

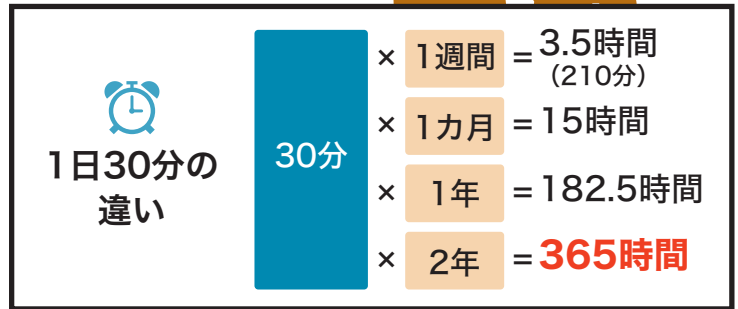
1日24時間という時間は
全ての人に平等に与えられた時間です。
だからこそ、その限られた時間を
有意義なものにするために
手帳を活用しましょう。

時間の大切さと 優先順位のつけ方



たった30分、されど30分。

なんとなくスマートフォンを見ていて30分経っていたといった経験はありませんか。たった30分でも1年間毎日積み重ねると182.5時間、2年で365時間になります。勉強においても部活動においても、プライベートにおいても時間を意識し、大切に使いましょう。

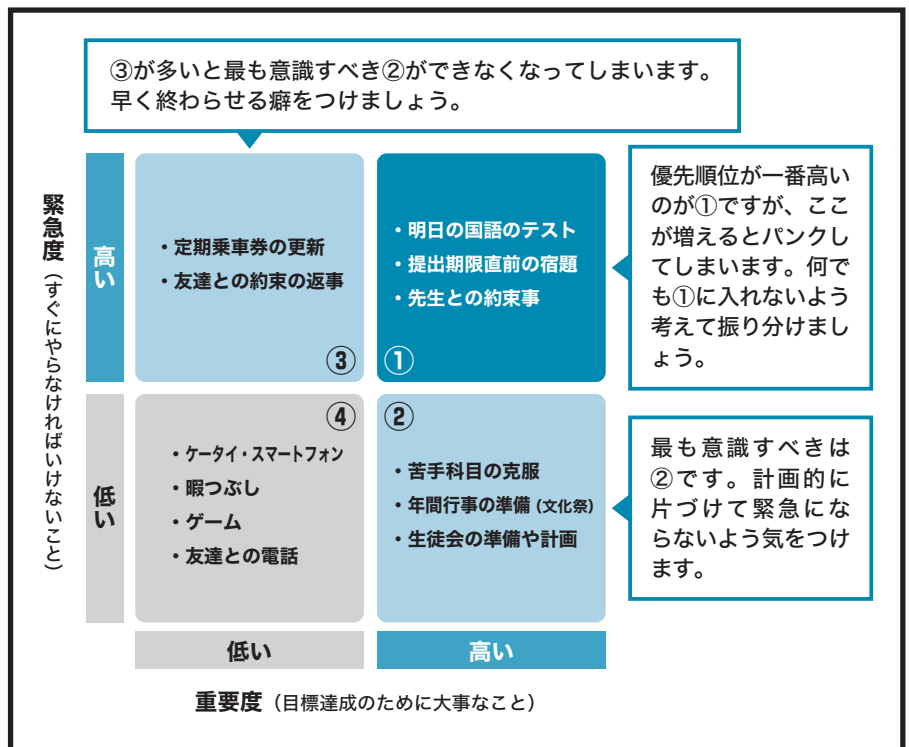


優先順位のつけ方をマスターして上手に時間を使おう！

「やらなきゃいけないことが多すぎて、何から手をつけていいかわからない」「手帳なんて書いている暇はない」と思っていないですか。

実はそのように忙しい時こそ、手帳が活躍するのです。手帳にやるべきことを書き出し、整理し、計画することで無計画に手をつけるより効率的に進めることができます。

その上で、今回は優先順位のつけ方のポイントをお教えします。優先順位をつける上で大切になるのが「重要度」と「緊急度」です。マトリクスを使ってやるべきこと、やりたいことを振り分けてみましょう。「緊急度」が高いものをつい優先してしまいますが、大事なのは「重要度」は高いけど「緊急度」が低いものです。たとえば苦手科目の克服や進路を考えるなど、後回しにならないように意識してみましょう。



📷 活用方法の参考はこちら 📱



NOLTY スコラ
公式インスタグラム
https://www.instagram.com/nolty_schola_official/