



**No 腰ルール  
No Memo Life  
「腰ルールと私」**

**2006-10-19  
第一回全日本腰ルールカン  
ファレンス**

**懸田 剛  
(全コ連/チェンジビジョン)**



# アジェンダ

- **WHY**
- **WHAT**
- **WHEN & WHERE**
- **WHO**
- **HOW**
- **HISTORY**
- **RESULT**



# Kent Beckから 腰リールカンファレンスへの メッセージ



**To the Waist Reel meeting, I would like to say that having ideas and acting on them is one of the most satisfying and valuable things we can do. I wish everyone at the conference many creative ideas.**

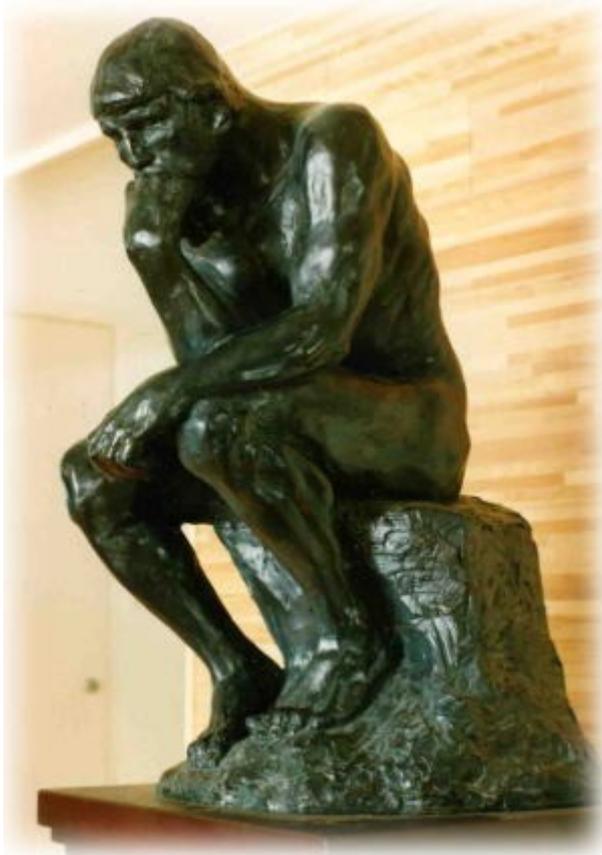
**腰リールカンファレンス開催おめでとうございます。アイデアを思いつき、それを実行する。これが自分の手で自分の人生を豊かで意味のあるものにする方法です。カンファレンスに参加する皆さんに、おもしろいアイデアが浮かびますように。**



**WHY**



# そもそもの動機



- **30過ぎて記憶力減退**
  - メモ帳欲しい
- **スーツを着ないのでメモ帳やペンを入れておくポッケがない**
  - 尻ポッケに入れたらフニャフニャに
- **鉛筆付きのメモ帳はすぐに鉛筆をなくしてしまう**
- **携帯は起動と入力遅いし...**



