

# 「制約」を使って最短で答えを出す！ 絞り込み思考

2025年  
1月28日発行

株式会社あさ出版(代表取締役:田賀井弘毅、所在地:東京都豊島区)は山岡俊樹著『「制約」を使って最短で答えを出す！ 絞り込み思考』を2025年1月28日(火)に刊行いたしました。

「制約」に沿って絞り込めば無駄なく最適解を導ける

「絞り込み思考」とは、無限にある情報の中から「制約」というフィルターを通して必要な情報を絞り込んでいき、テーマや問題の答えを最短かつ効率的に導き出す思考法です。

情報があふれる現代では、無限にある情報の中から本当に必要なものを選び出すのは簡単ではありません。そこで本書では、「絞り込み思考」を使って、情報を的確に絞り込み、複雑な問題でも最速で最良の結果にたどり着く方法を伝えます。

## タイトル:「制約」を使って最短で答えを出す！ 絞り込み思考

著者:山岡俊樹

ページ数:196ページ ISBN:978-4-86667-715-6

価格:1,650円(10%税込) 発行日:2025年1月28日

### 【目次】

- 1章 なぜ、絞り込み思考が必要なのか
  - 2章 無限にある情報を絞り込む方法
  - 3章 もっと絞り込み思考を身につける
  - 4章 絞り込み思考をさまざまなシーンで活用する
  - 5章 絞り込みの別の活用法
- <付録> 体験・知識環(300項目)



### 【プロフィール】



やまおか・としき  
山岡 俊樹

和歌山大学名誉教授/元京都女子大学教授/感性工学会・ヒューマンデザインテクノロジー研究部会部会長/人間中心設計推進機構(HCD-Net)・監事/HALデザイン研究所・顧問/認定人間工学専門家/学術博士

神奈川県横浜市出身。1971年、千葉大学工学部工業意匠学科卒。同年、東京芝浦電気(現東芝)に入社。1991年、千葉大学自然科学研究科博士課程修了。1995年以降、東芝デザインセンター担当部長他、東芝情報・通信システム研究所ヒューマンインタフェース技術研究センター研究主幹を兼務。1998年、和歌山大学システム工学部デザイン情報学科教授、2014年、京都女子大学家政学部生活造形学科教授。デザインと応用人間工学を中核にしたデザイン人間工学を提唱し、新しいモノ・コト・システムづくりを提案。

著書に、『Human Factors and Ergonomics in Consumer Product Design: Methods and Techniques』(分担執筆/CRC Press, USA)、『デザイン人間工学』(共立出版)、『デザイン人間工学の基本』(編著/武蔵野美術大学出版局)、『デザイン3.0の教科書』(海文堂出版)、『サービスデザインでビジネスを作る』(技報堂出版)、『サービスデザインの発想法』(編著/オーム社)など多数。株式会社オーグス総研のサイトにて行動観察コラムを執筆中。

絞り込み思考は、「目的」「構造化コンセプト」「可視化」「評価」の4つの「制約」の順番に沿って行います。

①「目的」に沿って絞り込みを行う

目的とは、大まかな方針です。テーマや問題がシンプルであれば、目的のみで結論を出すことができます。

②「構造化コンセプト」をつくる

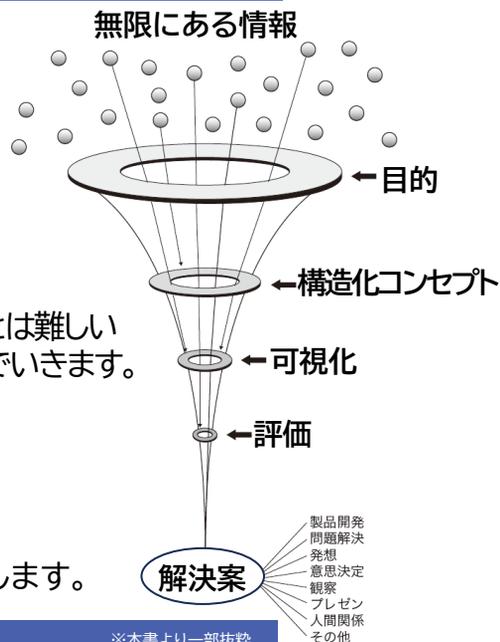
テーマや問題が複雑な場合は目的という制約のみで答えを導き出すことは難しいため、より詳しい制約となる構造化コンセプトをつくり、さらに絞り込んでいきます。

③「可視化」した案をつくる

実際に、解決案を目に見える形に落とし込んでみます。

④「評価」する

可視化した案が構造化コンセプトに適合しているかどうかを確認します。



「構造化コンセプト」とは何か

※本書より一部抜粋

「構造化コンセプト」とは、目的から絞り込まれた具体的な方を明らかにした体系図です。製品の開発やデザインの作成時などに、コンセプトをつくることは多いでしょう。しかし、従来のコンセプトは箇条書き程度で済み、その中でどの項目が重要かは明確にはわかりません。

一方で、絞り込み思考における構造化コンセプトは、**目的をもとに、三階層程度に階層化し、二階層目の項目にウエイト値(重要度)をパーセントでつけ、合計100%になるように調整します。**

このウエイト値に対応して、コストや労力の配分をします。重要な項目は大きなウエイトにすることにより、ウエイト値の高い項目を優先させて実現を目指すことができます。

絞り込み思考をビジネスで活用する 例:名刺のデザインの場合

※本書より一部抜粋

