

『育児と家事、仕事をこなしながら成功した方法～時間の有効活用法～』

時間の有効活用方法や、時間の見つけ方など参考になる事があると思います。
実際に私が実践している事になりますので、是非参考にして頂けたらと思います。

※今回は2つ課題があります。

メールで送ってなくても良いし、紙をスキャンして送って頂いても良いです。
ぜひ提出してくださいね。

◆まずはじめに・・・

私は1児のシングルファザーです。

子供が1歳になったばかりの時に、離婚し子供を引き取りました。

世間のシングルの人を見ていると育児、家事、仕事と自由が無いのがわかると思います。
お金も無い家庭も多いと思います。

シングルになって分かったのですが、仕事がまともに出来ないですね。

私も、仕事が終わったらすぐに保育園に迎えに行き
家に帰ったら夕食の用意、お風呂、家事と時間に追われました。

そんな中でも、時間を見つけ、作り出し
育児と家事、仕事をこなしながらFXの勉強や、せどりで成功した方法を紹介します。

紙とペンを用意して、自分を見つめ直してみるのも良いと思います。

① 目標設定（1つ目の課題）

まず大事なのが目標設定です。

目標設定でも、短期目標、中期目標、長期目標と分けて考えて下さい。

◆短期目標の設定

1か月の目標を設定します。

例えば

せどりで月商30万円利益6万円を達成する。

この目標を立てた時に、どのように行動すれば達成できるかが分かると思います。

1、仕入れをする。

（実店舗へ行く、ネットショップで探してみる）

2、セミナーを聞く。

（知識を増やし、仕入れの幅を増やす）

3、アマゾンへの登録や出荷作業など

（先に出来ることは済ませてしまう。面倒な作業ほど後回しにしない。）

など・・・

目標に対してどのように行動すれば良いのかが見えてきたので

次はTODOリストを作成します。

※TODO リストとは？

現在するべきことを書き出したもの。

メモ帳や手帳、スマホでもなんでも良いので忘れないように書き出す。

それを活用しどんどん消化するだけです。

簡単ですよ。

要するに何から行動すれば良いのかが明確になり、迷わなくなり時間の節約にもなります。

◆中期目標の設定

1年間の目標を設定します。

毎年1月にこの目標を掲げている人は沢山居ますがほとんどの人が忘れてしまっています。

今年掲げた目標は何でしたか？

もう一度見直してみましょう。

◆長期目標の設定

5～10年の目標を設定します。

この目標を立てている人は少ないと思います。

(サラリーマンを例にすると)

サラリーマンの場合、長期目標を立てにくいです。

何も行動を起こさなければ、5～10年後も今と同じ仕事している可能性が高いですよ。

例えば、家を建てる。

と目標を掲げてもサラリーマンだと残業を多くして、お金を貯めたり節約をする事しか、この目標に近づく事ができないと思います。あとは出世するなどの目標もあると思います。

●目標を明確（具体的）にする

家を建てたいから、せどりで収入を作り頭金を〇〇〇万作る。

さらにFXも勉強し収入の種類、幅を増やす。

不動産を勉強し、FXやせどりで得た収入を更に投資していく。

など・・・

このように目標を立てる事により、ブレない人間になります。

さらに長期の目標を立てる事により、自分がどういう人間になりたいのかが明確になります。

大手の企業ほど長期目標をしっかりと立てており、将来のビジョンが明確です。

逆に将来のビジョンが明確でない企業は伸びません。

成功している人も同じで、成功者ほどしっかりと長期目標やビジョンが明確です。
ぜひ、長期目標も立ててみて下さい。

② 時間の管理方法（2つ目の課題）

『7つの習慣』の本の中で紹介されていた方法です。

やるのとやらないのでは、成功するスピードが間違いなく違います。

これを実践することで『時間が無い』って言葉は無くなると思います。

まず1日の生活の中で自分の行動に対して

- A 緊急であり重要な事
- B 緊急じゃないが重要な事
- C 緊急だが重要じゃない事
- D 緊急でも重要でも無い事

この内どれに当てはまるかを
紙とペンを用意し記入してみましょう。

YOSHITAKA の例をあげてみると

- A 緊急であり重要な事

子供が熱をだした
車が動かなくなった（田舎なので車社会）

- B 緊急じゃないが重要な事

投資の勉強、FX チャート分析
子供との時間、ブログ作成やメルマガ作成

C 緊急だが重要じゃない事

子供のおむつがなくなった
日用品が無くなったから買いに行く

D 緊急でも重要でも無い事

TV ドラマを観る
だらだらとブログをみる

まだたくさんありますが、これ位にして

結果が出る人とでない人の大きな違いは、分かったと思いますが

B 緊急じゃないが重要な事

ここに時間をどれだけ使えるかがポイントになります。

C 緊急だが重要じゃない事

D 緊急でも重要でも無い事

C の時間は必要最低限に抑えて、いかに

D 緊急でも重要でも無い事

をどこまで辞められるかが成功のカギになります。
この部分は全て無くしてしまうつもりで取り組み、出来た時間を

B 緊急じゃないが重要な事

に時間を回しましょう。

3 か月実践するだけで、全く違う自分になっていることに驚くと思います。

③ アウトプットの重要性

これは、やってみた事のある人しか分からないと思いますが
インプットしたら必ずアウトプットをして下さい。

覚えたことは人に教え、再現させる。

私は時間が無いからアウトプットをするよりも
早くインプットをした方が良いと思っていました。

しかし、思い切って友人に教えてみた事により、知識が身になるスピードが数倍になり
更に、人に再現させる事により、自分の成長にも繋がりました。

アウトプットは絶対にして下さい。
結局、最後には時間の節約にもなります。

◆具体的なアウトプットの方法として

- ・ブログや SNS に書き込む
- ・スカイプグループチャットに書き込む
- ・友人に教える
- ・課題を提出する

何でも良いです。

今まで気づかなかったことや、得られた知識を再確認したり
質問があった場合に調べたりと良いことしかありません。

実際にアウトプットをしている人は全体の 2 割程度の人しかおこなっていません。
是非 2 割の中に、入り成功を加速させましょう！

④ 最後に・・・

まだまだ紹介したい事はありますがこの位にし、残りはメルマガなどで配信していこうと
思います。

今回紹介した方法は、ぜひ一度試してみてください。

私は、何か特別な事をしていたり、テクニックで成功したわけではありません。

テクニックや真新しい事を何かを望んでいたのなら、がっかりされたかもしれません。一つだけ言えることは、私はこの方法で自分と時間を管理し、やり続けた結果まったく経験がなかったせどりで、すぐに結果が出ましたし

FX でもある程度の安定収入を作ることが出来ております。集中して勉強した期間もありますが、勉強する方向さえ間違わなければいつか勝てるようになると思います。

そして学んだ事は、必ずアウトプットをして下さい。

『育児と家事、仕事をこなしながら成功した理由～時間の活用方法～』

でも2つ課題があります。

◆課題

- ① 目標の設定
- ② 時間の管理方法

課題を提出する事によりアウトプットが出来ます。

皆様の課題の提出をお待ちしております。

メールで送って来てもらっても良いし、紙をスキャンして送って頂いても良いです。

感想もお待ちしております。

YOSHITAKA