**WHAT**



# 腰ルールメモとは？

メモと筆記用具を  
常に携帯したい

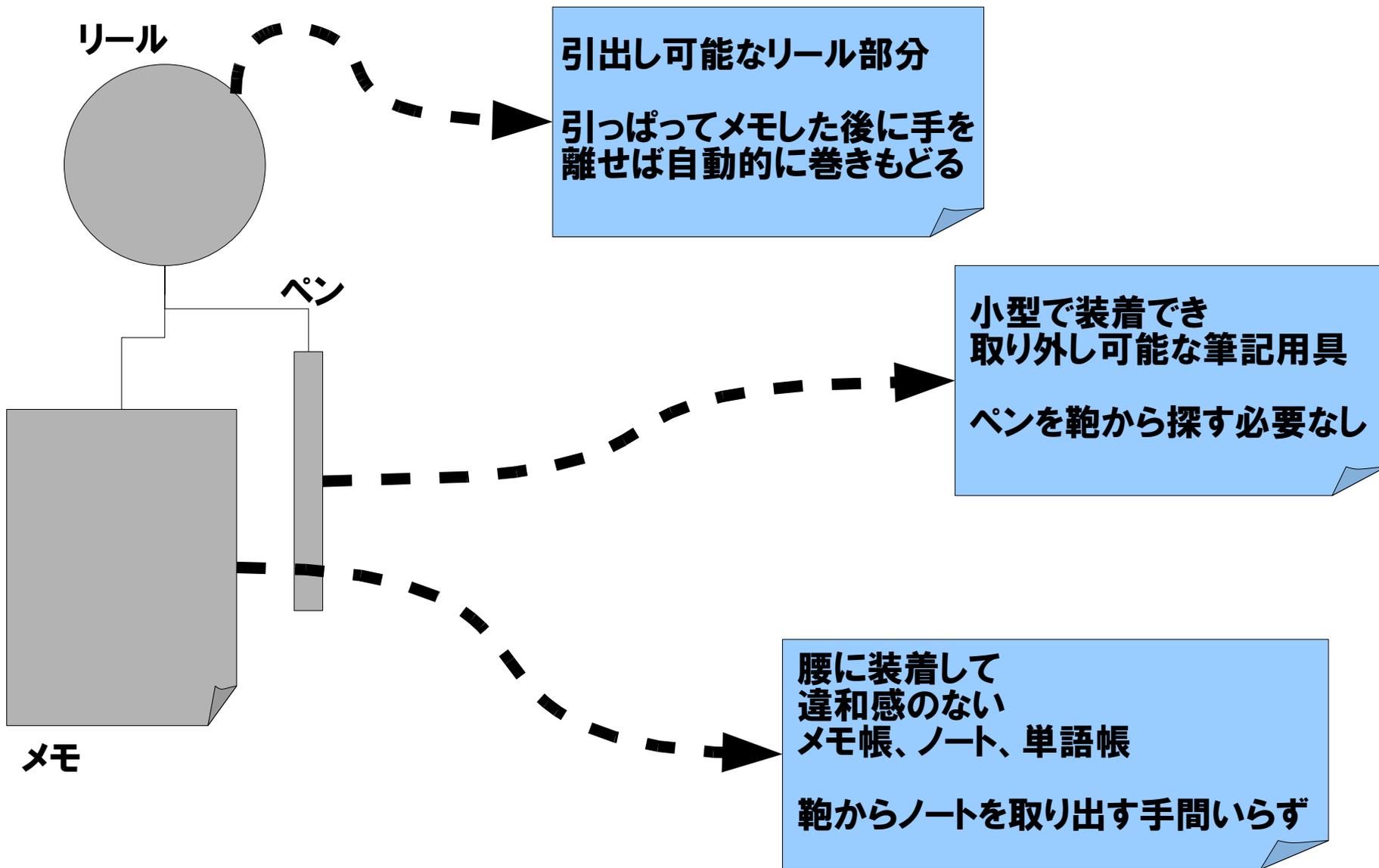
ポケットじゃなくても  
持ち運びたい

どこでもメモに特化した  
携帯メモシステムのこと

収納の手間を  
省きたい

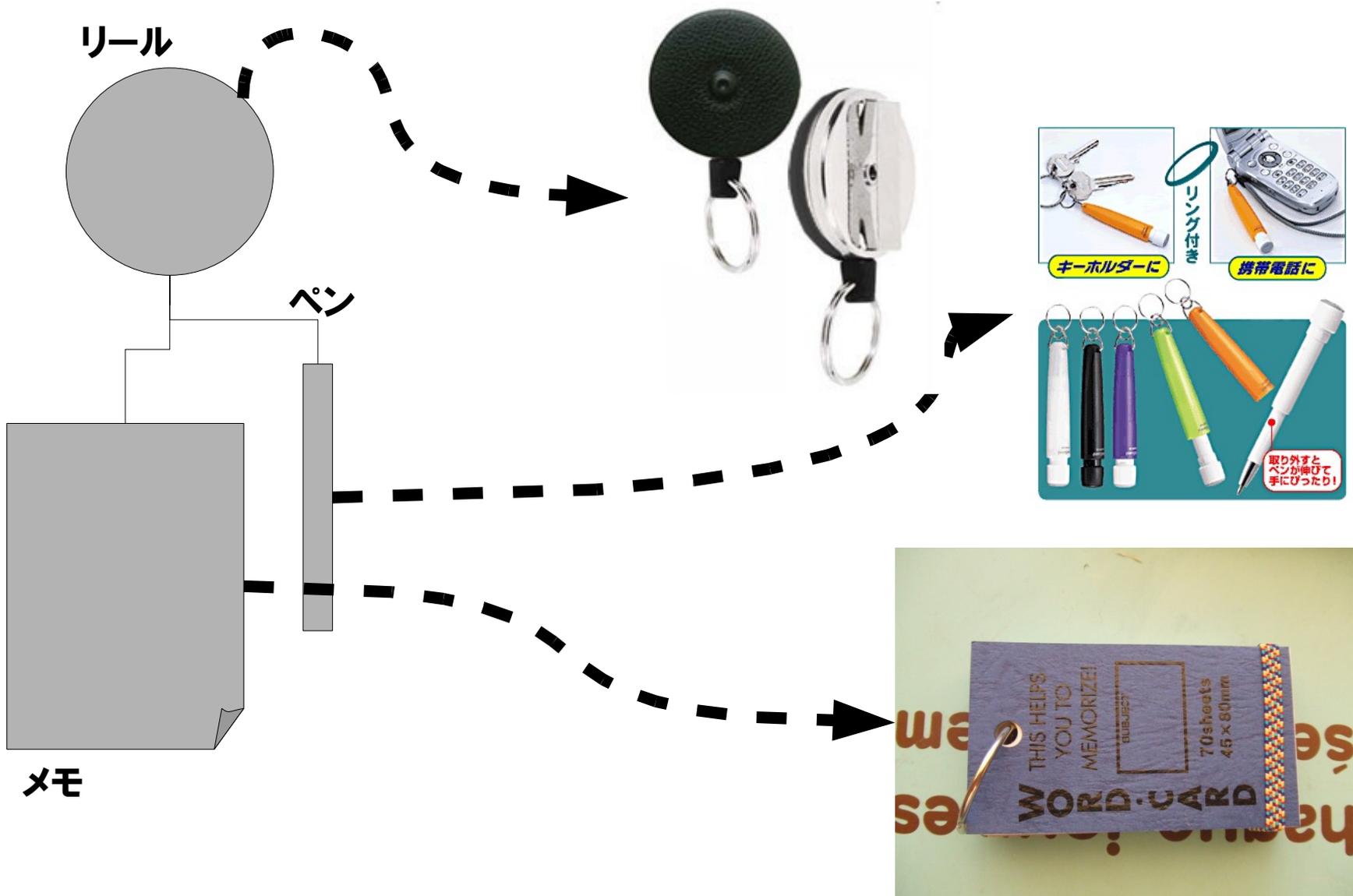


# 腰リールメモシステム 解説図





# 腰リールメモシステム 筆者の構成(初期バージョン)



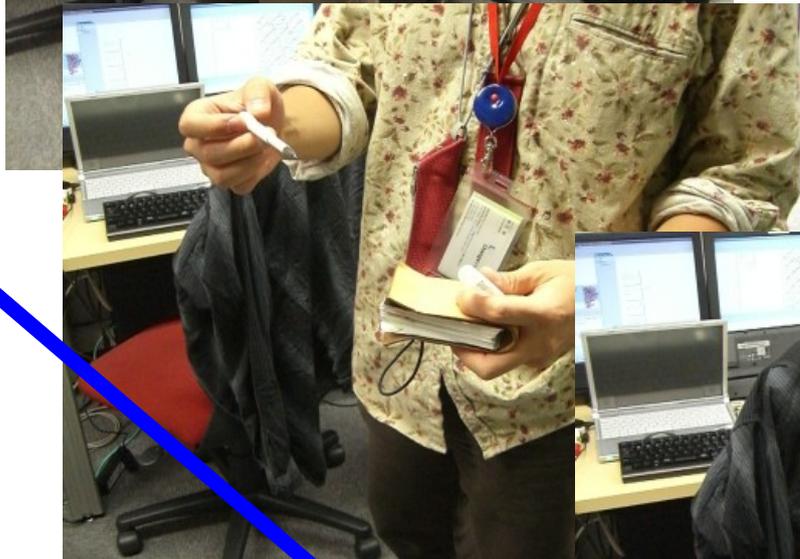


