

2021年5月1日

時短ライティング・ラボ

坂本ミカ

# 時短ライティング


## 実践講座 4月 (第2回)



# 本日の内容

## 主要トピック

- 1) Facebookページについて
- 2) テーマとコンセプト
- 3) (補足) テーマが決まらない方へ
- 4) (補足) ブログタイトルの決め方
- 5) 自分の価値を言語化する
  - ・素材の洗い出し・リフレーミング
  - ・個人の価値を言語化・テーマでソート
- 6) プロフィール作り

A top-down view of a desk with a laptop, a smartphone, and a notebook. The laptop is on the left, the smartphone is in the center, and the notebook is on the right. The desk is light-colored, and there are some plants in the background.

# Facebookページについて

# Facebookグループについて

## グループ作成の目的

ブログ更新の  
お知らせ

発信のシェアに  
少しずつ慣れる

記事の  
読み合い

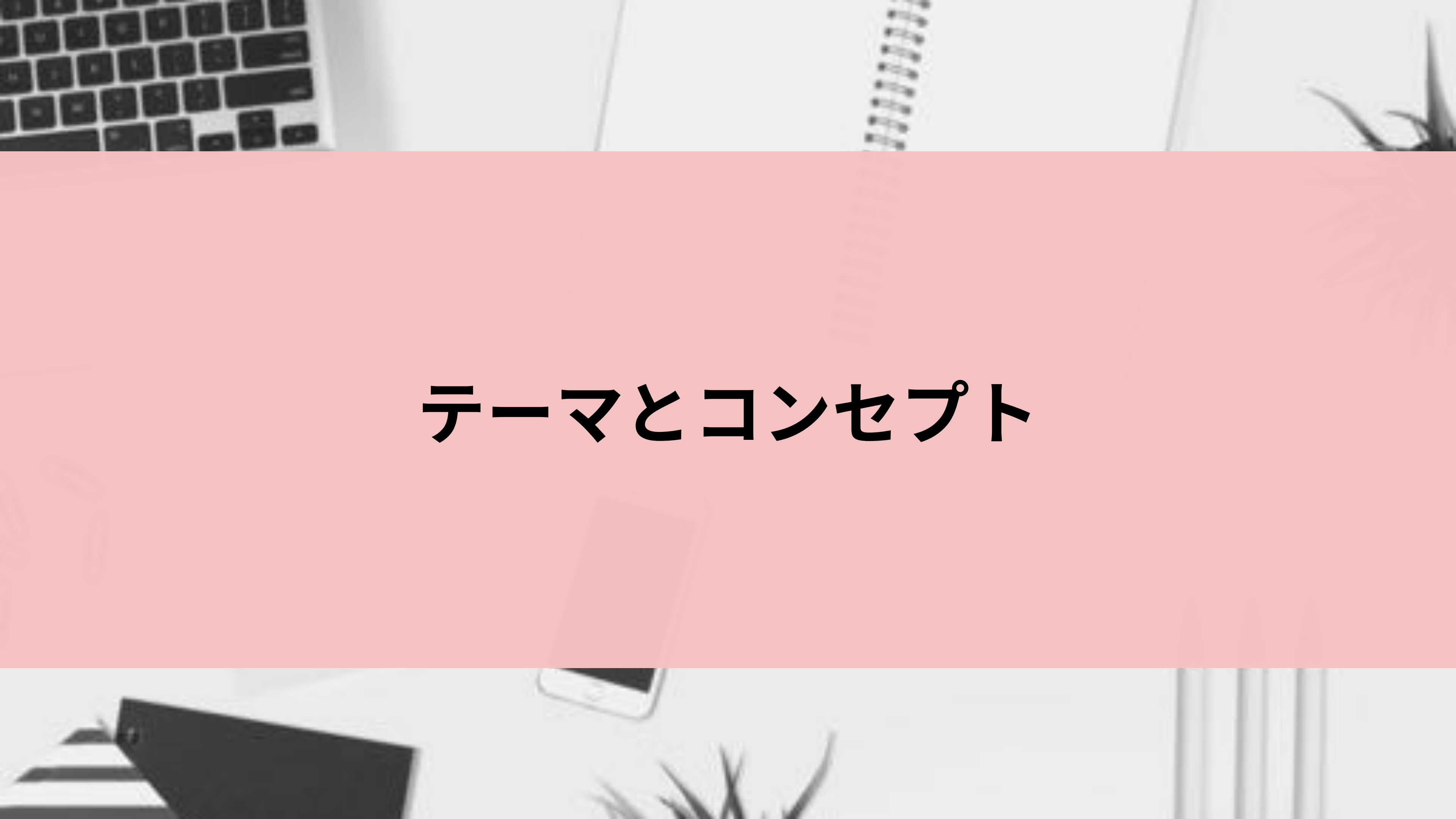
読むは  
書くへ繋がる

いただいた  
質問の共有

集合知を  
高め合う

坂本からの  
情報発信

知識と知恵を  
蓄積する

A top-down view of a desk with a laptop, a smartphone, and a small plant. A large, semi-transparent pink rectangle is overlaid on the center of the image, containing the text 'テーマとコンセプト'.

