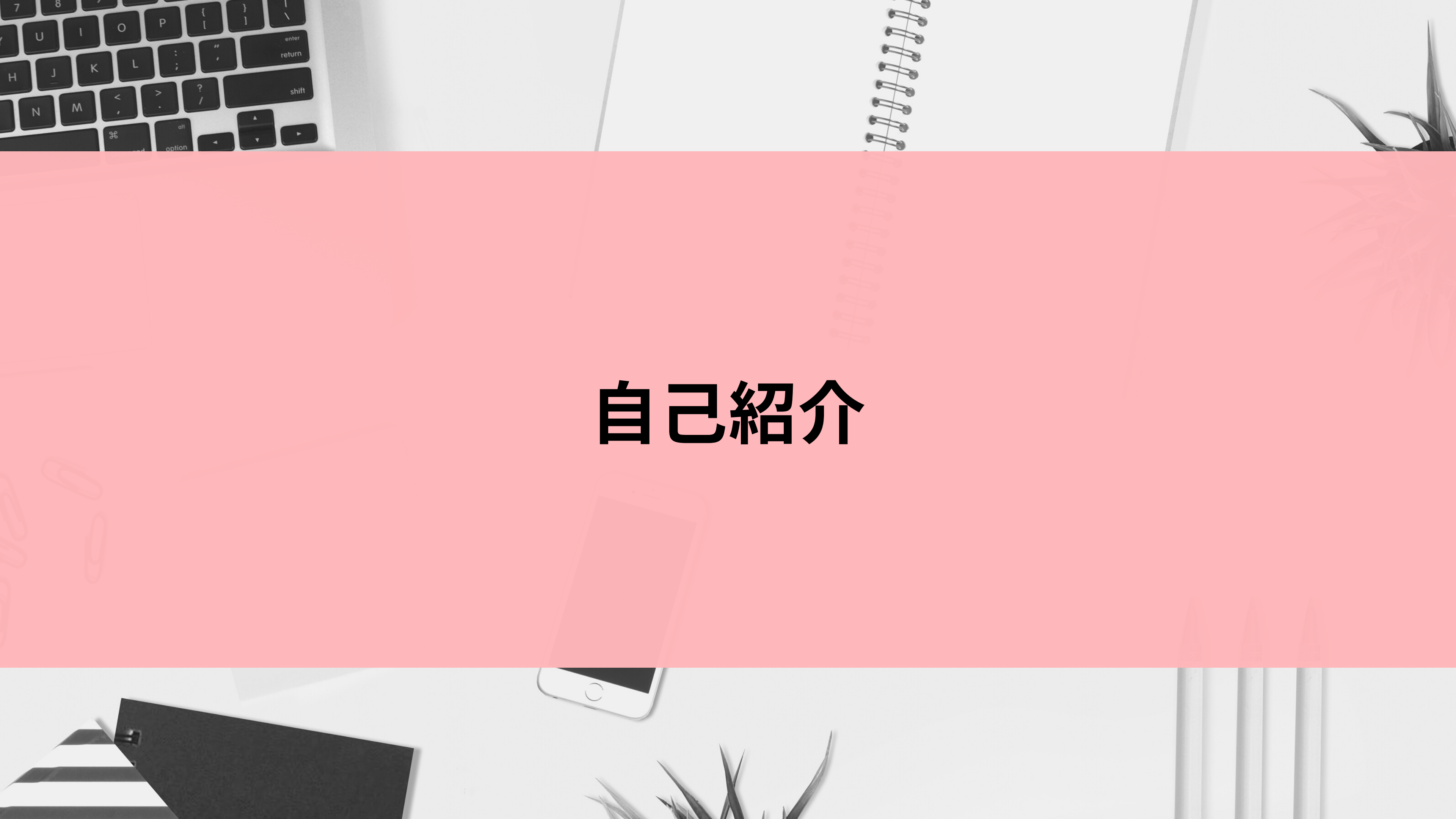


90分セミナー

# 心に響く言葉の使いかた 文章の書きかた

ハートで書く／描くライティング  
坂本ミカ





# 自己紹介



# 坂本 ミカ

**在宅編集者・ライター**  
**ハートで書く／描くライティング主宰**

アメリカ・シカゴ郊外在住  
情報誌、Webサイトなどメディア制作歴16年。過去には、旅行会社の会員向け会報誌担当、制作会社の編集者・広告制作として従事。2011年にインターンシップで渡米。

副業や趣味でも、Webライター業やブログ構築に着手。Web記事100本、ブログ記事450本、エッセイ・コラム180本を短期間で執筆。大手Webメディアやプラットフォームの文章コンテストでエッセイ・レビューなど3度の受賞歴あり。プライベートでは二人の男子のママ。

坂本が  
書いてきた  
もの

ブログ  
14年

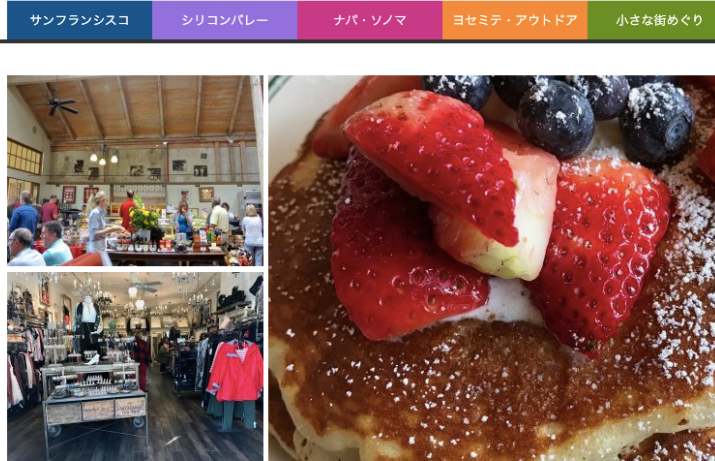
情報誌

情報サイト  
多数



音楽コラム

SF CLIP FROM SAN FRANCISCO



TOP サービス 無料小冊子 ブログ お客様の声 プロフィール ABOUT

ブログ



2023年02月16日  
ブログやSNSを続けた先に得られる、  
かけがえのないもの  
昨今の今頃のこと。長男がバスケットを習い始めました。アメリカのプロリーグで活躍中の日本人女性が個人で開催しているクラスです。知人が誘...