# 構成は十人十色





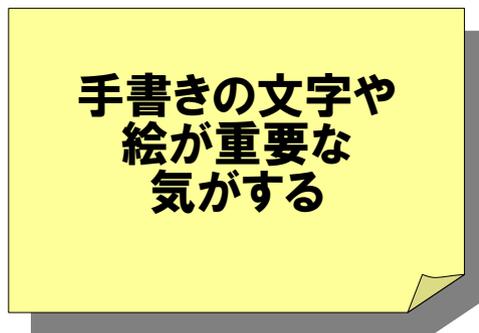
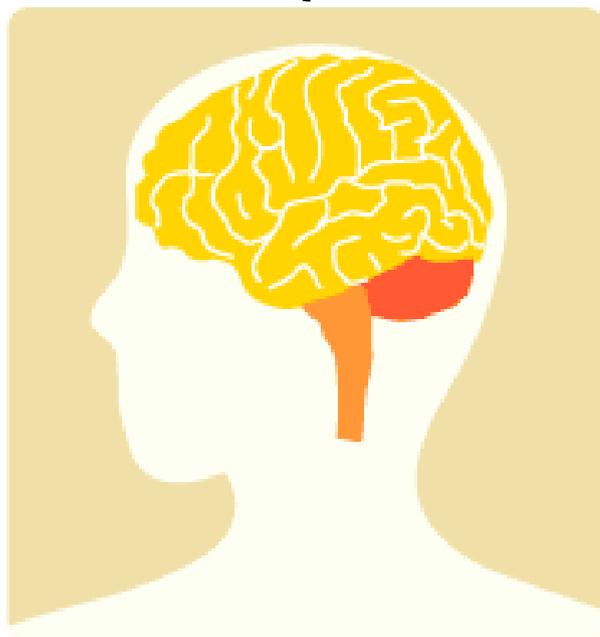
# 使い方





# 腰リールメモにおける メモの役割

記憶のフックをメモしておく  
ex) 単語、画像、短い文章



フックから記憶を引出す



# なぜメモが単語帳なのか？

- **最初は「名刺サイズ以上」は大きいと感じたから**
  - 携帯に支障があると感じていたため
  - 今では問題ないと思う
- **歴史的経緯...**
  - HISTORYで紹介



**WHEN**

**&**

**WHERE**



# いつでも、どこでも

- 通勤電車の中で
- 徒歩の最中
- 仕事中
- 枕元
- トイレ
- 風呂の中
  - メモ部のみ可能
  - ちょっと嘘



**WHO**



# 腰ルールメモの 有名なユーザ

- **KKD(私)**
  - 発案者
- **Akiyah氏**
  - キュート系腰リーラー
- **t-wada氏**
  - GTD系腰リーラー
- **たつごろー氏**
  - カスタマイズ系腰リーラー
- **Kent Beck氏**
  - スーツ系腰リーラー(?)

