

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くかいいのでしょうか。

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の発展について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に生成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	思い付いたことや記事をスクラップするノートです。 他に紹介している記事では思い付いたことと記事を一時メモ、文献メモで分けていました。 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。
パーマネントノート	アイディアノートをもとに、「1つのアイディア」を自分の言葉で完結した文章として書き直すノートです。 知識の最小単位であり、記事でいえば「章や節を構成する部品」に相当します。
ストラクチャーノート	複数のパーマネントノートを関係付け、構成を与えるノートです。 個々の内容を書くのではなく、「どのパーマネントノートをどうつなぐか」を示します。 これが記事全体の構成、または記事そのものになります。

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。

「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であり、またそれらをまとめて「ページ」となります。

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良いでしょう。

「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す。

こうすることで見映えがよくなります。

/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

① コールアウト

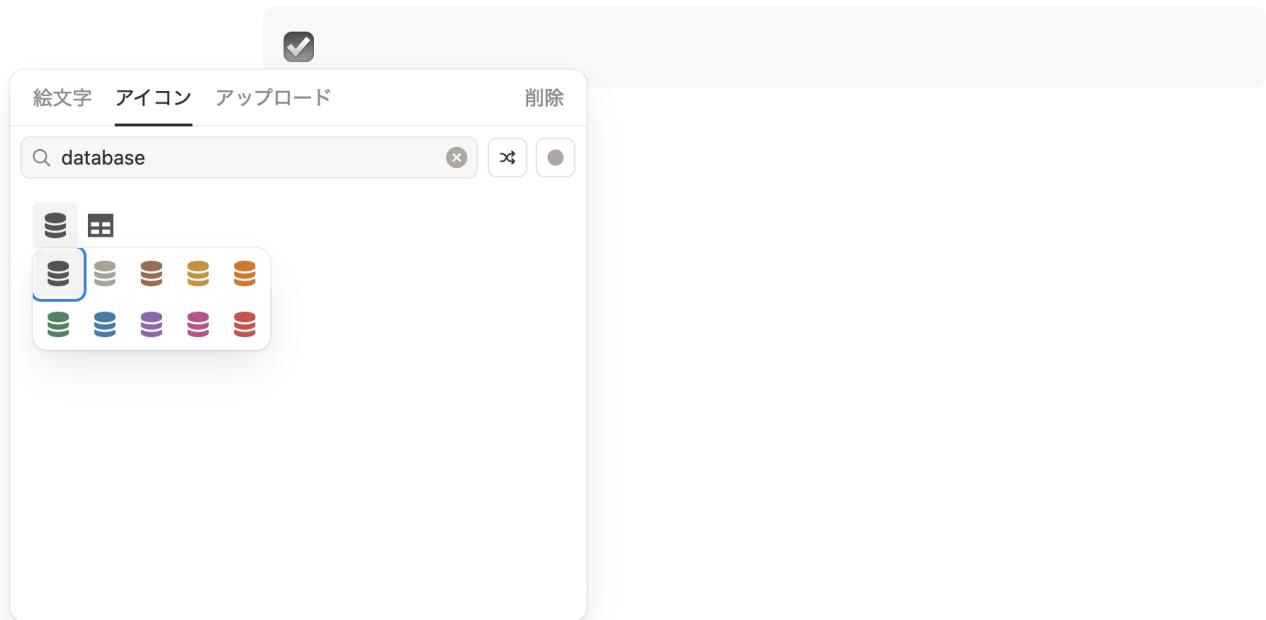
② コールアウト・ブロックタイプの変換

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

The screenshot shows the Notion Database view. At the top left is a 'DB' icon and the text 'DB'. Below it is a search bar containing '/database'. The main area is titled '絞り込んだ結果' (Refined results) and lists various database views: 'データベース： インライン・データベース...', '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', and 'カレンダービュー・データベース'. A message at the bottom says 'ページに「/database」と入力してください esc'. To the right is a sidebar with a table titled 'Name' and 'Team' containing items like 'Native action bar' (Apps), 'notion.site migration' (Infrastructure), 'Synced Blocks' (Platform), and 'Localized typography' (Growth). A note below the table says '子ページとして新規データベースを追加します' (Add a new database as a child page).

