

自己紹介

よろしくお願ひします。

 諏訪寿一

お前 誰よ？

す わ としかず
諏訪 寿一

Facebook	諏訪寿一
twitter	@8mUaUVaK2RrwLpf
Instagram	toshikazu_suwa
Threads	toshikazu_suwa
LINE	120tom120
Youtube	がんばらない効率化～あんちゃん～
Google map	諏訪寿一

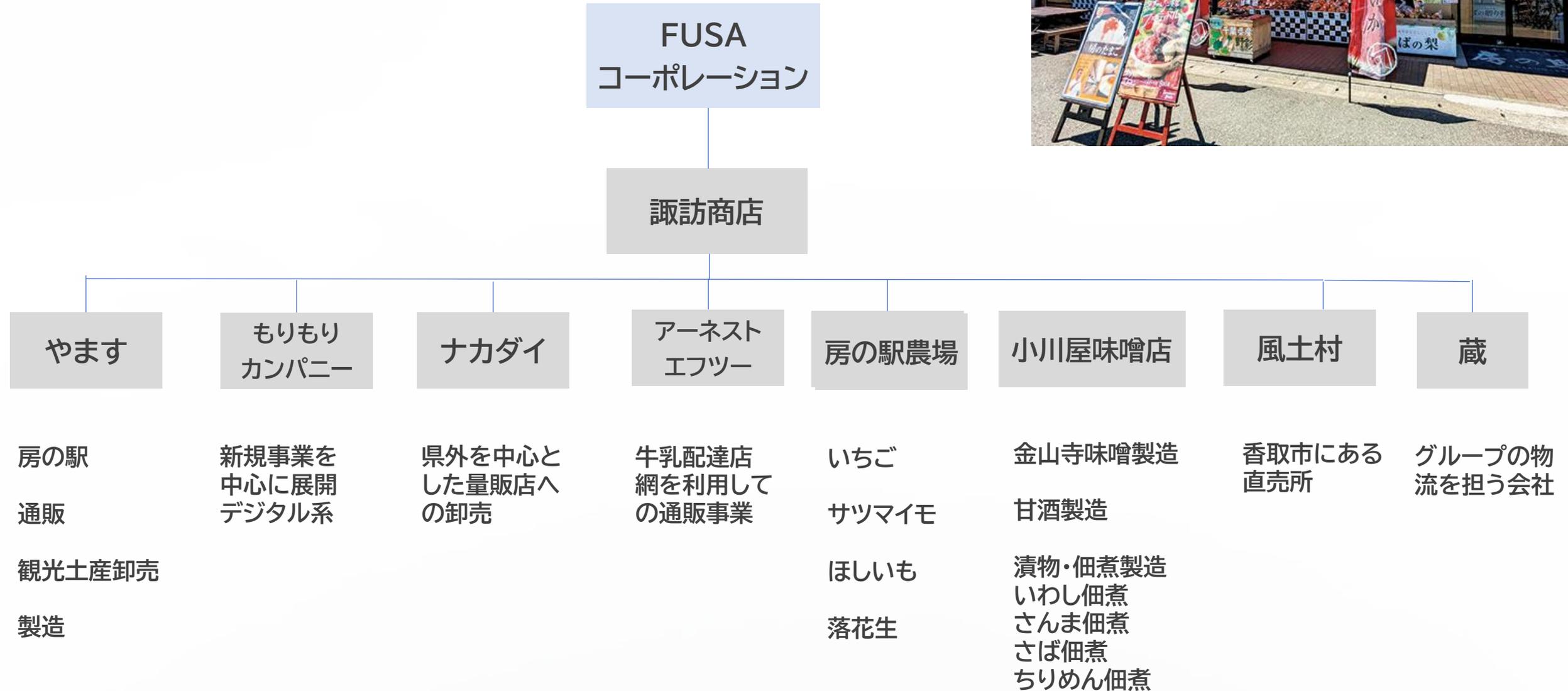
1971年生まれの53歳

趣味 : 農業(週2農 二拠点生活)、ゴルフ
特技 : VBA Python ディープラーニング
資格 : 中小企業診断士
みそソムリエ
G検定 2021 #2
E資格 2022 #1
統計検定2級





