

フィットネスbiz兄 に訊け! 現場たたき上げ

Profile 遠藤一佳

(株)フィットネスbiz 代表取締役CEO
大手、ベンチャー等で、トレーナー、企業フィットネス、SV、副支配人、支配人、営業部長、営業本部長、役員を歴任後、2007年6月に独立。2008年度は富士アスレティック&ビジネス専門学校「パーソナルトレーナー学科」で講師を務める。ブログ「勇気の力」、メルマガ「L & M大学」好評執筆中! URL: <http://www.fitness-biz.net>



Q 今回のお悩み内容

毎日、内容の濃いブログを更新されていると感じるのですが、そのためのコツというか、意識していることはありますか？。

A 現場たたき上げの 遠藤からのアドバイス

同様のことをよく言われるのですが、特に意識していることはありません。

あえてポイントを考えるなら、「目的・目標があること」、「考えることが好きであること」、「書くことが苦にならないこと」の3つが挙げられるかと思っています。

まず、「目的・目標」があれば、それに対する関心事項がアンテナに引っかかります。

例えば、日経関連雑誌を読めば、その1冊だけでも「柳井（ユニクロ）×原田（日本マクドナルド）対談」、「企業健保さらなる財政悪化」、「某社がリハビリ特化ビジネス参入」、「ジョン・カーワン氏のリーダーシップ」、「（勉強会のケーススタディで使用している）モスバーガーの今後」などなど事欠きません。

これらに対して、「これはどういうことなんだろう？」とか、日頃の自分の考え方と紐付けたりしながら思考の整理をします。これだけで5日分は書けるし、「柳井×原田対談」だけでも1週間はいけます。

新聞についていえば、多くの人が「読んで終わり」だと思います。それでは、「Aということがあった」ということしかわかりません。「Aということがあったのはこういう理由ではないか?」、「今後はどうなるのか?」といった「考えること」をセットにしなければ、「新聞（その他の情報も全部）」を読む意味はないと思います。

最後に、これらを「書く」わけですが、「書くこと」には、大きく3つの意味があります。

1つは「頭が整理される」ということ。2つは「書くことで覚える」ということ。そして、3つは、それを実名にすることによって「責任が生まれる」ということです。

今はありがたいことに読者の方々も多いので、そこに「使命感」のようなものも存在しています。

過日も企業研修で「1日の最後に頭の中で反省会をする」と言われた人がいたので、「ならば、日記に書いた方がいい」とアドバイスしたわけですが、頭の中でどれだけ考えたところで、3日も経てば全部忘れていきますよ。すなわち、それは「お仕事ごっこ」に過ぎず、「成長」にもつながらないということです。

このような背景で、私はブログを書き続けることができています。ブログを書くかは本人次第ですが、私は「最高の成長ツール」の1つだと思っています。