2023年01月10日  
心に刺さる言葉はどうやって生まれるのか？  
前回のブログで、「私はこういう発信をする人」と最初に決めてしまおうという話をしました。「私なんか」が口癖だったけれど、今年は変わりました...



2023年01月09日  
「私なんか」が口癖だったけれど、今年  
は変わりたい  
今年、心がけていることに「自分に許可を出す」があります。私は以前から作詞をしてみたいと思っていました。もともと、音楽が好き。情報記...

おすすめ記事 最新記事 人気記事 管理人

Real Sound

HOME MUSIC MOVIE TECH BOOK



- MUSIC w-inds.がチャレンジを続ける理由
- MOVIE 坂道グループ共演『ボーダレス』見どころは？
- TECH オトナル・八木に聞く「音声」の可能性
- MOVIE 荘子itの『Mank/マンク』評

FEATURES 特集

# SF CLIP FROM SAN FRANCISCO

ワードプレス  
380記事

## サンフランシスコの 情報ブログ

サンフランシスコ

シリコンバレー

ナバ・ソノマ

ヨセミテ・アウトドア

小さな街めぐり

LA・シアトル他

アメリカ生活全般

ABOUT



おすすめ記事

最新記事

人気記事

管理人

Webメディア風  
ブログを構築

ライターや  
リサーチの  
仕事を受注

アフィリエイト  
収入も発生

こんにちは。Micaです。サンフランシスコ観光も楽しいけれど、ちょっと足を延ばすとま...

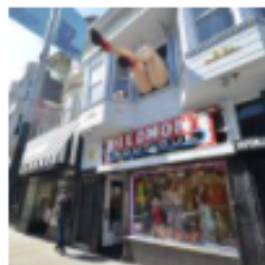
観光情報まとめ



サンフランシスコはオーガニックスーパーがアツい！お土産選びにも最適な5店をご紹介します

こんにちは。Micaです。サンフランシスコ観光で、ぜひ訪れてみてほしい場所の一つが「...

観光情報まとめ



チャイナタウンだけじゃない！サンフランシスコのディープな

観光情報まとめ



初めてのサンフランシスコ旅行ならこれがおすすめ！定番の観

観光情報まとめ

【最終更新日：2018.12.01】 こんにちは。Micaです。おすすめのお土産に...

観光情報まとめ



サンフランシスコはコーヒーショップ巡りが楽しい！定番から穴場まで厳選10店をまとめました

こんにちは。Micaです。サンフランシスコといえば、シアトルやポートランドと並び、お...

観光情報まとめ



サンフランシスコの定番グルメ！実際に訪れたハズレなしの

観光情報まとめ



サンフランシスコ観光におすすめのショッピングストリート厳選

観光情報まとめ

おすすめ記事

サンフランシスコで  
やりたい10のこと

もう迷わない！  
今買うべきお土産特集

サードウェーブ的  
コーヒーショップ巡り

# (ハートで書く／描くライティング)

WordPress  
137記事

# ライティングサービスの 公式ブログ・SNS

TOP

サービス

無料小冊子

ブログ

お客様の声

プロフィール

ABOUT

## ブログ



2023年02月16日

### ブログやSNSを続けた先に得られる、 かけがえのないもの

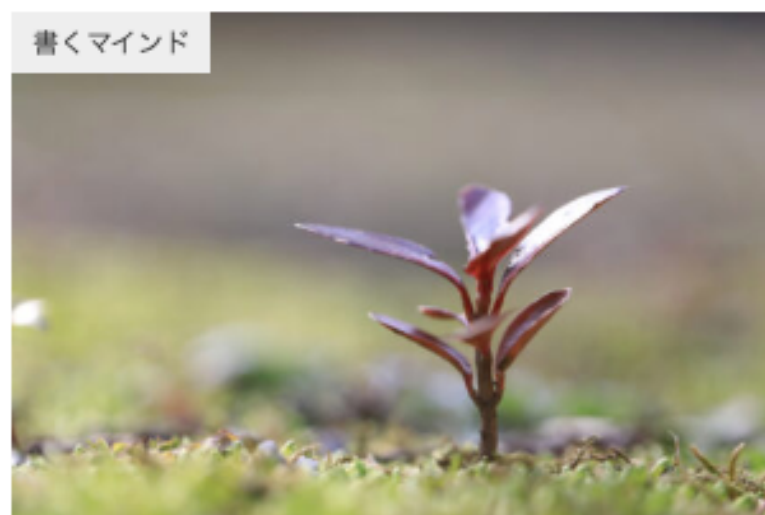
昨年の今頃のこと。長男がバスケットを習い始めました。アメリカのプロリーグで活躍中の日本人女性が個人で開催しているクラスです。知人が誘...



2023年01月10日

### 心に刺さる言葉はどうやって生まれるのか？

前回のブログで、「私はこういう発信をする人」と最初に決めてしまおうという話をしました。「私なんか」が口癖だったけれど、今年は変わった...



2023年01月09日

### 「私なんか」が口癖だったけれど、今年 は変わりたい

今年、心がけていることに「自分に許可を出す」があります。私は以前から作詞をしてみたいと思っていました。もともと、音楽が好き。情報記...

liners\_edit 9+



45  
Posts

967  
Followers

27  
Following

坂本ミカ

★無料小冊子「そのままの自分で叶える！強い発信力の作り方<5つのステップ>」配布中です→詳細はプロフィールリンクから★

・メディア歴15年のフリーランス在宅編集者... more

[linersedit.com/minibook](https://linersedit.com/minibook)

See Translation

Professional dashboard  
New tools are now available.

Edit profile



note  
183記事

編集者 & 物書き用  
note・SNS

フォロワー  
1300~1500

Mica

ホーム 記事 メンバーシップ マガジン 月別

**Mica**

フリーランスの在宅編集者。サンフランシスコ→シカゴ在住。noteでは日常エッセイや音楽コラムを書いています。【受賞歴】#紅茶のある風景（審査員特別賞）#いまから推しのアーティスト語らせて（準グランプリ）#私設賞 磨け感情解像度（佳作）#ロックンオン音楽文（月間賞）

188 フォロー 1,302 フォロワー

設定



自分の文章を信じるということ

晴れた日に屋外で味わう冷たいコーヒー。子どもたちが寝たあとの静寂と読書。葛藤や焦燥の先に希望が見える...

