

TKC Business ONE Point News

2020.12

発行所 株式会社 TKC出版 〒162-0825 東京都新宿区神楽坂2-17 中央ビル2階 定価 本体100円+税

大前香税理士事務所

〒760-0007 高松市中央町1-4-16 カナック中央町ビル3階
TEL087-835-4845



毎日片付ける習慣を!

いよいよ年末、大掃除のシーズンです。しかし、今年は新型コロナウイルスの影響で、全員参加の大掃除ができないかもしれません。日ごろからこまめに、職場を片付ける習慣をつけてみましょう。

1

「1日5分」 の片付けタイム

朝、または帰る前の5分を片付けタイムに。朝・夕3分ずつ2回でもOK。1か月続ければ習慣となります。



2

「1日1捨」 を継続する

書籍、資料、小物等何でもOKです。「1日に1つ捨てる」ことを続けるうちに、「捨てる判断力」がついてきます。



3

デスクに置く前に 「空中戦」

書類や郵便物をその場で処理する「空中戦」を心がけ、とりあえずデスクに置く「地上戦」はできるだけさげましょう。



こころの大掃除のすすめ (リフレッシュ)

2020年は、新型コロナウイルスの影響もあり大変な年にもなりましたが、“こころ”をリフレッシュして、新たな年を迎えましょう。

気持ちがリフレッシュされる名言集

あきらめない限り、
人生に失敗はない。

福島正伸
(『夢現の言葉』(TKC出版)より)



大きな夢を見よう。
大きな夢だけが
人の心を動かす。

マルクス・アウレリウス



昨日のことを
あれこれ悩むより、
明日を生み出そう。

スティーブ・ジョブズ
(『スティーブ・ジョブズに学ぶ異次元の発想法』
(TKC出版)より)



私たち一人ひとりが、
自分の玄関の前を
掃除するだけで、
全世界はきれいになるでしょう。

マザー・テレサ



人の心は、そう簡単に磨けるものではありません。
ましてや、心を取り出して磨くなどということはできません。
心を磨くには、とりあえず、目の前に見えるものを磨き
きれいにすることです。

鍵山秀三郎

(『ひとつ拾えば、ひとつだけきれいになる
心を洗い、心を磨く生き方』(PHP研究所)より)



パソコンも 整理整頓習慣を!

デスク回りが片付いていてもパソコンのデータ整理が
できていない人も多いようです。
こまめに削除しましょう。

●**デスクトップは最低週1回は整理する**
「一時保存フォルダ」を作成し、ダウンロードしたものは、まず、ここに入れることです。そして、最低週に1回は整理しましょう。

●**不要なデータを毎月処分する**
何年も開いたことのないデータも多いのではないのでしょうか。毎月1回は思い切って処分する日をつくりましょう。

●**「削除候補フォルダ」をつくり、定期的にチェック**
不要に思えても、すぐに処分の決断ができないデータは「削除候補フォルダ」に入れて定期的にチェックしましょう。



耳寄り情報

整理整頓を習慣化しましょう

デスクやパソコンのデータなど、どこを整理整頓するのでも、基本手順は同じです。整理整頓の基本を確認し、習慣化するようにしましょう。

▶ 整理整頓の間接的なメリット

物を探す時間が減るなど、直接的な仕事の効率アップになりますが、そのほかにもさまざまなメリットがあります。

① 集中力が上がる

② 思考がまとまる

③ 作業ミスが減る

▶ 「整理」と「整頓」はどう違う？

まず言葉の定義を再確認しましょう。

整理：「物を減らすこと」 整頓：「配置すること」

つまり、「整理整頓」とは、不要な物を捨て、必要な物を使いやすい場所に置くことです。

▶ 「整理」の基本手順

① すべて出す

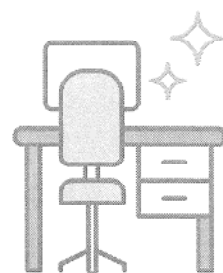
例えば、デスクの引き出しを整理するときは、いったん全部出すのがコツです。

② 分ける

出した物を必要な物とそうでないものに分けます。そのときに、「1年使わなかった物は不要とする」などと最初に基準を決めておくことが迷わないコツです。

③ しまう

「不要」と判断した物で、使えなくなった物は処分し、まだ使える物は、会社の管理部門に戻すなりしましょう。



▶ 「整頓」のコツ

「必要な物」は定位置を決めます。よく使う物を手前に配置するとよいでしょう。

▶ まず、「1日5分」からの習慣づけを

整理 → 整頓 → きれいな状態をキープ → 習慣化

何事も習慣化するのは難しいものです。

最初は1日5分でもOK。整理整頓する場所も、はじめは「机の上」「右上の引き出し」だけでもいいでしょう。途切れたとしても継続する意識をもってまた再開していくことが大切です。

本誌で掲載した名言に関する人物紹介

『TKCビジネスワンポイントニュース』12月号裏面の「気持ちがりフレッシュされる名言集」で掲載した名言に関する人物について紹介します。

福島正伸 (1958年～)

アントレプレナーセンター代表。

自立型人材の育成や組織活性化などの専門家として約7,500回もの研修・講演を行っており、多くの著書を執筆しています。

マルクス・アウレリウス (121年～180年)

第16代ローマ帝国皇帝で五賢帝の最後の一人。「哲人皇帝」と称された。

スティーブ・ジョブズ (1955年～2011年)

アップル社を共同で設立した。

先進的な発想を取り入れた「Macintosh (マッキントッシュ)」の開発を主導しました。「iPhone」発表の名プロレゼンでは世界に衝撃を与えました。

マザー・テレサ (1910年～1997年)

マケドニア (旧ユーゴスラビア) のアルバニア人家庭に生まれる。

18歳でインドにわたり、カトリックの修道女になる。貧困や病に苦しむ人々の救済に生涯を捧げ、1979年にノーベル平和賞を受賞しました。

鍵山秀三郎 (1933年～)

東京生まれ。1961年、ローヤルを創業し社長に就任。その後、社名をイエローハットに変更。

創業以来続けている「掃除」に多くの人が共鳴し、全国に掃除運動が広がっています。

自然災害やペストの蔓延などが多かった アウレリウス皇帝の時代

アウレリウスは「人間はいかに生きるべきか」「困難にどう向き合うか」といった多くの名言を残しています。いまの厳しい環境下にある私たちの心にも響いてきます。

- おまえの心を明るく楽しくしようと思うならば、ともに暮らす人々の長所を思え。
- 人生を幸せなものにするのに多くは必要ない。
そのすべては、あなたの考え次第なのだから。
- 一つ一つの行動を人生最後のもののごとく行え。



- 我々が耳にするすべては意見であり、真実ではない。
我々が目にするすべては見方であり、真実ではない。
- 外界の何かに苦悩したとしても、痛みはその事柄自体によるのではなく、あなたの価値判断によるものだ。
だから、どんなときにも取り去る力があなたにはあるのだ。

※この「耳寄り情報」は『TKCビジネスワンポイントニュース』購読事務所様に1部ずつお送りしております。
本誌の補足資料としてご利用ください。