作成直後は下記キャプチャのようになります。

The screenshot shows the Notion Tags view. At the top left is a 'tags' icon and the text 'tags'. Below it is a button labeled 'テーブルビュー'. The main area has a header with 'Aa 名前' and '+ プロパティを追加'. There is a button '+ 新規ページ'. On the right side are various navigation icons and a '新規' (New) button.

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

+ 新規ページ

⌚ |プロパティ名を入力...

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&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

BTN 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

+ 新規ページ

⌚ 選択

+ ...

⌚ カテゴリ

ⓘ

⌚ プロパティを編集

>

⌚ 種類を変更する

>

⌚ AI自動入力を設定

☰ フィルター

⤵ 並べ替え

>

togroup グループ

Σ 計算

>

⌚ 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。

tags

A screenshot of the Notion Tags table view. The table has two columns: '名前' (Name) and 'カテゴリ' (Category). There are five rows of data: 'TypeScript' (Technique), 'Python' (Technique), 'ポケモン' (Game), 'コミュニケーション' (Mood), and 'エッセンシャル思考' (Mood). A context menu is open over the 'カテゴリ' column of the 'Python' row. The menu items include: プロパティを編集, 種類を変更する, AI自動入力を設定, フィルター, 並べ替え, グループ, 計算, 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, and プロパティを削除. A sub-menu for '並べ替え' shows options: 手動 (selected), AI自動入力 (disabled), and オプション (new option input field). Below the sub-menu are three categories: 気づき (highlighted in orange), ゲーム, and 技術.

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。

tags

A screenshot of the Notion Tags table view. The table has two columns: '名前' (Name) and 'カテゴリ' (Category). The data is as follows:

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 left is a '+ 新規ページ' 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。

The screenshot shows the Idea DB interface. At the top, there are two tabs: 'DB' and 'tags'. The 'tags' tab is selected, indicated by a blue underline. Below the tabs, a search bar contains the text '/data'. A large, semi-transparent callout box is overlaid on the interface, containing the following text:

絞り込んだ結果

- データベース： インライン・データベー...
- 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
- タイムラインビュー・データベース

