



この人に  
教えてもらいました

株式会社高橋書店  
森 拓麻さん

日本を代表する手帳メーカーの高橋書店では、4月始まりの手帳だけでも全155種が揃う。「カレンダータイプの予定表の中でも、罫線が入っているものを愛用しています。午前と午後、また仕事とプライベートに分けて予定が書き込めて便利です」

手帳は高橋 で検索

## 新生活に向け スケジュール管理をしっかりと 手帳の基本はこの4タイプ

手帳を使いこなすには、手帳とのマッチングが重要です。  
あなたのライフスタイルに合う手帳を探しましょう。

### 2 カレンダー タイプ



Point ブロック式の月間予定表  
のみのシンプルな手帳



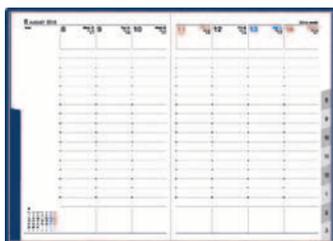
クレールインデックス  
1,145円  
(チェック柄3色)

こんな人にオススメ

- 1か月の予定を把握したい方

ビジネスやプライベート、また学校関係の予定など、なんでも自由に書き込めるスタンダードタイプ。見たい月が素早く開けるインデックスや巻末には切り取れるメモが付くなど、薄型ながら多機能な手帳です。

### 1 バーティカル タイプ



Point 一日のスケジュールが  
時間単位で把握できる



シャルム 1,760円  
(紺・ワイン)

こんな人にオススメ

- バリバリ働くビジネスマン
- 自身の予定や子どもの習い事などを時間軸で整理したい方

バーティカルタイプとは、週間予定表の一日の枠が縦に帯状になっていて、さらに30分とか1時間とかの単位で予定を書き込むことができます。10時から12時までは会議、14時から15時までは打ち合わせ...など、一日の予定が複数詰まっている方におすすめです。

### 4 メモ充実 タイプ



Point 100ページを超えるメモが  
巻末についている



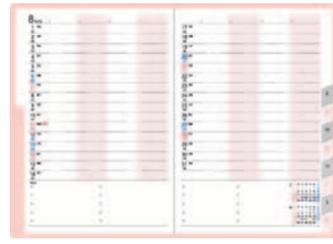
T(ティーズ)マンズスリーロジェ  
1,620円  
(チャコールグレー・オリーブグリーン・サックスブルー)

こんな人にオススメ

- 自己流で手帳を使いたい人
- とにかくいろいろ書きたい人

スケジュール管理とノート機能を両立した手帳です。思いついたことをたっぶり記入したい、自由なアイデアで手帳を自分流に活用したい、そんな方におすすめです。シンプルで飽きのこない装丁も魅力です。1年後には愛着あふれる一冊になっていることでしょう。

### 3 ファミリー タイプ



Point 4人分の予定が書き込める  
月間予定表がある



T(ティーズ)ファミリー手帳  
1,188円  
(ピンク・パステルブルー)

こんな人にオススメ

- 家族の全員の予定を一目で把握したい方

月間予定表として、一日の枠を横長にとって縦に並べ、さらにこれを縦方向に4つに区切った予定表を設けています(上記写真参照)。家族4人の予定をお母さんが手帳で一括管理。いつでもどこでも、家族の予定と照らし合わせながら自身の予定が立てられるのはまさに手帳ならではのメリットです。

#### 高橋書店の森さんおすすめ

Pick Up 2

### リンクアップ式 タイプ



Point 十字に区切られたスペースで、  
複数の予定や項目が管理できる



デスクダイアリー  
1,566円

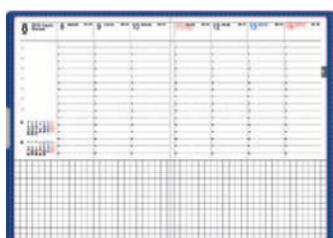
こんな人にオススメ

- 一日に複数の予定がある人
- 食事記録をつけている人にも

週間予定表の一日ごとのスペースを、十字に区切った大きめの記入欄(上記写真参照)は、高橋書店のオリジナルです。ここに予定を記入すれば、今日こなすべきことが一目瞭然。また4つの欄を朝昼晩と間食に分けて食事内容を記入したり、その日出会った人を書き留めたりして活用している方もいるようです。

Pick Up 1

### バーティカル タイプ



Point 週間予定表に、広いメモ欄が  
組み合わせてある



T(ティーズ)ディレクションダイアリー  
1,620円  
(紺・レッド)

こんな人にオススメ

- アイデアを素早く書き留めたい人

1週間の予定表とメモ欄が連動しているような構成です。その日思い浮かんだビジネスアイデアをメモや図でざっと書き留めたり、お子さんの成長を絵日記風に記録したり、使い次第で可能性が多様に広がる手帳です。

### 4月手帳は こんな人に オススメ

習い事や  
資格取得など  
目標が  
ある方

入園・入学、  
引っ越しなど  
ライフスタイルが  
大きく変わる方

会社の  
サイクルが  
年度単位(3月)  
の方

#### 月曜始まりと日曜始まり

好みが変わるところですが、土日の予定をまとめて把握したい人には月曜始まりが便利です。ちなみに土日の欄が平日よりも小さい、「平日重視」のビジネスマン向けの手帳もあります。今の時期なら「4月始まり手帳」がおすすめです。

#### サイズを選ぶ

時代によってトレンドがありますが、コンパクトなものからしっかり書き込めるB5サイズまで。「上着のポケットに入るものもいい」「細かく予定やメモを書き込みたい」など、ニーズに合うものを選びましょう。

タイプの  
ほかにも

手帳選びは  
ココにも注目

充実した毎日を記す  
自分らしい手帳づくり

子どもの入園・入学や引っ越しなど、ライフスタイルの変化を迎える人が多いこの時期。そんな方のスケジュール管理にぴったりなのが「4月始まりの手帳」。今回は株式会社高橋書店の森さんに手帳の選び方や書き方のコツを伺いました。また紹介している商品は、TSUTAYA BOOK STORE、EXPOCITY店の特設コーナーで購入することができます。