

第二回 全日本腰リールカンファレンス  
@東京新宿三井ビル34階豆蔵トレーニングルーム

# わたしの携帯メモ術

2007.4.6

株式会社豆蔵 取締役会長  
羽生田栄一 (Hanyuda Eiiti)  
真美無メモ書生術協会

mamimuMemo Hanyuda Eiiti 2007

## あなたは腰リーラ？

mamimuMemo Hanyuda Eiiti 2007

いいえ、違います。

- ∴ 妻に止められたから
- 今は、胸ポケット派です。
- でも、デジカメは腰に。  
-家から出た瞬間に付けられればOK？

mamimuMemo Hanyuda Eiiti 2007

あなたのメモに  
名前がありますか？

mamimuMemo Hanyuda Eiiti 2007

はい、あります！

・わたしの名前は

まめむメモ です。

真でも美でも無く、唯無心にメモることを目指す

mamimuMemo Hanyuda Eiiti 2007

ちなみに  
どこの手帳ですか？

mamimuMemo Hanyuda Eiiti 2007

## えーと、“Executive Twin”です

- メーカー:生産性出版 商品名:Executive Twin
  - 2002年使用を開始し今年で愛用6年目
  - その前までは、“能率手帳ミニ”を10年以上愛用
- 売り文句
  - ◆月間週間タイプのパスポートサイズ エグゼクティブ・ツイン
- Spec
  - ◆カバー [23 レッド](#), [24 黒](#), [25 ブルー](#)
  - ◆価格 735円(本体700円+税)
  - ◆サイズ 134mm×90mm・176ページ
  - ◆内容  
1ヶ月見開き月間タイプと片側1週間の週間  
前年12月～翌年3月までの16ヶ月記入欄  
前年・当年・翌年の3年カレンダー  
12ヶ月の年間スケジュール  
月表示インデックス、アドレス帳つき



mamimuMemo Hanyuda Eiiti 2007

## なんでメモなのか？

mamimuMemo Hanyuda Eiiti 2007

## 処世術？

- はい、そうです。

### *The Art of Living in the World*

岡倉天心『茶の湯』(本人が英語で書き欧米でベストセラー)の言葉。

そして

### *The Art of Writing in the World*

つまり

## 書生術

生(せい)を書き表す「すべ」でもあります。

memo mamimumemo metaphor metamorphosis

万国の若人よ、そして中年よ、まずは書生たれ

mamimuMemo Hanyuda Eiiti 2007

## SWエンジニアのための型 汎用性のある5つの方法論

- **メモ**: とにかく気付いたこと気になること何でも手帳にメモせよ。手帳はいつでもどこでも持ち歩け。
- **マップ**: 地図を作れ。特に全体を見渡す鳥瞰図、ポンチ絵をとりあえず描いて相手に確認しろ。
- **メソッド**: 偏見を捨て、分析し、総合し、具体例で検証せよ(デカルト『方法序説』)
- **パターン**: 優れた人や技のマネをせよ。とにかく良いもの優れたものに大量に触れて真似ろ
- **2-8の法則**: 上位2割を押さえれば全体の8割がカバーできる(「パレートの法則」)

mamimuMemo Hanyuda Eiiti 2007

# 手帳とは何でしょう？

mamimuMemo Hanyuda Eiiti 2007

## 携帯書斎です。

- 単なるスケジュール管理帳ではありません。
- 歩きながらメモできなければ意味ありません。
- いつでもどこでも携帯できないと駄目です。
- 瞬間性と一覧性とパラパラがなければなりません。
- スケジュールと日記を兼ねたいです。
- ToDoリストとアイデアメモとノートも兼ねたい。
- 買うべき・読むべき本のリストも必要です。
- 名刺入れも兼ねたい(自分+受け取った分)
- PostIt入れも兼ねたい(記入場所+格納場所)
  - 手帳横サイズ、付箋サイズ、こよりサイズ(本marking用)
- 路線図

mamimuMemo Hanyuda Eiiti 2007

## 手帳の選択

なぜTwinか？

- 見開き **月間予定表** → スケジュール管理
- 見開き左 **週間予定表** → 日記
  - 土日も同等に扱われていること
  - 早朝から深夜まで目盛りが入っていること
- 見開き右 罫線付ノート → 自由メモ

mamimuMemo Hanyuda Eiiti 2007

## 手帳の基本：左時間表・右自由メモ

### 目盛る場所

- 7:00-25:00
- スケジュールではなく
- **日記**として使用
  - 活動
    - 予定と同じなら省略
  - 会った人
  - 食事・買い物＋金額
  - 読んだ本

