



やまちゃん通信 ~第32号~ 2017年7月

この「やまちゃん通信」は、私と何かのご縁があったかたにのみ、差し上げている通信誌です。

メンタルラボに行ってきました！

こんにちは！いつも大変お世話になっております。山翠園代表の山本昌利です。やまちゃん通信第32号をお送りいたします。よろしくお願いいたします。

先日大阪で縁あって知り合いになった和歌山県田辺市の(株)高垣工務店の石山社長が始められたメンタルラボに行ってきました。前社長が倒れて倒産の危機から立て直しを図り、以前の3倍に業績を向上させ紹介率74%で日本一を2年続けてと

られた当時契約社員であった石山社長が和歌山県を元気にするためにメンタルラボを始められました。私も「メンタルを強くするってどんな事」と思いながら参加させて頂きました。「一切メモは取ってはいけない」「頭と心で体感してください」の言葉で始まりました。すべての事をポジティブに考えていく



石山社長と私

考えていくこと！自尊心を高める事！について学びました。ポジティブゲームでは「殿様ゲーム:殿様・殿様大変でござる が起きております。おおそれは良い事じゃ するが良い！」では思いがけない答えも！ネガティブな言葉を発したら左手の輪ゴムでパッチン！！何とかポジティブな答えを導き出すことができました。

他にも、「アメリカの水泳選手はポジティブに徹しておりネガティブな言葉を発すれば即退場」等、色々なお話を聞かせて頂きました。自尊心についての参加者での意見交換は人により自尊心の高い人の違いや考え方の違いが良く解りました。

『私の Tree』では改めて今までの自分を考えさせられました。(もっと花を咲かせ実を付けたい)と思いました。一番気になった言葉は【**今までは怖いと思っていたこ**

とは大した事ではなかった。心の目を開けば目の前の大切なものが見える】すべてをポジティブに考える事、また、自分をいじめない事が、自分を成長させ皆を幸せに導けることを少し学びました。

次回は次のステップに挑戦いたします。



←私のツリー

やまちゃんおすすめのコーナー

P-Boat(ピーボート)さんです。

~このコーナーでは私山本がここはいいなと思ったお店などをご紹介します~

今回ご紹介させていただくのは、宮津市にある海が見えるログハウスのお店

石窯ピザ屋さん『ピーボート』さんです。

石窯で焼いた本格ピッツァがとても美味し

いです！とろとろチーズに具沢山なピッツァは

チーズ好きにはたまりません！

ミネストローネも具沢山でとても食べごたえあります！！



石窯ピッツァ/ピーボート

電話/0772-45-1808 住所/宮津市字難波野小字金持 1110-7

営業時間/10:30~22:00 定休日/水曜・木曜



発行者コラム

最後までお読みいただきありがとうございます！

今まで15年間乗っていた愛車クラウンがこの7月で廃車です。40数万キロ故障もなく事故もなく良く頑張ってくれました。愛着があり寂しいですがお別れです。私も病気なく健康に今後も過ごしたいです。暑い夏皆様も体調にお気をつけてお過ごしください。

山本昌利



やまちゃん通信ご不要の方は、お手数ですがお名前を書いてそのままFAXして頂くか、お電話にてお申し付けください。

【発行者プロフィール】

「ゆとり」と「やすらぎ」のガーデンづくりでNo.1を目指す社長

山本 昌利(やまもと まさとし)

生年月日:昭和33年3月24日生まれ 出身地:京丹后市大宮町

趣味:国内で食べ物がおいしいところへの旅行(主に熊本、長野)

家族構成:母、妻、娘3人 好きな食べ物:地鶏、魚、たまご焼き

【発行元】

「ゆとり」と「やすらぎ」のガーデンづくりでNo.1を目指します！(株)山翠園

〒629-2502 京都府京丹后市大宮町河辺3715-1

TEL:0772-68-0707(8:00~17:00) FAX:0772-68-0821



山本 昌利