# テーマとコンセプト

# コンセプトとは

コンセプト＝

まだ知られていないモノ、コト、ヒトについて  
初めて聞いた人がパッとイメージできるフレーズ

# コンセプトとは

コンセプトが決まっていると…

- コンテンツの作り込みに指針ができる
  - 迷いが出たとき、原点に立ち戻れる
- 自分以外の人にわかりやすく伝えられる

# 3つの観点 (USP)

## コンセプトを作る3つの観点

Company  
自分

自分  
(強み)

Customer  
お客様

読者  
(悩み)

Competitor  
ライバル

同業者  
(市場)

流行  
世論



# テーマとコンセプトの違い

## <テーマ>

発信全体のベースとなる主題

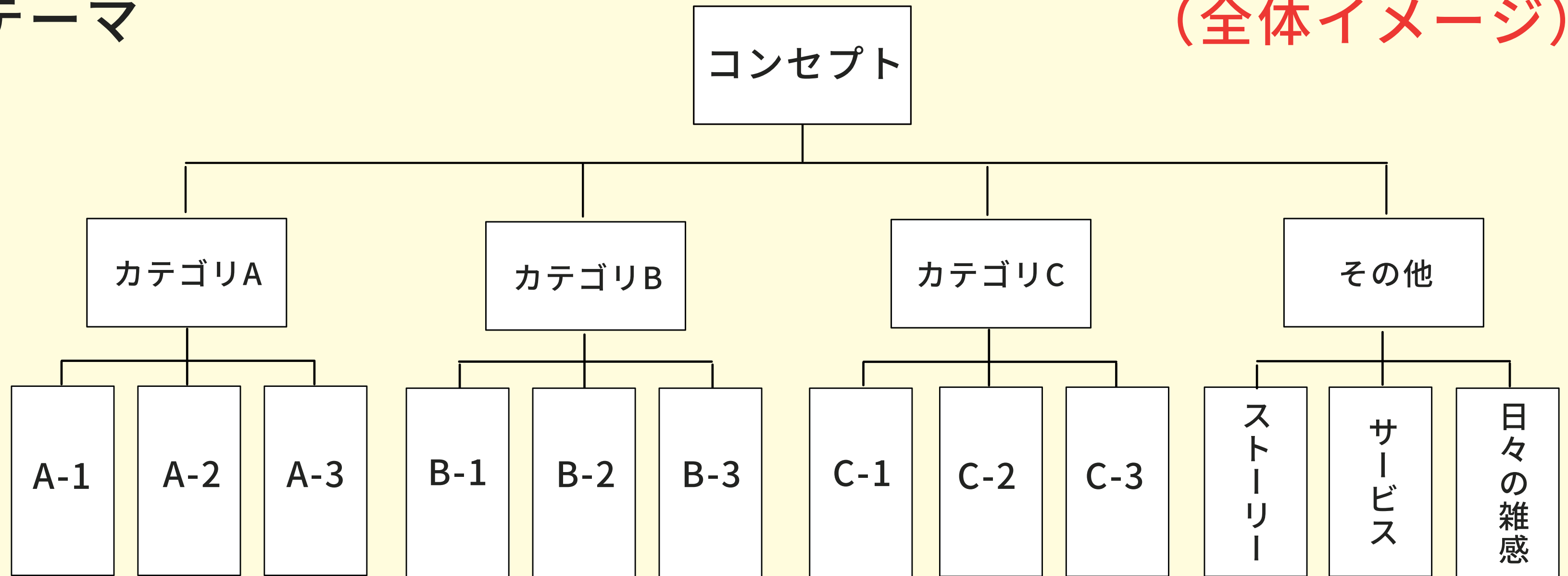
## <コンセプト>

発信全体の軸となる基本的かつ統一的な  
考え方や視点。

# テーマとコンセプト

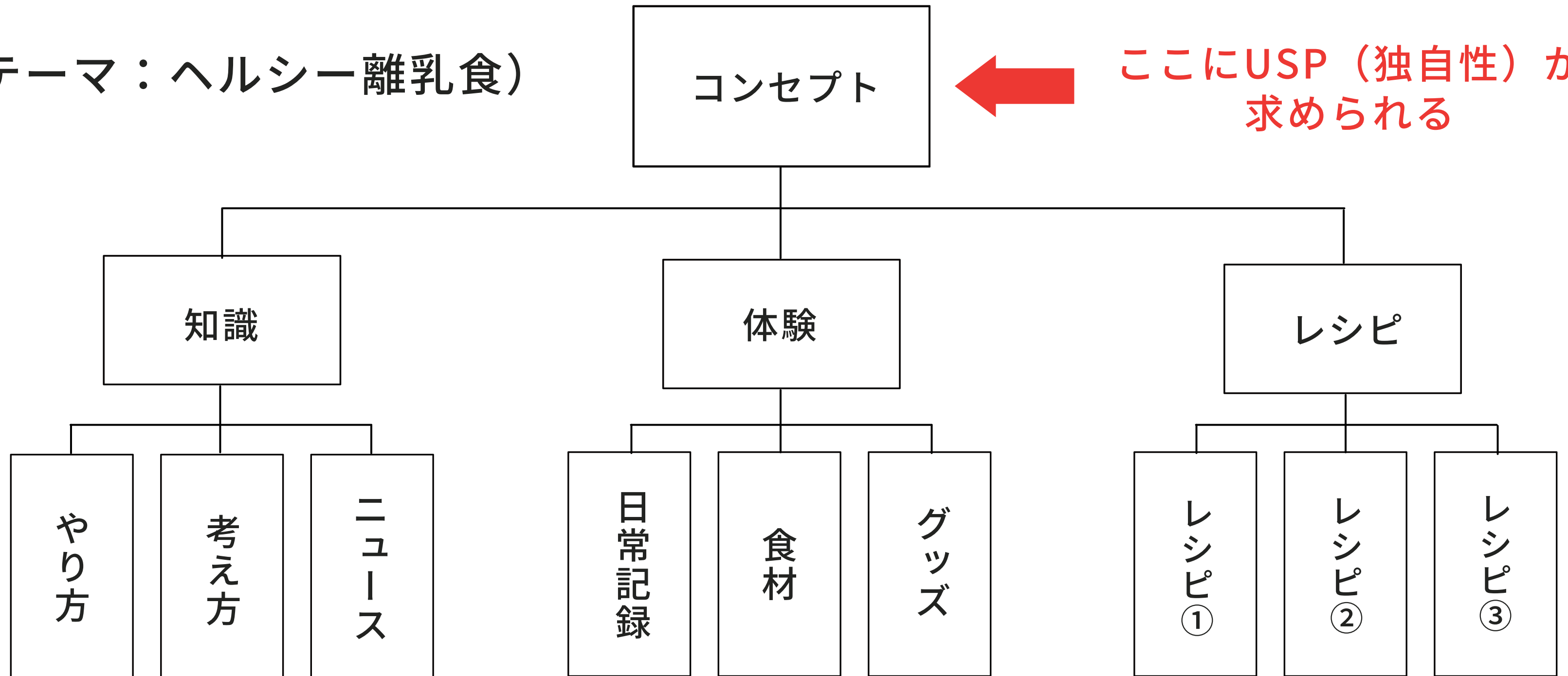
テーマ

(全体イメージ)