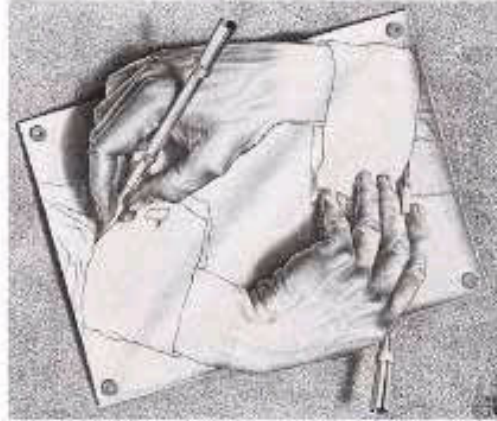
### メモる場所

- アイデア、キーワード
- 引用、いい言葉
- 使えるスキーマ
- 地図、絵、スケッチ
- 疑問
- 新たに知った店、商品

mamimuMemo Hanyuda Eiiti 2007

## 左脳と右脳のコラボ

- 右手が左脳に、左手が右脳に、ツナガル



## 手帳のパワーアップ

- セミナー・インタビュー・アイデア用の追加
  - 別売の**補充ノート**→使わない住所録で十分!
- 透明ポケットを表表紙と裏表紙に追加
  - ¥100ショップで買って、耳を切り取り、半分づつ手帳の表と裏へ差し込む
  - **名刺入れ**(自分の名刺、もらった名刺)
  - **PostIt入れ** + **PostIt台紙**
  - **ToDoリスト**(PostIt)



## PostItの使い分け

- 手帳横幅 正方形サイズ
  - ノート代わり、スケッチもできる、→手帳本体の「**子機**」
  - 人への簡単な依頼、FAXヘッダー
- 付箋サイズ
  - ToDoリストの要素
  - キーワードメモ
  - KJ法
- こよりサイズ
  - 読書時のmarking用
  - 重要箇所、引用したい箇所にとにかく貼りまくる

mamimuMemo Hanyuda Eiiti 2007

## メモの原則

- Memo is Monologue is self-dialogue
- Memo is Meme
- Memo in Network
- Module化
- Metaphor化
- 反芻観照: メモを暇なときに何度も味わう

mamimuMemo Hanyuda Eiiti 2007

## メモの基本1

- 収束メモ
  - 5W1Hで簡潔に
  - 正確に
  - 情報を
- 発散メモ
  - 丸・箱と矢印
  - フリーに、無心に
  - イメージを

mamimuMemo Hanyuda Eiiti 2007

## メモの基本2

- 収束メモ(左脳思考)
  - 基本は
    - 頭は、キーワード
    - 体は、ナンバ歩き
  - 予定時間表、ToDoリスト
  - 日記
  - **管理のベース基地**
  - 日記は
    - 行動記録
    - 場所、店、人、金額
    - 書き忘れても気にしない
    - とにかくまた続ける
- 発散メモ(右脳思考)
  - 基本はアナロジー
    - 頭は、無心
    - 体は、ナンバ(自然体)
  - リズム、言葉遊び
  - 図、地図、スケッチ
  - **思考のベース基地**
    - 手帳の頭の方に  
その年の『座右の銘』
    - **発想テンプレート**  
(一種の型を提供)

mamimuMemo Hanyuda Eiiti 2007

## 座右の銘

- 宮本常一の10か条メモ →付録
- 出典不明
  - 難しいことを 易しく
  - 易しいことを 深く
  - 深いことを 面白く
- 出典不明
  - 分けることは分かること
- 自分
  - モノ言葉(OOPL)からモノ・コト・バ(モデリング)へ

mamimuMemo Hanyuda Eiiti 2007

## メモはフィールドワーク

- 携帯メモ+身体作法
- 情報術を提唱した人は皆フィールドワーカー
  - 梅棹忠夫=>京大式カード
  - 川喜多二郎=>KJ法
- 現場でその場でメモする

mamimuMemo Hanyuda Eiiti 2007

見ずにメモれますか？

mamimuMemo Hanyuda Eiiti 2007

歩きながらメモれますか？

mamimuMemo Hanyuda Eiiti 2007

## ナンバ歩きの訓練をしよう！

- 腰の中心に重心を感じる
- そこを前にすーっと押し出す感じで
- 上半身は力を抜いて腰の上に載せた感じ
- **重心を使って** 移動、方向変え を行なう

足腰が安定した土台  
手腕は自由に使える状態

mamimuMemo Hanyuda Eiiti 2007

## 電子版のメモも併用

- Macの旧Actaライクなアウトラインプロセッサ
  - 佐藤英人先生作 **SOL4** 愛用
  - <http://homepage1.nifty.com/knowledge-osmo/>
- 電子世界用のメモ:eまみむメモ

