



人・お店・会社が元気になる小冊子

～ファン作りのヒントがニュースレターの中に～

目 次

はじめに 元気の意味とは何ですか？ 日々を積極的にする
望む世界を思い描く ニュースレター自分で作れば楽しくて達成感も
ある！ 久々にスーツを着ました 理想としている未来を見つめて
何に時間を使うのか、改めて考えてみたい！ 新たなファイト
常に願望を意識する 何事も前向きに捉えたい！ 未知の世界 何も
できなくても これからの頑張りを いろいろな仕事をしたことを
動くことで、ちょっとやる気が出る 母の命日 私自身の発奮にしたい
仕事の中でも小さな喜びを見つける 小さな変革 ニュースレターに
よる潜在能力活用セミナー 潜在能力を発掘する手助け 未来を切り
開いていくきっかけ ファン作りのヒントがニュースレターの中に
あなたの代わりに営業をしてくれる〇〇通信 ブックマーケティング
ハガキ名刺なんていかがですか！ ニュースレターって何ですか？
大島健作のプロフィール トピックスとお知らせ 終わりに

【はじめに】

毎朝「元気便り」を書いています。振り返ると平成18年から10年間毎日書いていました。前職は建材店でしたので仕事のことから始まり、日々の出来事や自分の考え思いをできるだけリアルに書いたのが、割と興味を持って読まれていたようです。平成28年12月に建材店を閉じてからはフリーターになったのですが、令和2年10月から再び書き始めました。

令和3年6月に元気便りの冊子を作り、2年後の令和5年6月にNo.2を作ったのですが、No.2の内容を元にタイトル（人・お店・会社が元気になる小冊子）にふさわしいものになるよう加筆修正してみました。

なお「元気」の言葉の意味を知ってもらうために、No.1の冊子の冒頭の記事を最初に載せています。この冊子が皆さまの何かにお役に立ちましたら幸いです。

【元気の意味とは何ですか？】

2020年10月8日

私は父が築いた建材店を平成28年12月に潰してしまい、以後はフリーターになりました。63歳の時です。建材店の親父として一生を終えると思っていたのに、想定外のことでした。現在は新聞配達や、ピザ屋・コンビニで仕事をしています。以前と比較したら、いろいろなことに束縛されず、割と自由に生きています。

人生は自分の考えで作るとも言われますが、様々な出会いや出来事などに左右されることもあります。私は高校3年生の夏休みに大阪の先生に「一隅を照らす」という言葉を教えていただき、決めていた進路を変更して父の跡継ぎをしようと思いました。

数年前には京都の先生に「元気」の言葉の意味を教えてもらいました。一般的に勢いがいい、健康の意味と思われませんが、「元」は神様のような天地創造の存在で、その方の意志が「気」だそうです。つまり「元気」は使命や志などの奥深い意味があるのですね。何気なく「元気」の言葉から「元気便り」としていたので、大変驚いたと同時に、とても嬉しかったです。毎日書くことにより、いったいどんな効果があるのか分かりませんが、まずは自分自身が元気になるのは建材店時代に知りました。できれば、読まれた方が元気になるような記事を書ければいいなと思っている今日この頃です。なお、「元気」が正しいそうです。

【日々を積極的にする】

2023年5月1日

100冊の本を読むより、1冊の本を100回読んだ方がいいと何かの本に書かれたのを思い出しました。

私の愛読書「小枝にしばられたゾウ」の中の素敵な言葉をフリーノートに書いているのですが、それらをしっかりと私の中に取り入れていくと、日々の考えや行動がより積極的になり、未来の展望も開けるように思う今日この頃です。

【望む世界を思い描く】

2023年5月2日

夕方、妻と一緒にワンコの散歩に行きます。妻はトイプードルのミールで私は雑種のタスケです。タスケは人が怖くて中々に苦労します。川沿いの道を歩くと、その景色に感動することがあります。妻は最近、四葉のクローバーを見つけました。何気ない平凡な日々の中に小さな幸せを感じて、望む世界を思い描きながら過ごしたいと思う今日この頃です。

【ニュースレター 自分で作れば楽しくて達成感もある！】

5月3日

お店や会社や営業をされている方が、今より、もう少し良くなりたいと思われた場合に、ニュースレターを作ってみられることをお勧めします。「良くなる」は具体的にはいろいろありますが、新規のお客が増える、既存のお客様との関係が更に良好になる、過去のお客様とまたご縁ができる、これらのことができれば多くのことが良くなると思います。一番大切なのは、お客様と親しくなることではないかと思うのですが、その方法の1つがニュースレターです。

