

# はじめに

エンジニアには、QiitaやZennのように技術的な内容を記事としてまとめ、公開する文化があります。  
エンジニアでなくとも、noteのように日々の気づきや本質的な内容を記事として公開し、お金に換えていける時代となりました。  
そんな記事を書いてインターネットに公開することがアドバンテージとなる時代、どのように記事を作成していけばいいのでしょうか。

本書では日々小さく思いつくアイディアの源泉を溜め、膨らませるためのメモ管理術について掘り下げていきます。  
そのメモ管理術がZettelkasten（ツェッテルカステン）です。  
知識管理の手法で、小さなメモ（これはNoteと表現されます）をたくさん作成。それらを紐付け、まとめ、大きな文献を作成していく手法になります。  
もともとはニコラス・ルーマンという社会学者が使っていた知的生産の手法でした。この人はZettelkastenを構築しており、約50冊の本と約550の寄稿を執筆したとされています。(wikipedia参照)

2025年、生成AIの発展につれてObsidian、Notionが注目されるにあたり、Zettelkastenにもスポットライトがあたりました。  
第二の脳として機能するだけでなく、文章として残るため生成AIのコンテキストとしても機能するためです。

今回はそんなZettelkastenをNotionでシステム構築する手法を紹介します。

## Zettelkastenについて

Noteは下記表のようにレベルを分け、Noteを相互リンクさせます。  
各Noteにはタグなどのメタ情報を付与し管理しやすくします。

レベル	説明
アイディアノート	思いつきのメモや記事をスクラップするノートです。 他インターネット記事では思いつきのメモを一時メモ、記事のスクラップを文献メモで分けられています。 私は分けない方が使いやすかったためアイディアノートとしてまとめています。
パーマナントノート	アイディアノートをまとめて文書化をここで行います。 記事の「章」に当たるものとして、アイディアをまとめます。
ストラクチャーノート	パーマナントノートをまとめて文書化します。 これが記事の内容となります。

## Notionについて

クロスプラットフォームな高機能ドキュメントツールです。  
基本的には無料で使えますが、AIを使ったり他のアカウントとコラボレーションしたりするには有償プランの契約が必要となります。  
今回は無料で行える機能を用いてZettelkastenの構築が可能です。

「ページ」と「ブロック」という単位で管理され、ページはブロックの集合体となります。  
「ページ」はその通りページであり、ブロックというのは各文やテーブル、メディアといったコンテンツ一つ一つに

なります。

Notionはマークダウンにある基本機能にとどまらず、データベースを作成しそこからチャートを作成したり、簡単なオートメーションを組んで操作の自動化をしたりもできます。

