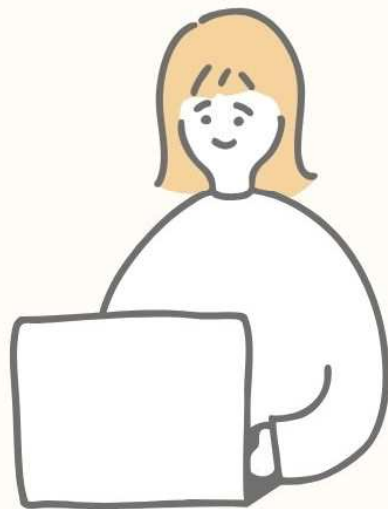


作業部屋へ
ようこそ

サイト作成を予定の方へ



ノートとペンをご用意ください

入力まで進めていく方は、作業用のPCなどでもOK

ミラクルダイアリー体験記： スラスラ書ける！ 投稿サポートガイド

書き方のコツ

魔法の3ステップで書く



① 変化前の悩み



② 小さな変化



③ お気に入りの使い方



基本情報の構成

【写真について】

- ①どんな風に使っているのか？（活用写真を5枚まで）
- ②プロフィール写真が必要になります



タイトル・活動名

あなたを象徴する魅力的なタイトルと、信頼を築くための活動名を明記します。



ダイアリー種類

愛用している、または推奨しているダイアリーのサイズや版を提示します。



紹介文（500文字）

想いやメリットを凝縮した文章を掲載。500文字を超える場合は別途相談が可能です。

掲載までのステップ



STEP 1
写真・文章の
素材準備



STEP 2
内容の
最終確認



STEP 3
事務局へ
データの入稿



STEP 4
サイトでの
公開開始

マヤミラクルダイアリー活用サイトに投稿しよう

■投稿に必要な情報は？

The screenshot shows the Mami Miracle Diary website interface. At the top, there are navigation links: "みんなの使い方", "マヤミラクルダイアリーとは", "募集中！ダイアリーの使い方", and "お問い合わせ". The main content area displays a diary entry with a red box around the title "理想の引っ越しができませんでした" (We couldn't move to our ideal house). The entry text is partially obscured by a red box. To the right, there is a search filter section titled "絞り込み検索" (Refined Search) with fields for "キーワード" (Keyword), "ダイアリーの種類" (Diary Type), and "テーマ" (Theme). The "ダイアリーの種類" section has radio buttons for "未分類", "手帳 (B6) サイズ", "ノート (B5) サイズ", and "プレミアム". The "テーマ" field is empty. At the bottom, there is a profile section for "千原 マヤ子" (Chihara Maya) with a "プロフィールはこちら" (Profile here) button and a small profile picture.