**KentBeck氏**

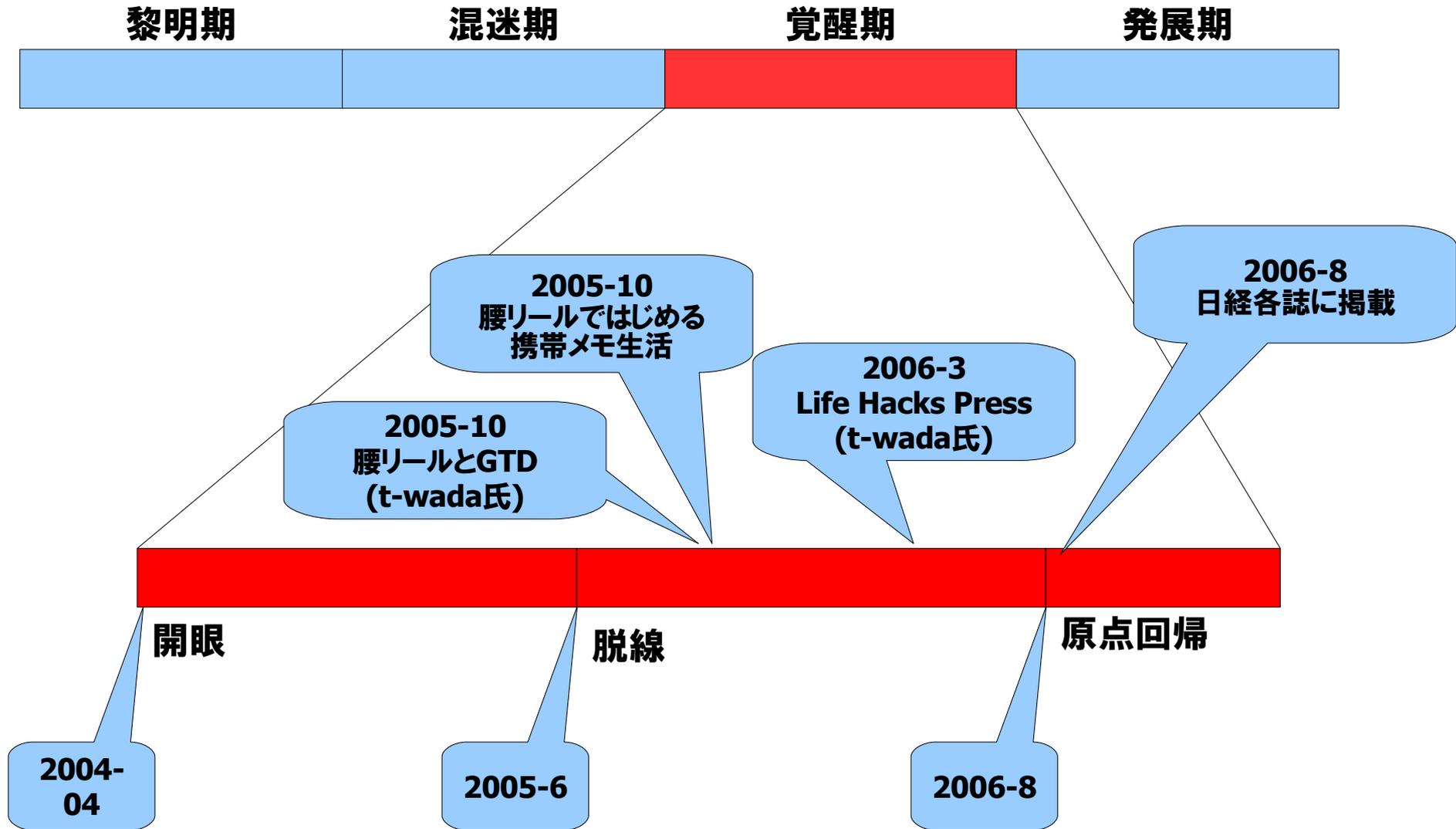
手に持つのはKent Beckモデルの  
腰ルール+単語帳+ペンポッド



# HISTORY



# History of 腰ルールメモ





# 黎明期



- 子供の頃から...  
「すぐに財布をなくすんだから！！」
- チェーン付きの財布を使い続けてはや十数年



# 混迷期

- とにかくスイスアーミーナイフを腰につけておく
  - 例え使う機会がなくとも
  - 最近は軽犯罪法でダメらしいが...
- 鍵、笛
  - 笛は災害時に有効
- カラビナ
  - なんでもカラビナで腰につけていた





# 覚醒期 ～ 開眼



- 腰リールを使うというアイデア
  - amapyon氏との会話
- 単語帳を使うというアイデア
  - amapyon氏の机上の単語帳がヒントに
- ペンポッド
- バンド付き単語帳
  - 小さすぎず大きすぎずイイ



# 覚醒期 ~ 開眼 当時の日記から

17 April 2004

新メモ帳

これはイイと思うんだけど...