本書ではNotionのデータベース機能を用いてシステムを構築します。

## 作り方

---

### データベースを構築する

Notionのデータベース(以降DB)は、DBそのものもDBのレコードもページとして作成されます。

DBは各ノート層+これらにつけるタグを入れるDBの、4つDBを作成します。

DBはいずれも「データベース: フルページ」で作成します。

### コールアウト

Notionはページ内にページを作成して階層化します。

今回はDBを4つDBを作成する必要があるため、ページを作成しまとめる箇所を最初に作っておくとページが綺麗になります。


「コールアウト」を用いてDBのページをまとめておく部分をページ上に作成しましょう。

`/callout` でコールアウトブロックを作成できます。

# Zettelkasten

/callout

絞り込んだ結果

 コールアウト

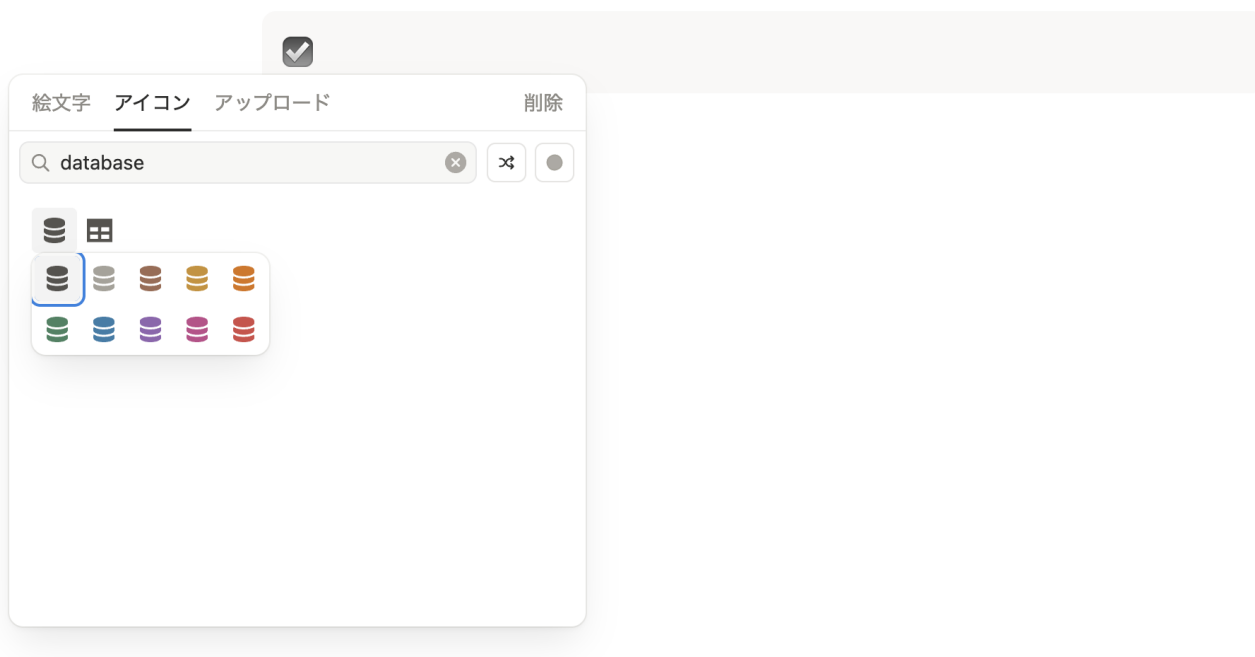
 コールアウト・ブロックタイプの変換

ページに「/callout」と入力してください esc

コールアウトブロックには絵文字が設定できます。

せっかくなので設定してみましょう。

コールアウトブロック右側の絵文字部分をクリックし、「アイコン」タブで **database** を入力。それっぽいアイコンを見つけたら色を選択して設定できます。



コールアウトブロックの一番上に「DB」と入力して、太字にすることでそれっぽくできます。  
コールアウトブロック内に、見出しブロックを配置したり、コールアウトブロックを配置したりもできます。

## Zettelkasten



### Tag DB

まずはメタ情報となるタグを格納するDBを作成します。  
`/database` でデータベースブロックを作成できます。  
DBは「データベース: フルページ」で作成します。

# Zettelkasten

DB

/database

絞り込んだ結果

データベース：インライン・データベ...

データベース：フルページ・データベース

テーブルビュー・データベース

ボードビュー・データベース

ギャラリービュー・データベース

リストビュー・データベース

フィードビュー・データベース

カレンダービュー・データベース

ページに「/database」と入力してください esc

Name

Team

Native action bar

Apps

notion.site migration

Infrastruct

Synced Blocks

Platform

Localized typography

Growth

子ページとして新規データベースを追加します

作成直後は下記キャプチャのようになります。

tags

テーブルビュー

↑

↓

🔍

🔄

新規

Aa 名前

+ プロパティを追加

+ 新規ページ	

なくてもOKですが、タグもカテゴライズした方が便利なのでtags DBにプロパティを追加します。  
DBヘッダーの「+」をクリックし、「種類を選択」で「選択」を選択します。

## tags

テーブルビュー

新規

Aa 名前

プロパティ名を入力...

+ 新規ページ

おすすめ

タグの種類

作成日

作成者

重要度

種類を選択

テキスト

# 数値

選択

?

マルチセレクト

ステータス

日付

ユーザー

ファイル&amp;メディア

チェックボックス

URL

電話

メール

リレーション

ロールアップ

数式

ボタン

プロパティ名を「カテゴリ」とします。

## tags

テーブルビュー

新規

Aa 名前

選択

+ ...

