

本業×副業を両立するコツ7選

Copyrights (C) 2019 Higashimura Hirokazu. All Rights Reserved

本 PDF 版は、著作権法で保護されている著作物です。本教材の使用に関しましては、以下の点にご注意ください。

- 本冊子は著作権法で保護されている著作物です。
- 本レポートの著作権は東村 弘和にあります。
- 東村 弘和の書面による事前許可無く、本レポートの一部または全部をあらゆるデータ蓄積手段(印刷物、電子ファイルなど)により、複製、流用および転売(オークション含む)することを禁じます。

発行人: 東村 弘和(itsumonanakorobiyaoki@gmail.com)

副業をするサラリーマンの皆様にとって、
最大の悩みはこれですよね！！

「時間がない」

だからといって簡単に休めるわけでもないですし、
悩みは尽きませんよね^^;

僕も最初は全く時間を作れなくて悶々としていました。

- ・本業の仕事だけで疲れ果てる
- ・土日のどちらかは寝る日
- ・朝はギリギリまで寝ていたい
- ・夜は残業ばかりになってしまう
- ・つい漫画やyoutubeに逃避してしまう

etc

こんなダメダメっぷりでしたw
これでは副業どころか、本業すらちゃんとできているか怪しいものでした。

副業を機に生活を改めよう！と反省したところ、
はじめは1つの副業をこなすだけで精一杯。

でも、忍者が高跳びのハードルを少しずつ上げていくように、
徐々に自分なりのノウハウを身に付けていき、

今では1日に**本業+副業×3**を同時にこなせる様になりました。

そこまでの道のりで培った、本業×副業の両立ノウハウを公開します！

1：【副業で行う仕事を、パーツに分けて生活の中に組み込む】

会社では、利益を得るまでに通過する全ての業務を分担して行いますよね。

例えばメーカーなら「マーケティング」「開発」「工場」「営業」といったように。工場の中でも、原材料→加工→パッケージング→検査→箱詰め→出荷とセグメント化されています。

作業を分担する最大のメリットは「最適化」と「効率化」です。

パーツに分けることで、改善点が見えやすくなったり、締切がはっきりして作業スピードがアップします。

では、副業の場合はどうでしょうか。
もし、ダラダラやっちゃっているなあ…と感じることがあったなら、その原因の1つは、**パーツに切り分ける作業**ができていないからかもしれません。
試しにパーツ分けしてみると楽になりますよ♪

例えば、
ブログならこのような工程があります。
「ネタリサーチ」→「ライバルチェック」→「記事書き」→「投稿&googleインデックス」

これらにかかる時間を把握します。

- ・ネタリサーチ：10分
- ・ライバルチェック：10分
- ・記事タイトル・見出し決定：5分
- ・記事書き：30分
- ・投稿&googleインデックス：5分

計65分。

これらのパーツを一連の塊としか見ていないと、65分も時間取れる時ない！

となってしまうです。

しかしパーツにかかる時間が分かっていたら、

通勤30分間に記事書ける！

トイレのついでに記事タイトル考えられる！

などスキマ時間を活用できます。

しかも締め切り時間がはっきりしているので、ダラダラすることがありません。

通勤時間は日々の変化はないですね。

時間内に終わらせる！！なんてゲームのように取り組むのも面白いです。

無理やり時間を作るより、

スキマ時間をいかに効率よく使うか！？

と考えるのが本業と両立するコツです。



2：【早起き】

トレンドブログにおいて、
朝の時間は重要です。

1番ニュース報道が動く時間なので、
ここを抑えておけるかはかなり重要。

何時に起きればいいのか？
という点については、僕は5時くらいに起きていました。

単純に、朝のニュースで一番早いのが5時ごろであるためです。

早起きが苦手な方、
まずは**3日目**まで続けてみてください。
一番大きな壁です、ここを乗り越れば大丈夫。

次に**9日目**まで続けてみてください。
自然に起きれるようになってきます。

頑張って**21日目**まで続けてみてください。
習慣になっています。



3：【定時終了から考える】

「残業」

なんだかんだ、副業の時間が無くなる理由というのは、ほぼこれのせい。

僕は会社員若手の頃は残業体質でした。

それに反して、僕の直属の上司になった方は必ず定時に帰る人でした。

その上司は、趣味や家族との時間のために早く帰る方でした。

上司に尋ねました。

「どうやったら残業せずに済むよう仕事できるのでしょうか？」

上司はケラケラ笑いながら、

「**ゴールから逆算**しているだけだよ」

なるほど。さらに質問します。

「いつから逆算しているんですか？」

「**1日の始まりから！**」

この言葉は今でも強く心に残っています。

手を付ける前に、1日の終わりからやることを逆算する。

とりあえず手をつけちゃうことって多いですが、
まずは立ち止まって5分だけでも考えてみましょう。



4：【人に言わない】

本業と副業を両立するコツとしましては、

「人に言わないこと」

ほんっつとに、これに尽きます！！！！



特に、成果が出始めたときは要注意です。

実際にお金が振り込まれると言いたくなりますよね。

それをポロっとランチや飲み会などで同僚にしゃべったりすると、

一瞬で広まってしまいます。

下手したら大炎上！！

…ちょっと大げさでしょうか？

でもこれは本当なんです。

僕は最初つい言ってしまったのですが、

翌日に同期と近い先輩後輩の全員に知れ渡っていました。

これ、めちゃくちゃ恐怖です！

急いで火消しに走りました(笑)

