

## スキルアップ通信 VOL.161

「その会議、本当に必要ですか？」

## “成果の出る仕事だけ”を選べるリーダーの判断軸

会社やチームのリーダーとして、いま、求められているリーダーシップとはなんでしょうか？責任をとること？部下やメンバーの話をよく聞いて、仲を深めることでしょうか？

小暮太一氏は、リーダーのすべきことは「言語化」と言います。

■リーダーは、メンバーがやらないこと（時間をかけてはいけないこと）を指示できなければいけません。

多くの企業で、長時間労働が問題になっています。メンバーにとっては、やるべきことがたくさんあり

「これから追加でこれもやろう」と言われても拒否反応と絶望しか出てきません。メンバーに新しいアクションをしてもらうためには、既存のアクションをやめる必要があります。ただここで問題があります。メンバーがすでに実施しているアクションはすべて「必要だからやっていること」なのです。

■「無駄をなくそう！」と言っても無駄はなくなる

朝、出社してメールをチェックするのは、「すぐに対応すべき問題がないか確認するため」でしょう。定例会議をするのは「メンバーに相互の動きを把握してもらって、トラブルを未然に防ぐためにやっています。無駄ではありません」と反論されてしまい、議論になりません。ここでリーダーの判断と決断が必要です。

■その定例ミーティング、議事録…本当に必要ですか？

リーダーは、メンバーが時間を使っている各タスクを見て、それが「経営者が掲げたゴール」につながっているか判断をしなければいけません。

まったくつながっていないタスクはかなり少ないでしょう。でも、強くつながっているもの、それほどでもないものはあるはずですので、そのグループ分けはできるはず

「念のため、この打ち合わせに出て」「この会議の議事録も一応とっておいて」は確実に必要とは言えず、もししたらあとで必要になるかもとかその時にないとかまるからというニュアンスを感じます。

長年続けている定例ミーティングや議事録が重要な役割を果たしていますか？なんとなく習慣だからやっているという意味合いが強いのではないのでしょうか？

あとになって「やっぱり必要だった」となることもあるかもしれません。しかし、それが100回に1回だったら、99回は無駄なタスクをこなしていることになります。そして、その99回分の時間でできたであろう重要タスクをやらなかったことになります。

■タスクの必要性はどう判断する？

そのタスクをやるべきか否かは、「やらなかったら、誰にどういう変化が起きるか？」である程度見えてきます。

「そのタスクをやるべきか？」という問いだと、十中八九「やるべき」という返答が返ってきます。たとえ1%だったとしても、そのタスクがいつか必要になりそうだったら「やるべき」という発想になってしまいます。そのため、その「やるべき？」という問いかけは意味を持ちません。

大事なのは、「やらなかったら、重大な変化が起きてしまうかどうか」です。

その定例ミーティングに自分が参加しなかったら、誰にどんな重大な変化を及ぼしてしまうのでしょうか？さらには、その長年やっている定例ミーティングをやめたら、誰がどのくらい大きな変化（影響）を受けてし

## スキルアップ通信 VOL.161

まうのでしょうか？ 各メンバーに問いかけましょう。他部署メンバーと横断的に取り組んでいるものであれば、他部署のメンバーにも問いかけましょう。

### ■「迷惑がかかる」「こういうときに困る」で判断してはいけない

ここで大事なのは「〇〇さんに迷惑がかかる」「こういうときに困る」というフレーズではなく、必ず**変化**で出してもらおうことです。

「〇〇さんに迷惑がかかる」という指摘は、言ってみれば個人の感想です。いらないものでも、これまであったものがなくなると、なんとなくネガティブな印象を受けるものです。それを「迷惑」と捉えてしまうと、適切な判断ができなくなります。

また仮にその〇〇さんに迷惑がかかるとします。ですが、迷惑がかかったら何なののでしょうか？率直に言って、人に迷惑をかけないために仕事をしているわけではありません。迷惑がかかったとしても、その〇〇さんが少し協力してくれることで害がないのであれば問題はないはずです。

ポイントは「**変化**」です。誰にどのような変化を与えるのか、どの業績にどのような影響を与えるのか、「**変化**」でお互いに会話をするをおすすめします。

そして、出てきた「変化」を見て、あなたのグループメンバーが時間をかけるべきものかどうかを判断しましょう。

小暮太一著『リーダーの言語化「あいまいな思考」を「伝わる言葉」にする方法』

DIAMOND online より

会議の目的として、「現状を共有する」「意見を集約する」「意思決定を行う」があります。そして最終的に目指しているのが成果・目標です。「ゴールイメージ」＝「会議終了時点で、どのような状態になってほしいか」。会議のムダを省くためにゴール設定を明確にしておくことが大切です。現在行われている業務・会議などが本当に必要なのかを見直すきっかけにして頂ければ幸いです。

## 腸活・菌活が大ブーム

コロナ禍以降健康意識が高まり、腸活・菌活されている方が多いそうです。腸内環境は、体に大きな影響を与えます。

腸内環境を整えるメリットには①免疫力が上がる②代謝が上がり太りにくくなる③便通の改善などがあります。

自信の腸内環境をチェックしてみましょう。

- お肉が好きでよく食べる
- お菓子やスイーツをよく食べる
- 野菜やきのこ類、海藻類をあまり食べない
- インスタントやレトルト食品をよく食べる
- 満腹になるまでどか食いがち
- 死活習慣が不規則
- 睡眠時間が6時間以下、または不十分と感じる
- 運動が嫌い、運動しない
- まじめで几帳面と人からよく言われる
- コロナの前から、除菌・抗菌グッズを愛用



当てはまるものが3個以下「腸内環境に注意」

4~6個の人は「腸内環境が悪化ぎみ」

7個以上の人は「腸内環境改善必須」

### 日本には腸内環境を整える食品が沢山あります

- ・ヨーグルト 乳酸菌・ビフィズス菌などの善玉菌
- ・海藻類 水溶性食物繊維と不溶性食物繊維の両方を含んでいるので、便秘改善に役立ちます
- ・キムチ 生きて腸まで届く乳酸菌が豊富。食物繊維も摂れる
- ・納豆 納豆菌・イソフラボン・食物繊維
- ・ぬか漬 植物性の乳酸菌・酵母 ビタミン・ミネラル類も豊富
- ・味噌 麹菌や酵母菌、乳酸菌など
- ・塩麹や醤油麹 普段使っている調味料を発酵調味料に
- ・甘酒 オリゴ糖・レジスタントプロテイン
- ・キャベツ、玉ねぎ、ゴボウ、りんご、ぶどう、バナナ  
(オリゴ糖を含む野菜)

豆腐、きなこ、豆乳、チーズなど

意識して摂り入れることで腸内環境を整えて健康に繋がましょう！