

## 飯島賢二の『恐縮ですが...一言コラム』

### 第 449 回 一番多忙な人間が、一番多くの時間をもつ

2011.12.4

毎日「時間」と格闘している。

行列ができる我オフィスの執務室では、考えることも作業することもできない。

人と会うこと、人とコミュニケーションすることが僕の仕事と思えばこそ、また、いそいそと出かけてしまう。何をすることも十分な時間は見つからない。

だから、時間が欲しければ自分で作るしかないと思っている。

でも、時間は1日24時間しかない。これは量的にはなんびとにも平等であり、しかし、質的には不平等だ。結局、時間との格闘を繰り返す羽目になる。

時間の使い方の最も下手なものが、まずその短さについて苦情をいう。

そんな習性を知っているから、見栄っ張りの僕にとって、どうしても「時間」との格闘が止まらない。こんな状態を自分で「時間繰り」と言ったりしている。

決して天才でも秀才でもない還暦を過ぎたおじさんは、今でも、2時間の講演をするにその3倍の準備をしなければ用を成さない。

この6時間の時間をどうつくるか...ここから作戦が始まる。

普段、何となく費消してしまっている「時間」、

チョイト皮肉れた試算をしてみると、こんなことになる。

例えばテレビの視聴時間である。

日本人の平日1日のテレビ視聴時間、平均して3時間30分くらいと言う統計がある。土日はもっと増えて、平均4時間超となるようである(NHK調べ)。

ちょっと少なめに平日2時間、週末の土日は4時間とすれば...1年は52週であり、平日が週に5日、土日が週に2日... $(2時間 \times 5日 \times 52週) + (4時間 \times 2日 \times 52週) = 520時間 + 416時間 = 936時間$ 。936時間を、日数に換算すると... $936時間 \div 24(1日の時間の長さ) = 39日$ 。平均的にテレビを見る人は、1年のうち、1ヶ月以上もの時間を、テレビを見て過ごしていることになる。テレビがない時代の人から見れば、今の日本人は1年11ヶ月しかないということになるだろうが、なるほど忙しいわけだ。

睡眠時間を約7時間として、起きている時間で換算すると... $936時間 \div 17(起きている時間) = 約55日$ 。1年の起きている時間のうち、約2ヶ月弱もの時間を、テレビを見ることに使っていることになる。年間の視聴時間に換算すると、おそろしいほどの時間を「テレビを見ること」に使っているという事実が、浮かび上がる。

2ヶ月あれば、何ができただろうか？ これはもう、もったいない時間かもしれない。

テレビをダラダラ見ない。視聴時間を減らすことによって、無駄っぽくテレビを見る人よりは、数分から数時間「使える時間」ができる事、間違いないようである。

「時間繰り」のポイントは、締め切りのない仕事であっても、自分で時間の締め切りを作るようにすることだと思う。の仕事は、時間以内、時分までに終わらせる、と言うミッションを自分に科すことである。ミッションだから時間を作るしかない。

そんなことを念頭に毎日行動している人、

突き詰めれば、一番多忙な人間が、一番多くの時間をもつことになるようである。