





# まずは皆さんの自己紹介

- 
- 
- 
- 
- ①お名前、地域
  - ②ご職業
  - ③自身の強み、アピールポイント

## 【オンラインセミナー受講の注意事項】

- ・ このレジュメは後程プレゼントします！
- ・ 周囲が騒がしい場合はミュート設定を。
- ・ このセミナーは録画し、メンバーに公開されます。(撮影はココからです。)

★ 個人事業主のための五つ星ビジネス経営塾 ★

自分ブランド構築オンラインサロンメンバー限定



あり方は一つ!  
やり方は様々!

満たし調える

エネルギーマネジメント部

# 【売れるの方程式】

オファー × 認知度 × 信用度

文面や提案時に  
熱量(エネルギー)  
が伝わるか

面白そう、  
勉強になるなど  
シェアしたくなるか

明るく楽しそうで  
勢い、情熱、誠意が  
あり、信用できるか

全てのシーンでエネルギーが関わる

# 【売れるの方程式】

オファー × 認知度 × 信用度

テクニックや流行り、商品だけで一時的に売れても…

エネルギーが高くないと

継続的な成功は難しい！

# ◆エネルギーマネジメントとは…

エネルギーが調う

= モチベーションが安定する

& 常にエネルギーがある

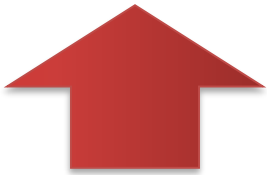
= 信頼される→人もお金も集まる

◆ エネルギーマネジメントとは…

満たす



調える



受け取る



与える

# ◆ エネルギーマネジメントとは…

あり方

前半の2つの『満たす、調える』は  
自分が自分と向き合う内界(陰)の世界。

やり方

後半の2つの『与えて、受け取る』は  
自分以外の誰かと関わる外界(陽)の世界。



# ◆「満たす」って？

自分が満たされて

**エネルギーが上がる感覚**が

あることを意識的に行う

自分の心が満ち、癒されること

# ◆「満たす」って？

- オシャレなカフェで美味しいモノを食べてゆっくり過ごす
- 大好きな映画やドラマを思う存分堪能する
- 身体を癒やすために温泉に入りに行く
- 人の少ない神社に行って深呼吸する
- 自宅でひたすら寝たりゲームしたり

# ◆「調える」って？

自分自身が調和した  
心地良い気分でいる状態  
ザワザワ・モヤモヤしない状態

ここが一番難しいところです。

# ◆「調える」って？

- 感情が落ち着いている
- 良好な人間関係に恵まれている
- 快適な場所(空間)に身を置いている
- 心身共に健康な状態を維持出来ている
- いい香り、いい音のする場所(空間)に身を置いている

