

INTRODUCTION

作業時間... ステキな人ですか?
デジタルは便利だけど、(ポリネシア)
"手帳文化の応援" Forever です...♡
紙最高!!
作業時間の7割(=2割)に

算出からわかる ← 紙のいいところ

Biz 丈夫な紙質

2022, 12月 ~ 使える!
(11/28 ~ バック4枚使えそう)

A5スリム ¥3,520 ライトブルー好きかも

*カバーなし
Biz A5スリム ¥3,300
74アカバー ¥660
¥3,960

ステッカーが貼ってある!!
ごちゃごちゃに見えるかな?
(表紙が見せることないか...)

ジジキと一緒(持ち歩きやすい文房具)

- STYLE Fit
- 無印? ポストネット? 小さいぶん
- 2インクライター ガレ

手帳の"葉"がD+

葉を貝える化 = 行動できる形(=なる)
(私をどうだったか)

1年後どうなっていたか...
来年はもっと意識を高めよう

これをしっかり考えよう
行動できる1年(=なる) (2020年がそうだった)

手帳の書き方 → 自分に合う合うこと

ホッテイングな目標

手帳や文房具(=開いて) - 生きていること♡

Bizはクリンカラードットが使えるんだけど?!
すんげー!!♡♡
(真実(はわからないうけど))

"やりたいこと" (に前向き(=単純)できる
自分のモチベーションを上げる手帳(にできる)を
自分で自分をマネジメント!!
止まらずに1年(=したいこと)

今の手帳長に足りないこと
ToDoや目標は書いても振り返ってない!!!!

振り返り → 言+画 → 作業系 → 行動力
(来年は↑ コレをたくさん(=行こう)!!)

マンスリー

仕事は変更を多い
ぶん管理する??

7/7/30(=使いにくい)

ガチャカート

習慣化したいことリスト

1. 朝手帳
 2. 運動, スレウチ
 3. Instagram
 4. Blog
 5. Twitter
 6. 1日の振り返り
 7. 韓国語勉強
 8. 水2L飲む
 9. サウナ
 10. 10年日記
- (全部で12つ書ける, (ぞい!!))

WEEKLY

1wのToDo + 目標

仕事のToDo(=先)に書いておく
ズレそう(=ToDo(=ぶん)で)
基本、ブラウザブック1冊でOK!
(SNSは色分けしたいけど、めんどい?)
アチ・ヒル・ヨルは SNS 記録(=使う
家計本もどっかに書いてい

迷ってないけど、ガイドブック読んで
完全に決まった...

ジジキ手帳 Biz 買いますっ♡
2022.9.3 Orisa