



リーダーになってから自分の仕事の量は変わらず、さらに後輩の育成まで任せられ、ほぼ毎日残業です。

## かしこい女性リーダーの「時間管理術」

35歳 主任(夫、小1・4歳)

リーダーになる前の仕事に加え、リーダーになってからの新しい仕事と役割が加わってオーバークワークになっているようですね。リーダーになった当初は誰でもこのような状態になりますが、ずっと続いてしまうと私生活にも影響が出てきて心も体もまわってしまいます。責任感が強い人ほど、自分で仕事を抱えてしまうもの。早急に解決したいですね。

少々細かく書き出すこと。業務内容ごとに考えて見ると、書き出しやすいですね。

今回は、リーダーに必要な「時間管理術」について考えてみましょう。

次は、書き出した仕事を3つの項目に仕分けしてみましょう。

**ステップ1**  
最初にしてほしいのは「仕事の棚卸し」です。今自分が実際にやっている仕事をすべて書き出します。あまりまとめすぎず、

**ステップ2**  
① 今後部下にしてみたい仕事  
② なくしたい、しなくてもよいと思う仕事  
この仕分けはとても大切です。仕分けすることで、あなたにとって重要な仕事、優先順位の高い仕事、事が明確になります。

くれぐれも、「自分さえ頑張れば」なんて、すべての仕事を抱え込まないでください。1人で仕事をしている時と部下を持った時、同じ時間の使い方ではうまくいきません。一限られた時間を有効に効果的に活用して、かしこく時間を活用していきましょう。

**ステップ3**  
最後は、リーダーとしての役割を果たすために2つの計画を立ててく

ください。  
計画その1 リーダーとして重要な仕事をするための「時間活用計画」  
あとは、立てた計画を実行することです。

山内喜代美  
人材育成と企業研修を行う(株)ドリームワークスを経営。今年、福井で働く女性を応援する情報サイト「alica-アリカ」を立ち上げる。現在中学2年生と小学2年生の男の子の母。  
働く女性の応援情報サイト alica-アリカ  
<http://alica-fukui.com/>  
「アリカ福井」で検索

### 「本気で経済的自立をしたい」女性起業家 限定セミナー

(全5講(13時半~16時))

- 10/31(金) 経済的自立のためのビジネスマインド
- 11/7(金) 売上げがあがる仕組みづくりと価格設定
- 11/27(木) 発信力の磨き方と人脈づくり
- 12/5(金) 講師としてのコンテンツと伝え方の極意
- 未定 ビジネスプラン発表会&修了式&懇親会(60分無料コンサルティングつき)

コーディネーター  
(株)ドリームワークス  
代表取締役社長  
山内喜代美  
(alica-アリカ)ナビゲーター

スペシャルアドバイザー  
Salon LAKSHMI 代表  
遠藤 喜子  
(料理家、ライター、  
アロマセラピーインストラクター)

■定員/限定7名  
■参加費/3万円(分割可)

今月のトーク

西本 久美子  
若女将のおもてなし  
今月のテーマ vol.6(前編)

山内 喜代美  
福井で働く女性のための起業支援

今月のステキ女史

「まもらほ-Mama Labo-」  
雑貨製作・販売コミュニティ  
代表 山本智絵さん  
林玲子さん

アンケート

今月のお題  
夫のお小遣いはどれくらいですか?

プレゼント5名様  
全持ち帰り  
お小遣い  
お小遣い  
お小遣い

前編明治20年「科挙うおとめ」若女将 西本久美子さん  
福井で働く女性のための起業支援

alica-アリカ  
あなたの生き方、きっと見つかる  
アリカ福井 検索