

# 《ファイリング・プロの整理術》

～思考や仕事を整理する～

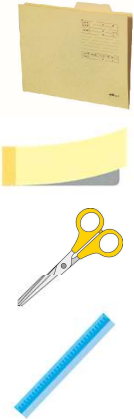
## 小野式マイパネル作成講座

日時：2020年4月26日（日）13:30～15:30（受付13:00より）

場所：沖縄県男女共同参画センター「ているる」研修室1

### 「小野式マイパネル」とは？

オフィスの現場で長年ファイリング（文書整理）の指導を行ってきた小野裕子が、その経験から考案した、自分のライフスタイルや仕事、抱える問題などの解決をスムーズに導くためのフレームワーク型の整理用パネルです。ファイリングの基本アイテムであるA4サイズの「フォルダー」とフセンなどを使用し、頭の中のモヤモヤをスッキリと「見える化」して全体を「俯瞰（ふかん）」します。「俯瞰」から気づきや次のアクションが見えてきます。



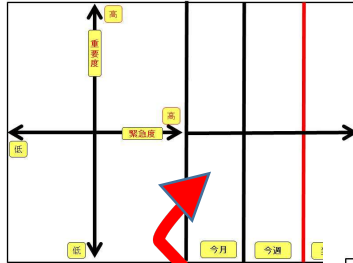
### どんな使い方をするのか？

プライベートでも仕事でも、いろんな場面で活用することができます。

こんな方に向いています！

- ☑ いろいろ気がかりがある。
- ☑ 優先順位の付け方に迷う。
- ☑ 仕事に関して、TODOや進捗状況等を分かりやすく整理したい。
- ☑ 仕事と家庭をうまく両立させたい。
- ☑ 忙しい育児や介護。効率よく時間を使いたい。
- ☑ 頭の中がモヤモヤしている。
- ☑ 片づけが苦手。

5. TODO 型（優先順位づけ→期日管理へ）



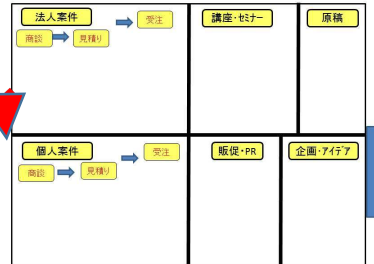
### 作成事例

頭の中を整理！

©野村 裕子



4. 業務フロー型（コンサルタント）



©野村 裕子

### 参加者の声紹介

- 2時間がこんなに早く感じたのは初めてです。
- 既存のTODOリストで不満に思っていたことが解消されて、目からウロコでした。
- フセンを手帳に貼る方法はやっていましたが、フォルダーをA3パネルに見立てて一目でわかるようにするという事は、自己管理の上でもとても役立ちます。
- 「スッキリ」という一言！「見える化」する可能性がどんどん広がるツールになると思う。
- 「フォルダー」の活かし方にビックリ。
- マイパネルはタスク管理に便利だと思います。
- マイパネルは仕事やスケジュール、プライベートでもどんなシチュエーションでも利用できるので、とても便利だと思う。
- 自分用に簡単に作れて、カスタマイズもOK。徐々にパネルも進化していきそう。

ファイリング・コンサルタント

岡山県倉敷市出身。商社勤務を経て、1988年に㈱イトーキ入社。以来2004年まで同社ファイリング研究室のチーフコンサルタントとして勤務。その後独立し、大手企業から中小企業、個人事務所まで幅広くファイリング導入をベースにした業務改善を指導。現在はオフィスのファイリングはもとより、家庭用にアレンジした「小野式ホームファイリング」も各地で広めている。**ファイリング現場指導歴30年**。日本秘書協会認定講師。【モットー】整理・整頓がオフィスを、人生を変える！

<著書>

- 「整理・整頓が人生を変える～毎日がイキイキする『ライフファイリング』の方法～」
- 「～仕事の効率がみるみる上がる～片づけの教科書」
- 「ファイリングの基本&超整理がイチから身につく本」
- 「夢をかなえるファイリング」
- 「すっきり！仕事習慣デトックス」(共著)

※新型コロナウイルスへの対応に配慮しながら進めます。

### 講師プロフィール



小野裕子  
(おのひろこ)

■ 問い合わせ、申込先(担当: 玉城恵利子まで)  
(電話の場合)

090-9563-0599

(メールの場合)

[white.jeans913@gmail.com](mailto:white.jeans913@gmail.com)

■ 参加費

3,000円(税・教材費等含) ※当日会場にて

■ 持参品

筆記用具、ハサミと定規(30cm程度)、フセン(標準サイズ: 75mm×25mm)1個、持ち帰り用の袋(A4サイズが入るもの)