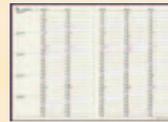


手帳をもっと  
効果的に使うための  
ミニアドバイス

1 「年間」「月間」「週間の  
各予定表の活用方法を知ろう」

年間予定表は年間の大まかな予定を把握するのに使います。旅行や帰省、出張などの時期を計画したり、学校や会社の年間行事を控えたりするのいいでしょう。

予定だけでなく1年の目標など、人生の道しるべとしても活用できます。



2

手帳を  
日記帳代わりに

週間予定表のスペースや巻末メモなどを自由に使って、今年一年を記録することにも手帳を活用してみたいかがでしょうか。歴代の手帳をストックして、日々の生活を振り返るかたもたくさんいます。

3

シールやテープで  
楽しく便利にアレンジ

習い事に合わせてシールの色を変えたり、旅行の期間にテープ状のシールをざつとはりつけたり。自分流の手帳づくりを気軽に楽しんでみてください。

手帳の数だけ  
使い方色々

アイデアが詰まった  
手帳の中身をお見せします。



編集部スタッフ  
よしみん

同時進行の制作業務が複数あるため、1年分のスケジュールが1枚につなげたジャバラ式のクリエイターズダイアリーを使用。

上部の縦軸に時間管理、下部の横軸には長期プロジェクトの工程やTODOを記入。シールやマスキングテープ、イラストなどで賑やかにして、少しでも手帳をつけるのが楽しくなるよう管理しています。裏側のフリースペースは、今年の目標計画やメモとして活用。



Type パーティカル  
Size ジャバラ折り

流動的な予定は付箋に書いて簡単に動かせるようにすればわざわざ書き直す必要がなく、変更の可能性もあることもひと目でわかります。ただ予定を記入するだけでなく、一言日記などをつけて見返す楽しさがあれば日々丁寧にかわいく書こうと思えますよ。



イラストレーター  
浅田めぐむ

自分流にアレンジしやすい、マンスリーとウィークリーのあるオーソドックスなタイプを使用。

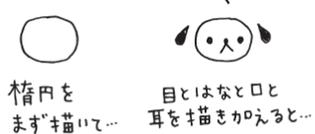
使い勝手の良さが  
お気に入り

中の罫線や日付の色味が薄いので書き込む文字やイラストが映えるのが気に入っています。マンスリーにはその日に起こった大きな予定を、ウィークリーには細かい出来事を詳しく書いています。シンプルなので自分好みにカスタムして、日記のようにも使っています。



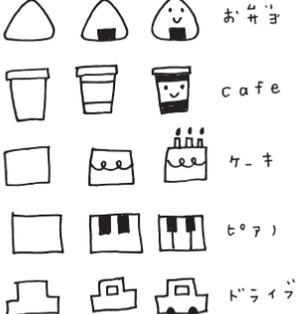
イラストレーターが考えた

簡単に  
かわいく描ける  
イラスト講座



楕円を  
まず描いて...  
目はなと口と  
耳を描きかかると...

Point なるべくシンプルに、マークや記号を描くような気持ちで、丸や四角や直線などを組み合わせていきます。例えば動物を描く場合、まず楕円を描きます。それに耳の形を変える事で色々な種類の動物を表現することができます。



Type マンスリー&ウィークリータイプ  
Size B6

参考になる  
手帳づくりの書籍



結果を出している人が  
必ずやっている手帳フル活用術  
(1,080円・永岡書店)

効率的に結果を出すために有効なPDCAサイクルと、手帳を戦略的に組み合わせることで、結果を出し続けることを可能にした手帳術の本です。どのタイプの手帳でもフルに活用できるものばかり。



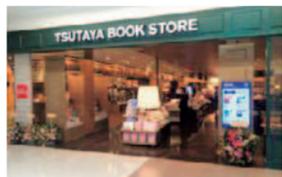
日経WOMAN別冊  
新しい自分が見つかる手帳&ノート術  
(810円・日経ウーマン)

ノートや手帳を上手に使いこなすと仕事力がアップするだけでなく心のモヤモヤがすっきりする、夢がかなうなど、プライベートでもいいことがたくさん起こるはず。

TSUTAYA BOOK STORE × City Life  
ららぽーとEXPOCITY店

特設コーナーを設置!

P2~3で紹介している手帳や文具、書籍は  
ここですべて購入することができます



問:TSUTAYA BOOK STORE ららぽーとEXPOCITY店  
ららぽーとEXPOCITY 2F  
営/10時~21時 無休 ☎06-4864-8270

手帳に合わせて揃えたい文房具

手帳づくりに欠かせないのが文房具。

ここでは機能的かつデザイン性に優れた逸品を紹介します。

手帳に合わせてお気に入りの文房具を見つけてください。



この人が  
おすすめします

TSUTAYA BOOK STORE  
ららぽーとEXPOCITY店  
イベント担当  
芝田 さん

30万冊もの書籍を扱う北摂地域最大の大型書店。本屋・文房具・雑貨・カフェの融合した次世代のTSUTAYAとして注目を集める。「シンプルで長く使える商品を紹介します」。

BOOK DARTS  
ブックダーツ  
1,512円



本のしおりとして、クリップとしても使え、受験勉強やビジネスシーンなど幅広く活躍してくれます。厚さ0.7mmで一冊の本に何十個と付けてもかさばらず、ページだけでなく行までマスキングできます。

LAMY safari  
ラミー サファリ 万年筆  
4,320円  
(シャイニーブラック、レッド、ブルー、イエロー)



軽くて丈夫な樹脂製ボディのグリップ部分には、誰もが正しくペンを握れるようにくぼみが設けられています。大型のワイヤー製クリップは、デニムなど厚手のカジュアルウェアのポケットにもしっかりとグリップします。

BRASS PENCASE  
ブラス ペンケース 4,104円  
(パッケージ/H63xW193xD33mm  
本体/H50xW170xD18mm)



無垢の真鍮の板をプレスして作った身蓋式のミニマルなデザインのペンケースです。使い始めは金色の光沢がありますが、長く使うほどに深くにぶい色合いになり、アンティークの道具のような佇まいに変化していきます。

ヤマト CHIGIRU  
チギル  
518円(全10色)



5ミリ方眼のミシン目入りで必要なサイズにカットできるのり付き付箋。用途に合わせて様々なサイズにカットできるので、表示ラベルやスケジュール帳管理、インデックスとしても使用できます。