mamimuMemo Hanyuda Eiiti 2007

## メモは何度も反芻して味わう

- 暇なときに(電車、トイレ)
- 過去のメモを
- ブラウジング
- さらなるアイデアが
- またメモる
  
- ときどき過去の年度の手帳を持ち歩き
- 鑑賞する
- 過去の忘れていたアイデアに感嘆するコトしばし！

mamimuMemo Hanyuda Eiiti 2007

## マップについて

- マップはマインドマップよりKJ法
  - マインドマップは1.5次元
    - **アウトライン** + ちよつと**トポス**場所概念を振りかけ
  - 2次元以上ないと意味距離は表しづらい
- 空間認知を重視
  - 意味場 ⇒ ソシユール、意味と価値のポテンシャル
  - 類似と対立
  - 包含関係、排他関係
- 概念マップ、人間マップ

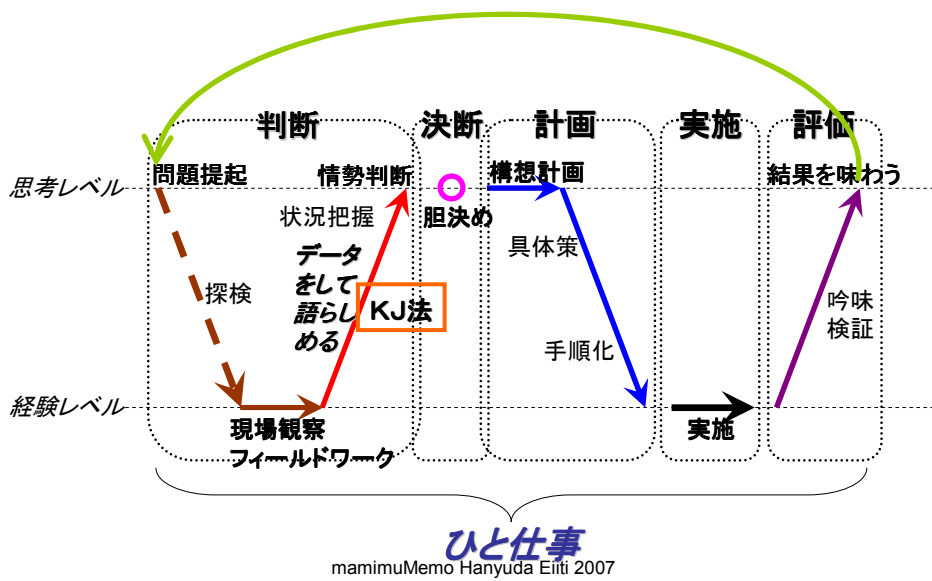
mamimuMemo Hanyuda Eiiti 2007

# KJ法:ひと仕事の12段階

- |             |            |
|-------------|------------|
| 1. 問題提起     | 7. 情勢判断    |
| 2. 情報集め     | 8. 決断      |
| 3. 整理・分類・保存 | 9. まとめの計画  |
| 4. 要約化      | 10. 手順の計画  |
| 5. 統合化      | 11. 実施     |
| 6. 副産物の処理   | 12. 結果を味わう |

mamimuMemo Hanyuda Eiiti 2007

# KJ法:W型問題解決図式



## SWエンジニアにとっての型 メソッド: デカルト『方法序説』

- 偏見を捨て、分析し、総合し、具体例で検証せよ: KJ法にも相当
  1. **明証**: 偏見を捨て細心かつ大胆に問題に取り組む
  2. **分析**: 問題を理解するのに適切なだけ多くの部分に分解する
  3. **総合**: 最も単純で容易なものから始めて、段階的に物事を理解し、秩序立てて組合わせていく
  4. **検証**: 例外を含めてすべての事例(枚挙)で見落としがなかったか検証し、全体の再吟味を行う

