

家オペカマトリックス：エピソード例のタイトル一覧表

家オペカ (数字・エピソード・成果)	コミュニケーションカ	リーダーシップ	マネジメント	企画・提案力	プレゼンテーションカ	交渉力	コスト改善	段取り力	忍耐力
ご近所づきあい	人間関係の構築①	町内イベント	非常時の対応①	非常時の対応②	アパート建築	ピアノの騒音	クリスマス会	引っ越しのあいさつ	人間関係の構築②
ママ友・パパ友との交流	複数のコミュニティ	ランチ会①	交流会①	ランチ会②	参加者集め	いじめへの対応	交流会②	交流会③	トラブル対応
子どもの習い事	役員①	父母会①	父母会②	父母会③	父母会④	発表会	父母会⑤	役員②	送り迎え
PTA活動	難しい保護者	生徒数の急増	組織運営	イベント実施	緑化運動	通学路の安全確保	記念行事の運営	定例会	会議での議論
自治会または マンション管理組合	ムードづくり	管理会社対応	自治会の運営①	役員の決め方	役所との折衝	住宅建築トラブル	自治会の運営②	地域の催し	井戸端会議
家計管理	夫との情報共有	コスト比較①	貯金①	コスト比較②	マイホーム購入	親との同居	教育費の捻出	家計簿	貯金②
子育て	個性の尊重	習い事の練習	受験①	独自の教育①	受験②	独自の教育②	生活費の捻出	育児と勉強の両立	乳児期の苦悩
家事	買い物①	家族を巻き込む①	家族を巻き込む②	家族を巻き込む③	家事の委託	買い物②	自給自足	育児と介護の両立	大量の洗いもの
ボランティアなど自主活動	組織の運営①	事件への対処	組織の運営②	参加者の募集	活動の拡大	許可の取得	活動費の見直し	情報の発信	家業の継承