①タイトル

②ダイアリーの写真

③ダイアリーの使い方

④アドバイザー活動名

⑤プロフィール写真

隠したい部分は、
付箋を使おう

<補足>

研究会ホームページの
アドバイザー個人ページを
公開していなくても投稿できます



鍵その1：質問を固定する「魔法の3ステップ」

自由に書くのではなく、この3点に絞ることで思考が整理されます。



ビフォー・アフターを書き出すヒント

Q1: Before

問い：ダイアリーを使い始める前は、
どんな悩み（状態）でしたか？

例：「毎日が忙しくて、
ただ過ぎ去るだけだった」

Q2: After

問い：使い始めてから、日常で
「おっ？」と思った小さな変化は？

例：「シンクロ（偶然の一致）が増えた」

例：「自分を責めなくなった」

あなただけの「気づき・使い方」をシェアする

すごいテクニックである必要はありません。
あなたの等身大の習慣こそが、
誰かのヒントになります。

Q3: Realization

問い：お気に入りの「自分なりの使い方」
を1つ教えてください！

例：「寝る前に今日の『キン (KIN)』の
言葉を眺めるだけ」



Diary Reflection Session

01



ダイアリーを使い始める前は、
どんな悩み（状態）でしたか？

02



使い始めてから、日常で「おっ？」と
思った小さな変化はなんですか？

03



あなたはどんな使い方を
していますか？

04

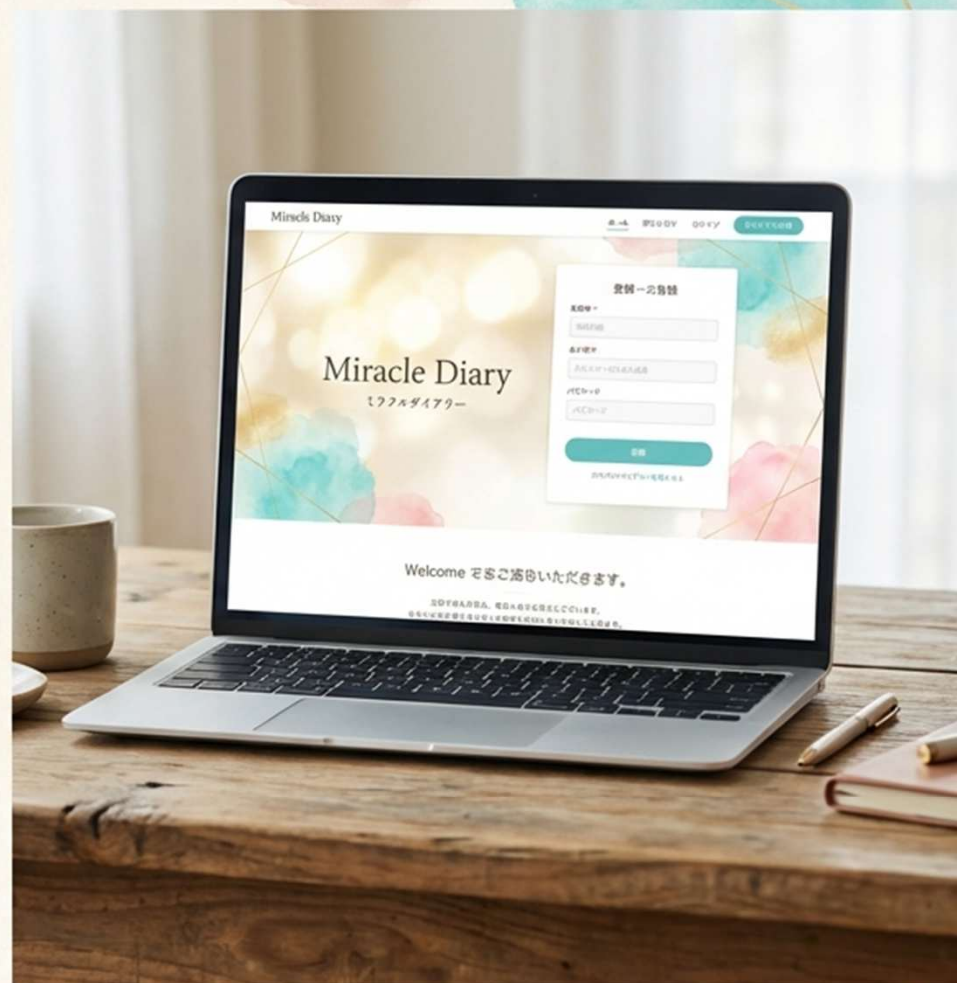


ここまです振り返って、あなたが
一番伝えたいことはなんですか？

さあ、あなたのストーリーを 届けましょう

以下のサイトから、登録・入力をお願いします。

URL: <https://map19syuppan.com/mayamiraclediary/>
(ミラクルダイアリーの使い方活用サイト)



あなたの「一歩」が、誰かの「道」になる。

完璧な文章でなくて構いません。

あなたの等身大の体験が、まだ見ぬ誰かの背中を押します。
マヤ暦アドバイザーとして、共にその輪を広げていきましょう。

鍵その2：言葉にするのが苦手でも大丈夫

チェックを入れるだけでも、立派な「共有」になります。

ダイアリーを使って変わったことは？（複数回答可）

- 嫌なことがあっても切り替えが早くなった
- 自分の強みがわかって自信がついた
- 家族や周りとの関係がスムーズになった
- タイミングの良さを感じるようになった

鍵その3：タイトルを決めやすくなる「4つの切り口」

投稿フォームのタイトル欄には、この4つのパターンから選んでみてください。

1. ドラマチック派
「変化」重視



2. 実用派
「使い方」重視

3. マヤ暦・本質派
「自分」重視



4. シンプル派
「直感」重視

パターンA：変化と実用性で惹きつける

「変化」を言葉にする (ドラマチック派)



「変化」を言葉にする (ドラマチック派)

- 例：「モヤモヤ期を抜けて、私らしく笑えるようになった13日間」
- 例：「『なんとなく』の毎日が『意味のある毎日』に変わった記録」

「使い方」を言葉にする (実用派)



「使い方」を言葉にする (実用派)

- 例：「寝る前5分、自分を褒めるためのマヤ暦ダイアリー」
- 例：「シールとマステで彩る、私だけのワクワク手帳術」

パターンB：本質と直感で表現する

「自分へのキャッチコピー」にする



「自分へのキャッチコピー(マヤ暦・本質派)」

- 例：「青い手の私が、手放すことで見つけた新しい景色」
- 例：「KIN○○の私が、リズムに乗って軽やかに生きるコツ」

「一言・直感」でつける(シンプル派)



「一言・直感」でつける(シンプル派)

- 例：「わたしのミラクル日記」
- 例：「ダイアリーと二人三脚」