# ◆「満たし調える」のポイント

嫌なモノを我慢、蓋をする程に  
エネルギーはダダ漏れしていく

# ◆「満たし調える」のポイント

自分のことをよく知り、出来るだけ

自分をご機嫌に過ごさせてあげる

→ 感情がカギ！客観的に感情を見る

# ◆「与える」って？

お金、知識、経験、信用、信頼、  
人脈、ご縁、ひらめき、アイデア、  
モチベーション、勇気

= エネルギーを他人に与える

# ◆「与える」って？

「届ける」とか「そっと置いておく」というイメージでもOK

## 情報発信はまさにコレ！

知らず知らずのうちに沢山の人に

エネルギーが届き、自分のエネルギー貯金が出来る！



## ◆「受け取る」って？

相手の好意から差し出されたときは  
自分の都合は一旦脇に置いて  
まずは素直に受け取っておく。

「遠慮」は一旦おいておきまましょう

# ◆「受け取る」って？

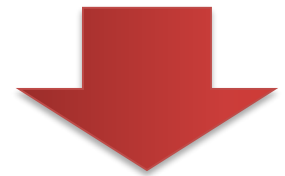
「勿体なくて受け取れない・・・」

「申し訳なくて受け取れない・・・」

「罪悪感があって受け取れない・・・」

「自分には受け取る資格なんてない」

自分のことを考えすぎて  
相手のことが見えてない



相手の  
『与えて、受け取る』  
