

考える人のメモの技術 コクヨ株式会社下地寛也



令和5年5月3日読了



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。

【著書】

三訂版 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）

【BLOG】

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



はじめに

どうすれば、自分らしく考えられるようになるのか？
が、この本のテーマ

大切なことは
考えるべきテーマに対して自分の経験や知見と照らし合わせながら、
何かを感じとり、何かに気づき、
そこから思考を深く探究しながら、
オリジナリティのある視点を加えた自分の答えを出すこと

はじめに

日本を代表するクリエイターをはじめ、数多くのクリエイティブな仕事をしている人たちと接してきて、共通点が見えてきた

考えるときに、
書くことにこだわりながら、
商品企画をしたり、
マーケティングを考えたり、
顧客への提案を作っていること

正解のない問いに対して、自分らしい答えを出す力を身につけるための
メモの技術についてお伝えしたい

はじめに

メモには、自分の考えを深めるすごいパワーがある

この本で伝えたいのは、

× メモをとって情報を覚える、既存のルールに当てはめて答えを出す

○ アイデアを出し、的確な答えを出す優秀な人。そんな人の頭の中のブラックボックスをメモで見える化し、真似するための具体的な方法について解説すること

プロローグ

メモをする必要

外から入ってきた情報に自分の頭の中にある考え方をミックスさせて、自分のアイデアや意見という形に昇華させるため。

メモは、外から入ってきた他人の情報だけではなく、内なる自分の頭にある価値観や経験から来る考えを引っ張り出す役割を担っている。

2つのことを意識しよう

- ① 普段から気づいたことをメモする習慣をつける
- ② 紙の上にメモを書きながら考える習慣をつける

プロローグ

仕事ができる人、深く物事を考えられる人になるためには、インプットをアウトプットに変える変換装置を持っていることが大切

この本で紹介するメモのコツは、インプットをアウトプットに変える変換装置である。

メモの種類は3つ

- ①記録メモ：仕事の備忘
- ②インプットメモ：情報を自分の知見にするためのメモ
- ③アウトプットメモ：情報を整理し、発想・創造するための書きながら考えるメモ

パート1 インプットメモ

普段の気づきをメモする技術

メモした情報の5%使えればいいやという気持ちで書く

大切なことは

- ①相手が言ったことを正確にメモする意識を捨てる
- ②自分の知識の中に組み込むメモをするという意識を持つ

インプットメモのポイント3つ

- ①メモの基準を持つ
- ②箇条書きで抜き書きする
- ③気づきを加える

パート1 インプットメモ

第1章 メモの基準を持つ

自分の専門性を高めるのに「活用したい情報」の視点

直接的には仕事に関係ないことでも、興味の幅を広げることにつながる
「面白いと感じる情報」の視点

基本的には、迷ったらメモ！

パート1 インプットメモ

第2章 箇条書きで抜き書きする

糸井重里氏は、文章の1行は27文字以内が読みやすいと言っている

Yahoo!トピックスは15文字。それを意識しよう。

貼るのも立派なメモ。その際は、記事に対する気づきをメモする

パート1 インプットメモ

第3章 気づきを加える

気づいたことをメモする。

- ① 比べると気づくようになる
- ② 量を増やすと気づくようになる

私は、セミナーの講師として人前で話すことが多いのですが、必ず会場や受講者の様子を観察します。そして講師が終わった後に気づいたことをメモしていく。

事前にアンケート用紙を作ってセミナーで配って書いてもらおう。書いてもらった人には、何か特典をなんていうのはありか？

パート2 アウトプットメモ

メモで自分らしい思考をする技術

アウトプットメモのポイント3つ

- ①現状を全て見える化する
- ②自分の視点で課題を整理する
- ③打ち手を構造化する

インプットメモをアウトプットに繋げるには、普段からメモした内容に一言気づき（抽象化したパターン）を加えて知恵のストックを作っておくこと。それらのメモを日頃からパラパラ見返しながら、このアイデアはいつか使ってやろうと記憶の片隅に置いておくことが重要。

パート2 アウトプットメモ

第4章 現状を全て見える化する

現状→課題→打ち手の順番で書いていく

現状	課題	打ち手

パート2 アウトプットメモ

第5章 自分の視点で課題を整理する

思考を広げて深めるメモ

思いつくものを10以上書き出して、その中から3を選ぶ

常識を疑うメモ

できるかどうかわからないけど、こんなことできたら最高だなと思うことをメモに書き出す

共感を抽出するメモ

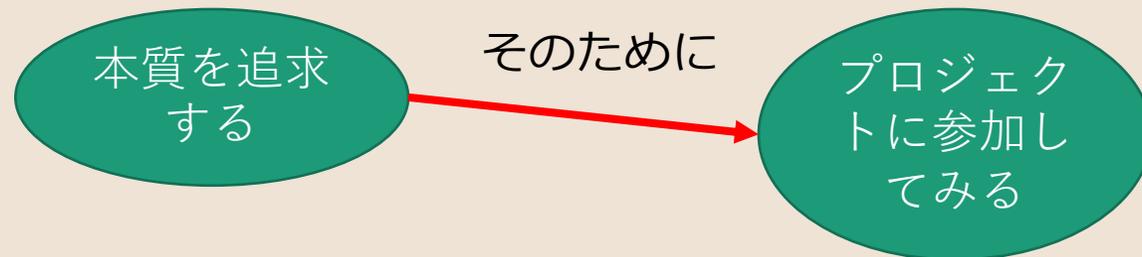
パート2 アウトプットメモ

第6章 打ち手を構造化する

直感的に「そういうことか！」と理解できる構造を考えることが大切

構造化のポイント

- ①キーワードを選んで強弱をつける。マーキングする。丸で囲む
- ②キーワードの関係性を示す。コネクトする。矢印で繋ぐ。



パート2 アウトプットメモ

第6章 打ち手を構造化する

キーワードは3つにまとめるとうまくいく。

3つのキーワードを三角形の形に配置して、それぞれを円でぐるぐる囲む。

主体（メイン）から見たキーワード

主体に寄り添う従属（サブ）から見たキーワード

自分の思いから考えた自分らしさを表すキーワード

誰をどう幸せにするのかを考えると良い企画になる。

おわりに

今この瞬間にメモした一言が未来の自分を助けるヒントになる。
そんな未来への成長のヒントをコツコツと書き続けている人が、長期的な成功を勝ち取れるのではないのでしょうか。