

# 残業ゼロで成果を上げる仕事術

～自分でできる働き方改革～

## 報告

平成29年11月9日(木)、NPO法人ファザーリングジャパンのファウンダー/代表理事の安藤哲也さんをお迎えして、働き方改革に関する講座を開催しました。

前半は【理論編】として、これからの働き方の基盤となる「ワーク・ライフ・バランス」の必要性やその鍵である「イクボス」の在り方を具体的にお話いただきました。

後半の【実践編】では、安藤さんのご著書や勤めていた会社でのたくさんのエピソードをもとに、忙しい毎日を一変させる仕事術を伝授していただきました。

### 講師プロフィール

1962年生。出版社、IT企業など9回の転職を経て、2006年に父親支援のNPO法人ファザーリング・ジャパンを設立。「笑っている父親を増やしたい」と講演や企業向けセミナー、絵本読み聞かせなどで全国を歩く。最近は管理職養成事業の「イクボス」で企業・自治体での研修も多い。厚生労働省「イクメンプロジェクト推進チーム」顧問、にっぽん子育て応援団 共同代表等も務める。著書に『できるリーダーはなぜメールが短いのか』（青春出版社）『パパの極意～仕事も育児も楽しむ生き方』（NHK出版）など多数。3児の父親。



講師:NPO法人ファザーリングジャパン  
ファウンダー/代表理事

安藤 哲也 さん



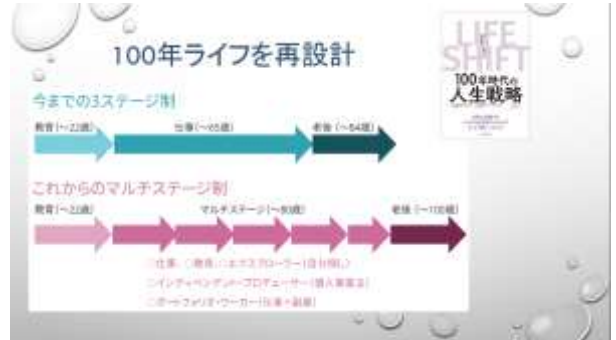
## 【講座内容紹介】

安藤さんは、今回のような講演会を年間に250回も行っているため、東京都と地方を行き来する毎日を送っています。また、共働きでもあるため、子どもたちは地域の方々を守ってもらわなくてはならないと考え、地域の活動やPTA活動にも積極的に取り組んでいるそうです。

Work（しごと）・Life（自分ごと）・Social（社会ごと）の3つそれぞれが本業であるとし、全てを充実させる時間と活力を得るためにもワーク・ライフ・バランスを実践されています。また、日本が世界最先端の「超高齢社会」であることから『誰かが決めたルールの上を歩くのはこれからの時代では危ない』『自分の人生のオーナーは自分だ』という考えに至り、人生をより充実させるために“ライフシフト”を推奨されています。

### 「ライフシフト」が描く社会像

- 「人生100年時代」の到来
- 3ステージ(教育→仕事→引退)からマルチステージの人生に
- 新しいステージの誕生  
「エクスプローラー」(探検者)  
「インディペンデント・プロデューサー」  
「ポートフォリオ・ワーカー」
- 『無形資産』の重要性  
「生産性資産」「活力資産」「変身資産」



## 【ライフシフト 10か条】

- ①【Ownership】 自分の人生の主人公は自分であると自覚していること
- ②【Life Theme】 その時々自分のライフテーマを追求していること
- ③【Just Do It】 人生に起きる変化を楽しんで、事を起こしていること
- ④【Learnability】 どんなことも学んでいること
- ⑤【Unlearn ability】 学んだことを捨てられる勇気を持っていること
- ⑥【Uniqueness】 みんなと同じじゃなくても平気なこと
- ⑦【Multi Community】 3つ以上のコミュニティに所属していること
- ⑧【Seamless】 有意義に公私混同していること
- ⑨【Invisible Assets】 「見えない資産」を大切にしていること
- ⑩【Time Management】 自分の人生時間を自分でマネジメントしていること

## 【安藤さんのご著書紹介】



仕事の進め方をどのように変えればより効率的な業務を行えるのか、チームを支えるリーダーのあるべき姿などが記されています。

コムズ2階の図書コーナーで貸出をしていますので是非お立ち寄りください。

## 【当日の様子】



## 【参加者の声】

一番感動したのは、社員を大切に  
する安藤さんの心・姿勢でした。私  
は取締役ですが、自社の社長・役員  
にも受講してもらいたいと強く思  
いました。

自分だけではなく、役員・社員・  
企業としての見直しを行っていき  
たいです。(経営者/60代/女性)

安藤さんと一緒に仕事をされてい  
る方が大変うらやましいです。

ライフとワークのバランスがとれ  
た生活を今後送れるよう努力したい  
と思います。

(技術指導者/50代/女性)

「人生100年時代」と聞くと不  
安でしかなかったのですが、自分の  
ライフイベントを楽しむ方法・マル  
チステージを充実させる方法を見つ  
けることが出来ました。

(一般社員/30代/女性)

たくさんの事例、安藤さんのお人  
柄で働き方改革や多様性を生かすこ  
とをポジティブに考えることが出来  
ました。(管理職/40代/女性)

話の展開・聴かせ方が巧みで引き  
込まれました。体験されたことにつ  
いての生の声が聴けたのは非常に貴  
重でした。(40代/女性)