♡ 387

Mica  
9か月前

異国と言葉

Mica 10本

アメリカで受け取った言葉や価値観について書いています。

公開中



書かない日々の裏側で、書いているもの

これからも書き続けるよ、なんて宣言したnoteから早2ヶ月も経ってびっくりしている。いつのまにか10月...

♡ 61



今しか書けない文章がつなぐ未来

あの日、あの時しか書けない文章があると思っている。同じ出来事でも、当日に書くのと一ヶ月後に書く...

♡ 145



夏夜の本屋で新しい

雨を連れてきたみたい。日本へ、が梅雨入りし、福岡へ移動した!

♡ 42

プロフィールを編集

Mica Hirai

@mica\_clip

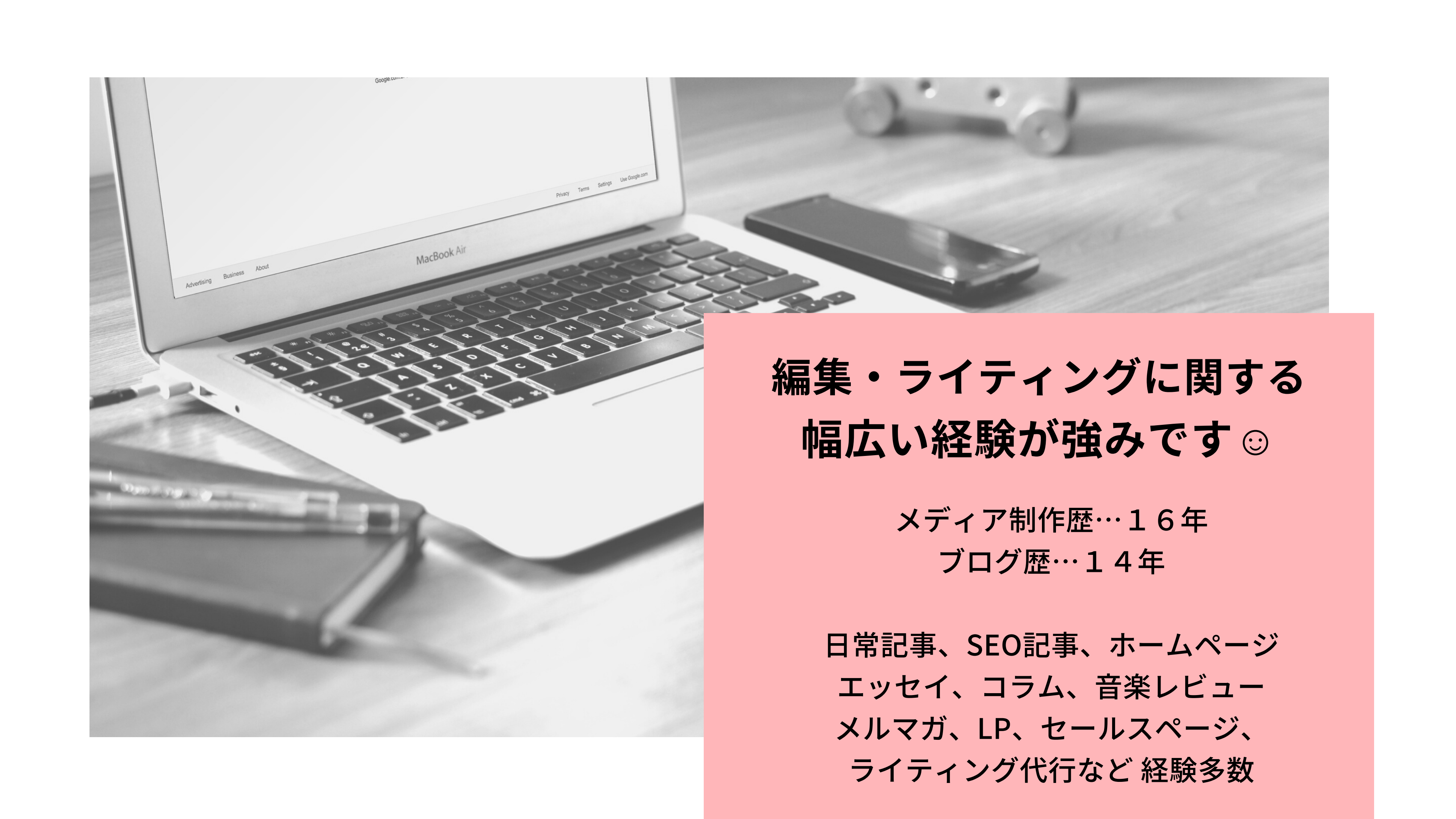
フリーランスの在宅編集者。取材、構成、執筆、添削、インタビューなど裏方全般。noteで日常エッセイや音楽コラムを更新中です。お仕事のご相談はDMまで。アイコン&ヘッダー@arigator\_さん

📍 サンフランシスコ→シカゴ 🌐 [note.com/mica\\_edit](https://note.com/mica_edit)

