

特集 本シェルジュが読む「新語」と中小企業診断士の付き合い方

## 第1章

# 「タイパ」は求めるべきか

——効率的に生きていくための時間管理, ライフハック術



村上 知也

神奈川県中小企業診断協会

毎年、流行語や新語がメディアなどで発表されます。流行語は単なる流行り言葉で、しばらくして消えてしまうものが多い一方、辞書に掲載される「新語」は、今後も定着して使われるだろう言葉であり、ある程度浸透しているといえます。

この3年あまり続いているコロナ禍で、日本にもさまざまな面で変化が起きています。常に流行を追う必要はありませんが、我々は常に新しいものには対応していく必要があるでしょう。

今回の特集では、その変化の中で登場した新しい言葉を読み解きながら、その背景を理解、把握するためのビジネス書を紹介していきます。最初の新語は「タイパ」です。

## 1. 「タイパ」とは何か

「タイパ」とは「タイムパフォーマンス」の略で、時間や成果に対する満足度のことで、一方、「コスパ」は「コストパフォーマンス」の略で、支払った費用に対する満足度のことで、以前はコスパが「高い」と言っていたのですが、最近ではタイパが「良い」、コスパが「良い」という言い方が増えています。

時間の概念と費用の概念は異なるものの、「タイパ」という言葉を初めて聞いたとき、「コスパ」と大差ない言葉だと感じました。ライフハック（生活や仕事に役立つ裏技）を駆使して、時間効率を上げて仕事をしていくこと

なのだと。たしかに、「タイパ」にはそのような意味合いもありますが、次の2冊の書籍を読んで、「タイパ」という言葉から受け取る意味合いが変わりました。

友だちの間や仕事の中で、薄く広い教養や知識を効率的に得ることを「タイパが良い」と言っているのだと。

### 映画を早送りで見るとファスト映画・ネタバレ——コンテンツ消費の現在形

稲田 豊史 著  
光文社新書



映画を鑑賞するのではなく、コンテンツとして消費する。友だちとのLINEグループで共感するために、効率よくコンテンツを摂取したい。面白くない作品を見て失敗したくないから倍速で見る。そんな人たちの考え方を紹介している。

以下、本特集執筆メンバーとの対話形式をまじえてお届けします。

村上：映画を早送りで見ますか。

酒巻：いいえ。基本的には、ゆっくり見たいから通常速度で見ます。退屈に感じたシーンを早送りすることはありますが。

村上：私は本の場合、途中で興味がなくなったら無理して最後まで読むのはやめます。

酒巻：それはあります。当然、時間がもったいないですから。

村上：タイパという言葉が新語になるくらいですから、時間効率を優先したい人が増えているということなのでしょう。

酒巻：この本によると、早送りする理由はそれだけではないのです。

村上：というと、何が理由なのでしょう。

## 2. タイパを求める理由

日本の映画の公開本数は、2010年が716本だったのが、2019年は1,278本と1.8倍近くに増加しています（なお、コロナ禍では減少）。アニメの制作本数も、2000年には年間100本程度だったものが、2016年には約350本となっています。その後、アニメの作りすぎによる低単価、ブラック労働問題により制作本数は微減したものの、2020年でも278本制作されています。

これだけ本数が増えていると、どうしても見る時間が足りなくなってしまうため、タイパを良くするために早送りで見るとでしょう。私自身も一定数のアニメを見ますが、すべてを見るわけではありません。それほど新作を追わなくてもよいため、評判の高かったアニメを後から見ること、楽しんでます。

しかし、若い世代はそうはいかないのでしょうか。「昨日の第3話、すごくなかった？」のような、最新の話題についていくためには、早いタイミングでコンテンツを「消費」する必要があります。

また、SNS普及前なら学校でそういう話をしていたものが、LINEを中心としたSNSで話が進みます。「さっきのあのシーン、すごかったね!」といった会話がLINEで出てきたときにコンテンツを見ていなければ、話から取り残され、疎外感を感じてしまうのでしょうか。

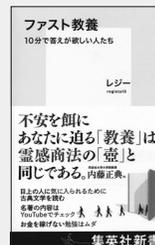
コンテンツ数の増加、共感を求められるシーンの増加が、タイパを求める理由と考えられます。

