



◆vol. 174

## 『すべては言葉からはじまる』

規格外(著) 実業之日本社(2026年2月)



2026. 4  
中村淳税理士事務所

リーダーがどんな言葉を使い、どう伝えるかによって、組織の空気が決まっていきます。  
AI時代にこそ必要な言語化力を学べる内容です。

### 【感想】

言葉で人生やビジネスを切り拓き、20年以上、億単位の営業利益を出してきた著者が「言葉の力」について語った一冊。

本書における重要なキーワードは「意思決定の基準」ですが、改めて感じたのは、「言葉が思考と行動と習慣をつくる」ということです。経験から学んだことを「抽象化⇒言語化⇒定着化」することで、質の高い判断や行動が生まれると語られています。

「経営計画書」は、まさにこれに通じるものです。創業から今に至るまでの経験を、理念・ビジョン・戦略・個別方針などに言葉として整理して、繰り返し共有しています。結果的に、社員の当たり前の基準が引きあがっていきます。また、言語化していることで、流されやすい自分を律してくれて、行動の一貫性を維持できるようになります。

皆さんの会社の中では、どのような言葉や思考が飛び交っていますでしょうか？

本書では、「脳内で回している上位10語が思考の枠組みを作り、選ぶ行動を決めていく」とあり、成長や成果につながるフレーズが溢れています。著者はX(旧 Twitter)のフォロワーが7.6万人で、日々、役立つ言葉を発信しているので、あわせて読むと学びが深くなります。

### 【以下引用】

・脳は繰り返されたものしか「本気」と認識しない。一度だけの決意や、一晩のやる気で脳は動かないし、そうすればもちろん体も動かない。良い習慣を定着させるには、脳が「仕方ないな、そろそろ従ってやるか」と観念するまで、しつこく言葉を重ねる必要があるのである。

・言葉の限界が思考の限界を決める

「人生の3分の2が終わった」と言葉にすると、きっと無意識のうちにこう思うだろう。「俺の人生、あと3分の1しかない(ここから何をやったところで大したことはできない)」

・日々の行動を振り返り、学んだことを

- 1 シンプルなルールにまとめ(抽象化)
- 2 質の高い判断基準として言葉にし(言語化)
- 3 繰り返し使うことで身につける(定着化)

・人間には可処分注意力、可処分時間、可処分所得という有限の資源があるが、誰もがこの三つを優先順位の高いものから順番に配分して生きている。

ビジネスとは、まさに比例代表制に似ている。顧客の頭の中にある優先順位リストで上位に入れば、議席(購入)は確定する。

皆さんの会社でも大切な言葉を行動指針に記して、繰り返しの仕組み(例:朝礼・朝掃除など)を実践してみてはいかがでしょうか。

book review