

# 時間管理マトリックス

**緊急**

**緊急でない**

**重要**

**第一領域**

- 締め切りのある仕事
- クレーム処理
- せっぱつまった問題
- 病気や事故
- 危機や災害

**第二領域**

- 人間関係づくり
- 健康維持
- 準備や計画
- リーダーシップ
- 真のレクリエーション
- 勉強や自己啓発
- 品質の改善
- エンパワーメント

**重要でない**

**第三領域**

- 突然の訪問
- 多くの電話
- 多くの会議や報告書
- 無意味な接待や付き合い
- 雑事

**第四領域**

- 暇つぶし
- 単なる遊び
- だらだら電話
- 待ち時間
- 多くのテレビ
- その他の意味のない活動