいけないことは“エピソード記憶”といって、その時の感情やシーン、会話などと一緒に覚えておくことで忘れにくい長期記憶としてアタマの中に保存されるそうです。「あのひと話した時に、あわててコーヒーをこぼしたんだっけ」「この書類を受け取った日は、ドシャ降りですズ濡れになった」と、いうように“物語”にしておくことでアタマの中に残っていきます。

DATA FOCUS

「落雷」は7月・8月がピーク!



夏場は「落雷」のピーク、今年も「多雷年」の予想! パソコンや電化製品の被害も急増“!

落雷情報の専門企業「フランクリン・ジャパン社」では、「日本は2012年、13年と“多雷年”が続いており、14年も要注意。特に、7月、8月は山間部だけでなく、都市部でも雷への対策・対応が重要です」と言います。昨2013年8月の落雷件数は150万件と過去最高レベルを記録したそうです。ゴルフのプレー中やハイキングなどでは、雷予報が出たら、すぐに安全な場所に避難することが求められますが、スマホや携帯電話からカミナリ情報が得られる『カミナリweb・カミナリmobile』などを活用するのも効果的です。最近、雷被害で目立つのは、落雷によるパソコンや無線LANなどのモデム、家電製品の故障・破損が急増していることだそうです。「落雷による家財破損への補償」のオプションが付いている火災保険に入っていれば、パソコンやテレビが万が一、落雷で破損したときにも補償してくれるケースが多く、近年の雷の多さを考えると、事務所や店舗などの設備什器を守るためにも火災保険に入っておくことを忘れないようにしたいものです。

チョット訪ねてみました日記

快適さを演出する温湿度センサーで、「技術力の高さ」を誇る

【相互電機株式会社】

(横浜市都筑区佐江戸町)

今回、お伺いしたのはルカーズの事務所からも近い「相互電機株式会社」さんです。昭和26年(1951年)に創業し、すでに63年以上の歴史を持つモノづくり企業で、平成23年には「横浜価値組企業」「横浜知財みらい企業」にも認定されています。

荻野伸夫社長は「わが社の主力製品である温度センサー、湿度センサーは、一般の人の目に触れることはあまりないのですが、例えば、建物のカベの中や天井に設置され、温度・湿度を感知し、制御することによって、人にとっての快適な室内環境や設備やシステムに最適な環境を創り出しているのです。いわば“見えないところでしっかり働いている”のです」と、製品サンプルを手に取り、丁寧に説明してくれます。

横浜みなとみらいの超高層ビル「ランドマークタワー」の冷暖房温度管理や、温泉スパ施設「万葉倶楽部」の温泉温度チェックのほか、私たちにも身近な図書館や大学病院、映画館などで相互電機さんの製品が活躍しているそうです。オフィスビルだけでなく、ゴミ焼却場や食品工場ではセンサーをベースにした温湿度コントロールが安全やコストダウンの重要なカギを握っているのです。

「製品の開発から、設計・製造・販売、それに修理といったアフターフォローまで一気通貫でやっていることが、ユーザー企業の使い勝手の良さを創っています。修理作業なども手を抜かずしっかり行っていることが、安心感を醸成し、お客様の現場からの信頼を得ているのだと思っています」と荻野社長は話します。モノづくりのための技術力強化、開発への注力だけでなく、CSR(企業の社会的責任)を果たすための意識を高めること、環境問題への取組みや緑化活動なども積極的に進めているそうです。明るいつと風とバイタリティが感じられ、爽やかな気分させてくれる会社です。



【相互電機株式会社】 <http://www.sohgo-denki.co.jp/>
〒224-0054 横浜市都筑区佐江戸町186 ☎045-934-6554

Nissei & Rukas

Letter

日生自動車で工場長を務めている吉永昇太です。今回はもう20年以上もの付き合いになる「野球と私の関わり」を話したいと思います。

私が野球をはじめたのは小学校1年生の時に、兄が野球をやっていたので、ごく自然にバットとボールを握っていました。4年生で少年野球チームに入り、「5番でサード」を任せられ、南区大会で1試合に2本のホームランを打って“本塁打賞”をもらったり、選抜チームのメンバーに選ばれて、大会の準決勝で「自分のヒト振り」で1対0で勝った試合も鮮明に覚えていますね。

中学校では硬式のシニアチームに、高校では野球部で文字通り“高校球児”を3年間やっていました。私立高(現・横浜創学館高校)で、野球部員が90名以上いましたから、ベンチ入りメンバーに選ばれるのも大変です。スタンドで応援していた試合で、公立校にサヨナラスライズを決められて負けた苦しい思い出も忘れられません。

いまは、地元で中学校の仲間が集まって草野球チームを作り、日曜日には練習、月に一度くらいは試合、という“現役”を続けています。2年前には、区民大会一部で優勝という栄冠もあったのですが、最近はみな仕事も忙しくなって、集まるのに苦労し、戦績が落ち込み気味なのが悩みです。野球は「やはり負ければ悔しいし、やるからには勝ちたい!」と



いつも思っています。

お問い合わせは

— お客様に まごころこめて。 保険の総合サービス —
有限会社 ルカーズ

0800-800-9507

<http://www.rukas.info/>



有限会社 ルカーズ

日本興亜損害保険㈱代理店、
NKSJひまわり生命保険㈱代理店、
㈱損保ジャパン代理店

〒224-0054 神奈川県横浜市都筑区佐江戸町864
TEL:045-507-9507 FAX:045-507-9506 HP:<http://www.rukas.info/>

0800-800-9507



指定整備事業 関東陸運局指定 関東指第2-1266号
有限会社 日生自動車工業



車検・定期点検・一般修理からカー用品販売、中古車・新車販売、自動車保険代理店業務まで…
〒224-0054 神奈川県横浜市都筑区佐江戸町864
TEL:045-933-9091 FAX:045-931-0033 HP:<http://www.nissei.info/>