



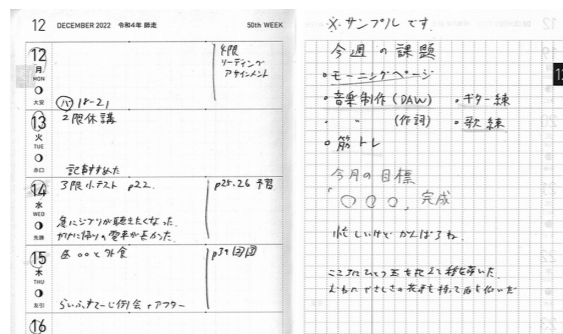
「ほぼ日手帳」
——手帳のいいところは？

見開き分の情報が一目で分かるのがいいですね。感情が筆跡とか文字の大きさにも出るので記録としても思い入れが強い。視認性や字と絵の自由度を求める人にはおすすめです。私は余ったスペースにアイデアや落書きをしています。外装が好きなアニメの柄なのも重要なポイントです！

——どのように使っていますか？

時間割はKULASISに任せて、イレギュラーなイベントとタスクを書いておきます。1日の終わりにその日の出来事や心の声を書くこともあります。

右ページには今週毎日でも取り組みたいことをリストアップします。やった日は日付にペンやマーカーで簡単に印をつけています。自分の頑張りの量を可視化して励みにも戒めにもしつつ、たくさんマーカー引いてカラフルにしたいという子供みたいなモチベも兼ねて(笑)。週4日達成できたら自分に合格をあげて、活動のモチベと成果を維持できるようにしています。これを続けているうちに習慣化できることもあります。(小海)



彩り手帳でやる気持続

手帳は私の必需品

——今のツールのお気に入りポイントは？

第一はメモ欄が大きく、タスクや進捗状況を書き出すのにとっても便利な点です。手帳を使っているのは、元々手書きに慣れていたので、元々手書きに慣れていたので1日の終わりが0時、かつ自分で延長して書き込みできるのも嬉しいところ。ちなみにこれは年末に彼女とお揃いで選んだもので、それゆえの愛着もあります(笑)。

▲「NOLTY エクリ」

——手帳を続けている理由は？

4つのサークルと様々な委員会に所属しており、日々会議や締切に追われていまして……。頭の中だけでは処理しきれず心身ともにダウンしてしまいます。そこで手帳に書き出すことで自分の現状を落ち着いて見直す機会を作っています。やるべきことがはっきりすると自分の消費エネルギーの配分も見えてくるため、かなり心持ちが楽になります。



——使う上での工夫を教えてください
最重要事項、プライベート、その他で色分けしています。自習など自分のための時間はカッコをつけて区別。下の余白には1週間の食事計画を立てて、週1の買い物に役立てています。予定が変わりやすいので書くのはフリクションで。(でこぼん)

「あつ、予定忘れてた……」
「今日1日、なんだか無駄にすごしちゃった」
そんな経験はありませんか？
(編集：小海)

私の予定管理術

【スマホアプリ】
・Komorebi「シンプルカレンダー」
・BUILD「大学生の時間割」
・Lifebear「Lifebear」
・Recruit「シフトボード」



4人の使用ツールまとめ
【手帳類】
・ほぼ日「ほぼ日手帳」週間タイプ
・JMAN「NOLTY エクリ」
・コクヨ「キャンパススタディプランナー」

——「シンプルカレンダー」を選んだ理由は？
手帳はハードルが高かったので手軽に始められるアプリを探し、検索上位&高評価だった今のアプリを入れました。使ってみたらフィットしたので、そのまま続けています。ペンも使わずスキマ時間に手軽に設定できるので苦にはなりませんでした。

——どのように使っていますか？

私は予定のジャンルでとにかく色分けをしています。「シンプルカレンダー」では予定ごとに通知日時を3回まで設定できるので例えば「大学関係」では履修登録の開始直前の1回、「課題」では期限の3日前と1日前の2回設定して、無理なく間に合う時点と流石に取り組みないと危ない時点を把握できるようにしています。

——時間割もアプリで管理しているそうですね

「大学生の時間割」というアプリを使っています。色分け機能があり、必修やクラス指定の別や学問分野ごとに塗り分けてカラフルに作ることができます。また出欠登録の機能があり、欠席、休講を見返



アプリでお手軽&シンプルに

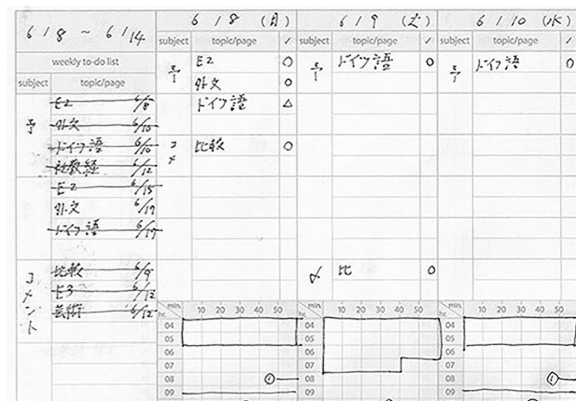
スマホと紙のハイブリッドスタイル

——どのようなアプリを使っていますか？

メインは「Lifebear」です。大学、試験&レポート、プライベート、アルバイトの4色に分けて登録します。臨時的な休日や友達の誕生日はスタンプ機能で登録して他と区別。仮の予定も「仮：○○」と登録しておき、ダブルブッキングを防ぎます。アルバイトの予定は「シフトボード」に登録し、「Lifebear」にも同期しています。勤務時間を登録すると自動で給料計算してくれるので便利です。



▲「Lifebear」



▲「キャンパススタディプランナー」

——紙ツールも併せて始めた理由は？
使える時間を把握していつタスクをするか明確にしたかったので。諸々のペース配分を修正できるのが強みです。タスクは増えた都度左端に書き出します。余っている時間がどれくらいあるか確認し、その日に実施するタスクを決めておきます。時にサボってしまうこともありますが、気にせず次の日から再開するのが肝心です！(みつめ)

はみだし
すてーじ

ナニゲナイコトモカカナデカクト……おしやれ？
⇒そこは「オシャレ」まで書ききって欲しかった……！

(農・2 レジデント)
(コンナカンジデスカ？；編)

はみだし
すてーじ

【編集部員(?) 紹介】みつめ：教育学部2回生。今回の記事のために編集部外からゲスト出演。原稿のクオリティ、ツッコミの鋭さ、そしてフツ軽さはどれも一級品。しばしば母親扱いされている。(一介のらいふすてーじ愛読者です。毎号家で保管しています)