

「タイパ重視」を習慣化するZ世代、障がい者雇用担当者・当事者に伝えたい！ 新卒入社2年目で車椅子生活となったハンデを克服、“究極の時短 × 省力化”を実践しやりがいを発見 結果を残し課長へ昇進、退社後独立起業し、『いつも仕事が速い人が大切にしていること』を出版

結果を残し続け“車いす課長”となったバリアフリースタイル 代表 白倉栄一（本社：茨城県守谷市）は、『いつも仕事が速い人が大切にしていること』（KKロングセラーズ 著者：バリアフリースタイル 代表：白倉栄一）を、2024年4月30日（火）に出版いたしました。

著者は、入社2年目の24歳のとき、交通事故に遭い、一生車椅子生活となりました。両親や友人、そして医療スタッフ、同僚のおかげで、約1年3か月の必死のリハビリの末、職場に復帰することができました。

復帰はできたものの、健常者ではなく車いすユーザーである私。ステップアップしたいと思っても、まわりの人と同じようなことができないのでは？と軽い絶望を覚えました。

そういった状況の中で、健常者の方々と同じか、それ以上のパフォーマンスを発揮させていくにはどうしたらいいのか、ひたすら考え抜いた結果、「効率化」「省力化」の方法を見出し健常者と同じようにキャリアを積むことができるようになりました。

近年、入社3年目までのZ世代の早期離職が課題となっており、離職率が3割を越え（32.3%）となっています。更に、退職を考えたことがある社員まで含めると、約6割（58.8%）という結果が出ております。

退職理由としてもっとも多く挙げられた理由のトップ3は、
「仕事にやりがい・意義を感じない」（27.0%）
「給与水準が満足できない」（19.0%）
「自分のやりたい仕事ができない」（12.8%）
となっております。

この結果から、若手人材の多くが、就職するにあたって“働くことにやりがい”を求め、自己実現することを重視していることが伺えます。

やりがいを見出せない入社3年目のZ世代に対し、「楽しみながら“時短化”“省力化”に取り組んでいくことでキャリアは拓ける」ことを、著者の原体験で得たノウハウを通じて広く伝えていきたいと考えております。

また、障害者を雇用する会社経営者、人事担当者に向けて「障がい者のキャリアアップ事例」として認知いただき、バリアフリーな職場の環境づくりを推進して参ります。

“タイパ重視”のZ世代に送る“時短化”と“省力化”の事例

【時短化】

小さいことでも他の人より抜きん出たことができると
グッと仕事が面白くなりました！

- ・参加者は自分だけのゲームを勝手に作ってしまう
- ・時計などを使ってタイムアタックをするゲームを作る
- ・つまらない仕事をワクワクに変える方法を考える

【省力化】

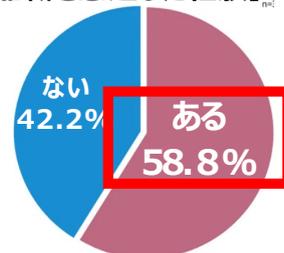
車椅子となったからこそ気づく組織のムダ・面倒くささ。
上司を説得し改善した事例をご紹介します！

- ・仕事をしていて、ムダ・面倒くさいと感じるものを洗い出す
- ・改善することで得られる効果を計算して見える化する
- ・楽しめる改善にしていけば職場全体が活気づく



▲著者：バリアフリースタイル 白倉栄一

【入社3年以内： 離職を想起した経験】



▲【報道発表資料】
「新人・若手の早期離職に関する実態調査」
株式会社リクルートマネジメントソリューションズ
2023年11月8日より



▲イオンテール株式会社時代、
時短や省力化に取り組んでいた頃の写真

【著者：白倉栄一のストーリー】

1995年入社後、バイヤーを目指し、イオンリテール株式会社（旧：ジャスコ株式会社）に入社。入社2年目に交通事故に遭い、車椅子生活となりました。復職後、車椅子でのキャリアアップの難しさに絶望するも、当時の上司の「打つ手は無限」という助言や、両親の「未来は誰もわからない」という言葉をきっかけに、新しいキャリアを見出し、「時短化」「省力化」に取り組みました。