mamimuMemo Hanyuda Eiiti 2007

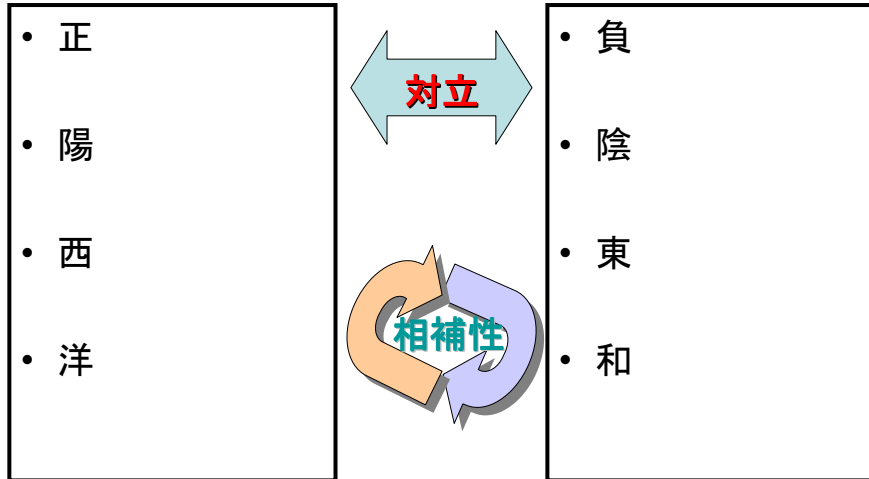
## 発想スキーマ

- 2, 3, 4が基本。
  - 3は: バリエーション多い。
  - 4は:  $4+1$ 、 $(4+1)\times 1$ も
- 物語スキーマもある
  - 事前、実行、事後
  - 結論、理由、事例
  - 仮説、事例・推論、結論
  - 起承転結
- これらの**リズム感**が発想につながる

mamimuMemo Hanyuda Eiiti 2007



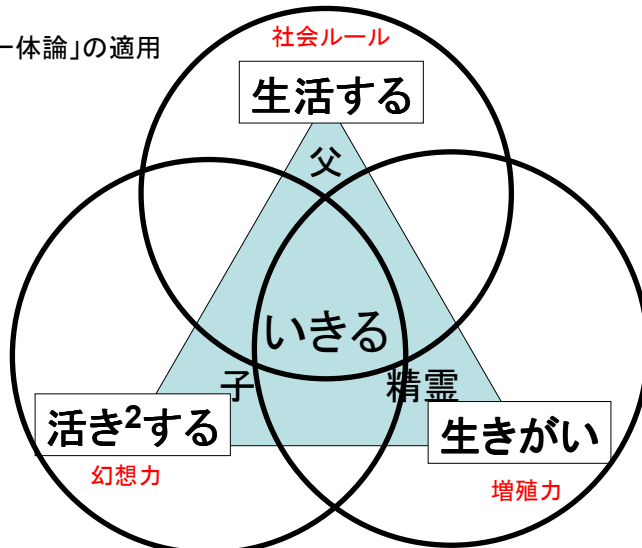
## 「2」スキーマ



mamimuMemo Hanyuda Eiiti 2007

## 「3」スキーマの例

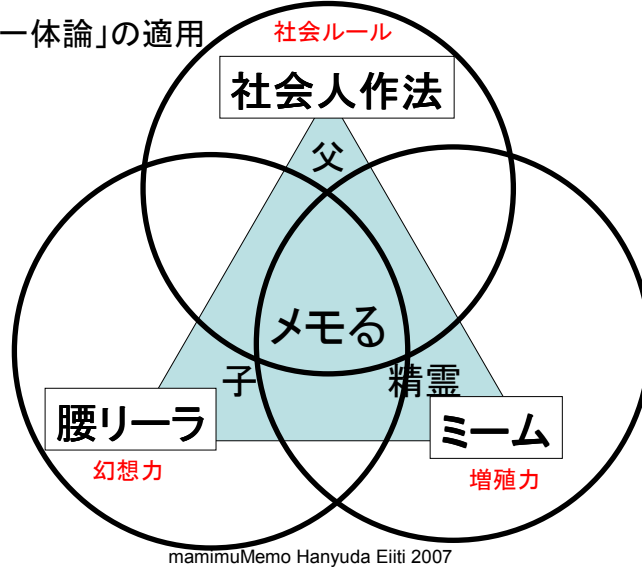
- 「三位一体論」の適用



mamimuMemo Hanyuda Eiiti 2007

# メモ書生(腰リール)術とは

- 「三位一体論」の適用



## 「3」スキーム例 「守破離」

- **守** シュ・まもる  
– 自分の師匠の教え，型を守り，習熟する
- **破** ハ・やぶる  
– 他の流派の教えを請い，ともに習熟する
- **離** リ・はなる  
– 既存の流派に囚われず，自分なりの新たな流派を起こす

