



San-tidur ニュースレター

2023年2月

いつもありがとうございます。インザブルームの沈でございます。

【社員ミーティングはクリアリングから】

サンティドゥールでは毎月第一水曜日にお休みをいただき、社内研修を行っております。社内研修は大掃除から始まり、午前中は社員ミーティング、ランチ後にパートスタッフが合流し、実技や座学研修を行うというのが概ね1日の流れとなります。

社員ミーティングで一番最初に行うことは、一人1、2分程度の「クリアリング」です。

心理学では心に雑念が湧いた時に、いったん、気持ちを真っ白にして気持ちをしきり直すことを「クリアリング」と言うそうですが、私たちの「クリアリング」は、今の自分の気がかり（心配なこと、もやもやした気持ち、イライラした出来事など）を、言葉にして吐き出し、人に聞いてもらうことです。

話す内容は「子供が出かける前にぐずってイライラした」など、その時の気がかりなら何でもOKです。気がかりを言葉にして吐き出してしまうと、不思議と気持ちがスッキリし、さらに話を聞いた私たちが同情や共感をすると、より心がスッキリ軽くなります。

社員ミーティングは集中力を要しますので、先にクリアリングを行い、個々の気がかりを手放して心と頭を軽くしてから、ミーティングに集中してもらうようにしています。

2月は1日水曜日が社内研修日です。今月も研修の学びをお客様に沢山還元できるように、有意義な研修日にしていきたいと思います。

株式会社 in The BLOOM

代表 沈ユミ

2月【肌のバリア機能UPと乾燥予防にセラミド】



美容成分セラミドは肌の表面にとどまり、肌のバリア機能を維持する最重要成分です。セラミドで潤っているお肌は、乾燥や肌トラブルが起こりづらくなります。乾燥肌やアトピーの方には特にオススメの美容成分です。去年バージョンUPしましたサンティドゥールセラミド原液100%は内容がよりリッチになりました。お試しになりました方はサンプルパウチをお渡ししますのでお声がけくださいませ。

(50ml 初回 5800円 店頭価格 6800円)