## 3. ファスト教養の時代なのか

さらにアニメや映画などのコンテンツだけでなく、幅広い知識を教養として身につけたいという人も増えています。

次に紹介する一冊は、「ファスト教養」に関するものです。

### ファスト教養 10分で答えが欲しい人たち



レジー 著  
集英社新書

ファスト教養は人生ではなく財布を豊かにする!? 皆が将来に不安を感じているため、手取り早く教養を摂取して不安を解消したい。そんなファスト教養の“毒”にかかった人々を“解毒”するためには、どうしていくべきなのか。

村上：映画などのエンタメ以外についても、効率的に摂取できるといいと思いませんか。

酒巻：そうです。最近、さまざまな分野について学ばないといけなくなって勉強する時間が足りなくて困っています。

村上：本を読むよりも、YouTubeで「まとめ動画」を見るほうが便利な面があります。

酒巻：ビジネス書まとめ動画も多いです。

村上：もっと短く、TikTok書評も人気です。10分どころか数十秒で要約を把握できてありがたいです。

酒巻：でもファスト教養を摂取していると、ちょっと不安になることはないですか。薄く広く知識がついている気がする一方で、深い知識がついているわけでもないから、これでいいのだろうか。

村上：診断士資格の特徴は、広く何でも知っていることにあるともいえますが。

酒巻：そうなのですが、とはいえ、専門分野では深い知識も持っておきたいです。

村上：いつまでたっても時間が足りなくて、タイパを求めてしまいそうです。

2018年の本シェルジュの本誌特集では、「リベラルアーツ（教養）の見つけ方」のテーマで執筆をしました。この5年あまりで教養の大切さは声高に言われてきました。その結果、教養を身につけようといった軽めの本やYouTubeチャンネルが乱立しています。私もよく見えています。短い時間でちょっとした知識が身につく、教養が身についた気がします。文字として読むより、動画はコンテンツを摂取しやすいのです。

簡単に摂取できるファスト教養は、果たして本当の教養と言えるのか。一方で、時間をかけて深い教養を身につけても、すぐには役に立たないと言う声もよく聞かれます。

**酒巻：**常に新しい何かを学ばないと、生き残れないという焦燥感を感じませんか。

**村上：**もちろん、いつも焦っています。一方で、すぐ役に立つ知識はすぐ役に立たなくなるというのも事実だったりします。

**酒巻：**本当の教養は、すぐには役に立たないものなのでしょうか。

**村上：**長い人生を生きていくうえで、教養が自分を支えてくれる基盤になってくるのではと期待はしています。

**酒巻：**タイパ優先ではなくて、時間をかけて何度も同じ本や映画を見返す時間があるのもいいとは思いませんか。ちなみに、村上さんは何度も読み返す本がありますか。

**村上：**ビジネス書ではありませんが、高校生の頃から田中芳樹さんの『銀河英雄伝説』は、外伝を含めて30巻を、何年かかけて何度も読み返しています。

**酒巻：**それで教養はつきましたか。

**村上：**どうでしょう。しかし、流行りのビジネス書を摂取して得た知識よりは、私を形作ってくれている小説だと感じます。

**酒巻：**タイパを求めてファスト教養を摂取するよりは、自分の好きなテーマを深掘りし続けるほうが効果的なのでしょうか。

**村上：**どっちでしょう。狭い範囲の好きなものだけを追っていると、世の中についてい

けないようで怖いです。適度にファスト教養も摂取したい気がします。

**酒巻：**両方のバランスが必要ですね。

私自身のことを振り返ると、30歳前後の頃が最も焦燥感にさいなまれていたと思います。このままでは、人生に成功できないのではないかと。焦りから、さまざまな勉強をして教養をつけねば、と思い、中小企業診断士の受験勉強を始めたのもこの頃でした。個人的には、診断士資格の勉強は大人のファスト教養にふさわしい内容だと思います。

しかし、実際に教養やビジネス力がついたと思うのは、たとえば、マーケティングなど特定の分野の専門書を何冊も読んだときでした。診断士資格の勉強で全体像を把握でき、そこから興味のあるテーマを深掘りできたことがよかったと感じています。ちょっとしたファスト教養で満足せずに好きな分野の勉強を続けられれば、本来のリベラルアーツにつながられると思います。

