

特集 魔法の習慣12

第5章

感謝, PLAN, DO, SEE

——「お掃除お片づけ」のプロ 大津 たまみさん



藤田 有貴子

東京都中小企業診断士協会中央支部

1. 「お掃除お片づけ」のカリスマ

「ハッピーバースデー！ たまみ～！」

フィリピンでは50歳を迎えると「ゴールデンタイム」といい、人生はさらによくなるといわれているそうだ。

取材の数日前、大津さんは50歳の誕生日を迎え、フィリピンや中国、台湾など海外を含む多くの仕事関係者やスタッフが盛大にお祝いしてくれた。



清掃業界のカリスマ、大津たまみさん。写真は、ライブ配信で除菌商品についての知識を自ら発信している様子

「今、新型コロナウイルス感染症拡大の影響で、私も現地に行くことができませんし、仕事関係者やスタッフにも実際に会うことができません。しかし、こうやってオンラインでみんなとつながっていて、幸せです」と語る大津さんの笑顔から取材は始まった。

大津さんは、「お掃除お片づけ」のプロとして、25年以上のキャリアを持つ清掃業界のカリスマ的存在。年間200本以上の講演のほか、TV・雑誌・ラジオなどでも片づけや掃除法を伝授している。

近年、生前整理への関心の高まりから「あったかい生前整理」を提唱し、一般社団法人生前整理普及協会を設立。また、社会貢献活動として、シングルマザーの子どもたちの支援活動も積極的に行っている。

新型コロナウイルス感染症発生以降も、国内外に向けて清掃技術や除菌・除ウイルスについて積極的に発信している。

2. ルーティンとして続けている習慣

大津さんには、ルーティンとして続けている魔法の習慣がある。それは、「朔日参り」、「手帳」、「朝時間」、「振り返り」である。

毎月1日、起業してから13年間欠かさず自宅近くの熱田神宮に「朔日参り」の参拝を行っている。

いつもA4サイズの「手帳」を持ち歩き、1日の終わりに今日を振り返り、明日の予定

とだと目を細めた。

大津さんが最初に起業したアクションパワーは、離婚後、落ち込んで部屋が片づけられなくなったとき、友人が部屋に来て片づけてくれたことで自身が復活できたことから、「片づけ力」を多くの人に広めることをミッションとした。

その後、設立した一般社団法人生前整理普及協会は、終末期に向けて物、心、情報の整理をすることをコンセプトにしている。

また、女性起業家支援の株式会社アクションラボは、女性経営者として活動してきて家庭や子どものことなど男性起業家との違いを実感し、同じような女性起業家を支援したいとの思いで始めた。

そして、自分と同じような経験で苦労しているシングルマザーを支援したいと始めたのが株式会社リンクであり、すべて自分がしてほしいことであるという。

大津さんの心には、いつもやりたいことがあふれてくる。それを手帳に書いて、決めていくのである。ただ、やり続けるために何でもするのではなく、「しないこと」、「今はしないが、いつかすること」を決めることも大事だそうだ。これは、大津さんが大事にしている「片づけ力」にも通じるのだという。

(3) 「朝時間」で楽しんでやり続ける (DO)

「決めたことは一切言い訳をせず、やり続ける」のが大津さん流である。「以前はノリで始めてやめることが多かったから、続けるようにしている」という。

大津さんが、なぜ決めたことをやり続けることにこだわるのか。その原点は一時期、親代わりに育ててくれた祖母にある。「あなたは、へその緒が絡まって生死をさまよう状態で生まれたのよ」と言われ育てられた。そのため、幼い頃から「命には限りがあるのだから今日を精いっぱい生きよう」という思いが強かったという。時折、スマートフォンアプリ「あなたの『残り』の人生時計」で自分の人生の残り時間を確認するそうだ。

大津さんは、決めたことをやり続けるためにも、楽しんで続ける工夫を忘れない。低血圧で毎朝早く起きるのが大変だったが、自分が応援したいと思う女性経営者たちとあいさつをし、昨日どのようなよいことがあったかのプチハッピーを報告して、今日のコミット（目標）を語り合うのは、とても楽しい時間だという。