ニュースレターを自分で作れば費用もかからず、楽しくて達成感もあるし、出来上がったニュースレターを営業活動他様々なことに活用することができるので、試しに作られたらいいと思います。昨日は昔出前してもらった自然食のお弁当のお店でランチを食べたのですが、ご主人が私の顔を覚えておられ嬉しかったです。次回ニュースレターの資料を持参したいと思う今日この頃です。

【久々にスーツを着ました】

2023年5月4日

昨日はお食事会があって、久々にスーツを着ました。振り返ると、高校を出て大阪で会社勤めをした3年間と、平成30年11月からユニットハウスの会社で営業をした9ヶ月がスーツ姿でした。

昨日はこれからおつきあいをさせて頂く方々と、美味しい料理を食べながら親交を深めさせていただき、とても喜びました。なお、2年前に作った元気便りの冊子をお渡ししましたが、読んで頂ければ私のことを知って頂き、今後より親しくなれると思った今日この頃です。

【理想としている未来を見つめて】

2023年5月5日

後2カ月ちょっとで70歳、その響きと重みを感じます。寿命に少しずつ向かっていくのですね。いつか誰もが死を迎える、これはまぎれもない真実で、生きている中で何をするのが問われるのですが、ついつい自分の興味を持つことに意識が行き、日々を過ごしてしまいがちです。

それは決して悪いことではなく当然なのですが、時には理想としている未来を見つめて日々を生きたいと思う今日この頃です。

【何に時間を使うのか、改めて考えてみたい！】

5月6日

広島福山から連休で帰っている長女がリビングで氣学を勉強している時に、私がテレビを付けていると集中できないので消してくれと言います。

昨日は久しぶりにテレビを付けずに朝食を妻と食べたら、いろいろな話が出て良かったみたいです。テレビが付いていると、ついつい話題もテレビの中に移ってしまいます。テレビで情報収集もできますが、反面、弊害もあるようです。何に時間を使うのか、改めて考えてみたいと思う今日この頃です。

【新たなファイト】

2023年5月7日

昨日は新しい仕事先で知り合いに会いました。コンビニでも会ったので結構に驚いた様子で、思わず握手。同じ建築関連の仕事をしていたので会合でよく一緒になり、お酒も飲んだ間柄。私に対してどんな思いを持たれたのか分かりませんが、私の方は何か新たなファイトが湧いてきた今日この頃です。

【常に願望を意識する】

2023年5月11日

以前を振り返り、実現不可能と思われた望みが叶えられたことがいくつかありました。「やればできる」ですね。日々過ごしている中で、常に願望を意識することが大事だと思う今日この頃です。

【何事も前向きに捉えたい】

2023年5月12日

先日、仕事の帰りにスピード違反で捕まり、いくらかショックだったのですが、以来50キロの看板に意識ができるようになり、今後より安全運転になるのではと思いました。

また、私も仕事している中で、注意されることがあるのですが、頭にしっかり焼き付けて次回は気をつけようと心掛けています。自分のスキルアップにつながるので有難いと思うようにしています。起きた事実は1つですが、捉え方はたくさんあります。何事も前向きに捉えたいと思う今日この頃です。

【未知の世界】

2023年5月14日

未知の世界いいですね。あこがれます。新しい人との出会いもありますが、新しい自分との出会いもあることでしょう。

ニュースレターの仕事も未知の世界です。私がやろう、やりたいと思っているのは、あまり前例も無く、もしかしたら誰もやっていなかった事かもしれません。自分がいいと思ったことを、必ずうまくいくと信じてやるのです。未知の世界に歩いていく自分に期待したいと思う今日この頃です。

【何もできなくても・・・】

2023年5月15日

昨日は母の日でしたが、妻は娘とお出かけし、ワンコと二日連続でお留守番したことでご勘弁頂いたようです。何もできなくても、ただ、いるだけでもいいのでは、と思った今日この頃です。

【これからの頑張りを・・・】

2023年5月17日

昨日は母の命日が来週なので墓掃除をしました。早いもので父が亡くなってから10年、母は5年前に、両親が築いたものを私は失くしてしまったのですが、それでも家族共々元気に暮らしていることで安心してほしいです。