[Thinking]

今日、LOFTで新しい携帯メモ帳を買った。といっても実際はメモ帳を買ったわけではない。リング綴りの単語帳(70枚入り、バンドつき)に、携帯ボールペンをくっつけてみただけだ。俺が携帯メモ帳に求める機能は次の通り。

\* いつでも持ち歩けること

- 小さい、携帯しやすいなど。

\* まとまっていること

- バラバラになってしまわないように

\* 筆記用具を負荷できること

- いつでもメモとれるように

以前はダイゴのメモ帳が一部で流行っていたので、それを使っていた。確かに非常に携帯しやすく便利だったが、問題があった。それは「ポケットに入れたまま忘れてしまうこと」だった。今回単語帳メモ帳は、ベルト穴に通すので忘れにくいし、ボールペンもリングに直接つけてしまうので、離れることはない。

この単語帳メモ帳のアイデア自体は、会社の同僚のAぴょん氏の机の上に放置してある、名刺サイズの単語帳を見たときに思いついた。今回買ったものは名刺よりもひとまわりくらい小さいが、携帯目的ならこれでもいいだろう。(バンドついていたのがポイントだった)

バンドでペンも固定しておけば一石二鳥だ。しばらくこれでやってみようと思う。どうせ単語帳は105円だしな。**ちなみに携帯ボールペンは三本目。いままでいずれも、ペン自体が落ちてなくなってしまった。今回はバンドでとめてるから平気だろう....**

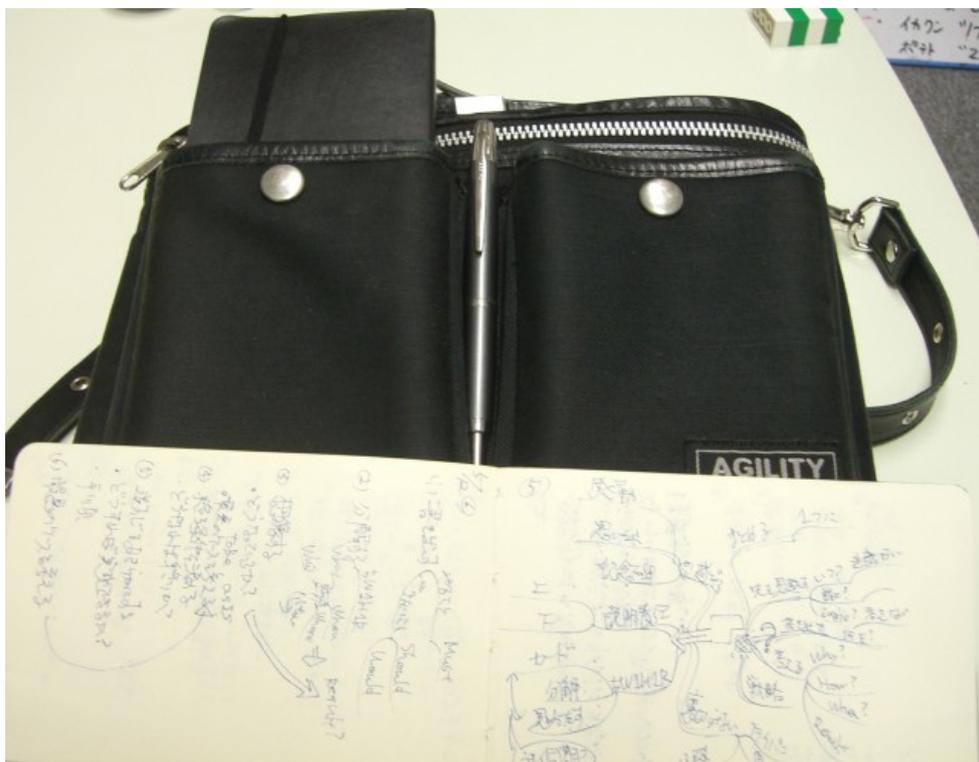


既にペンポツドを  
2本なくしていた  
た！！





# 覚醒期 ～ 脱線



- **腰バッグ(シザーケース)に目覚めた**
  - 最初は室内用
  - 後に常時装備に
- **万年筆との出会い**
  - 万年筆で書きたい！！
- **Moleskineとの出会い**
  - モノとしての質感
  - ケースにフィット！
- **腰リールマンネリ化**



**長い冬の時代に  
突入した...**



しかし...