# 例（1）

（テーマ：ヘルシー離乳食）



# 例（1）

ヘルシー離乳食 ※テーマ



有機食品を使った離乳食

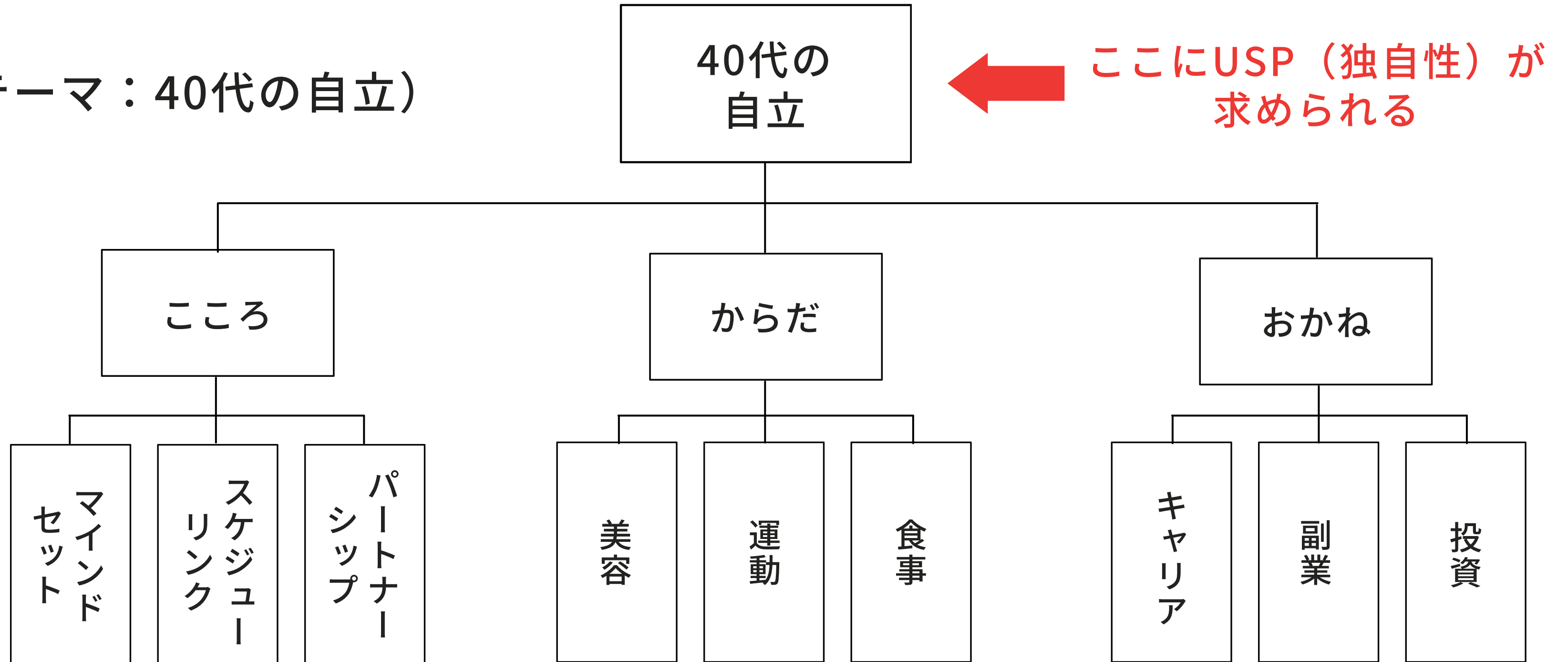


ワンプレートで栄養満点  
オーガニック離乳食 ※コンセプト



# 例 (2)

(テーマ：40代の自立)



