時間の使い方

002.ビジネスマインド

時間の使い方(効率化)

- PDCAサイクルに沿って実行
- 制限時間を設けて作業する
- 睡眠を十分に取る
- 時短への投資

PDCAサイクル

- PDCAサイクルは最も効率的な目標達成のためのプロセス
- Plan(計画)⇒Do(実行)⇒Check(評価・見直し)⇒Action(改善)

制限時間の設定

- だらだらとやると非効率
- 音楽やテレビはシャットダウン
- ストップウォッチで図りながら記事更新するのがおすすめ

睡眠は十分に取る

- ネットビジネスでは体が資本
- 睡眠不足での作業は非効率
- 睡眠以外の習慣を削るべき
- 睡眠の量を削るのであれば質を高める

補足：睡眠の質の高め方

- 寝る20分前に電気やテレビを消す
- 起きたらすぐ、太陽の光を浴びる
- 寝具の見直し

時短への投資

- 時間をお金で買う感覚
- タクシー、効率化ツール
- 時短できた時間で仕事する

  ⇒価値を生み出しお金を得られる
- 時短できた時間で自己投資する

  ⇒知識スキルが上がる＝生み出す価値が大きくなる

お疲れ様でした

- 感想や質問、相談は常に受け付けております。気軽にご相談ください
- Mail:keishidb@gmail.com
- Skype:keishi975
- サイトURL：http://keishixx.com/