諏訪商店グループの紹介



生い立ち

誕生と幼少期

1971年7月3日生まれ。

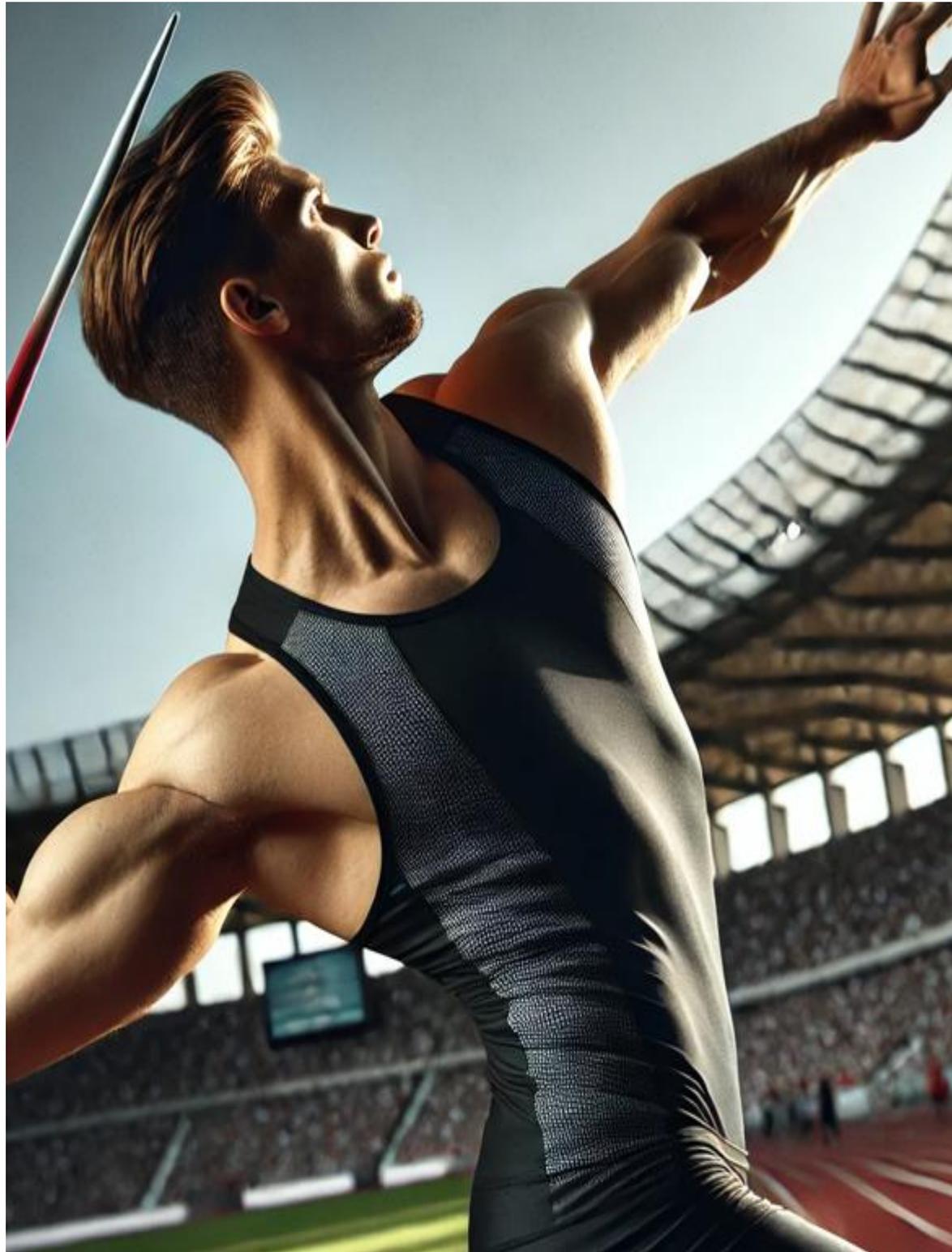
千葉県市原市玉前で育ちました。

小学校時代

京葉小学校では、4年生までとっきーと同級生でした。その後、国分寺台西小学校へ。

中学校時代

国分寺台中学校では、ひろと同級生。再びとっきーにも出会いました。



スポーツ&学生時代

1 野球少年でした

中学校では野球部に所属。

2 陸上競技部

検見川高校では陸上競技部へ。
やり投げで関東大会にも出場しました。

3 大学ではテニス

明治大学では、テニスサークルです



社会人としてのスタート

中小企業診断士

資格を取得し、食品問屋に**2**年間勤務しました。

諏訪商店への入社

1996年、諏訪商店に入社。同時に結婚もしました！

2003年から代表取締役になりました

なんでそうなるのか？交通安全!?



交通道路法違反：
安全運転を心がけてい
ます。

12回



パンク：
呪われているのでしょ
うか？

8回



自動車のリコール：
運が良いのか悪いのか
...