まだ人生終わったわけではなく、これからの頑張りを見守ってもらえたらと思った今日この頃です。

【いろいろな仕事をしたことを・・・】

2023年5月19日

朝から雨が降っています。雨降りの時の新聞配達は大変でした。平成25年4月から3年半、令和元年6月からも3年半ちょっと、足腰の鍛錬にもなったかと思います。今は朝起きるとポストに入っていて有難いです。新聞配達他、いろいろな仕事をしたことを（今もしている）今後を活かしたいと思っている今日この頃です。

【動くことで、ちょっとやる気が出る】

2023年5月20日

3月から始まった近所のコンビニ勤め、当初はいくらか不安があったのですが、慣れてきたのと夜の作業も少しずつ出来るようになり、今では行くのが楽しみになりました。

地元なので、知り合いの方に出会うこともあり、一言二言話すのもいいですね。笑顔の接客が出来ることを目指しています。

昨日はミール君のカットでペットショップに行き、私が書いたものとニュースレターのハガキを渡しました。「すごいですね」「いえいえ、たいしたものではありません」などのやりとり。動くことで、ちょっとやる気が出ると思った今日この頃です。

【母の命日】

2023年5月23日

昨日は母の命日でお墓に行きました。「何とか頑張っています」とご先祖さまにご挨拶。その後、ラーメン屋に向かいました。まさか、息子が、今、ラーメン屋で仕事をしているとは、夢にも思っていないかもしれませんが、「何でもいいがね、元気なら」と言うような母でしたので……。そんな母の命日にちなみ、最新の元気便りの冊子を作ってみたいと思った今日この頃です。

【私自身の発奮にしたい！】

2023年5月25日

昨日、本棚を見たらニュースレターの本があって、以前買ったものの、よく読んでいなかったのですが、改めて読んで中々に参考になると思いました。一冊の本を書くのは大変なことです。

自らニュースレターを作られて結果を出し、多くの方にコンサルティングをされているから出来ることでしょう。世の中にはスゴイ人がたくさんおられ、その中のお1人だなあと思ったのですが、私自身の発奮にしたいなと思った今日この頃です。

【仕事の中でも小さな喜びを見つける！】

2023年5月26日

今まで出来なかったことが出来るようになると嬉しいものです。昨日の仕事の中でも、ほんのわずかなことながらありました。少し努力すれば出来るのに、苦手だから、やったことが無いからと逃げてはダメですね。仕事の中でも、小さな喜びを見つけたと思う今日この頃です。

【小さな変革】

2023年5月27日

4月末からフリーノートを書き始めたことが、私の小さな変革になっています。日々の出来事、仕事の予定他 いろいろなメモを書いていて、便利です。愛読書の中のいい言葉の欄は、考え方や心の持ち方の向上に役立っていますし、やりたいこと願望などの欄はモチベーションを高めてくれますね。

また、5月に書いた元気便りの冊子を作ることも小さな変革です。身近な自分に出来る小さな変革がやがて大きな変革につながると思う今日この頃です。

【ニュースレターによる潜在能力活用セミナー】

5月28日

潜在能力とは何？ どうしたら引き出して活用できるのか？ そうした関係の本もあり読んでみたいです。自分の知らない自分を知ることが、潜在能力につながっているのではないかと思います。そんな潜在能力と自分で作るニュースレターを関連させてみました。将来、「ニュースレターによる潜在能力活用セミナー」をしたら面白いのではないかと思った今日この頃です。

【潜在能力を発掘する手助け】

2023年5月29日

昨日の元気便りは、潜在能力とニュースレターを結びつけたのですが、普段から考えていたことではなく、昨日ふと思いついたのです。潜在能力という言葉から、どんな記事が書けるのかいろいろ考えた末のこと、我ながら面白い発想だと思いました。

また、夢や目標や願望を叶える時に必要なものの一つが潜在能力のように思いました。私の元気便りも自分自身の潜在能力を発掘する手助けになればいいなと思った今日この頃です。

【未来を切り開いていくきっかけ】

2023年5月31日

この冊子の最後に、私の願望・理想としている自分の姿・夢などを書いてみました。そうしたことを口に出すのは結構に恥ずかしくて難しいのですが、書いたものを渡すのは楽ですね。

将来、私と一緒に活動してくれる方や応援して下さる方が現れて増える1つの方法になるかもしれません。この冊子をお店や会社や営業をされている方、お友達やお知り合いの方などに渡すことが私の新たな力になって、未来を切り開いていくきっかけになればいいなと思う、今日この頃です。