# 覚醒期～原点回帰



- 名刺サイズ化のidea
  - モジュール化の野望
- 周辺で話題になる
  - LifeHacksPress
  - TechEd 2006
  - 日経各誌取材
- **革カバーの作成**
  - 新たな楽しみ
- ペンポッドリフィル
  - **ゲルインク**が可能に



# 発展期～野望



- **革カバーの改良**
  - ポケット、ペンループ
- **スケジュール帳同梱**
  - スケジュールカード自作
- **リールの小型軽量化**
  - ピンオンリール挑戦
- **万年筆＋腰リール**
- **タスク管理＋メモ統合**
  - 現行の延長線上



# 腰ルールが ウケる理由(？)

- **工夫の余地がある**
  - 自分でカスタマイズできる/しようと思える
- **比較的安価に実現**
  - 100円ショップを有効活用できる
- **(なんとなく)便利そう**
  - 使ってみた時のギャップもあるはずだが
- **Extremeな点**
  - 普通、そこまでやんない



# (ちなみに)腰リールが ウケない理由

- 非モテ系
  - やっぱり格好よくない/可愛くない
- 「腰リールメモ」って名前が変
  - その通り!
- 携帯でいいじゃん
  - うん、確かにそうかもしれないね
- 付ける場所がない
  - 特に女性



**HOW**



# 現在の使い方



- **揮発系アイデア**
  - 講演、原稿、日記
  - 宴会で聞きたい話
- **買い物メモ**
- **週のタスク管理**
  - 母艦は手帳
- **画伯ゴッコ**
- **会話の補助**
  - ちょっと描いてもらえますか？