この時を思い出すと、今でもゾッとします。

その後は一切しゃべらないようにしており、

ここ3年は一度もバレずに済んでいます。

「稼げたこと言いたい〜!!!」

この気持ちをグッと抑えてくださいね！

特に、同期・後輩との飲み会は要注意です！

つつい自分を強く見せたくなくなってしまうことありませんか？

そこはグッとこらえていきましょう！

5：【カフェを本業の職場と思い込む】

例えば副業に集中できないというお悩み。
継続できないというお悩み。

あると思います。

解決する考え方はこれだと思います。
本業と同じクオリティで！

本業の仕事について、
どれだけ大変でも「気分で乗らないから…」みたいな理由で、
本業を辞めてしまう人は少ないと思います。

収入が途絶えてしまうので簡単に辞めるわけにはいきませんよね。
大変でもなんだかんだ、
時には昼ごはんも食べずとも頑張り切れたりするものです。

...

では、副業はどうでしょうか？
ダメだと思いつつも、

ついマンガを読んでしまったり、
テレビをつけてしまったりするでしょう。

もう無理だ~!!!\(^o^;)/
となって辞めてしまう場合もあるかと思います。

それではなかなか成果も上がり辛いですね。

僕は家で作業すると全くはかどらないタイプです。
バックミュージックに…とTVをつけたりしようものなら、
数分後にはテレビにクギ付けです（笑）

…これではいかん！！

と思って始めた対策がこれです。

「外のカフェで行う」

ただ外で行うだけでなく、このように考えます。

「カフェを”会社”と思い込む」

「カフェにいるお客さんは”同僚”」

スタバでも同じようにパソコンカタカタしている人多いですしね。

なるべく静かなカフェに行くとそんなモードに入りやすいと思います。

これ結構効きます！！

本業以外で仕事なんて・・・
と思われるかもしれませんが、
ぜひ一度お試しください。

3～4時間も集中して仕事できたりします。
効率はすごくよくなります！

6：【出張時こそ本領発揮】

出張の多い方こそ、ブログビジネスの実力発揮です。

PCやケータイさえあれば、作業場所を選ばないからです。

これは、**あちこちと仕事で行くような人にとっては最強のビジネス**だと思います。

一方で、
対面式の仕事や、
在庫を扱う仕事ですと出張中に活動するのは難しいですね。

出張先の場所に変わり、
リフレッシュした気持ちで記事を書けるためか、
不思議とすんなり大量アクセスをゲットできる記事が書けたり
します。

誘惑されるものも身の回りにはないので
集中もできますね！

僕の場合、
繁忙期に、ひと月ほど出張することがあります。

出張先での業務準備や上司報告などを終えて、
美味しいご当地モノを一通り味わったら（笑）、
ホテルや現地のカフェでブログ記事を書いていました。

知らない土地は新鮮な気持ちになれます。
すると、ニュースを俯瞰的に見えるような気がして、
いい記事が書けるとおもいます。

遠出されるときは、ぜひお試しを！



7：【怒りの感情は出し入れできる】

感情的になっているな～
と思ったときは、この言葉を思い出してください。

「“怒り”の感情は出し入れできる」

会社で働いていると、様々な人と関わることになります。
相性がいい人もいれば、当然悪い人もいます。

年齢・役職・能力・給与…
などなど、比較される項目が多だけに、
それによるストレスも多いものです。

サラリーマン社会は人的ストレスの吹き溜まり。
めちゃくちゃムカつくことも多々あります。

ただ、どれだけイラっとしても、
つい飲み過ぎてしまったり、
ヤケになってしまったりは、
アフターファイブの貴重なビジネスタイムがもったいない。

そこで、
イラっとするとき僕が意識することは、
このように自分に言い聞かせます。

「怒りの感情は出し入れできるもの」

そう考えるようになったのはある昔の出来事から。



小学校の時、宿題せずに遊んで母親から怒られたことってないでしょうか？

結構ガチで怒られて、

「早くやりなさい！」なんて小言を言われている最中に…電話が鳴りました。

電話をとる母親。

「もしもし〜♪」

えっ！？まるで別人…明らかに声高く話す母親。

この時、

「怒りの感情は出し入れできるもの」と納得しました（笑）

会社でムカッとすることがあった時、ぜひ思い出してみてください。

出し入れできるなら感情に振り回されるだけ損だな（笑）

と客観的になれて、

貴重なビジネスの時間も確保できます。