【ファン作りのヒントがニュースレターの中に】

6月12日

一般的に世の中の大部分は商品情報が主体の売込チラシですが、売込の少ないニュースレターをチラシの中に入れると一味違ったものなと思います。例えば、スーパーのチラシの中に「お父さんでも簡単に作れる一品料理のレシピ」などあったら私も興味を持ちますね。

普段から何か1品覚えて欲しいと妻から言われているのですが、中々踏み出せないです。スーパーへ行くとそんなコーナーがあって、材料とレシピが置いてあると探さなくていいから便利です。毎週一品ずつ覚えてたらとんでもないことになる？（笑）

商品情報の他に商品との出会いや、商品が完成するまでの苦労話を物語風に、お客さまの声やスタッフの顔写真と思い等を入れて見たらいかがでしょうか。昔から「モノを売るより人を売れ」と言われますが、ファン作りのヒントがニュースレターの中にあるのではと思う今日この頃です。

【あなたの代わりに営業をしてくれる〇〇通信】2023年1月19日

元々、私は気が弱くて、営業に向いているとは言えませんでした。断られるのを恐れて人にお願ひするのが苦手なタイプでした。それでも、前職の建材店では営業をしないといけず、重い足取りをしたものです。一度、親しくなればしめたものです。人間関係ができれば、後は楽になりスイスイ行きますね。

その親しくなる方法の1つが、ニュースレターを通して自分を知ってもらうことです。大事なのはいい格好せずに、ある程度自分をさらけ出したらいいと思います。ずっこけたり、笑われるようなことを書くと意外に反応が良いです。

割と簡単に作れるのがハガキサイズのポストカードです。表面は、イベント等のお知らせなどを入れ、上部に空白スペースを作り、手書きメッセージや郵送の場合は宛名を書きます。裏面は自分の紹介や最近の出来事などを書くと〇〇通信になります。あるいは、すべてをプロフィールにされてもいいですね。

作るだけでも楽しくなりますよ。いろいろ工夫してみればいいと思います。なお、〇〇の中には自分の名前を入れてみて下さい。

〇〇通信は、いろいろな場面で使えると思います。お客様を訪問して留守だった時、先方が忙しくて十分な時間が取れなかった時、お願いごとが中々口に出せない時、あなたが心をこめて作成した〇〇通信が、あなたの代わりに営業をしてくれることでしょう。

なお、ハガキは封書の手紙と違いオープンなので、他の方に見てもらえる効果もあると思う今日この頃です。

【ブックマーケティング】

2023年6月26日

見込み客を探す手法の1つであるブックマーケティング。例えば、工務店さん、「一戸建て、マンション、借家、どれにする？」という冊子があれば興味持たれる人あると思います。例えば、車屋さん、「ライフスタイルに合った車選びは」そんな冊子があれば読んでみたいです。売り手目線ではなくお客様目線がポイントでお客様が得する内容の冊子を作れば、やがてそれがファン作りにつながり、自らが得すると思う今日この頃です。

【ハガキ名刺なんていかがですか！】

一般的に名刺はサイズが小さく限られた情報しか入らないのでハガキ名刺なんていかがですか！自分のプロフィールを知ってもらうことが相手の方と親しくなる一歩だと思います。ハガキは名刺と違い印刷もコピーも簡単にできるので便利ですね。

例えば、営業訪問して留守だった時、ハガキ名刺に何かの連絡やお願い等のメッセージを空欄に書いて受付あるいは郵便受けに、

または事務員さんに渡してもいいと思います。ハガキなので郵便で送れるので便利ですね。

初めて会う方だけでなく、改めて一味違った名刺も渡すことで、話題性と好印象や親近感などを得られる効果があると思います。新規開拓の新たな武器としてもご活用頂ければ嬉しいです。

【ニュースレターって何ですか？】

広い意味では新聞や地域・学校からのお知らせもニュースレターです。一度お客様になられた方を固定客（ファン）にするための1つの方法で、売込の極めて少ない「ひとり新聞」とも呼ばれています。

ニュースレターを勉強することで、チラシ・ホームページなどの情報発信の向上と、より良いコミュニケーションの構築に役立つ可能性もあると思います。

【大島健作のプロフィール】(ハガキ名刺 R5年7月17日現在)

両親が築いた建材店の2代目として40年建材の仕事をしましたが、私の力不足で平成28年12月に店を無くしました。私は新しい物好きで行動力もあり、様々な取組をしたので山陰経済ウィークリーに5回掲載され、変わった建材店として見られました。今後は、お店や会社の発展につながるお手伝いをしたいです。