# 例（2）

40代の自立 ※テーマ



40代から始める自分軸作り



海外発3つのメソッドで作る ※コンセプト  
賢い大人のブレない自分軸

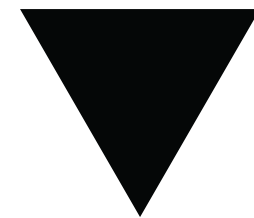


# コンセプトを作るために

市場が大きいほどUSPが求められる

自分だからこそ伝えられることは？

自分ならではの魅力や強みとは？



素材の掘り下げ、価値の言語化が不可欠

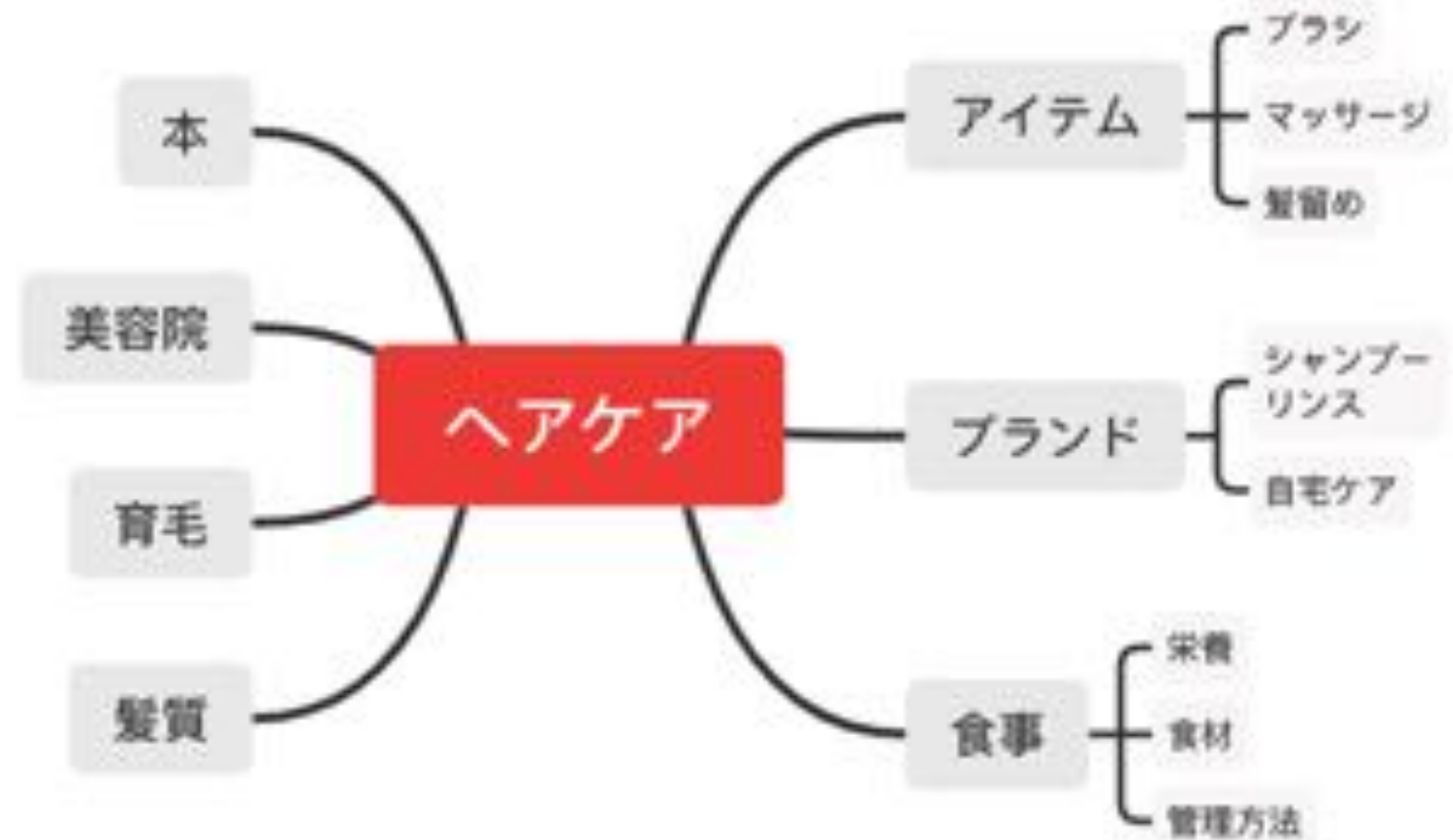
# (補足) テーマが決まらない方へ

テーマが決まらない方は  
日記からスタート！

A) トップダウン

B) ボトムアップ

→B方式を採用





# (補足) ブログタイトルの決め方

ブログタイトルの決め方  
→テーマやコンセプトに基づく

- A) プロジェクト名タイプ
- B) メッセージ文タイプ

- キーワードを入れる
- 分かりやすさが大事
- 日記風は原則NG
- 英語を使うなら慎重に
- 愛着が持てるタイトル
- プロジェクトの意識を

# タイトル&キャッチコピー例

## 時短ライティング・ラボ

ブログやSNSの「発信が続かない」を解消する  
マインドセット&アウトプット術

健康とアンチエイジングを実現させる、プラントベース9割な美食情報を発信中！

**Cook Eat Be Happy!**

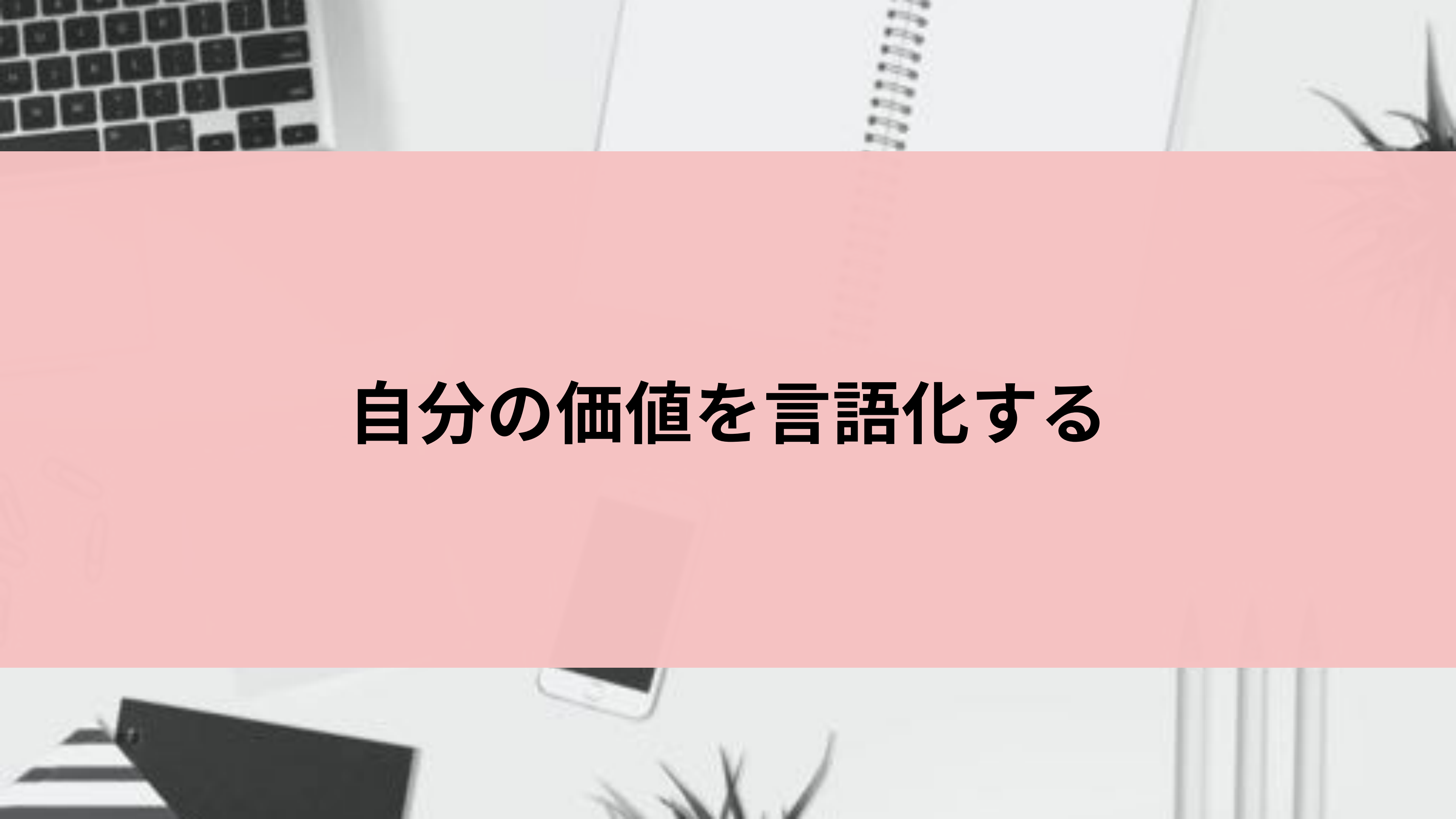
キャッチコピーとワンセット

## カリフォルニアから心に優しいライフスタイル

アメリカ在住22年  
「ワタシらしい生き方・あり方」を

食生活への向き合い方、また  
心に優しいアプローチでお届け

独身時代のウソのようなホントの話を  
ときどきノンフィクションでもお届け～