ページに「/data」と入力してください esc

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 検索

テキスト 数値

選択 マルチセレクト

ステータス 日付

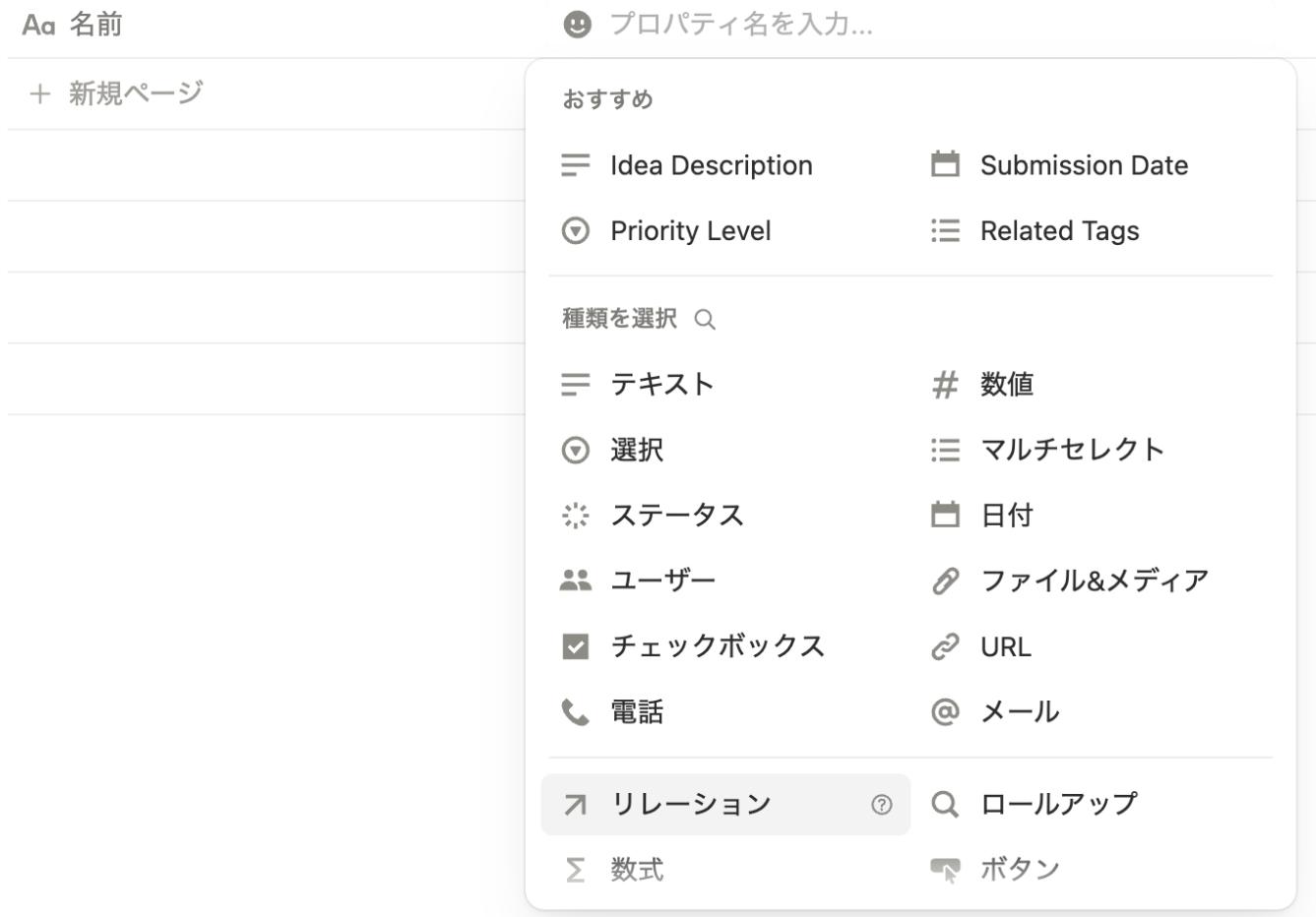
ユーザー ファイル&メディア

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

