

# 書籍からの学び

じわじわ効いて長く愛される

## プロ目線の Podcastの 作り方

Podcastプロデューサー  
野村高文  
Taketumi Nomura

100万人の通りすがりの視聴者よりも、  
1万人の濃いリスナーが  
ビジネスを変える

クロスメディア・  
パブリッシング

「日本も間違いなく  
Podcast 大盛期へ！  
先駆者、野村さんの本は必読です」

早稲田大学大学院  
早稲田大学ビジネススクール教授  
入山章栄氏

IGPIグループ共同経営者  
塩野誠氏

「こんなに公開して良いのかと心配です。  
ノウハウの全てが詰まっています」

# じわじわ効いて長く愛されるプロ目 線のPodcastの作り方 野村高文

令和7年12月29日読了



ながら聴きが  
キー

寺前総合法律事務所  
弁護士・中小企業診断士 岡崎教行

# 自己紹介

## 寺前総合法律事務所 弁護士・中小企業診断士 岡崎 教行

### 【学歴・職歴】

平成12年 3月 法政大学法学部卒業  
平成13年10月 司法試験第二次試験合格  
平成14年 3月 法政大学大学院卒業  
平成15年10月 弁護士登録（第一東京弁護士会）  
平成27年 1月 中小企業診断士試験合格  
平成29年10月 中小企業診断士登録（城西支部）  
平成31年 2月 寺前総合法律事務所（パート  
ナー）

### 【専門】

労働法務。取り扱う事件、相談の9割程度が労働問題。

### 【BLOG】

労働法務弁護士、がむしゃらに生きる365日  
<http://okazakinoriyuki.com/>



### 【著書】

四訂版 使用者側弁護士からみた「標準 中小企業のモデル就業規則策  
定マニュアル」（日本法令・共著）

社労士のためのわかりやすい補佐人制度の解説（労働新聞社）

Q&Aとストーリーで学ぶコロナ恐慌後も生き残るための労働条件変更・  
人員整理の実務（日本法令・共著）

就業規則からみるメンタル不調の予防と対応－規定整備のポイント－  
（新日本法規・共著）

基本がわかる！人事労務管理のチェックリスト（労務行政）

個人契約型社員制度と就業規則・契約書作成の実務（日本法令・共著）

毎月750円で、重要裁判例の解説  
を毎月お届けする「パウポとテキ  
ストで学ぶ月刊重要裁判例」



## いま、ポッドキャストを始めるべき理由

ポッドキャストがYouTubeに配信される動画やブログやSNSといったテキストと比較して、最も異なるのは画面を見続けなくてもいい点にある。

ポッドキャストは「ながら聴き」をしてもらえるのが大きな強み。

# 第1章

## 企画「おもしろいポッドキャスト」を作る4つの要素

面白いポッドキャストの条件は4つある。

発見、理解、共感、空間設計。

空間設計で企画段階で意識しておくべきなのは関係性。どんな関係性を持つ相手と会話をすれば良い空間が生まれるのかどうか。

企画を考える際は、自分は4つのうちどの価値を最も強く提供できるかを自問自答する。

職業的な専門性は、自分にとって当たり前でも、他人にとっては新鮮で価値ある情報になり得る。

最初は、一人ではなく、誰かと一緒に話すことをお勧めする。

# 第1章

## 企画「おもしろいポッドキャスト」を作る4つの要素

最も大切な前提は、「続けられるテーマ」を選ぶこと。

30分のトークを10~20回ほど重ねると、多くの人々が「もう一巡したな」と感じ始める。20回程度で番組の基盤を固める、その上で旬のニュースやトレンドを徐々に取り入れると、ネタ切れを防ぎつつ、リスナーに聴く同期を提供できる。例えば、時事ネタ、コンテンツ紹介、お便り紹介、ゲストトークである。

最初にトークテーマ（エピソードで掘り下げる話題）を10~20リストアップしておく。

# 第2章

## トークテーマ&台本 ポッドキャストは準備が7割

オープニング。毎回、番組タイトルと共に、番組の短い説明を述べる部分。誰が、何について話をしていくのかを過不足なく話す。

アイスブレイク・トーク。本題に入る前に1、2分程度の雑談

メイントーク。トークテーマを分割し、4、5個のサブ質問を箇条書きで列挙する。

振り返りトーク。内容を整理して、結局どうだったのかをまとめる。

エンディング。リスナーへのお礼、次回予告、感想募集、SNSでのシェアお願いなど。

# 第3章

話し方&聞き方 その場で生まれる「対話の力」を信じる

# 第4章

## 収録 機材、場所、心構えについて

1人1台のマイクを用意する。単一指向性マイクを選ぶ。ダイナミックマイクを用意する。Shure MV7が良い。

話者ごとに音声ファイルを分けて録音する。編集時の自由動画圧倒的に違う。Zoom Pod Trak P4が良い。

マイクと口の距離は、拳1個から2個。マイクスタンドはアーム式が良い。

複数の場合は、お互いのマイクを50~70センチは離して、かつマイクの向きをお互い反対側に振る。

オンライン収録の場合は、自分の音声だけを手元のレコーダーで別録り。

# 第5章

## 編集 プロ品質を目指すうえで最低限やるべきこと

Adobe Auditionがお勧め。無料だと、Audacity。

リスナーは音を聴いた最初の1秒でプロっぽい作品なのかアマチュアっぽい作品なのかを見抜く。それがコンテンツの離脱率に直結する。その大きな要因が音質。

ノイズ除去をする。フィーラー音（あ～とか、えーとか）をカットする。BGMは大きく2つ。メインテーマとして冒頭に流れる音楽と本編の途中で流れる音楽。途中のは、抑えた音楽が良い。3～5曲を選んで一定の間隔で切り替える。有料素材にする。

# 第6章

流通&マネタイズ 「お金」以外の目的を決める

数百人から数千人のファンを作ることを目的にしよう。

# 終章

情報は人生を変え、世界を変える