エネルギー循環の流れを  
妨げてしまっている

# ◆「与えて受け取る」のポイント

相手と向き合い、期待せずに

相手にエネルギーを注ぐ

→ 期待しすぎないのがポイント

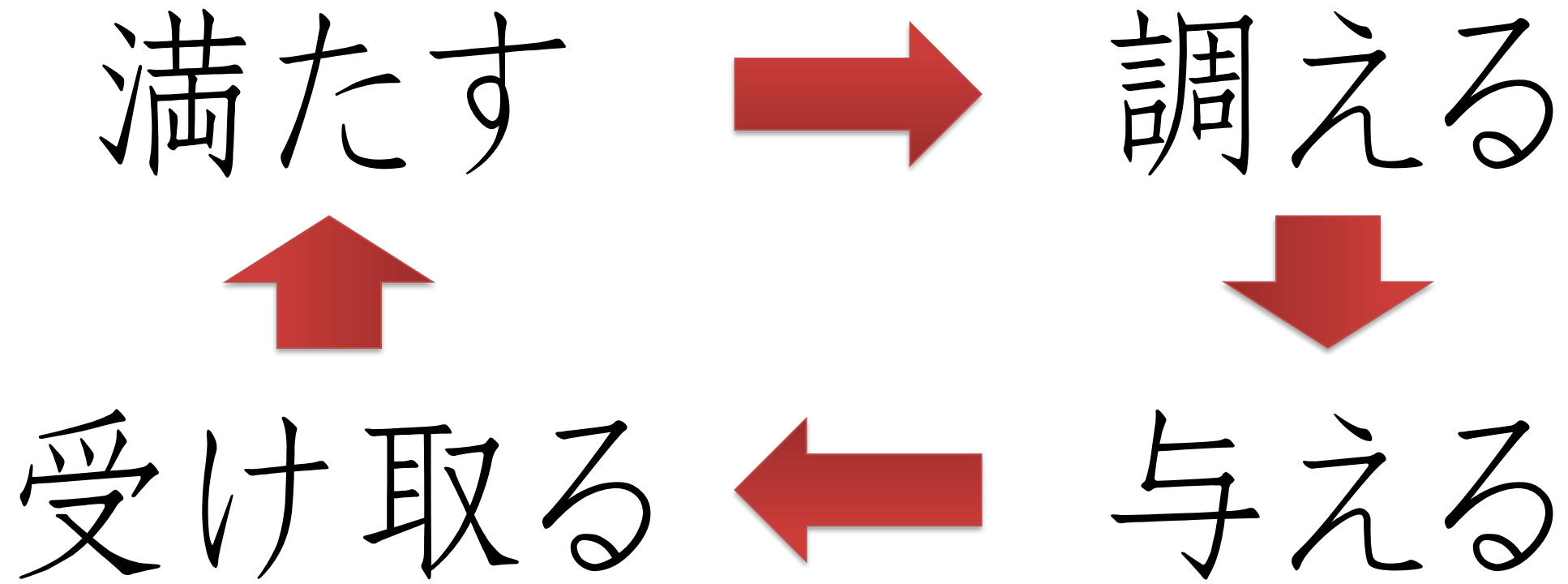
# ◆ エネルギーマネジメントとは…

あり方

前半の2つの『満たす、調える』は  
自分が自分と向き合う内界(陰)の世界。

やり方

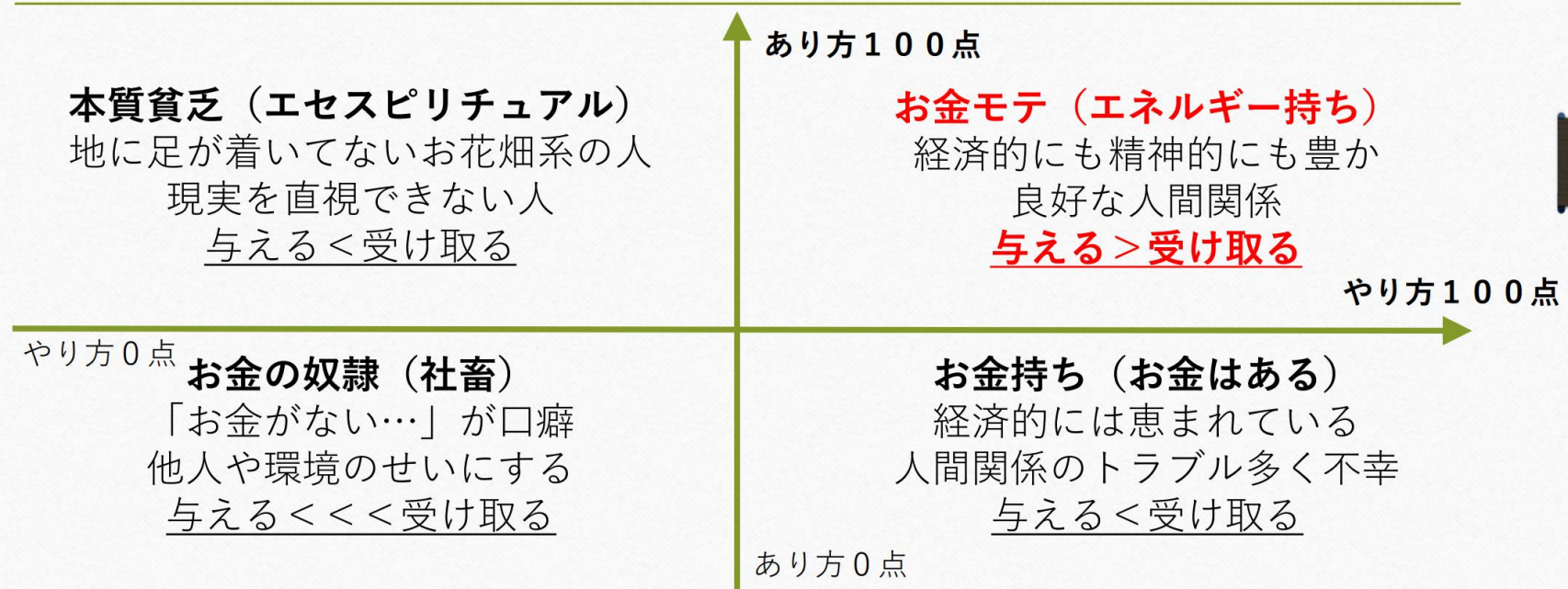
後半の2つの『与えて、受け取る』は  
自分以外の誰かと関わる外界(陽)の世界。



全体をバランスよくやる。  
どこか偏ると上手く循環しない。

# 福岡ともたけさんの理論

## 3. お金の2つの世界を理解する





# 福岡ともたけさんの理論

## 4. まとめ

---

- お金持ちかどうかは**年収**や**資産額**で決まる（ストック、溜め込む）  
お金モテかどうかは**どれだけ人を喜ばせたか**で決まる（フロー、循環）
- お金持ちは**優越感**と**満足感**を欲しがる（競争&キリが無い・・・）  
お金モテは**成長**と**貢献**（誰かのお役に立った実感）を求める（生きがいと幸せに直結）