📅 2010年7月からTwitterを利用しています

370 フォロー中 1,538 フォロワー



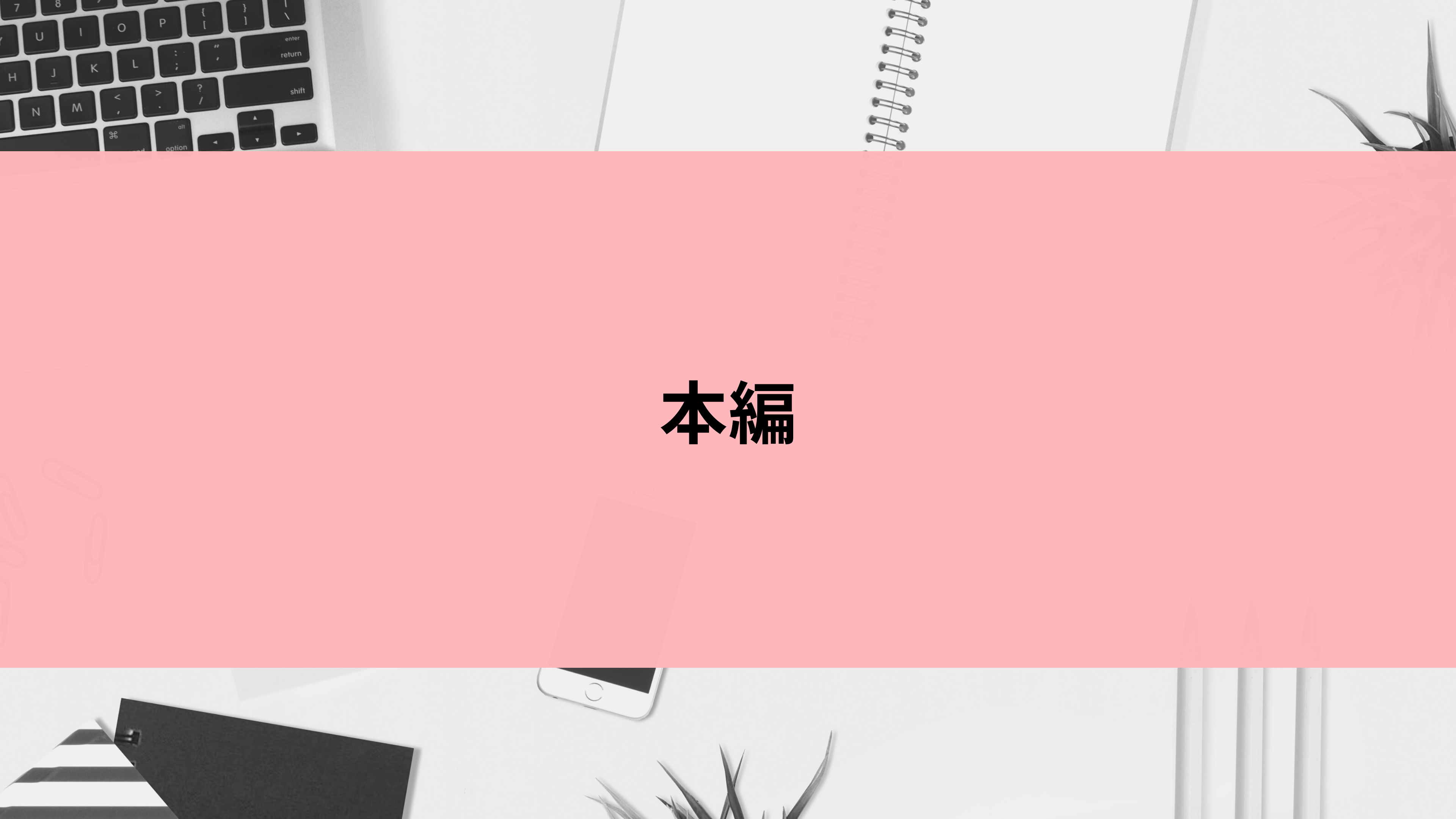


## 編集・ライティングに関する 幅広い経験が強みです 😊

メディア制作歴…16年

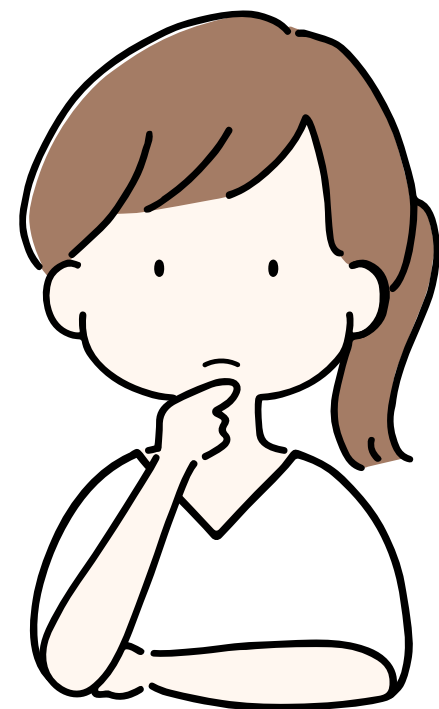
ブログ歴…14年

日常記事、SEO記事、ホームページ  
エッセイ、コラム、音楽レビュー  
メルマガ、LP、セールスページ、  
ライティング代行など 経験多数



# 本編

## 書くことに関する お悩み



こんなネタでいいのか？  
躊躇うと書かない

日記や記録帳  
覚書のようになる

なぜ書くのか  
ゴールをどこに  
置いたらいいの？

気合い入れた記事ほど  
反応が薄い

思考や気持ちを  
言葉にできない

読む人に伝わっている  
手応えがない

感情や物語を  
表現するのが苦手

自分をさらけ出すのに  
抵抗がある

書く人

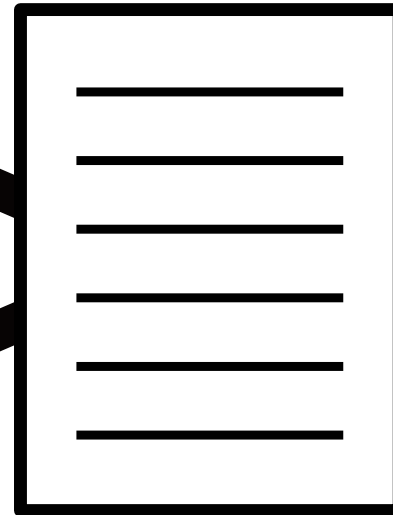
読む人

感情や物語を  
表現するのが苦手

こんなネタでいいのか？  
躊躇うと書かない

思考や気持ちを  
言葉にできない

日記や記録帳  
覚書のようなになる



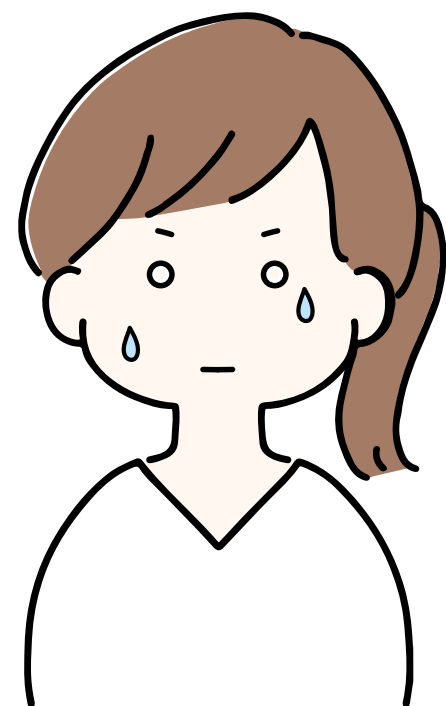
自分をさらけ出すのに  
抵抗がある

なぜ書くのか  
ゴールをどこに  
置いたらいいの？

読む人に伝わっている  
手応えがない

気合い入れた記事ほど  
反応が薄い

自分のことを  
(思考、気持ち)  
全く書けなかった  
過去の坂本



書くネタが  
まったく見つからない

ブログもメルマガも  
空回りしている

募集をしても  
お申し込みが入らず

私なんて  
何にも書けない

noteで練習して  
(だいぶ)  
書けるようになった  
今の坂本



書くネタが  
まったく見つからない



すでにネタの  
ストックがある状態



ブログもメルマガも  
空回りしている



ミカさんの文章が好きと  
言ってもらえるように



募集をしても  
お申し込みが入らず



メルマガ開封率2倍以上  
サービス申込率100%



私なんて  
何にも書けない



憧れのメディアで  
執筆デビュー



## (note) 【審査員特別賞(加藤貞顕)】

ハイカラおばあちゃんと紅茶/ひらいみか

エッセイ  
審査員特別賞  
