

TOP ▶ 仕事のスキル ▶ 7つの仕事術

コピー1枚とれなかった
ぼくの評価を
1年で激変させた

7つの仕事術 Shin

【第8回】 2017年7月26日

▶ バックナンバー

▶ 著者・コラム紹介

Shin



B!



生産性が上がる「エクセルショートカット」、あなたはいくつ使えている？

1 | 2 | ▶

外資系コンサルティングファームのマネジャーであり、月間20万PV超のビジネスブログ「Outward Matrix」の運営者でもある20代の若手コンサルタントShin氏の処女作『コピー1枚すらとれなかったぼくの評価を1年で激変させた 7つの仕事術』が発売となる。本書のタイトルにあるように、もともとド落ちこぼれだったShin氏（落ちこぼれ時代のエピソードは、[連載第1回](#)をご参考ください）。彼はいたいどうやって、たった1年で外資系コンサルティングファームのマネジャーにまで上り詰めたのか――。急成長を遂げる過程で、考えたこと、学んだこと、そして実践してきたノウハウについて、Shin氏に教えていただいた。

絶対に覚えておきたいエクセルのショートカットキー

社会人になってエクセルを使用する機会が増えた人も多いでしょう。ぼくも仕事柄、かなりエクセルを使います。このとき、ショートカットキーを知っているかどうかで、その生産性が劇的に違ってきます。

エクセルのショートカットキーは、大きく分けると実は2種類しかありません（Windowsの場合）。それが俗に言う「Ctrl系ショートカット」と「Alt系ショートカット」です。この2種類のショートカットを使いこなせると、仕事のスピードが圧倒的に速くなります。

まず必ず押さえておきたいのが、「Ctrl系ショートカット」です。これらを完璧に使えるようになると、エクセルの作業スピードは段違いに変わってきます。下記が、使用頻度が高く、覚えておきたいものです。

使える「Ctrl系ショートカット」		
Ctrl	+	C コピー
Ctrl	+	X 切り取り
Ctrl	+	V 貼り付け
Ctrl	+	I 書式設定画面表示
Ctrl	+	A 対象範囲全選択
Ctrl	+	B 対象文字の太字化
Ctrl	+	U 対象文字に下線追加
Ctrl	+	I 対象文字の斜字化
Ctrl	+	F 検索画面表示
Ctrl	+	H 置換画面表示
Ctrl	+	S ファイル保存
Ctrl	+	Z 直前の作業取り消し
Ctrl	+	Y 直前の作業繰り返し
Ctrl	+	; / 当日の日付入力
Ctrl	+	Pageup 左のシートに移動
Ctrl	+	Pagedown 右のシートに移動
Ctrl	+	↑ 対象データが入っている一番上のセルまで移動
Ctrl	+	↓ 対象データが入っている一番下のセルまで移動

「Ctrl系ショートカット」を覚えたら、次は「Alt系ショートカット」を使ってみましょう。これを使えるようになれば、エクセルの操作スピードは倍以上に上がります。知らない人を見ると、「え、いま何やったの？」と手品師のような扱いを受けることもあるでしょう。



著者セミナー

ダイアモンド社

最新情報、過去開催実績はこちら ▶▶▶

アクセスランキング

- 老後のお金クライシス！ 深田晶恵
クレジットカードの使い方でわかる「金持ち予備軍・貧乏予備軍」
- 『週刊ダイヤモンド』特別レポート
全国「水道危険度」ランキング・ワースト1219！あなたの街は大丈夫？
- inside Enterprise
銀行界騒然！金融庁課長「わずか1日で異動」の異例人事
- DOL特別レポート
電通違法残業が正式裁判に、「ブラック企業は刑事法廷」の時代
- トンデモ人事部が会社を壊す
「富山からは採用しない」不二越・本間会長の発言は正論だ

» もっと見る

会話もメールも 英語は3語で伝わります 中山裕木子 著
まんがでわかる 伝え方が9割 佐々木圭一 著/星井博文 シナリオ/大舞キリコ 作画
幸福の「資本」論 橋玲 著
脳疲労が消える 最高の休息法【CDブック】 久賀谷亮 著
小さな習慣 スティーヴン・ガイズ 著/田口未和 訳
英語で一流を育てる 廣津留真理 著
嫌われる勇氣 岸見一郎 著/古賀史健 著
落合博満 アドバイス 落合博満 著
新・独学術 侍留啓介 著
いまの科学で「絶対にいい！」と断言できる 最高の子育てベスト55 トレーシー・カチロー 著/鹿田昌美 訳
(POSデータ調べ、7/2～7/8)