俯瞰して自分を見てみよう！

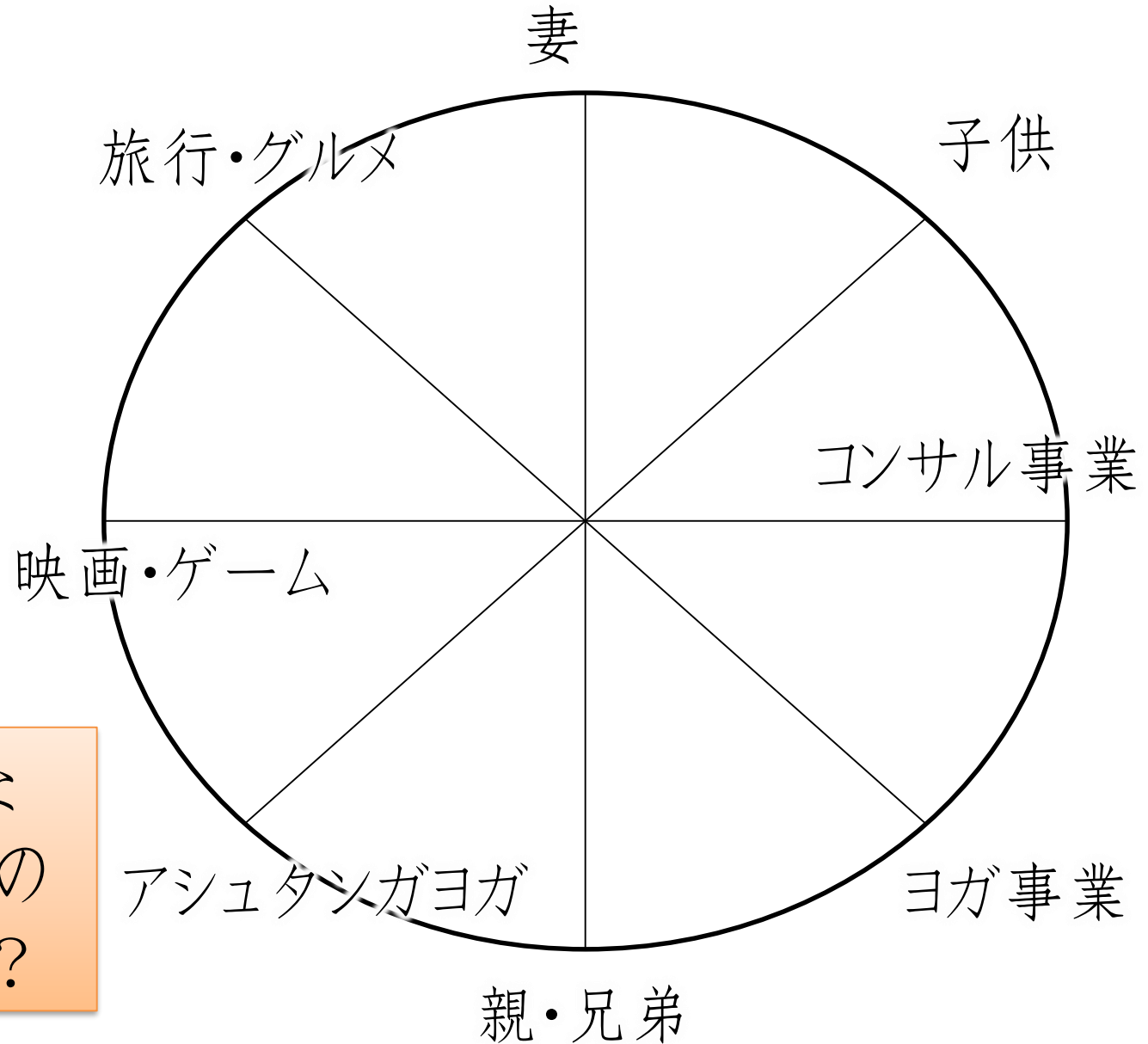
ワークタイム



# ■ ワーク1

## ライフチャート を作る

自分の人生を形作る大事な  
8つの項目を考える。それぞれの  
満足度は10点満点中何点？



## 【ワーク2】

自分の心や体、エネルギーが  
満たされることは何？

## 【ワーク3】

自分の心をザワつかせる  
モノ、コト、人間関係、環境は？

## 【ワーク4】

自分が得意、学んできた事で  
与えられるものは何？

## 【ワーク5】

ついどんなシーンで誰に  
受け取るのを拒んでしまう？

いま感じていること  
自分の課題を可能な範囲で...

シェアタイム

# ◆エネルギーマネジメント

一番難しいところは…？

# 調える

# ◆エネルギーマネジメント

住福が取り組んできたこと

人によっては…  
お金の問題、  
親子関係、恋愛、  
居住空間

# 夫婦関係



# エネルギーマネジメント 一日一課題のルール

---

①

朝、Facebook

メッセージャーに

「今日やること」を投稿する。

満たし、調べ  
与えて、受け取る  
どれでもOK

# エネルギーマネジメント 一日一課題のルール

---

②

やり終わったら  
「完了」など完了報告を  
メッセージャーに送る

# エネルギーマネジメント 一日一課題のルール

---

2週間の部活です。

特に「調える」ことを意識し

取り組んでみて下さい

# 【売れるの方程式】

オファー × 認知度 × 信用度

文面や提案時に  
熱量(エネルギー)  
が伝わるか

面白そう、  
勉強になるなど  
シェアしたくなるか

明るく楽しそうで  
勢い、情熱、誠意が  
あり、信用できるか

全てのシーンでエネルギーが関わる

# 【売れるの方程式】

オファー × 認知度 × 信用度

エネルギーレベルを上げ、調え  
売れるエネルギー持ちになろう！

# 質疑応答タイム



以上

おつかれさまでした。

# 【2月開催】

2/7 am10-12

満たし整う “エネルギーマネジメント” 部

2/17 am10-12

これだけはマスターしたいリザスト機能

(個別管理、セミナー・イベント、メルマガ・ステップメール)

2/25 am10-12

LINE公式orメルマガのリストが増える！

無料オフナーキャンペーンやろう会