+ 新規ページ

カテゴリ

!

プロパティを編集

&gt;

種類を変更する

&gt;

AI自動入力を設定

フィルター

並べ替え

&gt;

グループ

計算

&gt;

固定表示

非表示

このビューでは折り返さない

左に挿入

右に挿入

プロパティを複製

プロパティを削除

タグカテゴリプロパティを作成します。

フォームに作成したいタグカテゴリ名を入力し、エンターを押すことで新規にタグカテゴリが作成されます。

The screenshot shows the 'tags' application interface. At the top, there's a header with the 'tags' logo and a 'テーブルビュー' (Table View) button. Below the header, there's a table with columns '名前' (Name) and 'カテゴリ' (Category). The '新規ページ' (New Page) button is visible in the top right. A dropdown menu is open for the 'カテゴリ' column, showing options like 'プロパティを編集' (Edit Property), '種類を変更する' (Change Type), 'AI自動入力を設定' (Set AI Auto Input), 'フィルター' (Filter), '並べ替え' (Sort), 'グループ' (Group), '計算' (Calculate), '固定表示' (Fixed Display), '非表示' (Hidden), and 'このビューでは折り返さない' (Do not wrap in this view). The '並べ替え' (Sort) option is selected, and a sub-menu is open showing '並べ替え' (Sort) and 'AI自動入力' (AI Auto Input). The 'AI自動入力' (AI Auto Input) option is toggled on. The 'オプション' (Options) section shows a search bar with '新しいオプションを入力...' (Enter new option...) and a list of options: '気づき' (Kizuki), 'ゲーム' (Game), and '技術' (Technology).

レコードを追加するには、右上の「新規」または、DB末尾の「新規ページ」をクリックすることで新規レコードが追加できます。

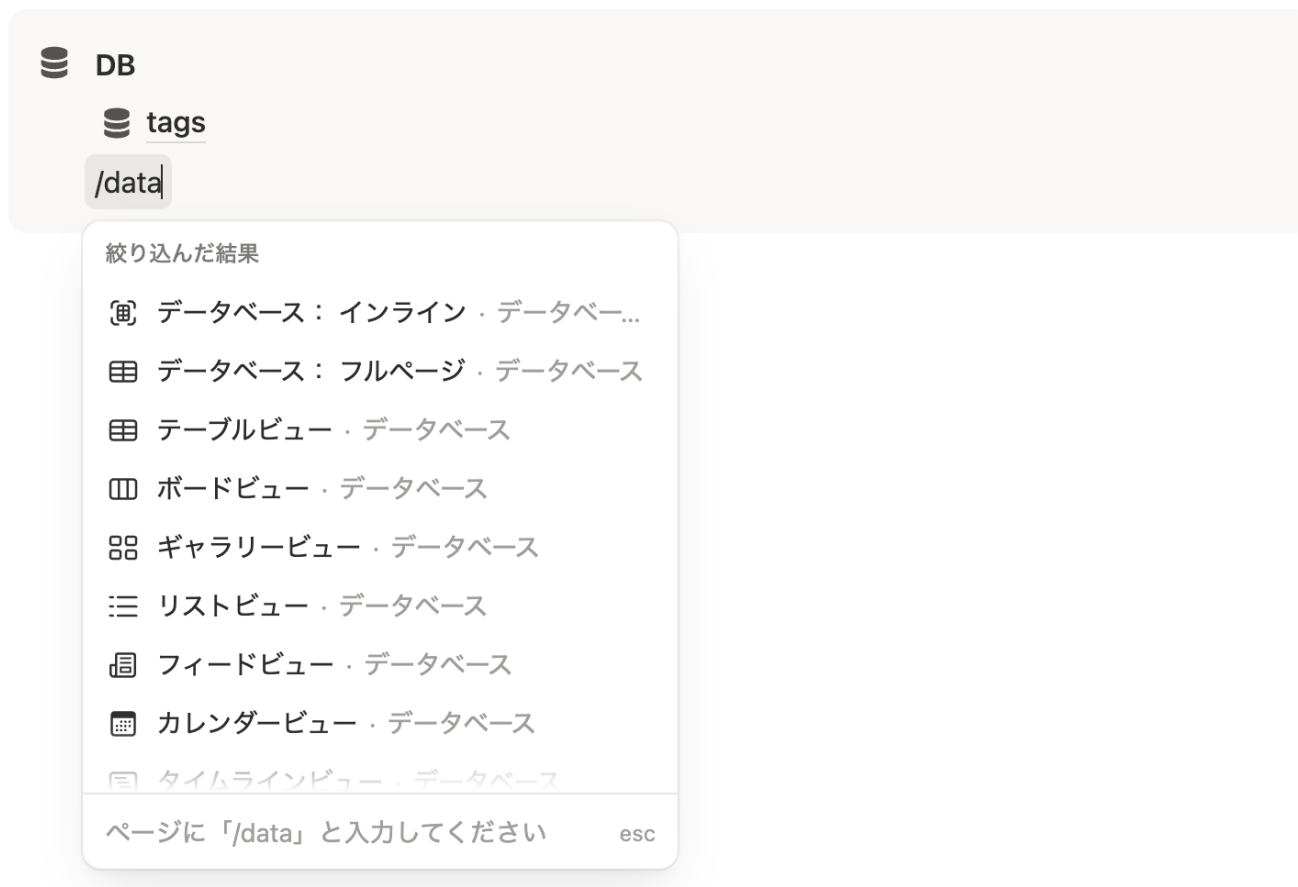
The screenshot shows the 'tags' application interface with a table of tags. The table has columns '名前' (Name) and 'カテゴリ' (Category). The '新規ページ' (New Page) button is visible in the top right. The table contains the following data:

名前	カテゴリ
TypeScript	技術
Python	技術
ポケモン	ゲーム
コミュニケーション	気づき
エッセンシャル思考	気づき

At the bottom of the table, there is a '+ 新規ページ' (New Page) button.

## Idea Note DB

アイディアノートを格納するDBを作ります。  
Tag DBで行ったのと同様に、DBを作成しましょう。  
「データベース: フルページ」で作成します。



Idea DBにプロパティを追加します。

本書ではシンプルにTag DBとのリレーションのみを追加します。

#### 1. リレーションプロパティの追加を選択

Aa 名前

😊 プロパティ名を入力...

+ 新規ページ

おすすめ

≡ Idea Description

📅 Submission Date

🕒 Priority Level

☰ Related Tags

種類を選択 🔍

≡ テキスト

# 数値

🕒 選択

☰ マルチセレクト

⚙️ ステータス

📅 日付

👤 ユーザー

🔗 ファイル&メディア

☑️ チェックボックス

🔗 URL

☎️ 電話

@ メール

🔗 リレーション

?

🔍 ロールアップ

Σ 数式

🖱️ ボタン

2. リレーション対象に、先ほど作成したTag DBを選択

# リレーション対象

×

データソースをリンク...

## 既存のデータソース



Idea

Zettelkasten



tags

Zettelkasten

## 3. 「リレーションを追加する」をクリック

新しいリレーション

tags

🔍 リレーション対象

tags >

123 制限

無制限 >

↔ 双方向リレーション ?

☐

リレーションを追加する

? リレーションについて詳しくはこちら

Tag DBにはタグカテゴリも用意しているため、ロールアップ機能を用いてリレーションを貼ったタグのカテゴリもプロパティとして持たせます。

## 1. ロールアッププロパティの追加を選択

😊 | プロパティ名を入力...

...