mamimuMemo Hanyuda Eiiti 2007

### 「3」スキーム例

## 弁証法(対話法: dialectic)

- **正**: テーゼ(主張)
  - 最初の理論を提示: 数は自然数の比(有理数)
- **反**: アンチテーゼ(対立, 矛盾)
  - 反例や例外で, 理論の欠陥を示す:  $\sqrt{2}$ の例
- **合**: ジンテーゼ(止揚; aufheben)
  - 正・反両者を理解できる高次の理論へ: 無理数概念

いずれにせよ「反証可能性(ポパー)」が前提

- すべての理論は仮説であり, 議論や観察や実験を通して洗練・淘汰され, よい理論に進化していく

mamimuMemo Hanyuda Eiiti 2007

## 旅する巨人: 宮本常一(民俗学者)

- 大人として旅立つに当たって父親から与えられた十か条のメモ
  - 「世の中へ素手で出て行くには身体がもと手だ。そのためにはどんな苦勞にも堪えられるようにしておかねばならぬ。お前には1年間百姓をさせたが、もう大丈夫だと思う。何をさせても一人前のことはできるだろう。」
  - 父・善十郎が宮本に向かってこれだけは忘れぬようにせよといって、十か条のメモをとらせた。

mamimuMemo Hanyuda Eiiti 2007

## 父から宮本常一(民俗学者)への饞の言葉 世間知 十か条のメモ(1/2)

- ① 汽車に乗ったら窓から**外をよく見よ**。田や畑に何が植えられているか、…育ち、村の家、瓦、駅での人の乗り降り、服装、荷、土地、働き、…
- ② 村でも町でも新しく訪ねていったところは**必ず高いところへ登ってみよ**。そして方向を知り、目立つものを見よ。…目を引いたものがあつたら、そこへは**必ず行って見る**ことだ。高い所でよく見ておいたら道に迷うことはほとんどない。
- ③ 金があつたら、その**土地の名物**や料理を食べておくのがよい。その土地の暮らしの高さがわかるものだ。
- ④ 時間のゆとりがあつたら**できるだけ歩いてみる**ことだ。いろいろのことを教えられる。
- ⑤ **金というものは儲けるのはそんなにむずかしくない**。しかし**使うのがむずかしい**。それだけは忘れぬように。

…

mamimuMemo Hanyuda Eiiti 2007

## 十か条のメモ:父 宮本善十郎

- 高等教育を受けたわけでもない父が、どうしてこれだけの教訓を提示できたのか？
- 善十郎は行く先も告げずにふらりと旅に出ることがよくあつた。それはこの島(瀬戸内海周防大島)の島民全員に共通する気風だつた。
- 父にしろ他の島民にしろ、旅は世間というものを知るためのいわば庶民の学校のようなものだつた。