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



Zettelkasten



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

X

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

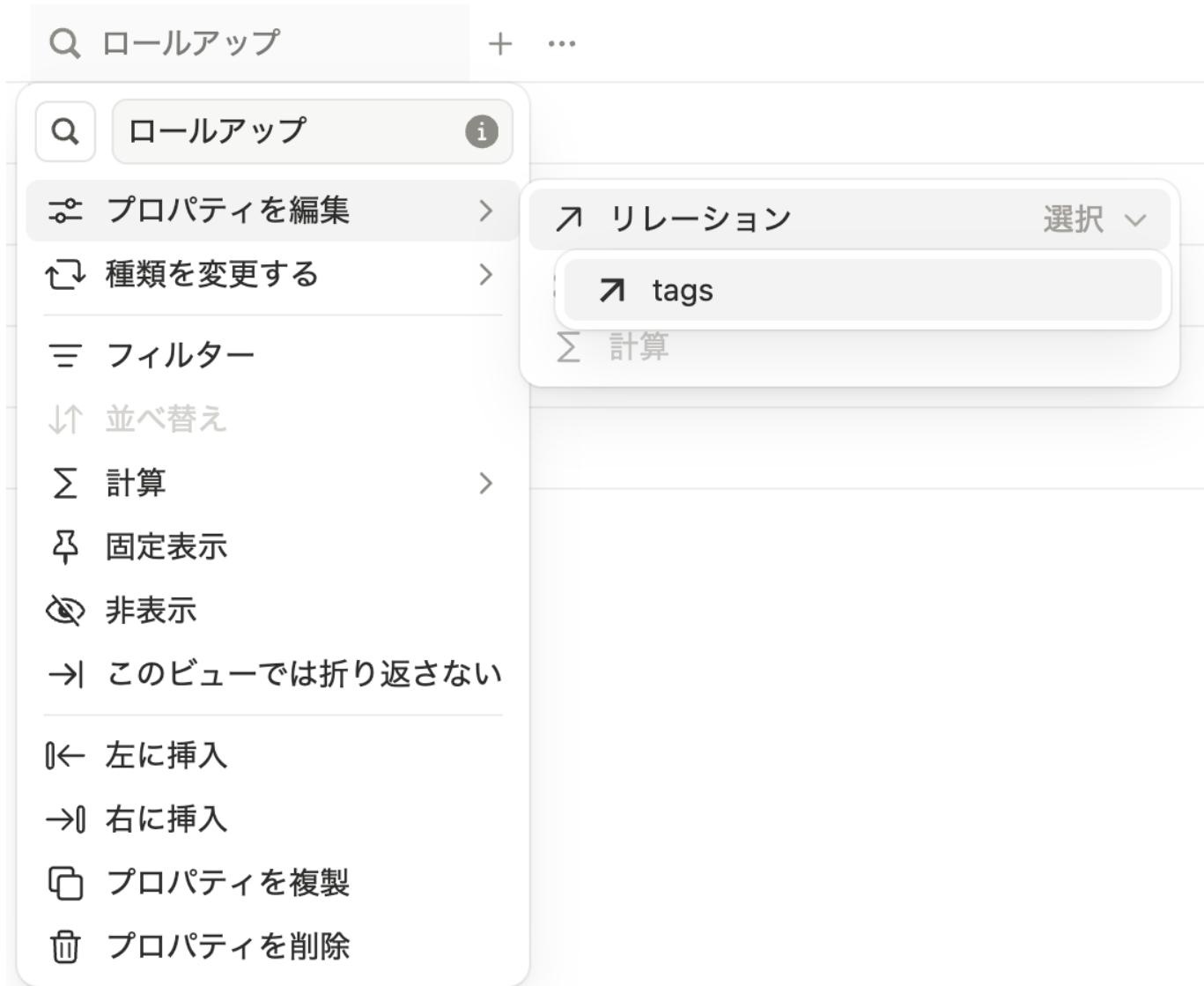
🔍 ロールアップ

?