使える「Alt系ショートカット」			
Alt	→	H	→ H セルの塗りつぶし
Alt	→	H	→ F → C 文字の色変更
Alt	→	H	→ F → F 文字フォント変更
Alt	→	H	→ F → S 文字サイズ変更
Alt	→	H	→ V → S 特殊貼り付け画面表示
Alt	→	H	→ B → A 枠線追加
Alt	→	H	→ B → N 枠線削除
Alt	→	H	→ B → T 太枠線追加
Alt	→	H	→ A → L 文字左寄せ
Alt	→	H	→ A → C 文字中央寄せ
Alt	→	H	→ A → R 文字右寄せ
Alt	→	H	→ W 文字折り返し有効化
Alt	→	H	→ M → C セル結合有効化
Alt	→	H	→ A → T 文字上揃え
Alt	→	H	→ A → M 文字中央揃え
Alt	→	H	→ A → B 文字下揃え
Alt	→	H	→ S → F フィルタ追加
Alt	→	H	→ D → D 対象セル削除
Alt	→	H	→ I → R 行追加
Alt	→	H	→ I → C 列追加



ちなみに、Alt系ショートカットは順番に押して使います。イメージとしては、格闘ゲームのコマンド入力です。Ctrl系ショートカットのように、押しっぱなしにする必要はありません。

「Alt系ショートカットは複雑で多いし、とても覚えきれない……」と思うかもしれませんが、その感覚は正しいです。ぼくも実は、すべてを頭で覚えてはいません。Alt系ショートカットは暗記しなくてもいいのです。実は、Alt系ショートカットはとてもシンプル。「Altキーを押して、その後に表示されるアルファベットおよび数字を押すことによって、爆発的なスピードでエクセル作業ができる」というショートカットなのです。

実際にエクセルでAltキーを押してみてください。すると、画面上にアルファベットや数字が出てきます。ここで使いたい機能に対応するアルファベットや数字を押すだけで、そのメニューに直接飛ぶことができるのです。試しに「Alt→H→H」と押してみましょう。これだけで、サッと塗りつぶし作業ができます。

複雑なAlt系ショートカットでも頻繁に使うものはいつのまにか身体が覚えていきます。これらが身につけば、爆発的な速さでエクセルを動かせるようになるでしょう。

[次のページ>> 「7つの仕事術」著者からのメッセージ](#)



[「7つの仕事術」の最新記事](#) » [本日のトップ記事](#) »

スペシャル・インフォメーション

PR

7つの仕事術 バックナンバー

一覧

第8回 生産性が上がる「エクセルショートカット」、あなたはいくつ使えている？ (2017.07.26)

第7回 「目標を立てるだけ」で終わってしまう人に足りないこと (2017.07.22)

第6回 優秀なコンサルタントの「口癖」とは？ (2017.07.19)

書籍オンライン 本日のトップ記事

[▶ トップページへ](#)

一流の
磨き方

一流の磨き方
なぜ人は「ギャンブル」というゲームが好きなのか？

株の
習慣

株で勝つ習慣
投資判断でプロが頼りにする指標は〇〇だった！

捨てる

捨てる力 ブッダの問題解決入門
お金を増やしたかったらまず「人に与え」なさい

ありえ
ない
レベル

ありえないレベルで人を大切にしたら23年連続黒字になった仕組み
妊娠・出産しても会社を辞めない最大の理由

今を
生きる

今を楽しむ
壊れた人間関係は3つのルールで修復できる

ダイヤモンド・オンライン 関連記事

7つの
仕事術

「目標を立てるだけ」で終わってしまう人に足りないこと

7つの
仕事術

優秀なコンサルタントの「口癖」とは？

7つの
仕事術

成長できない人がやってしまいがちな「ダメな目標設定」とは？

7つの
仕事術

「積極的で仕事ができる人」と「積極的で仕事ができない人」の違い

7つの
仕事術

指摘や気づきを整理できていない人は「ドラフトメール」を活用しよう

キーワード



[コンサル](#), [評価を上げる方法](#), [新入社員](#), [新卒](#), [評価](#), [外資系コンサル](#)



コピー 1 枚とれなかったばかりの評価を 1 年で激変させた 7つの仕事術

Shin 著

定価（税込）：本体1,400円＋税 発行年月：2017年7月

<内容紹介>

たった1年で、ド落ちこぼれを外資系コンサルティングファームのマネジャーにま

[▶ 本を購入する](#)

で成長させた超実践的成長ノウハウ！ 「指摘のドラフトメール一元化」「最強の
Todoリスト」……などコピー取りすらくじにできなかった20代の若手コンサル
タントが、自分を変えるために必死で考えたオリジナルの7つの仕事術を紹介。

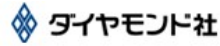


[ページトップへ](#)

[無料会員登録](#)・[変更](#)・[退会](#) [このサイトについて](#) [お問い合わせ](#) [ダイヤモンド社HP](#) [会社案内](#) [プライバシーポリシー](#)・[著作権](#) [広告掲載](#)

[[ダイヤモンド社のサイト](#)]

[ダイヤモンド・オンライン](#) [週刊ダイヤモンド](#) [DIAMONDハーバード・ビジネス・レビュー](#) [書籍オンライン](#) [ザイ・オンライン](#) [ザイFX!](#) [ダイヤモンド社の適性検査](#)



DIAMOND, Inc. All Rights Reserved.