10回



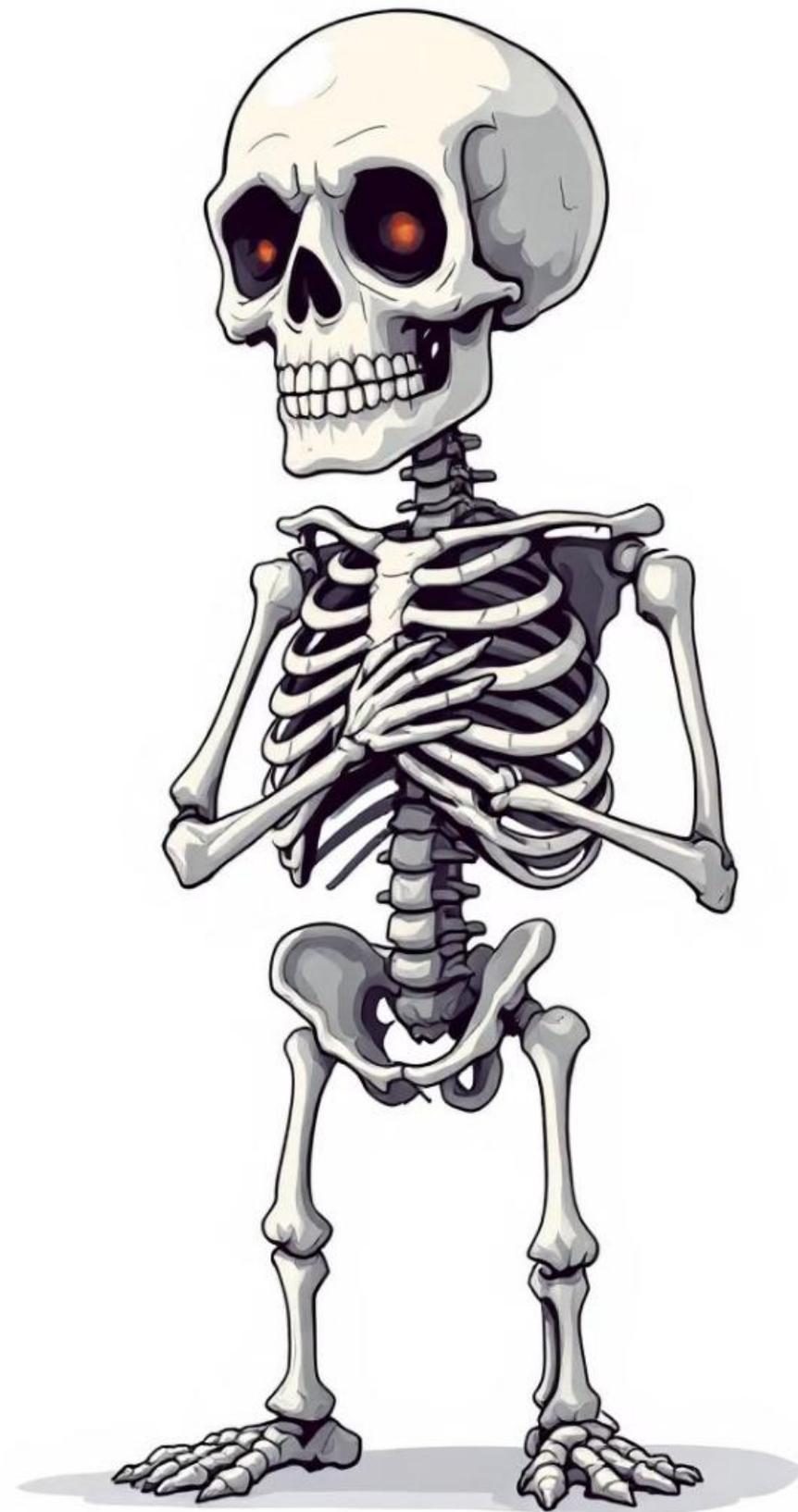
健康第一！

- 1 尿管結石
激痛との戦いです。
- 2 骨折
なぜかよく折れます
- 3 コロナに感染

8回

4回

入院



海外でトラブルはつきもの？

1

飛行機

最終搭乗者：いつもギリギリになっちゃう

5回

2

パスポート

紛失：冷や汗ものでした。

1回

3

海外で救急病院_点滴打ちました

尿管結石：インドで発症

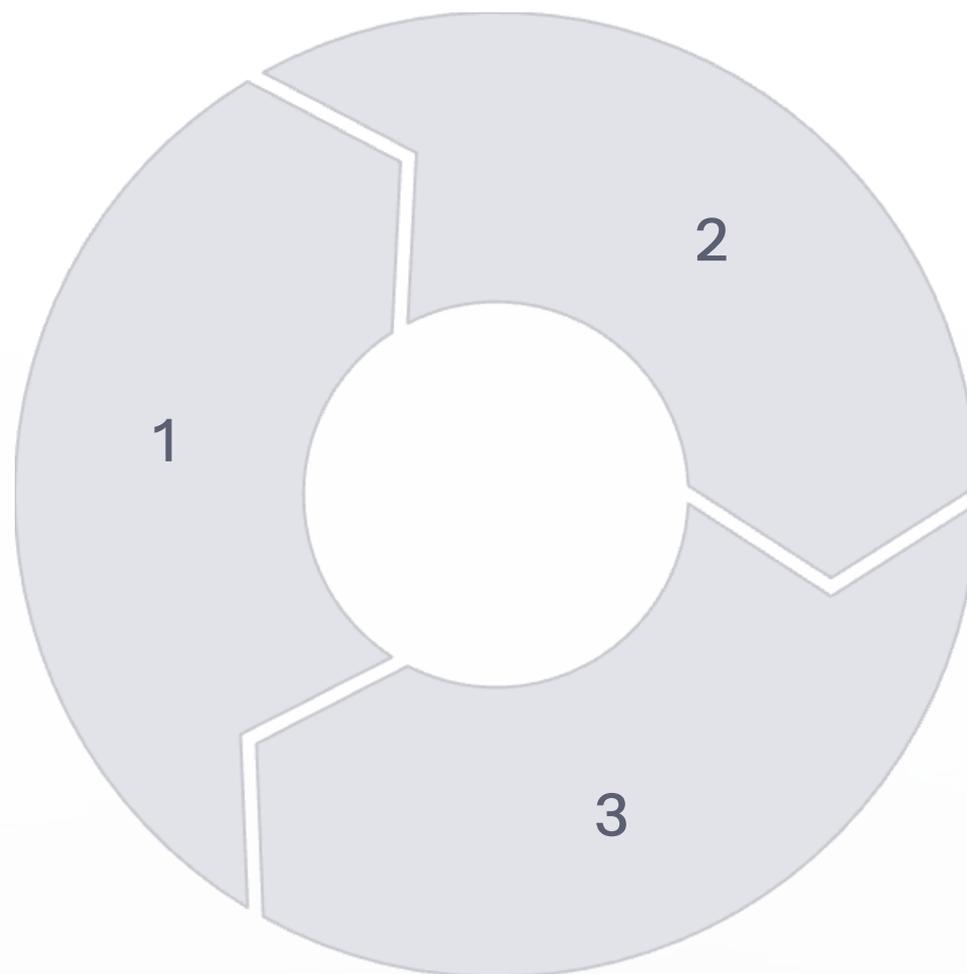
1回



お酒は飲めません！

お酒