(参考)佐野真一『旅する巨人』文芸春秋社  
をぜひ読んで下さい

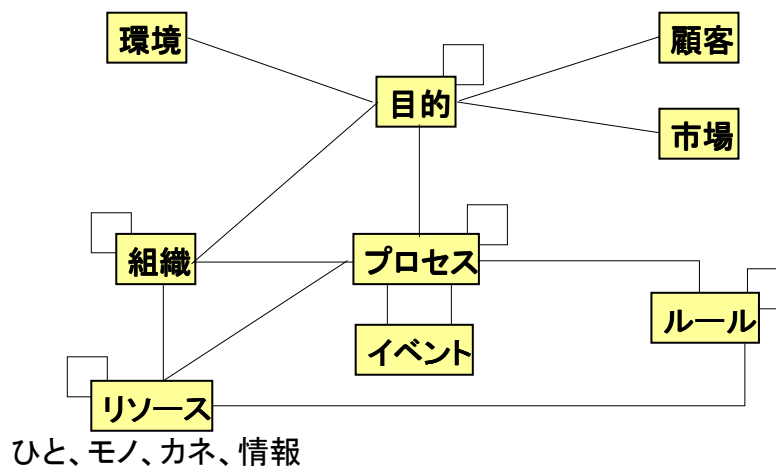
mamimuMemo Hanyuda Eiiti 2007

## 旅の人生訓 十か条のメモ(2/2)

- ⑥わたしはお前を思うように勉強させてやることができない。だからお前には何も注文しない。**好きなようにやってくれ**。しかし身体は大事にせよ。30歳まではお前を勘当したつもりでいる。しかし30を過ぎたら親のあることを思い出せ。
- ⑦ただし病気になったり、自分で解決できないようなことがあったら、郷里へ戻って来い。親はいつでも待っている。
- ⑧これからは子が親に孝行する時代ではない。**親が子に孝行する時代だ**。そうしないと世の中はよくならぬ。
- ⑨自分で**よいと思ったことはやってみよ**。それで失敗したからといって親は責めはしない。
- ⑩**人の見残したものを見るようにせよ**。その中にいつも大事なものがあはずだ。**あせることはない**。自分の選んだ道をしっかり歩いていくことだ。
- 生活の中から優れた知恵が生まれ、それが継承され、宮本常一によって民俗学という学問につながっていった。**

mamimuMemo Hanyuda Eiiti 2007

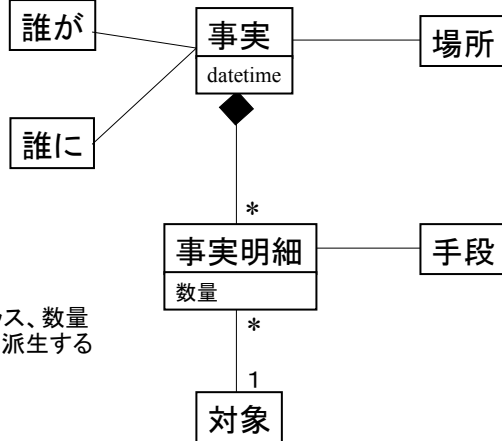
## メタモデル: 高いところからよく見よ ビジネスモデルのメタモデル要素



mamimuMemo Hanyuda Eiiti 2007

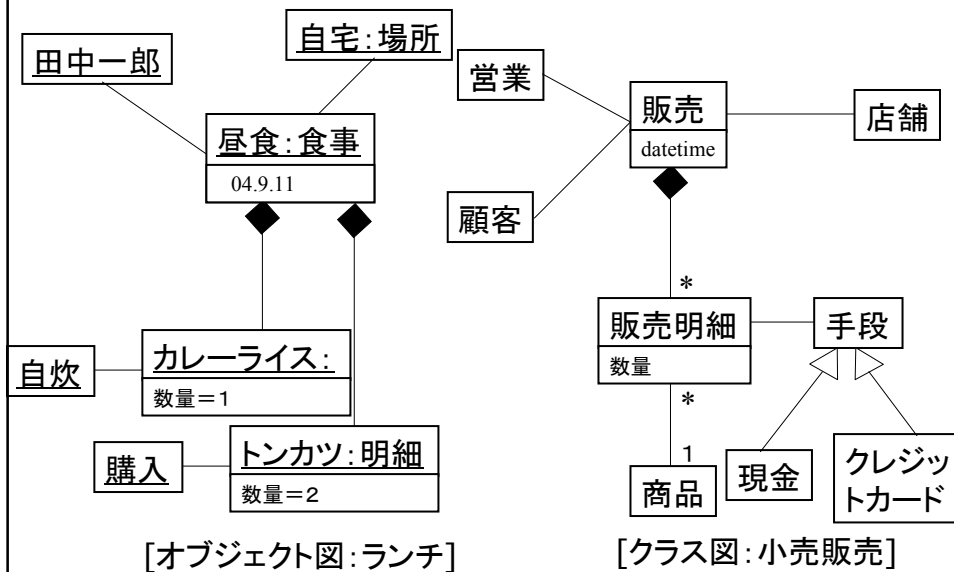
## メモ術番外編:モノ・コト分析を表現する 汎用5W1H モデルイディオム

- Who/Whom [モノ(者):リソース]
  - パーティ(誰が・誰に)
- (Where)
  - 場所
- What/When/Why[コト:イベント]
  - 事実(取引・契約・事件)
  - 時点(datetime)の管理
    - 実績⇒過去の事実
    - 計画⇒未来の事実
- What/HowMuch [コト:イベント]
  - 事実明細(事実と対象の関連クラス、数量の管理): 時点は全体「事実」から派生する
- WhatFor [モノ(物):リソース]
  - 対象(製品・サービス)記述
- (How)
  - 手段(連絡・支払・運搬)



mamimuMemo Hanyuda Eiiti 2007

## メモ術番外編:モデルイディオム適用例



[オブジェクト図:ランチ]

[クラス図:小売販売]

mamimuMemo Hanyuda Eiiti 2007