**GTDは  
やって  
ないよ**

**オリジナルなタスク管理を試してる...**



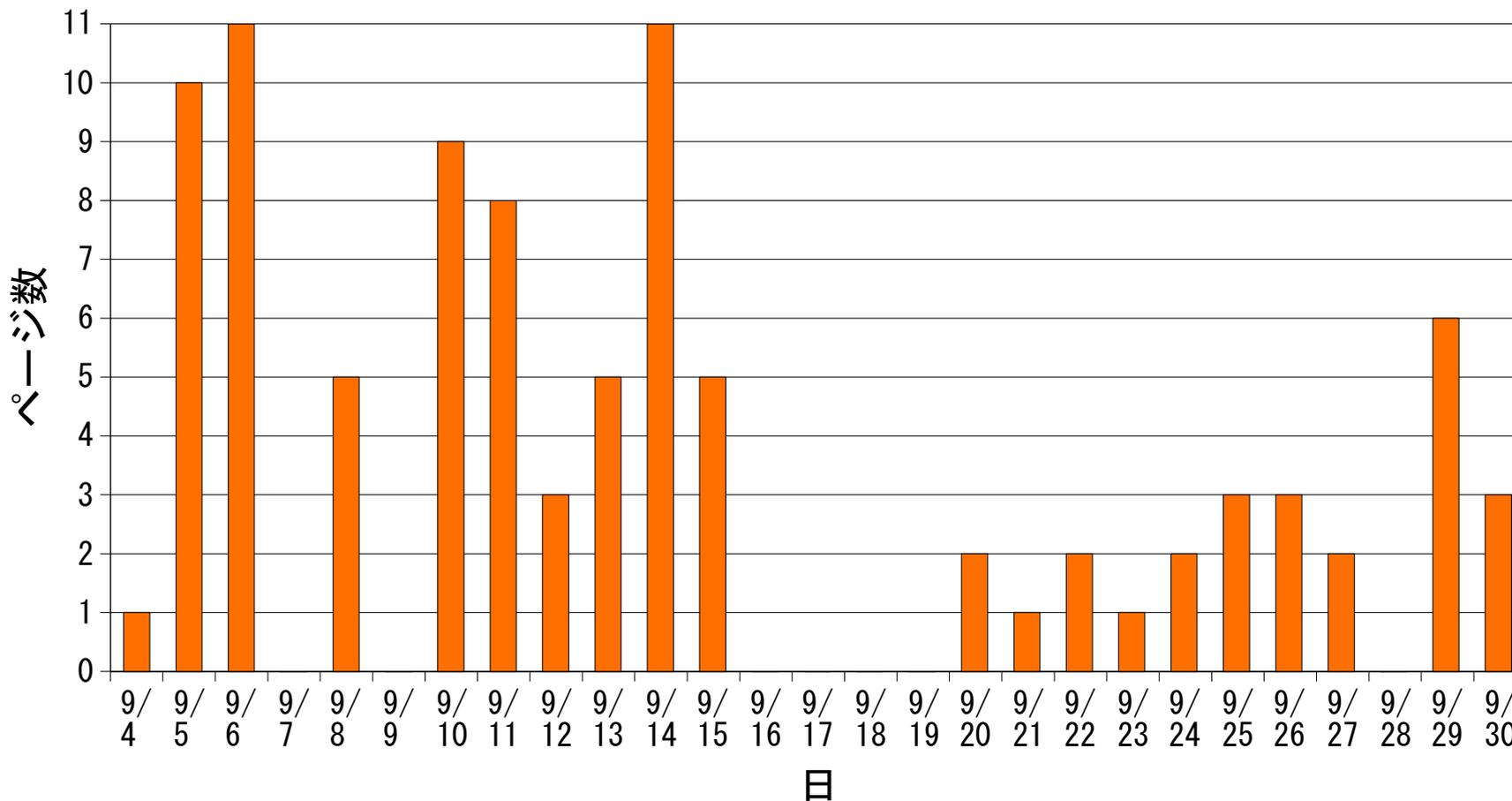
# 原則

- **1ページ=1アイテム**
  - ToDo、買い物メモは複数書くことも
  - 1つの単語だけということも
- **日付を記入する**
  - たまに忘れることも
- **黒は使わない**
  - ペンの黒は見返す気がしない(筆ペンは別)
- **すぐに書く**
  - 歩きながら→立ち止まりおもむろにメモ
  - 話の最中→「ちょっとメモしますね」と一言断ってから



# メモ数の参考例

あるメモの使用統計（100Pの単語帳）



**気づき:人と会話する機会が多いほど消費ページも増える**



# 書いたメモの活用



- 空き時間にパラパラ見返す
  - 気づき系
- 毎朝のチェック
  - todo系
- 物書きの時
  - その時に見直す
- 昔のメモは？
  - 以前は転記
  - 今後名刺入れを使う予定



# RESULT



# 腰ルールメモが重視する 価値観

- **Everytime/Everywhere**
  - いつでも/どこでも
- **Safety/Stylish**
  - 安全に(なくさない)/格好よく
- **Agile**
  - 機敏に
- **Convenient**
  - 使いやすく



# 結局

自由にいつでも  
メモをとりたい

これにつける



# そして...

- **腰リールメモはあくまでもスタートライン**
  - 自由なメモシステムを考えてみるのはいいかもしれない
- **画一化されたシステムを使う必要はない**
  - 製品ではない、そこが重要
- **皆がそれぞれのメモシステムをもてばよい**
  - 日々の工夫があなたの歴史の一部になる



腰リールメモを  
通じて学んだ  
こと



# 公開することは良いことだ

- **誰かが気にいってくれる**
  - 自分で「いまいち」と思っているけど...
- **誰かが拾ってくれる**
  - 変りに広めてくれる
- **誰かが工夫してくれる**
  - 自分の考え以上に



# 「使い手」から「作り手」へ

- **今までは...**
  - どこかで見た「よい」と思った製品を「買って」使うだけ
- **腰リールは**
  - 自分で用途、好みに合うようにどんどんカスタマイズ
- **誰もあなたの発想を妨げない**
  - 自由に、好きなようにできる！



**Let's Enjoy!!**

**Your**

**腰リール Life!!**