朝時間を楽しむため、スマートフォンのアラーム機能を活用し、朝はハイテンションな曲で目覚め、夜は22時30分になるとお休みタイマーが鳴るため、会食があってもアラームが流れると、自然に「終わりにしましょうか」となる。

そして、大津さんから決めたことを続けるためのとっておきのアドバイスをいただいた。それは、たとえば片づけであれば、目の前のゴミ1つでも片づけるように、少しでも続けることであるという。少しでも続けるのと、やめてしまうのとでは全然違うのだという。

(4) 「振り返り」で見直す (SEE)

続けていることはそのまま続けるか、効率化するかを振り返ることも大事だという。大津さんも経営する会社が増えるなどターニングポイントを経て、事業や習慣を見直していた。

大津さんは、自分が興じた株式会社アクションパワーを新社長に譲った。いわゆる事業承継である。10年経て承継し、現在は株も経営権も新社長に譲っている。事業承継も起業当時から決めていたという。

3. コロナ禍に清掃の知識を世界に発信

以前から台湾や中国、フィリピンなど海外との取引があった大津さんのもとには、早くから新型コロナウイルス感染症の情報が届いていた。

その影響の重大さに、「今まで当たり前とっていたすべてのことを壊して、一から考えないといけない」、「スタッフの安全を全力

で守らなくてははいけない」と、3月までにリモートワークやオフィスの抗菌対策施工など対策は終えていた。

新型コロナウイルス感染症関連で、主に除菌について仕事の依頼も増えた。日本の高い清掃技術は、海外からも関心が高いという。

また、大津さんは「知った者の責任として清掃や除菌・除ウイルスについての正しい知識とやり方を伝えたい」と、Facebookライブで発信し始めた。それは、以前は撮影クルーで来ていたテレビ取材が、自宅からのリモート出演に切り替わって、「自宅からでも動画で発信できるのではないかと考えたからだ」という。

今まで出張を含め対面で行っていたセミナーも、オンラインセミナーに切り替えた。台湾、中国、フィリピンをはじめ海外でのセミナーは、8,800人の参加者が集まるほどの盛況だった。



オンラインセミナーでは、海外の受講生にも講義を行っている（写真提供：大津たまみ氏）

4. 日本の中小企業のすばさを発信して

大津さんのように思いを持ってリスクを取り、経営を行っている中小企業経営者は、新型コロナウイルス感染症のもとで日々大きな決断や変革を迫られている。

最後に、大津さんから中小企業支援に取り組む中小企業診断士に向けたメッセージをいただいた。

「経営環境は刻一刻と変わり、特にコロナ禍以降は、今までのことが通用しません。とても不安定な中で、不安定な数字、不安定なメンタルと向き合うなど、これほど不安なことはありません。そのようなときにサポートしてくれる中小企業診断士は、経営者にとって、とても心強い存在です。『日本の中小企業は、どんなことがあってもすごい。踏ん張るではないか』ということを中小企業診断士の力添えをいただきながら発信していけるとよいですね」

話を聞き終えて、中小企業診断士として、自ら「感謝」、「PLAN」（決める）、「DO」（続ける）、「SEE」（振り返る）の習慣を楽しみながら実践し、不安定な環境に置かれている社会環境や経営環境の中で、今できることをゼロベースで考え、速やかに行動・発信していきたいと、私は心を新たにしました。

大津 たまみ

（おおつ たまみ）

1970年生まれ。愛知県出身。アクショングループ代表。株式会社アクションパワー取締役会長。一般社団法人生前整理普及協会代表理事。株式会社アクションラボ代表取締役。株式会社リンクリンク代表取締役。

一般社団法人日本清掃収納協会会長。「お掃除お片づけ」のプロとして、年間200本以上の講演のほかに、TV・雑誌・ラジオなども片づけや掃除法を伝授している。



藤田 有貴子

（ふじた ゆきこ）

1973年生まれ。石川県出身。2016年中小企業診断士登録。慶應義塾大学大学院経営管理研究科修了。シンクタンクやIT企業等で企画調査分析、マーケティング、中小企業診断士として補助金を活用した新規事業立ち上げや中小企業支援を経験。国家資格キャリアコンサルタント。

