



**三日坊主で
いいじゃない。**

～続かない自分が愛おしい～

三日坊主、自慢。

野菜は
そのまま
食べたって
いいよ！

手作りの
野菜スムージー。
スムージー用に買った
ミキサーは潔く処分。

企画係 林

なわとび30回、自分の
身体が上下に揺れ
るだけで疲れた。
そのことにショックを受け
てやめた。

お客様係 赤塚

なわとび
合わな
いとは
わかつ
た！

漫画の影響で、スケートボードを
購入。たいそう高価な置物
と化した。

企画係 斉藤

始めに
行動力
拍子！

読書習慣をつけたくて、古本
屋で謎の福袋を買った。
1冊も読んでいない
けれど。

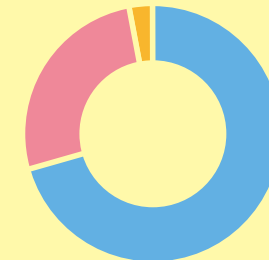
新入社員 徳本

謎の福袋
中身が
なる！

実は!!

メンバーの7割が三日坊主!?

サンセリテのメンバーに聞きました。
あなたは三日坊主派ですか？コツコツ継続派ですか？



三日坊主派	73%
コツコツ派	26%
どっちも派	1%



人間だもの、三日坊主になるのは当たり前。
サンセリテのメンバーも同じです。
私たちは三日坊主をととてもプラスに捉えています。

私たちは、コツコツ続けられる人を心から尊敬しています。

「継続は力なり」は、たしかな教訓。

だけど、三日坊主だって立派な長所だと思いませんか？

飽きやすいとはつまり、**好奇心旺盛で、**

いろんなことに興味があふれているということ。

永続しなくてもくよくよせず、「次行こう、次！」

と**気持ちを切り替えられる人**でもあります。

そもそも「**やってみた**」という行動力が素晴らしい。

毎日をストレスなく、楽しく過ごすには

「三日坊主こそ秘策なり」なのかもしれません。

三日坊主、バンザイ!

まだまだ続く 三日坊主、自慢。

ビリーズ
ブートキャンプ。

配送係 斉藤

自分に
ぴったり合う
運動法が
見つかるはず！



愛して
やまないもの
があるって
いいね！

健康をきづかい断酒を決意。
気がついたらコンビニにいて、お酒を買っていた。

配送係 吉田

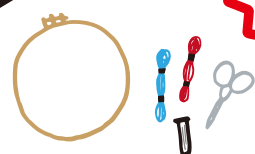


♪ミジミジ

えへへ...

刺繍キットをネットで注文。
届くまでの2週間で気持ちが
なくなった。触れて
もない。

配送係 小野寺



開ける前に
飽きる。
もはや新記録
達成だ！

家計簿。

配送係 秋庭

無理して
続ける方が
健康に
良くない！



尊敬します！コッコッさん

なんだかんだ、続けられるってやっぱりすごい！！

脅威の継続力



日記 30年

気負わない！
自分を責めない！

配送係 金子

1日1万歩

17年

雨、雪の日は中止。
ゆる〜く
続けています。

お客様係 森元

毎日運動

15年

何か1つでも運動したら
OKとする！

企画係 下田

朝食に果物

30年

体操は2日で
挫折しています(笑)。

配送係 寺口

バンドの
追っかけ

40年

大好きなものなら
自然に続いちゃう！

お客様係 安川

ラジオ体操

10年

お弁当づくりと一緒に
ルーティンにしたよ！

お客様係 青井

30年も！
見習いたい！



感動しました、
みなさんに拍手。



さすが！
尊敬しちゃう！



本当に
すごい！



『健究室』感想掲示板

～うれしい感想、いつもありがとうございます！～

健究室 23号へのお手紙のご紹介



健究室のお話も楽しませていただきました。
本当に続けられる値段で助かっています。
頭の体操、脳トレなど多方面の読み物も
多く、さすが、書店出身の社長さんならでは
ですね！

「新人船谷の疑念」の
サマシオが、
お通りに、安く購入できて喜んでます。

健究室 Vol.23 を読ませていただきました。
新人さんの疑念、わかり易く、
他の社員さんを通じて社長さんとの会話
その中で感動したのが社長のこと。
「利益よりもお客様の健康に貢献したい」
「従業員のみならずにもっと還元したい」
... 心から言える言葉ですね。
素晴らしい考えをもった経営者のサマリを
購入できて、とても嬉しいです。♡

『健究室』のバックナンバーは、サンセリテ札幌のコーポレートサイトで
ご覧いただけます。インターネットをご覧できない方は、ご相談ください。



編集後記

三日坊主だっていいじゃない!と謳う私たちは、サプリメントを毎日続ける
ことの難しさを知っています。毎日欠かさず飲み続けてくださるお客様。
いつも本当にありがとうございます。尊敬の意と感謝の気持ちをこれからも
伝えていきたいと思っています。

編集担当 船谷