

こんにちは！^{かわさきなんぶしゅうろうえんじょ}川崎南部就労援助センターです！みなさまへセンターからのお知らせなどをおつたえします



がっ 1月のお知らせ

しゅうしょく せいめいかい
就職サポート説明会

だい かい
第13回

ねん がっ にち か
2022年1月25日(火)

13:30~15:00

だい かい
第14回

ねん がっ にち もく
2022年2月10日(木)

10:00~11:30

さんか きぼう かた
参加ご希望の方は

とう
当センターへ

といあわ
お問い合わせください

かわさきなんぶしゅうろうえんじょ
川崎南部就労援助センター

〒210-0024

かわさきかわさきくにしんちよう
川崎市川崎区日進町5-1

かわさきしふくごうふくし
川崎市複合福祉センター

ふくふく 3階

TEL:044-201-8663

まずはお電話でお気軽にお問い合わせ、
ご相談ください

URL:<http://www.aitori-y.jp/kawasaki-south-syuro/>

しごと じゅつ 仕事のライフハック術



まいにち ぎょうむ
毎日の業務で

「この作業こんなに時間かかるもの？」

「集中ができないけどどうしてだ？」

など思うことはないですか？

こんなときのために、作業効率が上がる・集中力が上がるなど仕事におけるライフハック術を紹介いたします。

ライフハックとは…仕事の質や
効率・高い生産性を上げるための
工夫や取り組みのことを言います。



■デスクやパソコンのファイルをいつも整理整頓

日ごろから自分の身の周りを整理整頓していますか？仕事をしている中で、必要な書類やデータを見つけることに10分もかかってしまったということはないでしょうか？ そんな事にならないように、書類やデータを改めて見直してみませんか？ 職場の方と相談をして整理のルールを決めるところから、まず始めてみてはいかがでしょうか？

■目標を設定して周りに言う

頑張らないと達成できなさそうな目標があったとします。そんな時は、あえて声に出して誰かに伝えてみましょう。周りの人にあえて目標を宣言すると「言ったからには達成しよう」という心理が働きます。そこから「あとちょっとがんばろう」という心の踏ん張りが生まれ、またそれが習慣化することで、効率的に仕事をこなせることへとつながります。

謹賀新年

2022



昨年ありがとうございました
本年もよろしく
お願いいたします