(712作品中)

### ハイカラおばあちゃんと紅茶

おばあちゃんは、とてもおしゃれた。私がまだ高校生の頃、当時60代後半だったおばあちゃんは何も予定がないときでも化粧を完璧にしている、補正下着まで付けていた。体型が崩れるのがいやだからと言って。「こんなふ...



♡ 108

Mica  
2018/12/02 19:33

### 等身大を越えてゆけ

♡ 79

Mica  
2019年11月29日 02:39

好きだとか惚れたとかという感情を言語化するのは、なんて難しいんだろう。だからお気に入りや大切なものについて文章にするのはいつも怖い。これが言いたいこと全てだと思われたくない。

でも下手だろうが恥をかこうが、何度でもやってみたらいいよ、と生き様で教えてくれた人たちがいた。その言葉を糧に今これを書いている。

音楽レビュー  
準グランプリ  
(2050作品中)

## noteや音楽メディアで エッセイorレビュー入賞

音楽レビュー  
月間賞  
(100超作品中)

## (ROCKIN'ON JAPAN)

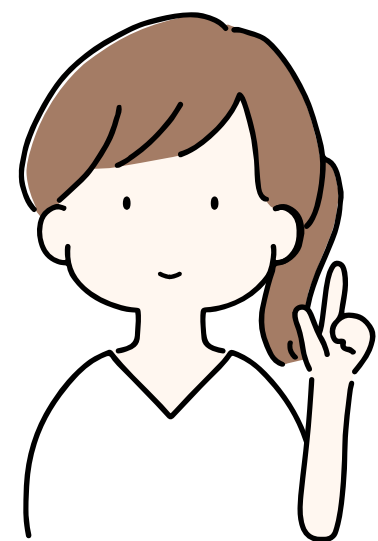
### 瑞々しい反逆心が鳴らす音楽と鼓動 - 秋山黄色と2020年、そしてこれから -

2021.03.12 18:10

秋山黄色の快進撃が止まらない。昨年12月25日に映画『えんとつ町のプペル』の劇中挿入歌「夢の礫」をリリースしたばかりだが、1月27日には『約束のネバーランド』Season 2の主題歌となる「アイデンティティ」を発表、3月3日には2ndアルバム『FIZZY POP SYNDROME』の発売が決定している。

デビューからまだ一年足らずにも関わらず、最も動向が注目されているアーティストの一人だ。

1996年3月11日生まれの24歳。ネットカルチャー発。現役ニートと自称したインディーズ時代を経て、2020年3月4日に1stアルバム『From DROPOUT』でメジャーデビューした。ドロップアウトが意味する通り、この一枚には自分自身や世の中に対する諦め、怒り、苛立ちが生々しく描かれている。



## 理想の発信スタイル

- ♥ 想いや考え、気持ちを**自分の言葉**で伝えられるようになる
- ♥ **価値観や世界観**でお客様とつながり、親しみがある関係性を育める
  - ♥ **分かりやすい文章**で、きちんと読者やお客様へ届けられる
- ♥ 頑張らなくてもキラキラしなくても、**自然体のままで発信**ができる
  - ♥ いつのまにか**濃いファン**が増えていく



