

集中！！結果を出して、帰る。できた時間を、研ぐことに使う。

目標毎日定時（9時間労働）・・・毎日のTodo管理。設定→実行の繰り返し。

50分集中 10分休憩 × 8

25分集中 5分休憩 × 16 1日にあれもこれもやらない。

時間管理！！朝を有効に。7時間は寝る。

23:30に寝る、6:30に起きる、17時間が活動時間。朝の30分を有効に使う。

30分英語、30分趣味。生活時間：2時間

労働時間：9時間（7:30～18:00）

投資時間：4時間（19:00～23:00） 積み重ねが将来を創る。

細分化×積分思考×グルーピング思考

細分化＝ブレイクダウンするとどうなるか？

つなげるとどうなるか？

積分化＝発生源的＋ストーリー的に考える 時間の細分化

原因と数字の分解思考

Ex) 売れない・・・売れている会社はある。

who（誰が）、whom（誰に）、what（何を）・・・

同じ行動をしているから、同じ結果。売れないのだ。

自制逆算思考

目標から逆算すると、手段が見えてくる。

ほんの3時間先を見て、今の行動の決断をする（何が得れる？捨てる？）。

ほんの3か月先を見て、計画する（何のため？）

本質市場思考

本質は何か？「やりたいこと。」より、「足りない、無い」市場があるかな
いか。たくさんの山や道はあるが自分が進めるのは一つだけ。山（目標）と
道（手段）の選択、決断を間違えないために、同じ労力で汎用できるように。

一刻相手思考

相手の思考はまったく自分とは違う。結果を導く、ひと手間をかける。

感情を表すまえに1呼吸おく。自らのこだわりと対比し、とるに足らない結
果なら抑える。大事な着地をそろえるために何が有効か。

集積思考

情報は一か所に集約する。ノート、PC、ワードブック。

あとでの見返しが簡単なら、簡単に記憶がよみがえる。

シンプル/比喻思考

話は短く。結論はシンプルに。行間を読ませるメールはNG。

商品は宝石、サービスは夢。 くりかえし伝える。

金利負担！！借金には金利がついている。

金利（2.8％）以上の利益率が必要

【金利費用】

970,000円/年

81,000円 /月

2,700円 /日

なにもしなくても出て行っている！