

あなたと ののろー(の)

2024.06.30 てちよん祭り4

- サークル名：nonolog
- 書いた人：野々蘭 (ののらん)
- X (旧 Twitter)：@nonolog0901
- IG：@nonoran_log (Tアスト中心)



ののらん

こんにちは、野々蘭 (ののらん) です。
ページをご覧ください、ありがとうございます！

「手帳が書けない期」あるよね

ちよんど開催日の今日で、2024年も折り返し地点となりましたね。
中には、半年間手帳を使ってみたうえで、改めて手帳会議を開くといふ人もいるかもしれませんが。

実を言うと私も、5月頃に手帳の使い方がいくりこたくなったり、
そろそろ自分自身のエネルギーが枯渇していて、全然書けないときがありました。まあ、手帳民あるあるですよね (たどと思いたい)。

そんなわけで今回は、変な時期に手帳会議をやり直した話と、
「ほぼ日手帳愛」が再熱した話をしたいと思います。

この頃の私

ぐるぐる

使い分けが
いくりこたない

でも一元化
も苦手

とにかく
何もかも手帳に
か上からん

シンプル
変わった
腰と背中が
痛くて机に
向かえない



たくさん手帳を
買ったけど
何度くり返せば
気が済むんだ

自分に対して
いろいろネガティブ

同人誌にまで
書いたのに

継続してる人
すごいな...

■ とりあえず“落ちつけ”。

いまでも自己嫌悪にみたってても何もならないので、いったん手帳との向き合い方を整理することにしました。

① “ムダ”な完璧主義をせめよう

「書き始めた手帳の使い方を途中で変える」というのがどうも苦手でした（主にとじ手帳。システム手帳は中を一新できるのも、気分転換やミッドチェンジがしやすくていいですね。）

でも、別に誰に見せるわけでもなければ作品でもないし、とりあえず思い付いたせり方をどんどん試そうと思いました。

どうでもいいところで“初志貫徹”目指してる場合じゃない！(๑)

② 自分のやりたいことせ目標にフォーカスする

「見返したとき楽しい見たいにしたい」、「面白い使い方をしたい」という願望が昔から強いのですが、継続できたためしがない…。アイデアを試すことは否定したくないけど、今はとにかく、最低限ルールとしての役割を継続できるようにしたいと思いました。

(タスク管理できたことのログ、レポートを感じたことのメモなど)

■ よし、本を読もう。

ここで、情報集収兼モチベ上げのために、手帳に関する本を読み返してみることに。

実は私を手帳沼に引きずり込んだのは、書店でたまたま出会った「ほほ日手帳公式ガイドブック 2011」でした。

こうしてバックナンバーを読み返しているうちに、「やっぱり私を元気づけてくれる手帳だな…」と思い、4月(はじまりの)カズニ(AS)を5月末に注文。去年「重い」とか言って買うのせめてたのにね…

本棚に
あ？

「ほほ日手帳公式ガイド」
の楽しいところ

- 職業も年齢も幅広い方々の使い方が見られる
- 派手でオシャレなのはOKじゃない。リアルなページがたまらん！



とくに好きなのは
2021年と2022年!
(感覚的ですが…)

📅 "ライフログ"としての(ほぼ)日手帳カズン

以前、「なんでも書いてOK!」にしてはとこる。その見事にT本を書いて
 (いいのが分からなくてよかったです(笑))

そのため、フォーマットとアイコンを決めて、最低限の力で書けるライフログ
 として使っています。

がおいやすとか、え、というのはいさむよくあきらめました(笑)

「今日T本ができたか」、「この日何をしたか」、「どんなものを見て何を感じたか」
 が残せたらそれでいい!ってカンジです。

※内容は架空の日記です(でも大体こんな感じ)

ゆる〜い
 時間と食事ログ
 (サボりときもある)

チェックボックスは使えてない

それぞれジャンルによって
 アイコンを設定しています。

- ▶ 動画の話題
- 📺 音楽の話題
- 🎮 ゲームの話題
- 📰 世の中のニュース
- 📖 体調のログ
- 📖 読書のメモ
- 📌 行動、できごと
- ◇ ひトリごと、感情

以前はT本調ログは別の手帳...
 など分けていましたが、このへんは
 一元化した方が続けと学び
 ました(私の場合)。
 YouTubeの話をかしてあげが...
 w

【振り返りアイコン】

夜に書く!

- ◎ できたこと
- ♡ 感謝、うれしかったこと
- X 反省

最低でも「できたこと」を1個は書きたい!
 と思っています(しょもない日もあります)。
 感謝ログはいろんな人の受け売りで始めて
 みました。

その他の手帳事情

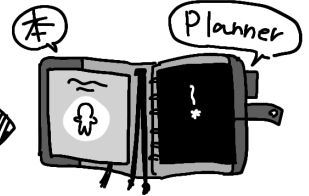
これを機に、もともと使っていたほぼ日手帳たちとその他の手帳の使い方も見直しました。というが、現在進行形で会議中(笑)とリあえず"現状移動している手帳たちはこんなカンジです。

● ライフデザイン手帳

YouTubeでもおなじみ(?)高田さん700ページの手帳。
長期計画と週のタスク管理に便利なフォーマットなので、計画用に。

● ほぼ日手帳 Weeks (おはゆるらさき)

創作関係のログにしたかったけど、行動地作業のログはカズミに書いてるので、メモのスケジュール管理とメモ用に変更。
朝にその日のタスクを書き出したリもしています。



● ほぼ日 Planner (in Coppia M6)

↑イラストを描くと買ったもののせはリスカスカ...
現在は文庫本とともに「Coppia」に入れて、プリントした情報や考ごごきなどを書いてはいる人に見せられたい手帳になつています...(笑)
(とうとうに自分への叱咤 激励 がはじまるからw)

● ほぼ日手帳 オリジナル

これも上手く言えないのですが、日常や創作の中での「気づき」みたいなのを書いたりしています。Plannerよりはポズィティブというが(笑)、「こういうの好きかも!」みたいなワクワクする気づきとか、言われて嬉しかったこととか、そういう意味で見返したくなることをまとめた手帳にしたいなと。
あと、マンスリーに1日1つ欲望(Wish)を書いています。欲まみれw

見た目だけは
がわいく!w



あと
かき
ぎ

字が汚ないワセに文字ばかりのA0-A1になってしまいましたすみません
最終的にほぼ日の読みたくなっちゃいましたが、なるべく思い入れの強い
アイテムに絞って、自分に必要な用途を継続していきたいという話で
ございました!(笑) お読み頂きありがとうございます♡ memo