◎知識や経験、出来事から**価値**を見つける



◎分かりやすく、伝わる**文章**を組み立てる



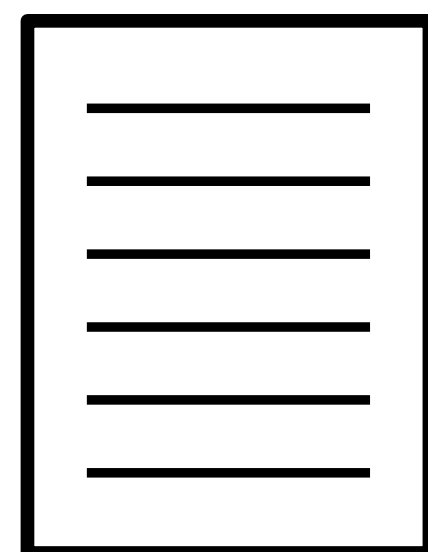
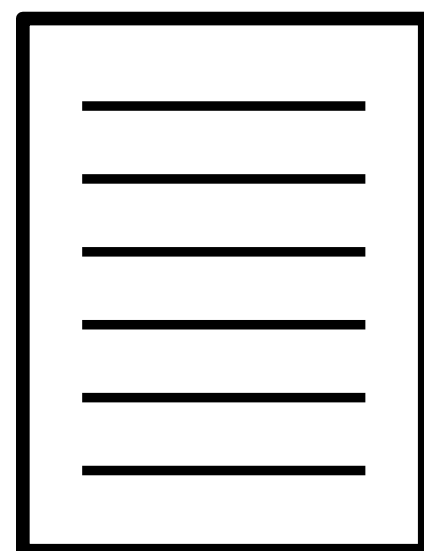
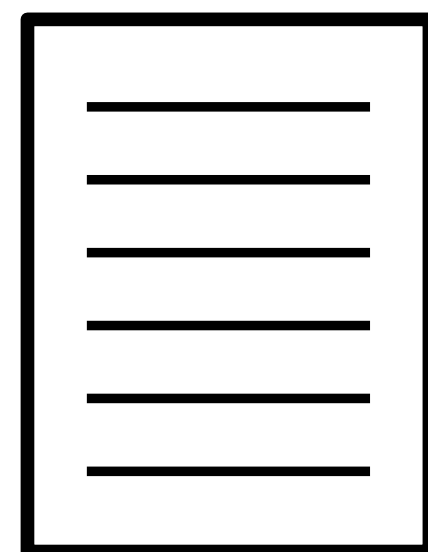
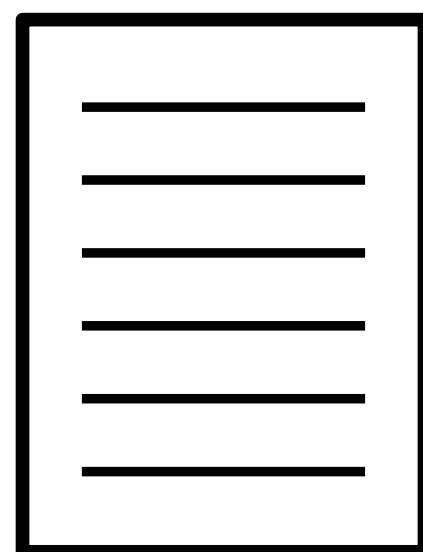
◎思考や感情を的確に表現できる**言葉**を選ぶ



エッセイ  
コラム  
情報記事  
SEO記事

**応用力が抜群で  
永久不変のスキル**

ブログ  
メルマガ  
LP  
セールスページ



エッセイ他の執筆  
(主観的な文章経験)

+

記事の添削  
(客観的な文章体験)