A top-down view of a desk with a laptop, a smartphone, and a notebook. The central part of the image is obscured by a semi-transparent pink banner containing the text.

**自分の価値を言語化する**

# 4つのステップ

素材の洗い出し



リフレーミング



個人の価値を言語化



テーマでソート

# 素材の洗い出し

例えばこんなこと

ライフスタイル

キャリア

知識

経験

趣味

嗜好

価値観

世界観

# 素材の洗い出し

(実質的価値)

数字や実績など  
客観的にわかること



(役に立つ)

自分がお客様に  
提供できるスキル・成果

(情緒的価値)

考え方や思いなど  
個人の主観的なこと



(意味がある)

実質的価値以外の  
喜び・嬉しさ

# 素材の洗い出し

なかなか出てこないときは…

「通算時間の法則」

「当たり前を見える化」

# 素材の洗い出し



## 洗い出しのポイント

とりあえずたくさん出す

これはどうかな？でも出す

関係ないことでも出す

できるものは数値化する

箇条書きでも、文章でも



# 坂本の場合

## (実質的価値)

メディア制作歴14年。編集者、ライター。  
紙媒体、Webサイト、ブログ、エッセイ、レビュー、幅広い「書く体験」。  
インタビュー経験多数。フリーランスで最高月商150万円。月に10冊読書。  
働く時間と場所が自由。アメリカ在住。単身渡米。男子ママ。40代なりたて。

## (情緒的価値)

行動力・集中力がある。基本的にタフ&ポジティブ。プランニングが得意。  
自他共に認めるマイペース。だいたい落ち着いている。  
活字まみれ。書くこと、読むことが趣味。コーヒーとチョコレートが好き。  
食べ物は生き甲斐。温かい気候育ち。美しく歳を取りたい。