#### 4. ハックをしてタイパを良くしたい

ここまで、タイパを良くして効率的に知識や教養を身につけていくことの危うさについて述べてきました。最後にライフハック、まさにタイパを良くする人生術に関する書籍を紹介していきます。

圧倒的に自由で快適な未来が手に入る！

勝間式ネオ・ライフハック100



勝間 和代 著  
KADOKAWA

変化を先取りし対応していくための、問題解決ハック、時間管理ハック、インプット／アウトプットハック、思考法ハック、人間関係ハック、ヘルスハック等々。人生をより豊かにするためのハック集。

本書では、仕事からプライベートまで総合的なライフハックを100個紹介しています。その中で、今回のタイパというキーワードに関連する「時間管理のハック」を抽出し、私なりに解釈して**図表**にまとめてみました。

図表 快適な自由時間を作り出す時間管理ハック

時間割引率を下げる	
余裕を常に作る	予定と人間関係を断捨離 労働時間を減らす 快適な時間を残す
やらなくていいことを決める	優先順位付けを習慣化 3分以内にできることはすぐやる 仕組みを作って効率化
時間を生む3つのコツ	完璧主義にしない 移動時間を減らす 1日単位ではなく長期単位で考える

出所:勝間和代著「圧倒的に自由で快適な未来が手に入る! 勝間式ネオ・ライフハック100」KADOKAWAより筆者作成

「時間割引率」とは、現在価値計算の時間版の概念です。割引率が高いほど（時間の金利が高いほど）、欲望や本能に負けてしまい、現在の時間を使わず、つまりタスクを先送りしてしまいます。

しかし、時間割引率が低ければ、今現在をサボらず、すぐにやるべきことをやるでしょう。時間割引率を下げるには、やらなくていいことを決めて、常に余裕を作り、時間を生む3つのコツを実行し続けることがポイントです。

**酒巻:** ライフハックのネタは好きで、よく実行しています。うまくいったものもあれば、長続きしなかったものもあります。

**村上:** どんなハックがうまくいきましたか。

**酒巻:** 3分以内ではないですが、すぐやれる仕事はその場でやってしまうのが有効でした。

**村上:** 私は、労働時間を減らすのが有効だったと感じています。

**酒巻:** 働く時間を減らして仕事を回せたのですか。

**村上:** 独立から数年は昼夜問わず働いていたため、40歳を迎えると体調も悪くなってし

まいました。そこで、夜は働かないということに決めたら、結果として効率的に仕事が進みました。

**酒巻:** それは、むしろ健康ハックではないですか。

**村上:** そうなのです。勝間さんの本の中でも、健康ハックの項目のほうが共感するところが多かったです。1日1万歩歩くとか、歯の定期検診に行くとか。

**酒巻:** 健康のためにも、タイパは大事になりそうですね。

## 5. まとめ——バランスが大事

2018年の『中小企業白書』の主要テーマは、「中小企業の生産性革命」でした。企業も個人も生産性を高めることが求められています。

多くの人が常に勉強を続け、日常的にやるべきことが増えたと感じています。毎日のタスクが山積みです。

効率的に生きていくためには、タイパを良くして活動していこうと思うのは当然と言えるでしょう。私もタイパを良くしたい。一方でタイパを突き詰めていくと、どんどん自分が薄くなっていくような感覚を味わうことがあります。

コロナ禍でテキストの時代が衰退し、動画の時代に突入しました。情報発信も収集も動画で簡単にということは、今後も進んでいくことでしょう。これからもタイパを求めて、YouTubeをたくさん見るし、倍速再生もすると思います。しかし、小説も学術書もじっくり読み込んで深掘りする時間も設け、バランスを取っていきたいと思います。

### 村上 知也

(むらかみ ともや)

2008年中小企業診断士登録。NTTデータ勤務後独立し、中小企業のIT化支援に取り組んでいる。また、ビジネス書書評の本シェルジュのサイトを運営している。

<https://bookcierge.jp/>

