

^{がつ} 1月のおしらせ

しゅうしょく 就職サポート説明会

だい 第13回

2022年1月25日(火)

13:30~15:00

第14回

2022年2月10日(木)

10:00~11:30

きんか 参加ご希望の方は

当センターへ

お問合せください

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

かわさきしかわさきくにっしんちょう 川崎市川崎区日進町5-1 かわさきしかくごうかくし 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合せ、一路珍ください

ご相談ください

URL:http://www.aoitori-y.
jp/kawasaki-south-syuro/

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?」

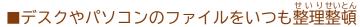
など思うことはないですか?

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。







日ごろから自分の身の間りを整理整頓していますか?任事をしている中で、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事はないでしょうか? そんな事にならないように、書類やデータをであめて見直してみませんか? 職場の芳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?

■目標を設定して問りに言う

横張らないと達成できなさそうな質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。 闇りの人にあえて首標を管管すると「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。