実質的 & 情緒的価値を  
洗い出そう！

# さらに洗い出し（深掘り①）

深掘り①

他者視点を取り入れる



人からよく言われることはありますか？

# さらに洗い出し（深掘り②）

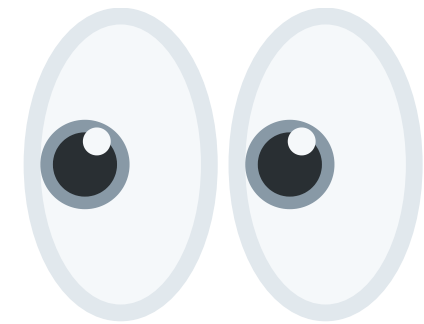
深掘り②

ネガティブアプローチ



嫌い、苦手、  
短所だと感じる部分はどこですか？

# さらに洗い出し（深掘り②）



## 視点をスイッチ

飽きっぽい性格 → 興味の幅が広い

すぐダラダラする → 休息の取り方が上手

ドライと言われる → 自立を促せる

ライブが苦手 → ライティングに特化

# さらに洗い出し（深掘り③）

深掘り③

ストーリー体験



これまで挫折や困難はありましたか？  
どうやってそれを乗り越えましたか？

# さらに洗い出し（深掘り③）

個性がないと悩んでいた



手当たり次第に  
興味があることをやってみた



ようやく天職に出会った

乗り越えた方法に  
自分らしさが現れやすい



価値が隠れている

# リフレーミング

書き出した価値をリフレーミング

できること  
伝えられること

発信者としての  
マインド



# 個人の価値を言語化



## 坂本ミカの価値



# テーマでソート

## 時短ライティングの 価値



~~単身渡米の  
方法~~

~~アメリカの  
ライフスタイル~~

見やすい  
資料作り

ライティング  
のコツ

編集者視点

コンセプト  
ワーク

在宅で  
稼ぐ

読書量の  
増やし方

ブログの  
収益化

一緒に  
考える

好奇心が  
旺盛

煽らない

話がしやすい

40代  
子育て中

音楽鑑賞が  
趣味

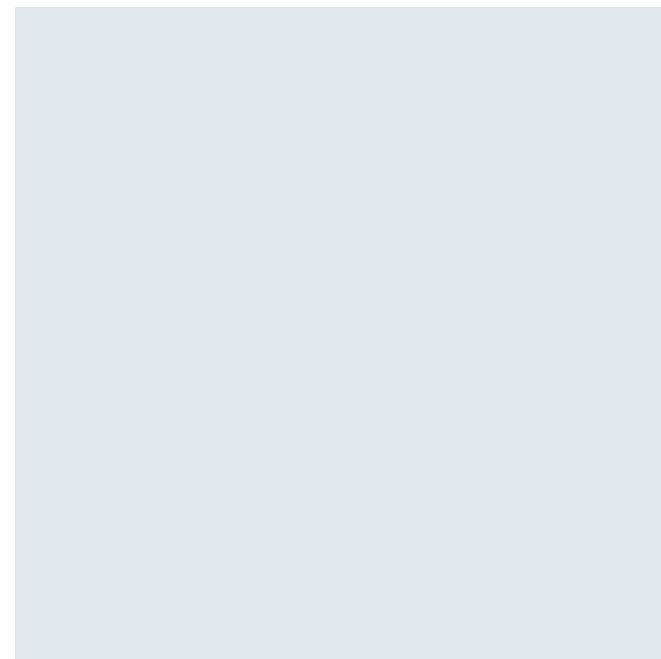
チョコレート  
コーヒーが好き

サバサバ  
している

# テーマでソート

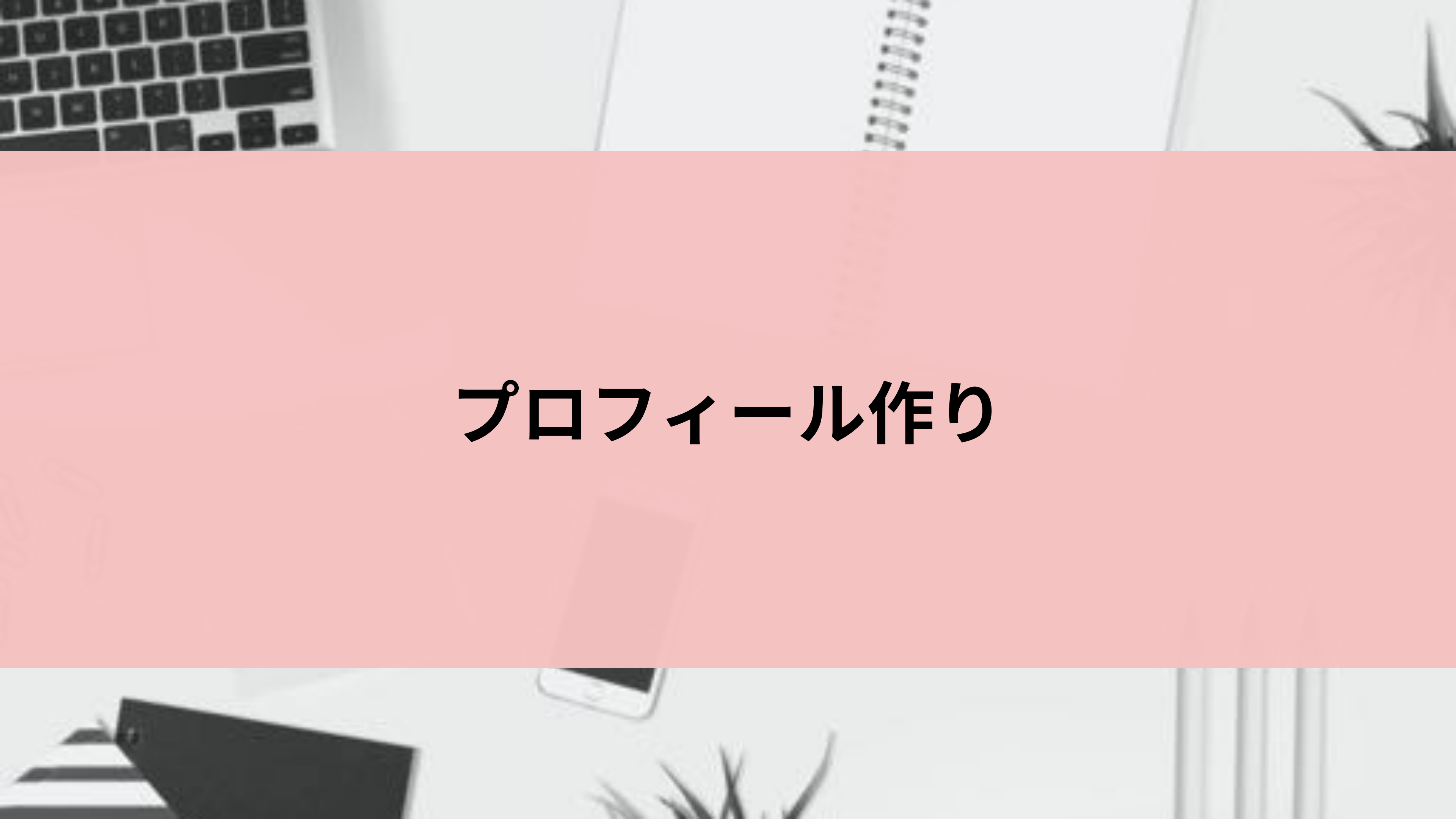


〇〇の  
価値





リフレーミング &  
ノートに書き出そう！

A top-down view of a desk with a laptop, a smartphone, and a small plant. A large, semi-transparent pink rectangle is overlaid on the center of the image, containing the text 'プロフィール作り'.

# プロフィール作り

# プロフィール作り（ショート）

## ショート：基本バージョン

### <基本の構成要素>

1. 名前
2. 肩書き
3. 誰に向けて何を発信しているか
4. 裏付けとなる価値、経歴、実績  
(5. プライベート)



### ＼ポイント／

- ・ テーマ（軸）を一本化
- ・ キーワードを入れる
- ・ 実績はなるべく数値に
- ・ 緩急をつける
- ・ プロかつ親しみやすく

