

# 中河内サポステ通信

令和6年5月号

晴れ渡った空に、新緑の木々。  
すがすがしさを感じる季節になりました。  
今月も目の前のことこにコツコツと取り組みましょう♪



## ビジネスマナーワンポイントアドバイス！

### ～職場でのコミュニケーション～

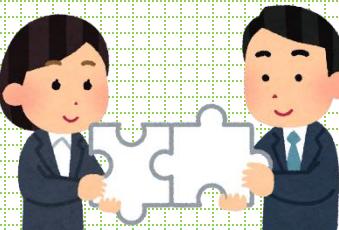
#### 良い人間関係を築きやすくなる 挨拶+ひと言

挨拶に「ひと言」プラスすると  
気遣いが感じられ雰囲気が良くなります



お天気トーク・・・「だいぶ暖かくなってきましたね」  
相手の身だしなみ・・・「髪切りました？お似合いでしょ」  
相手への思いやり・・・「お休みされてましたが、  
もうお体は大丈夫ですか？」  
相手の趣味の話題・・・「先日話されてた、〇〇  
楽しめましたか？」

#### 印象をやわらかくする クッション言葉



相手への気遣いや敬う気持ちを添えることで、  
コミュニケーションがスムーズになります

#### 報告・連絡・相談やお願いするときに使う クッション言葉

- ⇒ すみませんが、〇〇について教えていただきたいのですが
- ⇒ お忙しいところ恐れ入ります。ご相談したい事があるのでですが
- ⇒ 少しお時間よろしいですか。〇〇の報告をしたいのですが



# 中河内サポステスタッフ インタビュー



**中河内サポステにはどんなスタッフがいるのか？  
簡単な質問を通して、知つてもらうコーナーです**

テーマ  
**仕事中の気分転換**



**Q：仕事中の気分転換の方法を  
教えてください。**

A：コーヒーを飲むこと。コーヒーが好きで、普段からよく飲んでいます。好きなものを口にするだけで、元気が出ます。

**Q:気分転換することにより、どんな  
効果が得られますか？**

A：疲れている時にコーヒーを飲むと、また仕事を頑張ろうと気持ちを切り替える事ができます。気分転換することで、気持ちを切り替え、また頑張ることができます。