

# ウィークリーニュースレター39号 2021

## <1日1回ぼーっとする時間を設ける>

最近読んだ本に「1日1回ぼーっとする時間を取ろう」という事が書いてありました。特に休憩中の過ごし方について詳細に書いてありました。休憩に入るとつい触ってしまうスマホ。この過ごし方が脳には最悪だそうです。一番いい休憩方法は目をつぶって「ぼーっとすること」だそうです。仕事中は脳が活性化されています。アドレナリンが出ていて興奮状態。休憩に入ったときもスマホを触るとブルーライトにより興奮状態は持続されます。すると休憩にも関わらず頭だけは仕事をしているのと同じ状態になるそうです。

では、どれだけの時間、ぼーっとするのか？5分でOKだそうです。そして何も考えずに脳を休めると今度はアイデアが浮かんできます。こんなメニューはどうだろう？こんなPOPはどうだろう？など仕事を俯瞰した目で見ることもできるようになります。どうしてもお店を切り盛りすると忙しくなりぼーっとする時間が減ってしまいます。少し落ち着くとついついスマホを見てしまう。一度この習慣を断ってみてはいかがでしょうか？

ちなみに、私も実行しています。結果は・・・まず頭がスッキリしてきます。そして営業先に提案できるアイデアが浮かぶことも出てくるようになります。そして一番は冷静になれます。運転中や工作中イライラする事が日々あるのですがそれも頭から離れやすくなってきます。作業がどうしても多くなるお店の営業ですが5分だけでもぼーっとするお時間を取ってみてはいかがでしょうか？

## <三ツ星キッチンカー養成所の近況報告>

毎週下に記載されている「三ツ星キッチンカー養成所セミナー」現在2名のキッチンカーのオーナーさんが参加されています。そして2期生募集中です。現在1名の参加が決まっています。まだ参加者が少なめ・・・でも1期生の躍進には目覚ましいものがあります。

1期生のオーナー(たいやき屋)さんが12月で1年を迎えようとしています。毎月1回のリモートセミナーを受講して翌日から実践してもらい。実践した結果を次月のセミナーで報告してもらい翌日からまた違う方法で一ヶ月営業をしてもらいまた次月に報告をする。

三ツ星キッチンカー養成所のやり方はコレの繰り返しです。そしてこのセミナーを受講したオーナーさんは売上は順調に伸びています。また、三ツ星キッチンカー養成所の目的は売上だけでなくアートのような売り方を学ぶ場です。

たい焼きを売るのがアート??変な養成所だと思われませんか??でも私も話をきいていると「アート」だと思います。セールスではなく楽しく買い物を知ってもらえる術がここにはあります。18年間続くメロンパン屋さんはそのアートになぞって販売し続けてきました。その実績には驚かされています。この楽しく美しく自分の思い入れのある商品を手法と一緒に学びませんか?キッチンカー限定にはなりますがご興味ある人は下記のQRコードからエントリーです!



三ツ星キッチンカー養成所  
セミナー

キッチンカー開業セミナー

豊吉公式 Twitter

株式会社豊吉ホームページ