

# プレゼンテーション実践ガイド

デリバリースキルを高める効果的な手法

ビジネスパーソン向けプレゼンテーションテクニック（要約版）

## プレゼンテーションの本質

プレゼンとは、聴き手に価値ある情報を届け、理解と納得を促し、行動を引き出す技術です。「伝えている」ではなく「伝わっている」かが重要。情報の受け手がキングであることを常に意識しましょう。

 **デリバリースキルとは？** 情報を適切に理解させ、相手に届ける「伝え方」の技術です。話し方、声のトーン、速さなどの聴覚情報と、姿勢、目配り、ジェスチャーなどの視覚情報を組み合わせて、効果的にメッセージを伝達する能力を指します。

## 成功するプレゼンの3要素

1

### 構成力

シナリオ設計で論理的なストーリーを構築する

2

### 伝達力

デリバリースキルで効果的に情報を届ける

3

### 演出力

プレゼンスで信頼と影響力を醸成する

## 1. 構成力：シナリオ設計のポイント

### 論理ピラミッド構造を活用

- 課題認識の共有から開始**：回りくどい話は避け、聴き手の意識を同一方向へ
- 結論・提案を明確に**：手短で覚えやすいキーワードで記憶にすり込む
- 根拠と事例で補強**：論理的な展開で説得力を高める

### 時間配分の3部構成

- つかみ（冒頭）**：聴衆を引き込む重要なシーン
- 中盤**：中だるみを防ぐメリハリある展開
- 振り返り（締め）**：キーメッセージを再確認

 **コンペ必勝の極意**：可能なら1番手でプレゼンし、他社の汎用的アイデアに先手を打つ。または最終枠で印象を残す戦略も有効。

## 2. 伝達力：デリバリースキルの実践

### 言語表現のポイント

- ・**短いセンテンス**：1文を短く、要点を明確に
- ・**強調と要約**：「ここで一番大切なのは…」など、ハイライトを明示
- ・**つなぎ言葉の禁止**：「えーと」「その一」は稚拙な印象に

### 非言語表現（聴覚・視覚情報）

- ・**声量と滑舌**：自信がない場合は、ゆったり低めのトーンで
- ・**話すスピード**：普段より気持ちゆっくり、余裕を持って
- ・**間と抑揚**：緩急をつけて聴衆の意識を引きつける
- ・**姿勢**：下を向かず、聴衆に対峙して話す
- ・**ジェスチャー**：会場の広さに合わせた自然な動作
- ・**アイコンタクト**：上座を意識しつつ、均等に視線を配る

**⚠️ 時間超過は厳禁！** 段取りの悪さは信頼を大きく損ないます。時間管理を徹底することが信頼獲得の基本です。

## 3. 演出力：プレゼンスの醸成

### メラビアンの法則を理解する

矛盾を感じた時に重視される要素：

- ・視覚情報（見た目・姿勢）：55%
- ・聴覚情報（声のトーン・速さ）：38%
- ・言語情報（話の内容）：7%

※見た目が全てという意味ではなく、3要素に整合性を持たせることが重要

### 信頼と自信の演出

- ・**服装・身だしなみ**：清潔感、シャツの襟、靴の汚れ、爪のケアまで
- ・**表情としぐさ**：適切なタイミングで表情を緩め、距離を縮める
- ・**小道具の活用**：クリッカー、万年筆など、状況に応じた演出

# 緊張をコントロールする方法

## 内省とメタ認知で冷静さを保つ

1. 緊張を認識する：今の心境を俯瞰で観察
2. 意識を外部へ：聴衆や会場全体に意識を向ける
3. 客観視する：舞台監督のように自分を俯瞰

## 理想像のイメージトレーニング

- TEDなどで理想のプレゼンスタイルを見つける
- 繰り返し視聴して、ジェスチャーを含めイメージを定着
- 緊張感を「高揚感」へ変換させる

### ■ プレゼン当日の準備チェックリスト

- ✓ 電源の延長コード（1m程度）
- ✓ 予備のPCとプレゼンデータ
- ✓ スライドの印刷物（台本用）
- ✓ モニター用映像出力アダプター
- ✓ 時間管理用の腕時計・タイマー
- ✓ 第三者による文字校正の実施

# 上達のための3つのトレーニング法

## 1. 物語の要約

映画や書籍のストーリーを人に伝える練習。要点を絞る訓練に最適。

## 2. 道案内のルート説明

プレゼンは相手の期待へ迷わず案内する行為。論理的な展開力を鍛える。

## 3. 会場の雰囲気作りを学ぶ

達人のプレゼンを生で体験。場の空気づくりのコツを肌で感じる。

### ◎ 絶対に覚えておくべき5つのポイント

- 「伝わる」を意識：受け手がキング。理解されて初めて成功
- 時間厳守：時間超過は信頼を損なう最大の失敗
- 3要素の整合性：構成・伝達・演出に矛盾を生まない
- 聴衆を見る：アイコンタクトで反応を読み、即興で調整

- ・徹底準備：リハーサル、校正、万が一の備えまで

---

**提供：The fas LLC. (ファズ合同会社)**

詳細記事：<https://thefas.jp/brand-desirability/delivery-skills/>

このガイドは、ビジネスパーソンの成長を支援するために無料で配布されています。