私は昔から書くことが好きで、建材店時代には情報誌や小冊子をたくさん作りました。今この時に、ニュースレターを通して人のお役に立つ人生をスタートできることにワクワクしています。現在は複数の職場で仕事をしています。

昭和28年7月17日生まれ・70歳・中学高校はバレー部に所属

「いいところ」笑顔・アイデア・行動力

「好きな歌手」ZARD・チューブ

「日課」ありがとうございますを言いながらのスクワット30回

「趣味」ソフトバレーとスキーとゴルフ すべてただ今休憩中

「元気便り」毎朝、ホームページとフェイスブックなどに発信中

「自称」お役立ち屋 お役立ち屋を広げてみたいです。

【トピックスとお知らせ】

○ 私のフリーノートの中の「なりたい姿・やりたいこと・願望」欄を紹介します。4年後から7年後の2030年が達成目標です。

自由きままに私がやりたいことをする日々にする、元気ニュースレター研究会の事務所を持つ、ソフトバレー・スキー・ゴルフの復活、信州でスキーをする、おひさまカップソフトバレー大会の開催、元気ニュースレター研究会と幸せを呼ぶおひさまショップの運営を高校生とシニアの方に委託、セミナー開催で全国行脚、おひさま館の建設、おひさまコンサートの開催、ガイアの夜明けに出演（達成時期は前後します）

○ 「ニュースレター元気セミナー」にご参加されませんか。ニュースレターを作ることで人・お店・会社が元気になることが目標です。参加費お1人2800円（交通費別途）最低開催人数は4名です。内容はハガキ名刺作成と〇〇通信作成と小冊子作成、所要時間は約100分です。内容については事前にご相談下さい。

○ 元気ニュースレター研究会の会員を募集しています。会費は最初の1000円のみ、特典があります。セミナーと研究会、詳しくは元気ニュースレター研究会のホームページをご覧ください。

【終わりに】

この冊子は大島健作とニュースレターについて知ってもらえる物になりました。何かを伝える方法として「話す」と「書く」を比べると、修正できる・記録に残る・多くの人に発信・話術不要などのメリットが「書く」にはあるようです。是非この機会に、あなたも冊子を作られてお仕事に活用されてみられませんか！

12頁の「ブックマーケティング」は一昔の手法と思えますが、実践された方はごく少数の方で、今でも継続されて成果を出しておられるのではと推測します。私もこの冊子で実証したいです。

ファン作りの1つの方法として、ハガキ名刺や〇〇通信や小冊子を提案推進していきたいです。ファン作りはスポーツ他、様々な分野で重要視され多くの方のテーマではないかと思えます。

私は言葉を作ることが好きで、「お役立ち屋」「名刺ハガキ」の他「ニュースレター年賀状」があります。年始の挨拶に加えて近況や抱負などを入れると興味深く読まれると思います。2023年の私のニュースレター年賀状はサイトの情報館から読めます。なお、情報館には様々なファイルが入っていて印刷が可能です。

7月17日に70歳になりました。誕生日は母の記念日と言われますが、母が施設にいた時に一度だけ「お母さん、産んでくれてありがとう」と言いました。70歳からの起業を頑張ります。

最後に誠にあつかましいお願いですが、宜しかったらこの冊子をご購入頂きまして、お友達・お知り合いの方・お取引先の方やお得意様他にプレゼントして頂けませんでしょうか。100縁で人生や事業が変わったらスゴイです。(笑)

大島健作の元気便り

人・お店・会社が元気になる小冊子

発行日 令和5年（2023年）7月17日
価 格 100円（別途送料100円・10冊以上送料無料）
10冊でおまけ1冊（小学校の時のあだ名がおまけでした）
印 刷 元気ニューズレター研究会のホームページの情報館に
PDFデータを入れています。冊子印刷設定、左綴じで
印刷して下さい。なおデータの修正はしないで下さい。

※コピーと印刷はご自由ですが、それらの販売はお控えください。
※この小冊子をもしも何かの勉強会やセミナーの参考資料として
お使いされるようでしたら、ご自由に印刷されてご活用下さい。

発行者 大島健作 kensaku.ohshima@gmail.com
〒699-1221 島根県雲南市大東町飯田53-4
携 帯 090-8996-0850

○ブログ「大島健作の元気便り」

<https://kensaku-genki.hatenablog.com/>

○元気ニューズレター研究会 <http://genki-newsletter.com/>

○幸せを呼ぶおひさまショップ <http://ohisamashop.com/>



題字 下川浩二氏（愛称：しもやん）