



元氣とタイムリーな情報を提供する

五十嵐レポート

発行:「町コン」五十嵐 勉 2018年10月01日 第888号「週刊五十嵐レポート」

おかしいなと思ったら

朝礼に、「職場の教養」を活用している。9月18日は「後始末の時間」。

「ビジネスマンが勤務中に物を探している時間は、一説によると、年間150時間にも及ぶそうです。1年間の勤務日数を250日だと仮定すると、1日平均36分間は、物を探していることとなります」を読んでいたときに、ふっと「なんか、おかしいな」と思った。以前読んだものとは違う情報だった。

調べてみると、昨年(17年)の10月11日、「探し物の時間」では、「アメリカのライターメーカー・ZIPPO社の調査結果によると、人が物を探している時間は、1ヶ月平均76分だそうです。1年間に換算すると、およそ15時間も探し物をしている計算になります」と書かれている(ZIPPO社は2014年4月4日付、資料あり)。この2つの情報は、年間で10倍も違う。勤務中の時間とプライベートな時間の違いはあるかもしれないが、何か腑に落ちない。

気づいたらすぐするというので、「職場の教養」の編集担当者に確認をした。「『一説によると』の一説とは何か?」。担当者、「出所がはっきり解らなかつたので、『一説』という言葉で表現した。ネット(探し物・150時間)で調べると、出所は『大塚商会』。多くのコメントで、『大塚商会調べ』となっている。

次に大塚商会に問合わせてみた。すると大塚商会の広報では、「当社で調べたことはない。書籍『気がつくときがぐちゃぐちゃになっているあなたへ』(草思社:リズ・ダベンポート著)から引用した」。

書籍を購入してみた。冒頭の「はじめに」の中に、「こんな統計をご存知だろうか。平均的なビジネスマンには、1日に190の情報が入ってくる。そして探し物をするためだけに1年間に150時間も浪費しているといのだ。これにあと10時間を足すと160時間になり、平均的な1ヶ月の労働時間に等しい」ということが書かれている。ようやく元にたどり着いた。しかし、データ(事実)を確認することはできなかった。

三現主義(「現場」「現物」「現実」)を心がける。世に溢れている情報を鵜呑みにすると怖いことになる。そう思った。情報の発信者として肝に銘じた。

ちょっと
気になる出来事

9月25日付、日経新聞に、「睡眠、40代最も短く 厚労省 6時間未満が半数」という記事。「20代以上の男女の1日の平均睡眠時間を調べたところ、40代男女の半数前後が6時間未満しか眠れていないと答えたことが厚生労働省の2017年国民健康・栄養調査で分かった」。

さらに、2017年国民健康・栄養調査では、男性喫煙率が初の3割を切った。(10人中、喫煙者は3人を切った)ちなみに、30代、40代の男性の喫煙率はそれぞれ、39.7%、39.6%と10人に4人が喫煙者。

働き盛りの40代が一番体を酷使しているということでしょうか。

近年では、睡眠不足が借金のように積み重なるようになることを「睡眠負債」と呼ばれている。若いうちはいいけれど、歳を追うごと体にガタがきてしまうことがある。やはり睡眠は大事。6時間~7時間は眠りたいもの。気をつけましょう。



一口メモ
知識

炎を消すために燃料を与えてしまう

私たちの心の中で燃えている火は、「貪(どん)」「瞋(じん)」「痴(ち)」という煩惱なのです。

欲(貪)を満たすと、欲の炎が消えると思っていますが、実は欲の炎にさらに燃料をあげることになるのです。

怒り(瞋)に対して怒り返せば、怒りの炎にさらに燃料をあげることになります。

無知(痴)に対して、なおさら妄想すれば、無知の炎にさらに燃料をあげていることになるのです。

このような生き方では、人はけっして生きる苦しみを消すことはできません。

「ブッダの教え一日一話」(PHP研究所/アルボムッレ・スマナサーラ)より

「戦略社長塾東京」小岩校 毎週日曜日・水曜日 午前10時~12時

「戦略社長塾東京」小岩校 土曜隔週(第2・第4) 午後2時~6時

「戦略社長塾東京」銀座校、五反田校、武蔵村山校、豊岡校 開講中。

㈱五十嵐コンサルティングオフィス 〒133-0051東京都江戸川区北小岩6-21-5

03-3659-7703 Fax 03-3659-7077 i-daruma@igarashireport.com