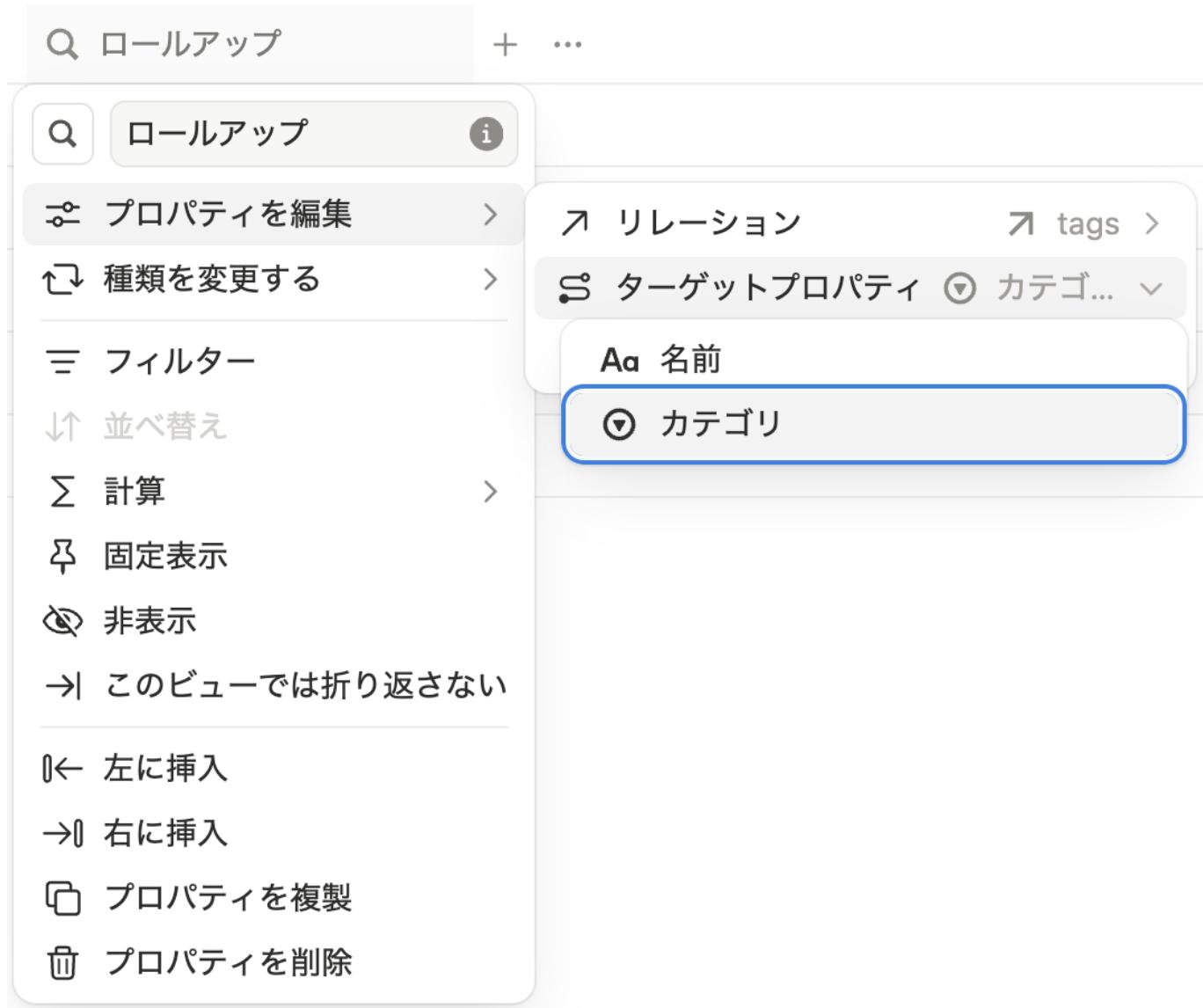
Σ 数式

➡ 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。

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

オンラインDBを表示させる

ここからは少しでも利用するための手間を省き、運用しやすくしていきます。

DBを構築したトップページ配下にオンラインでDBを表示させます。

こうすることでレコード作成や参照のたびにページ遷移する必要がなくなり、「書きたいときにすぐ書く」状態を作れます。

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、見出しあは1~3まで作成できます。

Zettelkasten

Idea

- DB
- tags
- Idea
- Permanent
- Structure

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。

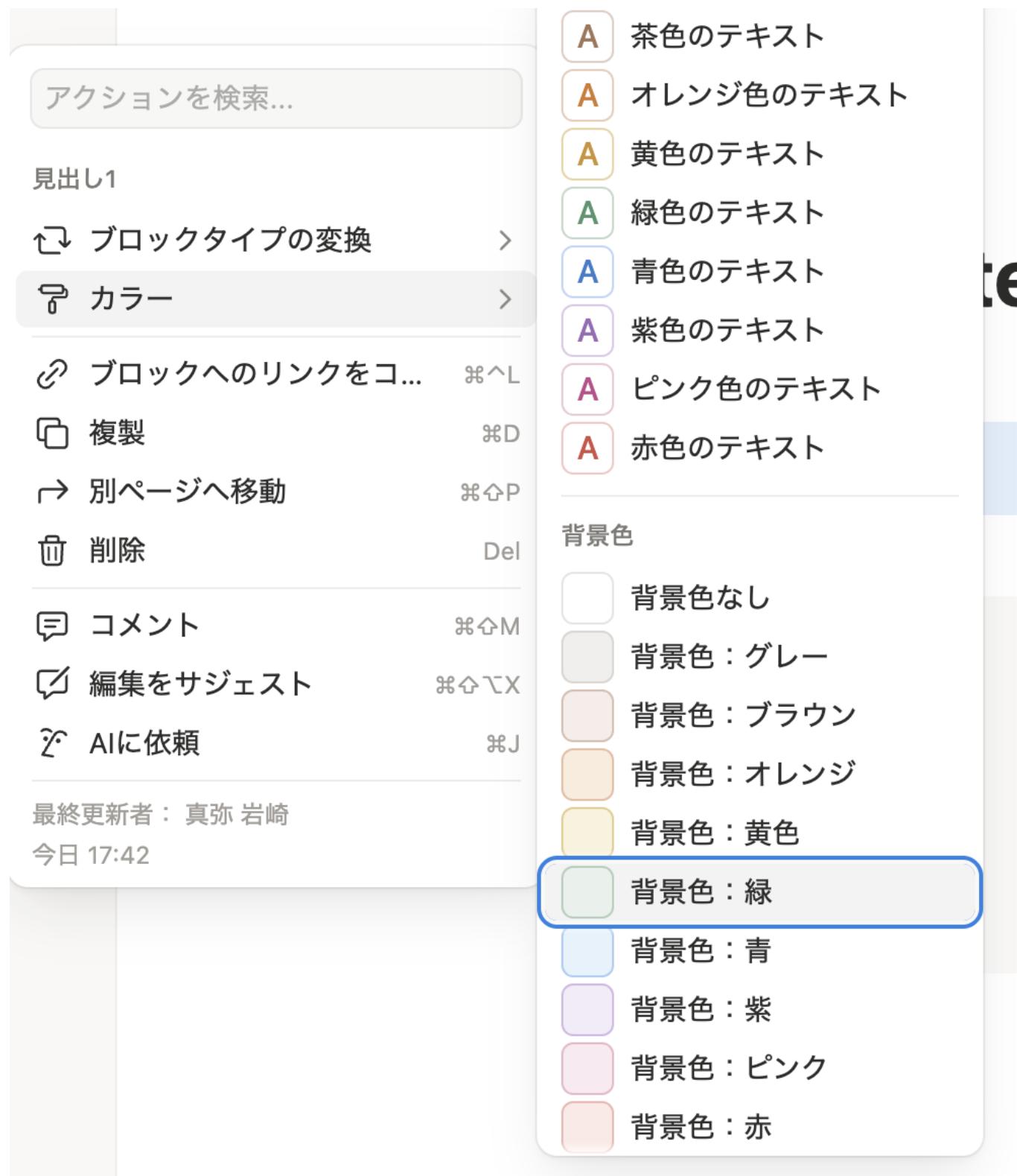
Zettelkasten

:chec Idea



-  DB
-  tags
-  Idea
-  Permanent
-  Structure

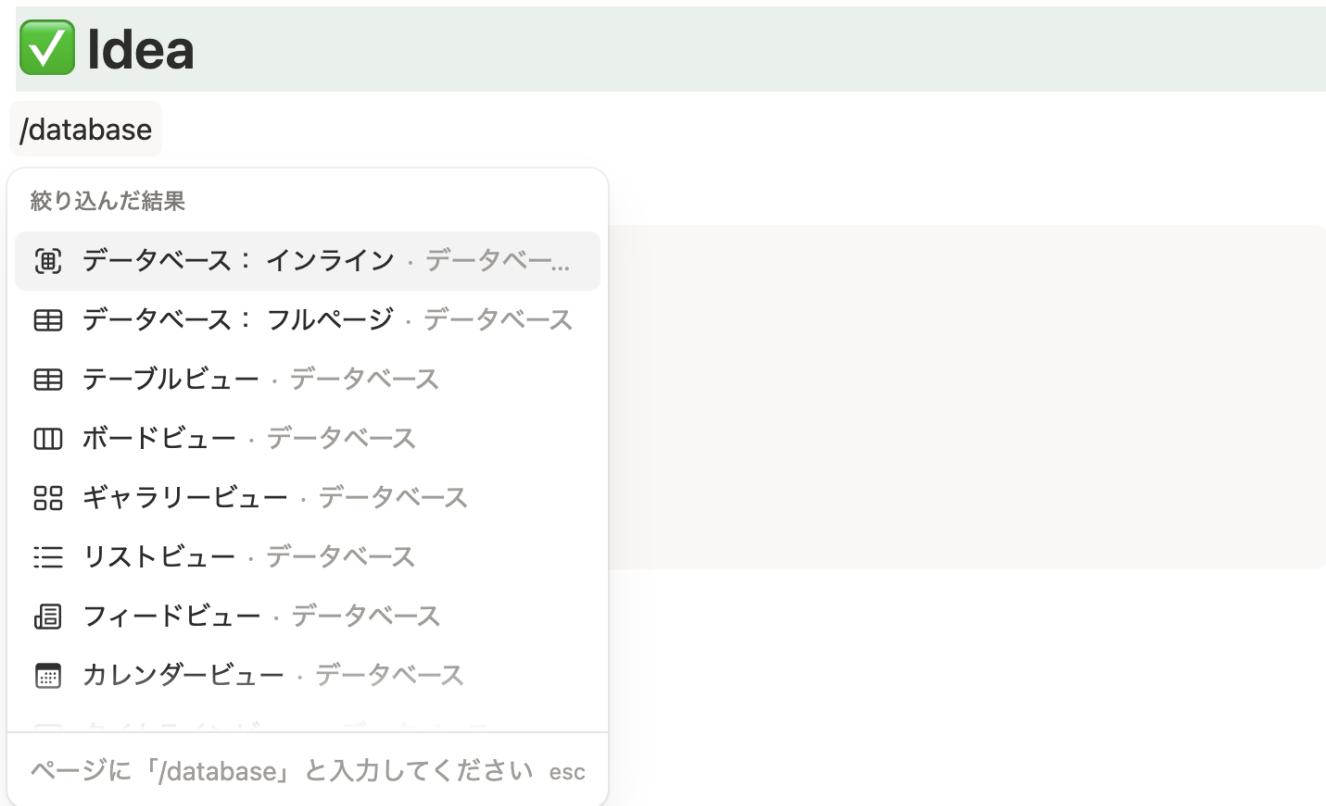
ブロック横のメニューイングアイコンをクリック → 「カラー」を選択することで、文字色や背景色を設定することができます。



オンラインDBの表示

続いて、オンライン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。



