

## 研修タイトル

### 働き方改革に乗り遅れないための 仕事の効率を33.1%アップするダンドリ術

大谷 更生（おおたに こうせい）  
大谷更生総合研究所合同会社 代表社員  
問題整理の専門家



#### ■ 本研修の効果

ダンドリよく仕事を進めるために欠かせない3つの力『決断力』『実行力』『継続力』を引き上げることで仕事の効率が大幅アップ。下記5つの変化を実感できるようになる。

- 1) 優先順位を即座に決定できるようになる
- 2) 迷わず判断できるようになる
- 3) 前向きに仕事に取り組めるようになる
- 4) 成果が出るまで取り組み続けられるようになる
- 5) 人の力を借りやすくなる

#### ■ 研修内容

所要時間…2時間～1日（6時間）

#### 0.働き方改革の概要

#### 1.ダンドリカアップに欠かせない3つの力とは

決断力…決める

実行力…やる

継続力…あきらめない

#### 2.決断力を身につけるために

##### ①優先順位を明確にする

時間管理マトリックス（緊急×重要）

【ワーク】仕事の棚卸…現在担当している仕事を緊急×重要の判断軸で数値化

##### ②3つのシナリオ

最高・現実・最悪

【ワーク】3つのシナリオを具体化する

##### ③決断力を身につけるコツ

決断基準を決める

【ワーク】マイルールを作る

### 3.実行力を身につけるために

- ①仕事を小分けにする  
【ワーク】ふせんスケジュール管理術
- ②MECE（もしなくダブリなく）

### 4.継続力を身につけるために

- ①人の力を借りる
  - 1) 相手の価値を認める  
【ワーク】短所変換
  - 2) 相手の信頼を得る3つのS  
『素直』『正直』『叱られ上手』
  - 3) さりげなく相手を巻き組む  
相談のコツ  
ピッタリ相談  
『相手を選ぶ』『空気を読む』『前倒して相談する』  
もれなく相談  
『結果を報告する』『もれなくダブリなく』『相手を認める』  
わかりやすい相談  
『目的は問題解決』『準備を怠らない』『自分を持つ』
- ②自分でやる  
自立型姿勢  
いかなる環境・条件の中においても自らの能力と可能性を最大限に発揮して道を切り開いていこうとする姿勢
  - ◆問題と向き合う姿勢  
自立型…自己依存、自己管理、自己責任、自己評価、他者支援  
依存型…他者依存、他者管理、他者責任、他者評価、自己利益
  - ◆他者と向き合う姿勢  
見本 ⇒ 信頼 ⇒ 支援
  - ◆自立型問題解決発想  
プラス受信の三原則…客観的、好意的、機会的

最後に

## ■ 講師プロフィール

大谷 更生 (おおたに こうせい)

大谷更生総合研究所合同会社：代表社員、問題整理の専門家  
新潟県出身。明治大学商学部卒業後、KDDI でシステムエンジニアとして勤務後に独立。問題整理の専門家として、総勢数百名の大規模システム開発経験で培った問題解決手法や仕事のダンドリ、売れ続ける仕組み構築に関するノウハウ提供やアドバイスを行っている。  
2005年システムアナリスト（現ITストラテジスト）合格



講師登壇回数 344回 ※2017年3月時点

### 主なテーマ>>

- ◆信頼関係を構築する問題解決思考
- ◆お客さまに選ばれるチラシ作成セミナー
- ◆仕事の効率を33.1%アップするダンドリ術
- ◆若手社員のやる気を引き出す報連相3つのコツ
- ◆専門用語を使わない簡単ロジカルシンキング
- ◆商談がスムーズになる名刺作成術
- ◆また会いたくなる60秒自己紹介作成講座
- ◆強みをお金に変える売れる仕組みの作り方

### 登壇先>>

岩内商工会議所：北海道、帯広商工会議所：北海道、青森商工会議所：青森、つがる市商工会：青森、八戸商工会議所：青森、角田市商工会：宮城、長井商工会議所：山形、福島商工会議所：福島、須賀川商工会議所：福島、いわき商工会議所：福島、新潟商工会議所：新潟、加茂商工会議所：新潟、白根商工会：新潟、宇都宮商工会議所：栃木、伊勢崎商工会議所：群馬、高崎商工会議所：群馬、太田商工会議所：群馬、桐生商工会議所：群馬、常総市商工会：茨城、さいたま商工会議所：埼玉、茂原商工会議所：千葉、鋸南町商工会：千葉、館山商工会議所：千葉、東京商工会議所足立支部、二宮町商工会：神奈川、横須賀商工会議所：神奈川、松崎町商工会：静岡、小矢部市商工会：富山、高岡商工会議所：富山、下諏訪商工会議所：長野、駒ヶ根商工会議所：長野、土岐商工会議所：岐阜、蒲郡商工会議所：愛知、弥富市商工会：愛知、鳴海商工会：愛知、東海商工会議所：愛知、大治町商工会：愛知、伊勢商工会議所：三重、勝山商工会議所：福井、湖南市商工会：滋賀、浅井商工会：滋賀、紀州有田商工会議所：和歌山、井原商工会議所：岡山、児島商工会議所：岡山、出雲商工会議所：島根、土佐清水商工会議所：高知、和木町商工会：山口、岩国西商工会：山口、やましろ商工会：山口、佐世保商工会議所：長崎、別府商工会議所：大分、佐伯商工会議所：大分、秋田南法人会：秋田、石巻法人会：宮城、福島法人会：福島、郡山法人会：福島、いわき法人会：福島、新潟県経営者協会、上野法人会：東京、横浜南法人会：神奈川、川越法人会：埼玉、静岡法人会：静岡、相模原市産業振興財団：神奈川、福井県経営者協会、日本石材産業協会埼玉県支部、大妻女子大学など（順不同、敬称略）

### 著書>>

- ◆情報整理術（秀和システム）
- ◆3年後のあなたが後悔しないために今すぐやるべきこと（明日香出版社）
- ◆取引先・上司の信頼を獲得する報連相27のコツ（日本マネージメント・リサーチ）