# プロフィール作り (ショート)



## 山田花子

熊女性起業家・経営者のメンターの  
コンサルタント。  
人生の質を高める、プライベートも  
大切にしたビジネスモデル構築を  
ご提案。動画講座スタートしました。  
マインドフルネス・心理学専攻。  
株式会社キャリアデザイン取締役。



## 白鳥麗子

ときめき美容コーチ。  
美容師、エステティシャンとして  
10年働いた後、独立。  
スキンケアジプシーの方を対象に  
ときめきを軸に美容品を選ぶ  
カウンセリングを行なっています。  
自然大好き。趣味はカフェ巡り。



# プロフィール作り（ショート）



坂本ミカ

時短ライティング主宰

メディア歴14年の現役編集者。

発信が続かないお悩みを持つ方に  
マインドの整え方やライティングの  
コツをお届けしています。

アメリカ在住。男の子のママ。

最新情報はメルマガからどうぞ。

アイコンはどうする？

◎過去撮影した写真

◎無料素材サイト

<有料>

◎イラスト（ココナラ）



# プロフィール作り (シヨート)

## <無料素材サイト>

◎写真AC

<https://www.photo-ac.com/>

◎フリー素材.com

<https://free-materials.com/>

◎pixabay

<https://pixabay.com/ja/>

◎Snapmart (定額制)

<https://snapmart.jp/>



# プロフィール作り（ロング）

## ロング：キャリアを活かしたバージョン

### <基本の構成要素>

1. 名前
2. 肩書き
3. 誰に向けて何を発信しているか
4. 裏付けとなる価値、経歴、実績
- (5. プライベート)

### ★付加ポイント

現職、前職含めて仕事から  
学んだこと、得たことを  
あらゆる角度から盛り込む。

# プロフィール作り（ロング）

## ロング：趣味を活かしたバージョン

### ＜基本の構成要素＞

1. 名前
2. 肩書き
3. 誰に向けて何を発信しているか
4. 裏付けとなる価値、経歴、実績
- (5. プライベート)

### ★付加ポイント

好きなこと、関心あることに  
出会ったきっかけ、深めようと思っ  
た経緯を語る。

# プロフィール作り（ロング）

## ロング：挫折を活かしたバージョン

### <基本の構成要素>

1. 名前
2. 肩書き
3. 誰に向けて何を発信しているか
4. 裏付けとなる価値、経歴、実績
- (5. プライベート)

### ★付加ポイント

自分が長い間悩んでいたこと、それを解消した理由、方法など現在の状況と合わせて伝える。

# トレースのススメ

## ＼トレースとは／

すでにある物をなぞること。  
またはなぞるべき痕跡のこと。

↓つまり

こうなりたい憧れの人  
同じテーマで成功している人  
を真似してみる

## 【トレースのやり方】

- ① "キーワード+ブログ"で検索
- ② 記事を読んで分析してみる
- ③ エッセンスを取り入れる
- ④ 自分のスタイルを確立する

おつかれさまでした😊