おすすめ

≡ Idea Description

📅 Submission Date

⬇️ Priority Level

☰ Related Tags

種類を選択 🔍

≡ テキスト

# 数値

⬇️ 選択

☰ マルチセレクト

⚙️ ステータス

📅 日付

👤 ユーザー

📎 ファイル&メディア

☑️ チェックボックス

🔗 URL

☎️ 電話

@ メール

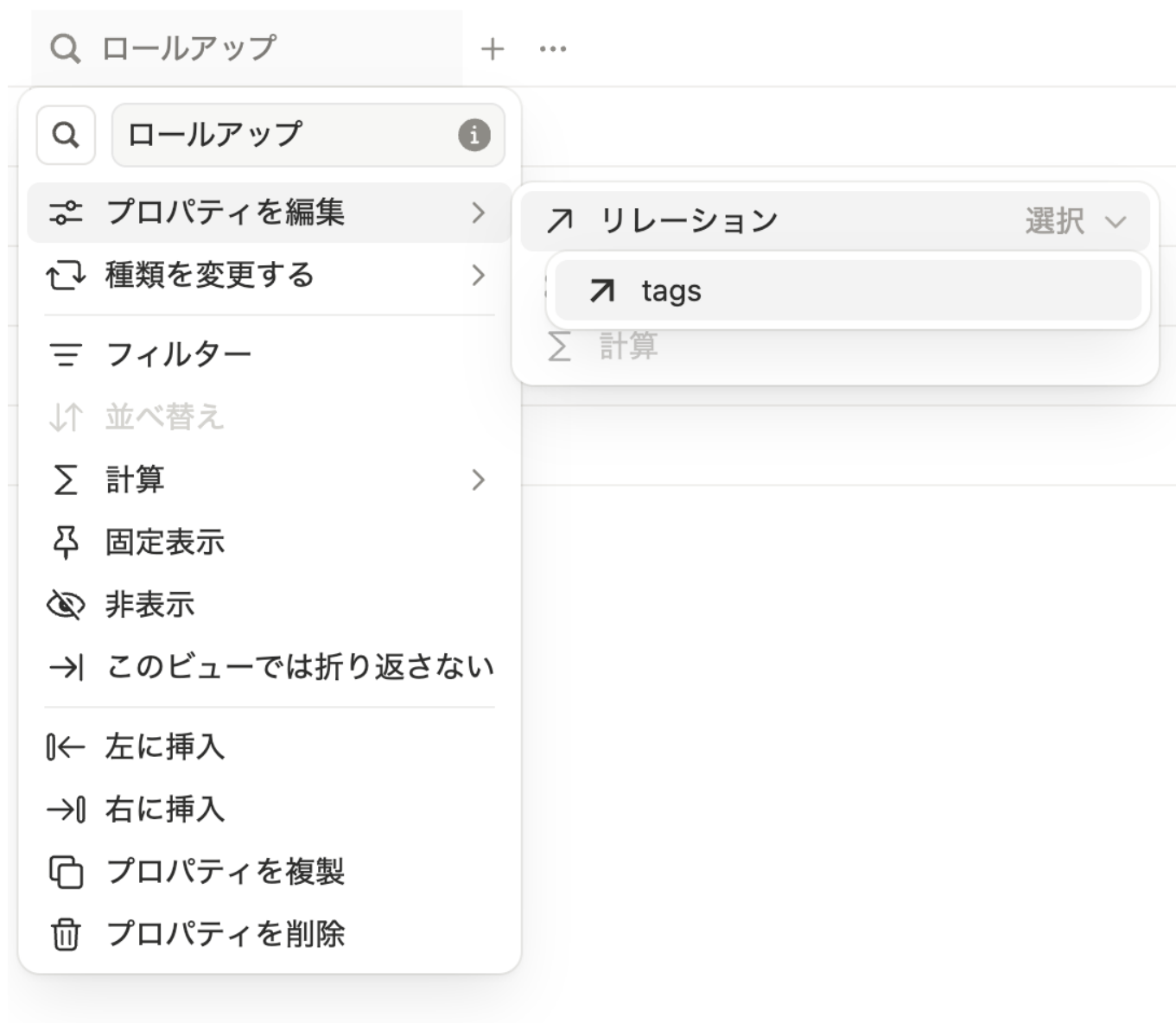
🔗 リレーション

🔍 ロールアップ ⓘ

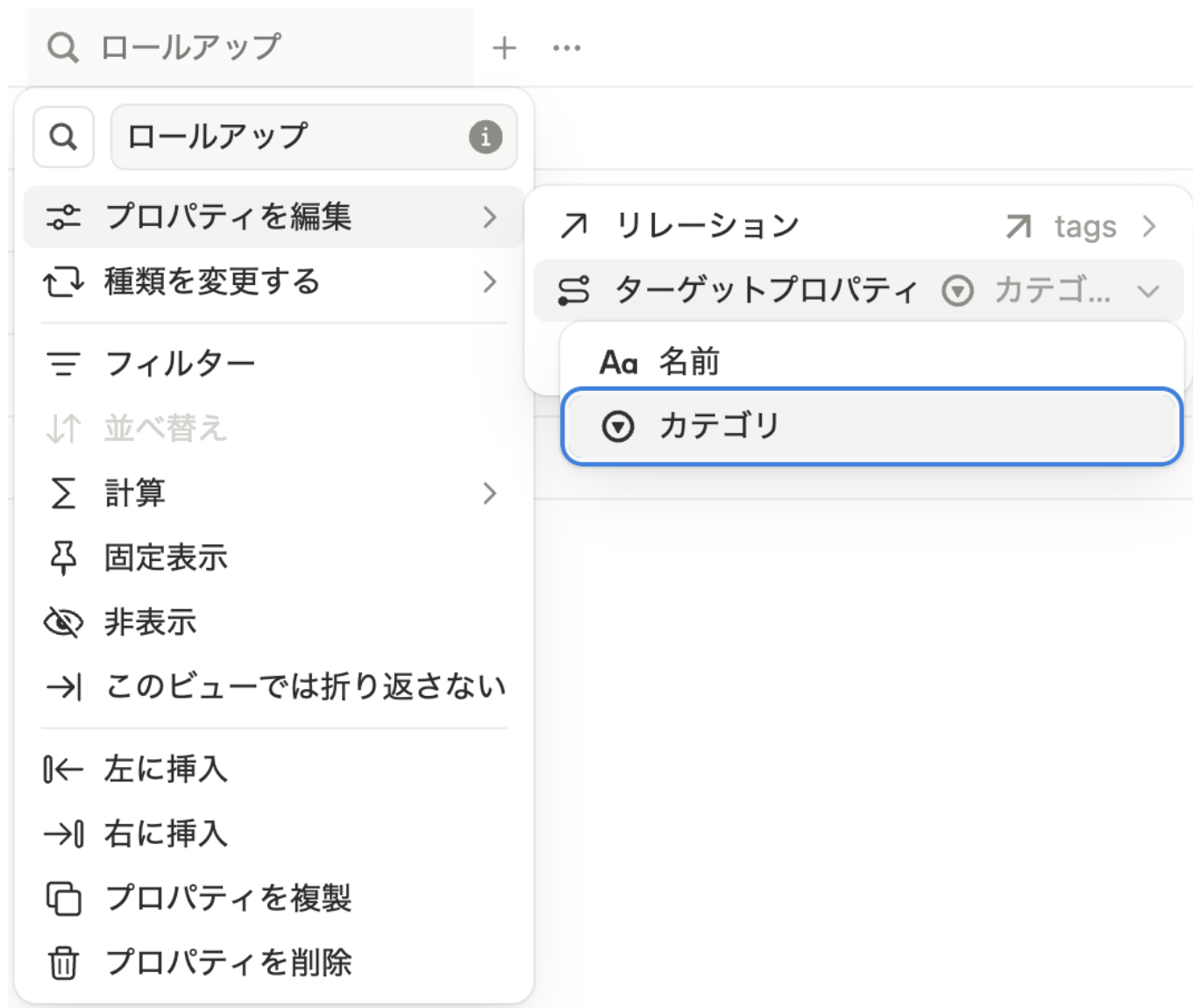
Σ 数式

🖱️ ボタン

2. 「プロパティを編集」 > 「リレーション」 > 「tags」を選択



3. 「ターゲットプロパティ」に「カテゴリ」を選択



4. プロパティ名を「タグカテゴリに変更」



下記キャプチャのようになっていれば成功です。

Aa 名前	🚩 tags	🔍 タグカテゴリ	+ ...
+ 新規ページ			


Permanent Note DB

パーマネントノートを格納するDBを作ります。  
やり方はここまでで記載しているため、手順のみ記載します。

1. 「データベース: フルページ」で「Permanent」DBを作成
2. データベースのプロパティを下記の通りに追加

プロパティ名	種別	DB先/プロパティ
idea	リレーション	idea DB
tags	リレーション	tag DB
タグカテゴリ	ロールアップ	tag DB / カテゴリ