体質的に全く飲めません。
奈良漬で酔っ払います



宴会
ソフトドリンク
で楽しみます。

シラフ
いつも冷静です！

書籍紹介：家事から仕事まで使える がんばらない効率化

家事から仕事まで使える がんばらない効率化

=====
がんばらない効率化クイズ
～皿を10枚洗うとき、どちらがより効率的？～
=====

- A.すべての皿を洗剤で洗い、終わったらすべての皿を水ですすぐ
- B.1枚ずつ皿を洗剤で洗い、すすぐ。これを繰り返す

⇒Aと答えた人は知らぬ間に時間をムダにしているかもしれません！

家事から仕事まで。日常生活の様々なシーンで活用できる効率化を徹底解説。誰にでも即マネできるように「5つの型」に分類しました。

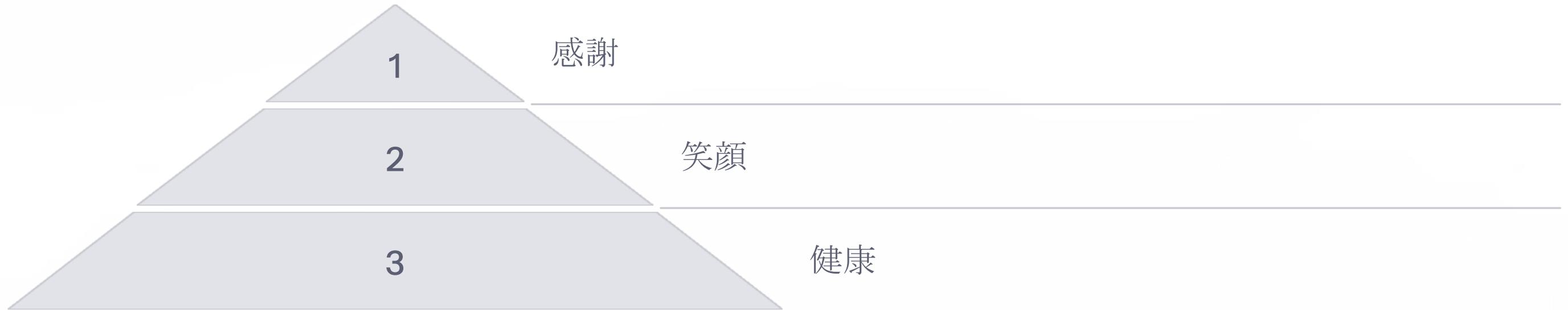
<本書で学べること>

- ・バケツリレーするほど非効率
- ・まとめて作業すると時間を大幅にロスする原因に
- ・実は「小は大を兼ねる」
- ・工場ではゆっくり流れ作業すると増産できる ……等

10社を経営し、6回のM&Aを成功させてきた著者による
自由に楽しい時間を増やす方法



お仲間になれて光栄です



人生いろいろありますが、皆様のおかげで楽しく過ごせています。これからも健康に気をつけ笑顔で感謝の気持ちを忘れずに生きていきたいと思えます！