その結果、イオンリテール株式会社の店舗人事総務課長へ昇進しました。車椅子課長として、ハンディキャップを持ちながらも、従業員のモチベーションアップに力を注ぎ、2013年には当時勤務していたイオン取手店は、顧客満足度調査 全国449店舗中第1位店舗として表彰されました。（イオン取手店は2015年9月に閉店）

“ハンディキャップ”を背負ったからこそ、考えに考え抜いて編み出した“究極の時短×省力の働き方”を見出しました。半生を顧みて自分の行ってきたことを整理した結果、ハンディにより究極まで考え抜いた、この働き方はハンディキャップのあるなしに関わらず、ビジネスパーソン誰しにも有効であり、また挫折、絶望した人が立ち直るきっかけとなるのではないかと思います、出版に至りました。



▲HP
バリアフリースタイル



▲Youtube
バリアフリースタイルTV



▲X
白倉栄一 |
バリアフリーアドバイザー



【本書の構成】

▶ 第1章 今までのうまくいかなかったことはもう考えない！

- 01 悩んだら原点を振り返ってみる
- 02 できること・得意なことを強みにする
- 03 効率アップに欠かせない「不得意なことへの対策
- 04 優先順位を見誤らないことが時短につながる
- 05 3+1の仕事の検証で仕事がかかり速くなる！
- 06 準備やルーティンで仕事の質が変わる！

▶ 第2章 時短化に欠かせない!?「印象力」を身につける

- 01 印象力で時短化・省力化が見込める理由
- 02 あなたの印象を真っ先に変える「挨拶」の身につけ方
- 03 あなたをすごく感じのいい人に変える「笑顔」の身につけ方
- 04 あなたを大きく飛躍させる「発声」の身につけ方
- 05 厳しい環境でもポーカーフェイスで乗り切ろう
- 06 すぐに謝れる人になるだけで印象は変わる

▶ 第3章 「効率化」「省力化」でライバルに圧倒的な差をつけよう！

- 01 手帳に書く2つのメリット
- 02 手帳を使いこなすためのテクニック
- 03 超高速で書き上げるためのライティングテクニック
- 04 ムダに気づいて「こうしたほうがラク」を見つけよう
- 05 キーボードを速く打てるだけで効率が上がる
- 06 どんな仕事でもスピードアップするたった1つのコツ
- 07 身の回りで不具合となるものを徹底的に取り除こう
- 08 書類は捨てるルールを作ろう
- 09 パソコンのファイルも整理整頓を試みよう

▶ 第4章 人に仕事を任せると喜ばれる方法を身につける

- 01 仕事を抱えすぎていませんか？
- 02 自分の苦手な仕事を部下・後輩にお願いする方法
- 03 教え方が上手な人だと思われることで信頼度をアップさせる
- 04 「先回り思考」で仕事が速くなる
- 05 どんな人に対しても平等な目線で優しく接していこう
- 06 困っている人を助けてあげて頼られる存在になろう

▶ 第5章 上司を味方にすれば仕事が速くなる

- 01 あなたの上司に対するスタンスを変えてみる
- 02 評価を上げるためにこれだけはやっておきたいこと
- 03 相手の喜ぶことに目線を変えて行動してみる
- 04 上司の上の人の価値観を知っておく
- 05 上司の感情をコントロールする「根回し」のコツ
- 06 仕事納期をきっちり守って上司の期待を超えるコツ
- 07 上司のサポーターになろう
- 08 上司の得意分野の関わり方を考えてみる
- 09 「できる人」と思われるための話し方のコツ

▶ 第6章 ピンチなときこそ「考え方」が一番重要になる！

- 01 目立たない部署でもやれる戦略はきっとある
- 02 嫌だと思ふ仕事でも発想を変えると成果が出る
- 03 働きやすい環境になるためにやっておきたいこと
- 04 一生懸命やっていたら必ず味方はいる



▲本の紹介動画

本件に関するお問い合わせ先

バリアフリースタイル PR事務局：幕張PLAY株式会社 Local Accelerator 1 内
広報・PR室：秋山菜摘 / 石井貴美子
携帯：080-5448-8056 Mail:pr-shirakura@makuhari-play.jp