下記キャプチャのようになっていれば成功です。

 Permanent

📖 テーブルビュー

☰ ⬆ ⬇ 🔍 ⇄ 新規 ▼

Aa 名前	🚩 Idea	🚩 tags	🔍 タグカテゴリ	+ ...
+ 新規ページ				

Structure Note DB

ストラクチャーノートを格納するDBを作ります。

1. 「データベース: フルページ」で「Structure」DBを作成
2. データベースのプロパティを下記の通りに追加

プロパティ名	種別	DB先/プロパティ
permanent	リレーション	permanent DB
tags	リレーション	tag DB
タグカテゴリ	ロールアップ	tag DB / カテゴリ

下記キャプチャのようになっていれば成功です。

## Structure

テーブルビュー					新規
Aa 名前	Permanent	tags	タグカテゴリ	+	...
+ 新規ページ					

## インラインDBを表示させる

DBへのレコード追加を使いやすくするため、このZettelkastenを使うハードルを下げるため、データベースを構築したトップページ配下にインラインでDBを表示させます。

### 区切りのための見出し

まずは区切りをわかりやすくするため、見出しを用意します。

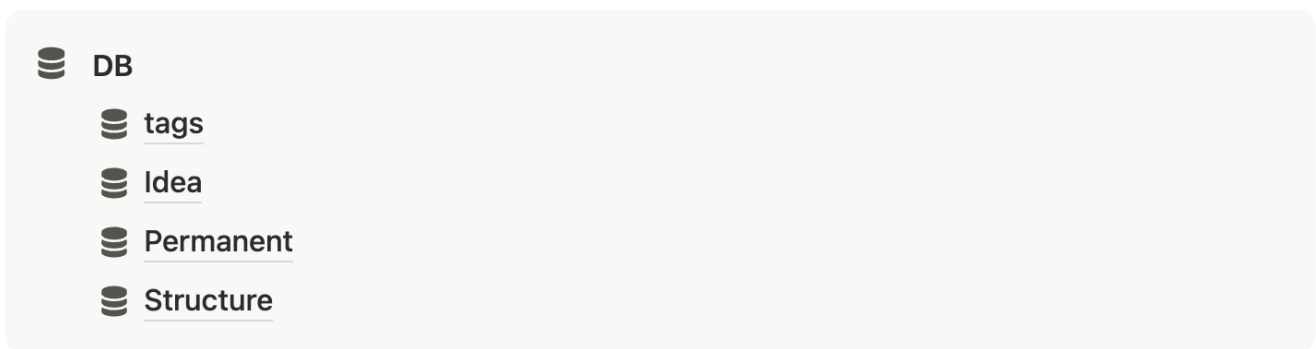
# で「見出し1」ブロックを作成できます。

# の数で見出しNを指定できます。

Notionでは、見出しは1〜3まで作成できます。

# Zettelkasten

## # Idea










ここで見出しを用いた区切りを行う際に、より区切りをわかりやすくするためのテクニックを紹介します。


「絵文字」 + 「背景色」を用います。


: + {絵文字名} で絵文字を表示できます。また、 /emoji で絵文字をUI上から選択することができます。


# Zettelkasten


## :chec Idea




 DB

 tags

 Idea

 Permanent

 Structure

ブロック横のメニューアイコンをクリック → 「カラー」 を選択することで、文字色や背景色を設定することができます。

アクションを検索...

見出し1

↔

ブロックタイプの変換

🎨

カラー

🔗

ブロックへのリンクをコ...

