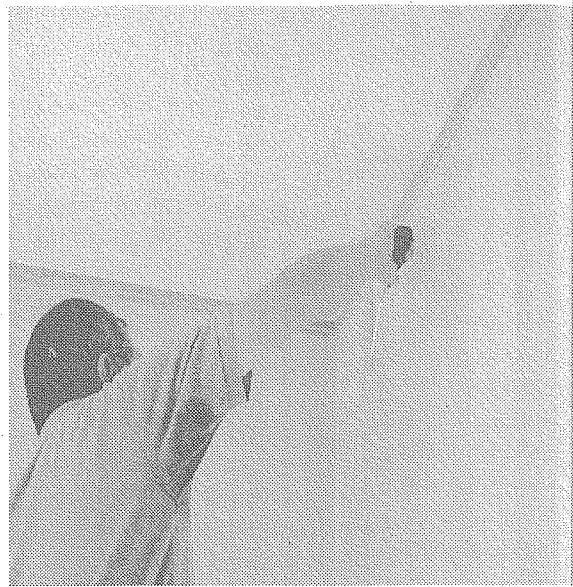


消臭防カ

ミツモリ、東海

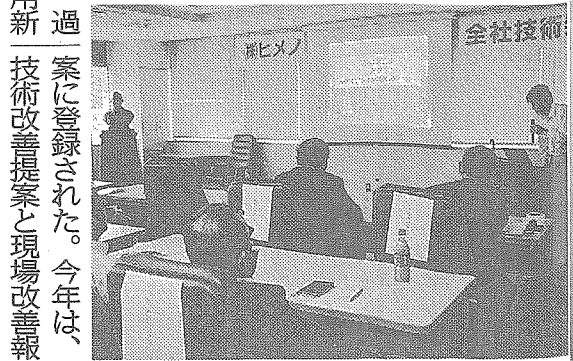


消臭防カビ塗布剤の施工の様子

2・0%。栄が0・3%以下
落の2・8%、伏見が0・
2%下落の2・2%だつ
た。
規模別では大規模ビルが
横ばいの2・4%、大型ビ
ルが0・2%下落の3・8
%、中型ビルが0・3%下
落の5・3%と、全規模で
最低値を記録。空室率の低
下傾向が長期化しており、
需要の高止まりが続いてい
る。

募集賃料(共益費込み)

総合建設業のヒメノ
(本社名古屋市中区東
大曾根町、大野博志社
長、電話052・93
5・8571)は14日、
本社で「第13回全社技
術発表会を開催した。
五つの部署が作業現場
の改善報告や新技術の
提案などを行った」写
真。



全社技術発表会は2006年から毎年開催。過
去4件の発表案件が実用新
技術改善提案と現場改善報

経営者のための

「ミニミニゲーシヨン心理学」

□□13

「残業しなければ、そ
の日のうちにやるべき仕
事を終えることができな
い」「やらなければなら
ない仕事を先延ばしして
しまう」。多忙な現代
社会において、このよう
な悩みをお持ちの方は多
いと思います。

これらを解決する鍵と
して、米国の社会心理学
者ロイ・バウマイスター
は「ウィルパワー(Wi
ll Power、意志
力)」と呼ぶ力を重要視

「科学的に証明され
た力で、二つの大きな特
徴があります。
一つ目として、ウィル
パワーの総量には限り
があり、筋肉と同じよう
に消耗してしまふこと
です。集中力を使えば使
うほど、私たちはウィル
パワーを消耗していきま
す。選択する場面に直面
したり、我慢をしたり、
プレッシャーを感じたり
すると、全く別の行動に

「ウィルパワー」

も影響が及ぼされてしま
います。そして二つ目に
は、ウィルパワーの出ど
ころ、つまり集中力の源
泉となる場所一つしかな
い、ということ。その
場所は額から2〜3センチ
奥、「思考や感情をコン

肉と同じようにトレーニングにより発達すること
ができます。その代表的
な手段は「書き留める」
という行為です。書き留
めることは目標達成のた
めに役立つだけでなく、
リラックスすべきときに
「選択と集中」という言

集中力の源泉は前頭葉に

「図形パズルを解く」と
いふ、まったく関係のな
い二つの行動には同じ場
所から生まれたエネルギー
が使われています。

雑念によりくよくよと考
え続けることも止めてく
れる効果があります。図
められているのではない
でしょうか。

集中力というものは、
仕事のために一つ、ダイ
エットののために一つ、運
動のために一つ、満員電
車を我慢して通勤するた
めに一つ、家族にやさし

質な睡眠です。また、筋
力が衰えているかもしれま
せん。毎週土曜日に掲載

【加藤滋樹 プレジデ
ントワンミニミニゲーシ
ョン・アナリスト】
毎週土曜日に掲載