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

X



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。

The screenshot shows the Zettelkasten application interface. At the top, there's a header with a checkmark icon and the word "Idea". Below it, a sub-header says "新規データベース". On the left, there's a sidebar with icons for "DB", "tags", and "Idea". The main area has a form with fields "Aa 名前" and "+ プロパティを追加". To the right, there's a modal window titled "既存のデータソースにリンク" with a search bar containing "zettelkasten". A list of existing sources is shown, with "Idea" highlighted.

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

The screenshot shows the Zettelkasten application interface. At the top, there's a header with a checkmark icon and the word "Idea". Below it, a sub-header says "Idea". The main area has a form with fields "Aa 名前" and "+ 新規ページ". To the right, there are buttons for "tags", "タグカテゴリ", and "新規".

The screenshot shows the Zettelkasten application interface. At the top, there's a header with a clipboard icon and the word "Permanent". Below it, a sub-header says "Permanent". The main area has a form with fields "Aa 名前" and "+ 新規ページ". To the right, there are buttons for "tags", "タグカテゴリ", and "新規".

Aa 名前	↗ Idea	↗ tags	🔍 タグ
+ 新規ページ			

📁 Structure

📁 Structure

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

🔖 Tag

🔖 tags

Aa 名前	⌚ カテゴリ	+ ...
📄 エッセンシャル思考	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ば構築方法が様々公開されていますし、Youtubeで検索をかけ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。