⌘⇧L

📄

複製

⌘D

➡

別ページへ移動

⌘⇧P

🗑

削除

Del

💬

コメント

⌘⇧M

✍

編集をサジェスト

⌘⇧⌘X

🤖

AIに依頼

⌘J

最終更新者： 真弥 岩崎

今日 17:42

A

茶色のテキスト

A

オレンジ色のテキスト

A

黄色のテキスト

A

緑色のテキスト

A

青色のテキスト

A

紫色のテキスト

A

ピンク色のテキスト

A

赤色のテキスト

背景色

背景色なし

背景色：グレー

背景色：ブラウン

背景色：オレンジ

背景色：黄色

背景色：緑

背景色：青

背景色：紫

背景色：ピンク

背景色：赤









インラインDBの表示

続いて、インラインDBを表示させます。  
`/database` で「データベース: インライン」を選択します。



/database

絞り込んだ結果

-  データベース：インライン・データベ...
-  データベース：フルページ・データベース
-  テーブルビュー・データベース
-  ボードビュー・データベース
-  ギャラリービュー・データベース
-  リストビュー・データベース
-  フィードビュー・データベース
-  カレンダービュー・データベース

ページに「/database」と入力してください esc

作成するとDBを新規に作成するか、既存のものを用いるか訊かれます。「既存のデータベースにリンク」を選択し、対象のデータベースを選択します。

## 新規データベース



何を作成したいかを説明してください



新しい空のデータソース



CSVをインポート

### おすすめ



タスク管理ツール



プロジェクト



ドキュメントハブ



他のテンプレート



既存のデータソースにリンク

ここでは「Idea」のDBを表示させたいので、「Idea DB」を選択します。

✓ Idea

新規データベース

Aa 名前

+ プロパティを追加

+ 新規ページ

DB

tags

Idea

← 既存のデータソースにリンク

zettelkasten

既存のデータソース

Structure  
Zettelkasten

Permanent  
Zettelkasten

tags  
Zettelkasten

Idea  
Zettelkasten

このやり方で、下記順にページを拡充させましょう。  
私の選択したページの絵文字と色を下記にまとめます。

DB	絵文字	背景色
Idea	check	緑
Permanent	clipboard	黄色
Structure	folder	グレー
Tag	bookmark	ブラウン

下記のようになっていれば成功です。

# Zettelkasten

✓ Idea

Idea

新規

Aa 名前

tags

タグカテゴリ


+ ...

+ 新規ページ

Permanent

新規

Aa 名前	🔗 Idea	🔗 tags	🔍 タグ
+ 新規ページ			

 Structure

🗂️ Structure

≡

↕

⚡

🔍

↗

⚙

新規

▼

Aa 名前	🔗 Permanent	🔗 tags	🔍 タグ
+ 新規ページ			

 Tag

🗂️ tags

≡

↕

⚡

🔍

↗

⚙

新規

▼

Aa 名前	📁 カテゴリ	+ ...
📄 エssenシャル思考	気づき	
📄 コミュニケーション	気づき	
📄 ポケモン	ゲーム	
📄 Python	技術	
📄 TypeScript	技術	
+ 新規ページ		

🗂️ DB

🗂️ tags

🗂️ Idea

🗂️ Permanent

🗂️ Structure

# おわりに

---

以上、ZettelkastenをNotionで構築する手法でした。

メモ管理術やツール、利用していくAIには人によって合う合わないがあります。

今回はNotionで構築したため、Notion AIと相性が良いですが、別のAIツールを用いるために冒頭に記載したObsidianを用いるのも手でしょう。

また、今回記載したZettelkastenを自分なりにカスタマイズしていく、もしくはZettelkastenを使わないというのも良いと考えます。

今回の目的はアウトプットを出すことなので、過程は十人十色です。私にとってその「過程」を支えるツールがNotionであり、手法が「Zettelkasten」でした。

ここまで書いておいてですが、インターネットで検索をかければ構築方法が色々公開されていますし、Youtubeで検索をかければ動画で構築する手法がたくさん転がっています。

試行錯誤して自分に合った過程を支えるやり方を見つけていただけたらと思います。

本書はその試行錯誤の一案として役に立っていただけたら冥利につきます。

以上、拙い文章ですが、ここまで読んでいただきありがとうございました。