

パターン①：王道バランス型 執筆テンプレート

1. 自己紹介 | これまでの経歴と発信する理由

書き出すための起点 1: これまでの人生や仕事で、一番時間を費やしてきたことは何ですか？

書き出すための起点 2: なぜ今、他のプラットフォームではなく「note」で発信しようと思ったのですか？

書き出すための起点 3: あなたの記事を読んだ人に、どんな気持ちになってほしいですか？

2. 今一番ハマっていることを言語化してみた

書き出すための起点 1: 最近、誰かに頼まれたわけでもないのに、ついやってしまうことは？

書き出すための起点 2: その対象のどこに、他のものにはない「面白さ」を感じていますか？

書き出すための起点 3: それを始めてから、あなたの日常や考え方にどんな変化がありましたか？

3. 最近うまくいったことと、その理由

書き出すための起点 1: この1週間で「よしっ！」と思えた、小さくても具体的な成功体験は？

書き出すための起点 2: 成功の要因を振り返ったとき、事前に準備したことや意識したことはありますか？

書き出すための起点 3: 次回、もっと楽に同じ成果を出すために「マニュアル化」するとしたら？

4. 最近の失敗と、そこから学んだこと

書き出すための起点 1: 最近「やってしまった……」と落ち込んだり、反省したりした出来事は？

書き出すための起点 2: なぜその失敗が起きたのか、当時の自分の心理や状況を客観的に分析すると？

書き出すための起点 3: その失敗を経験したことで、新しく手に入れた「教訓」や「ルール」は何ですか？

5. 初心者頃に悩んだことと解決方法

書き出すための起点1: 今取り組んでいることを始めたばかりの時、一番「高い壁」だと感じたことは？

書き出すための起点2: その壁を乗り越えるために、どんな情報を探し、どんな行動をとりましたか？

書き出すための起点3: 今、当時の自分と同じ悩みを持っている人に、最短ルートを教えるなら？

6. 今の自分の考えをまとめてみる（価値観・信念）

書き出すための起点1: あなたが物事を判断するときに、無意識に大切にしている「基準」は何ですか？

書き出すための起点2: 逆に、世の中で「これは違う」「納得できない」と感じてしまうことは何ですか？

書き出すための起点3: その考え（価値観）を持つようになった、原体験となるエピソードはありますか？

7. 誰かにおすすめしたいもの・サービス

書き出すための起点1: 最近手に入れたものやサービスの中で、一番「買ってよかった」と思えるものは？

書き出すための起点2: それを使う前と後で、あなたの悩みや不便さはどう解消されましたか？

書き出すための起点3: どんな悩みを持っている人に、そのアイテムをプレゼントしたいですか？

8. 1日の行動ログを振り返る

書き出すための起点1: 昨日（または今日）の24時間を、時間単位でざっくりと書き出してみると？

書き出すための起点2: ログを見て気づいた、「一番集中していた時間」と「無駄にってしまった時間」はどこ？

書き出すための起点3: 理想の1日に近づけるために、明日から一つだけ変えたいアクションは何ですか？

9. 過去の自分にアドバイスするとしたら

書き出すための起点1: 1年前（または特定の転換期）の自分は、どんな不安を抱えていましたか？

書き出すための起点2: 今の自分から見て、「その不安は必要なかったよ」と言える理由は何ですか？

書き出すための起点3: 遠回りせずに済むように、当時の自分にだけ教えたい「具体的な一歩」は？

10. 今後やってみたいことリスト

書き出すための起点1: お金や時間の制限が全くないとしたら、挑戦してみたい「妄想」は何ですか？

書き出すための起点2: そのリストの中で、今の自分のリソースで「3ヶ月以内に始められること」は？

書き出すための起点3: それを達成したとき、あなたの周りの景色や感情はどう変わっていると思いますか？