すべて実体験から得た  
文章を書く奥義を  
お伝えします！

【両方やるからこそ気づいたこと】

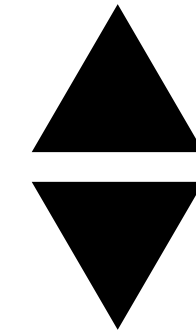
書く人と読む人の中には  
温度差がある



「読まれる」を前提にしない  
＝最後まで読んでもらう  
工夫や努力が欠かせない

書く人

「最初から最後まで読んでもらえる」



読む人

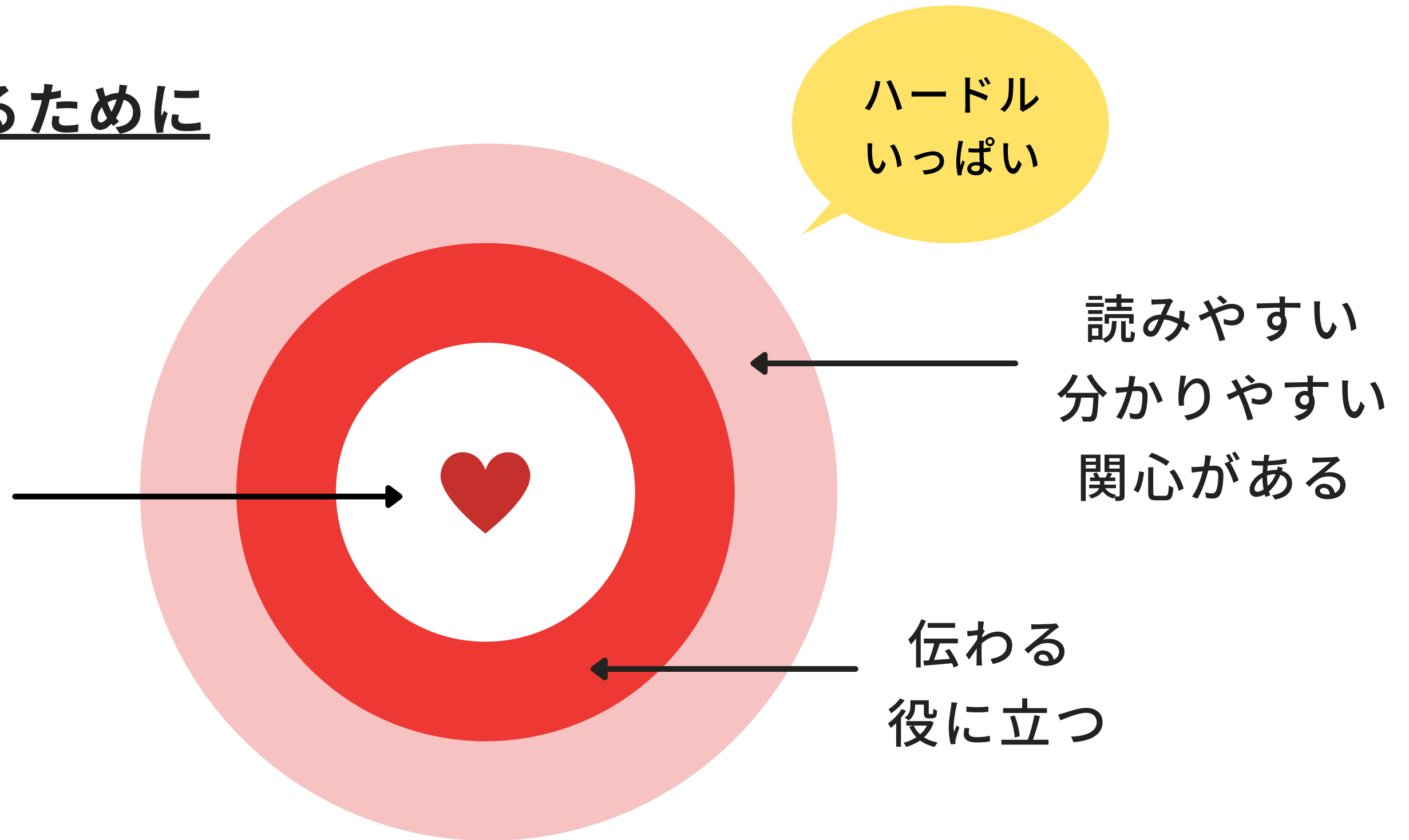
「興味があれば読む」

「自分自身に関係ありそうなら読む」

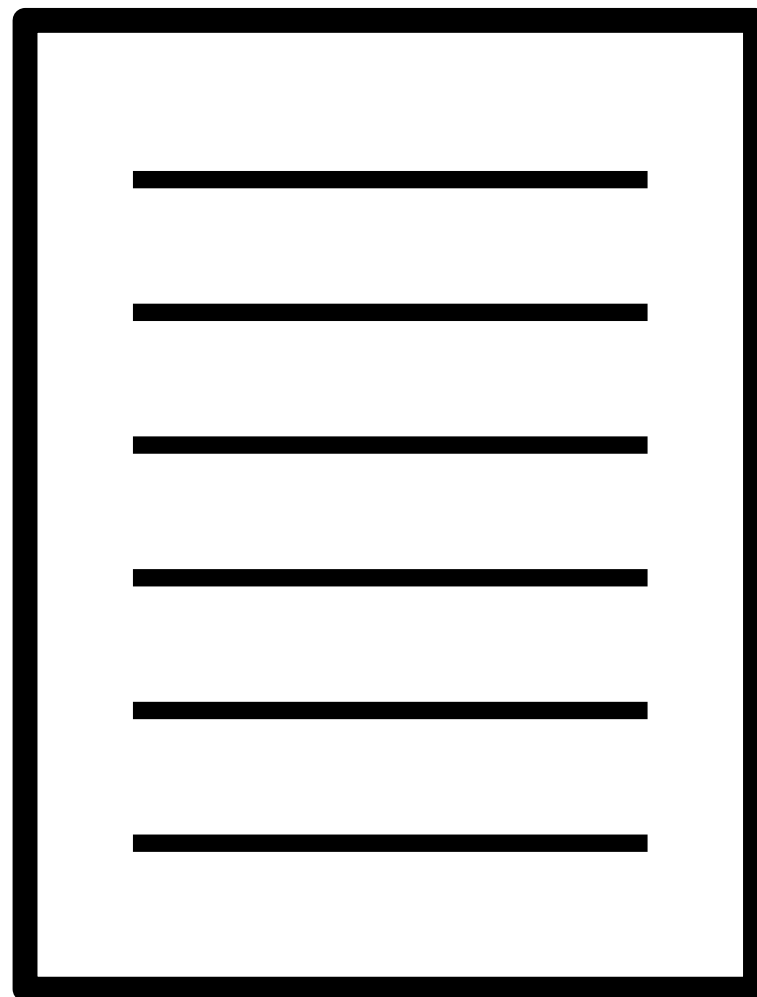
**人間はWEBページにある  
20%程度のテキストしか読まない**

人の心へ届けるために

心に響く  
深く刺さる



冒頭



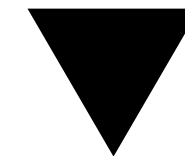
最後



途中で閉じられる  
離脱される  
流されてしまう

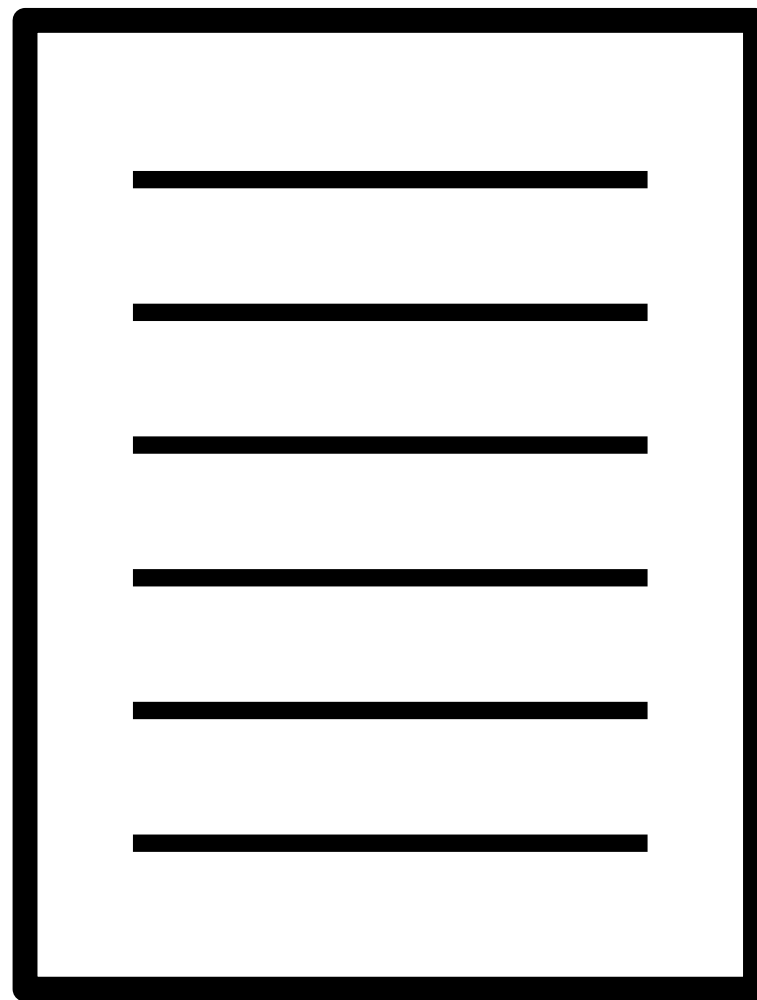
添削からの  
学び

のはなぜ？




何を伝えたいのか分からない  
誰に伝えたいのか分からない

冒頭



最後

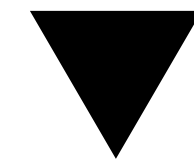
文章の4大「ない」現象 

テーマがない

ゴールがない

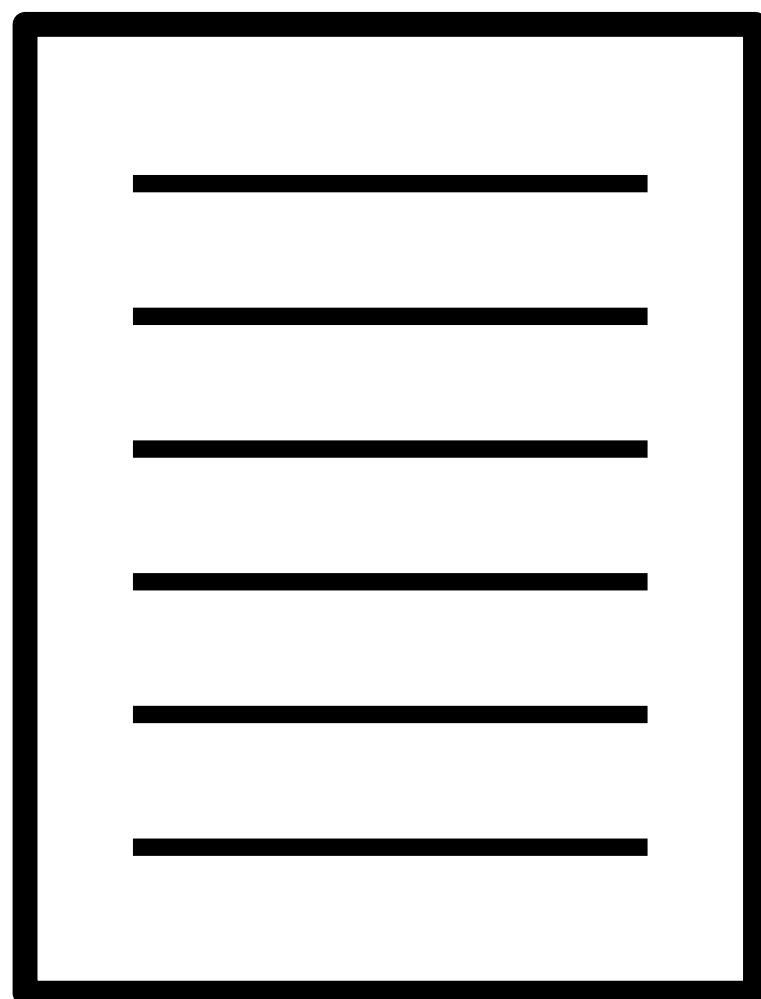
メッセージがない

伝わる配慮がない



「ある」にすればOK♪

冒頭



最後



設計・構成

テーマを決める

ゴールを決める

メッセージを決める

執筆

伝わる配慮がない



## テーマを決める

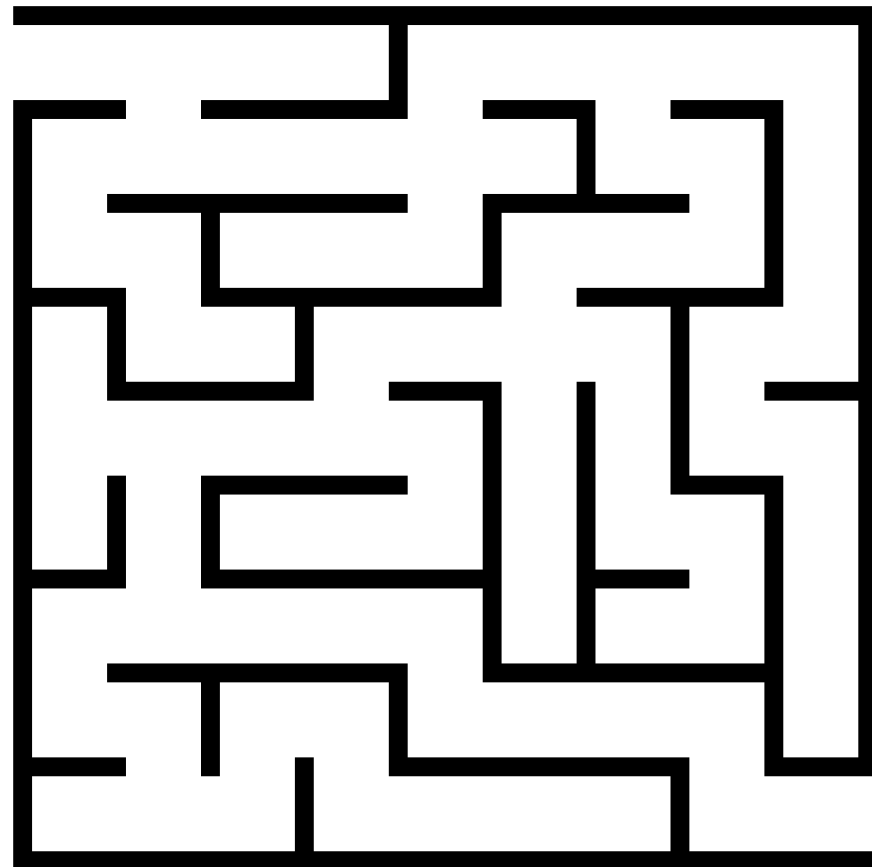


- 何について書きたいのか？
- 1つの記事 = 1つのテーマ
- テーマが生まれる背景にはエピソードがある
- エピソード + エピソード 2つ以上を重ねて  
1つのテーマを炙り出してもいい
- テーマを最初に決めてから、  
エピソードを選ぶパターンもある

### ポイント

エピソードは「個人的」、テーマは「普遍的」を意識すると、多くの人に共感されやすい

## ゴールを決める



- 何のために書くのか？  
(認知、集客、ポートフォリオ、練習etc)
- 読んだ人がどんな気持ちになるといいのか？
- 読んだ人にどんな感想を持ってもらいたいのか？
- だいたいの読後感を決めておく

ゴールはアカウント全体、もしくは記事ごとに設定

### ポイント

定量でゴールを決めない (いいねやスキの数)

すべて叶えるのは難しいので、効能を欲張らない

## メッセージを決める



- 何を伝えたいのか？
- メッセージには「届ける相手」が必要

↓

- 一人よがりの文章に余白が生まれる

↓

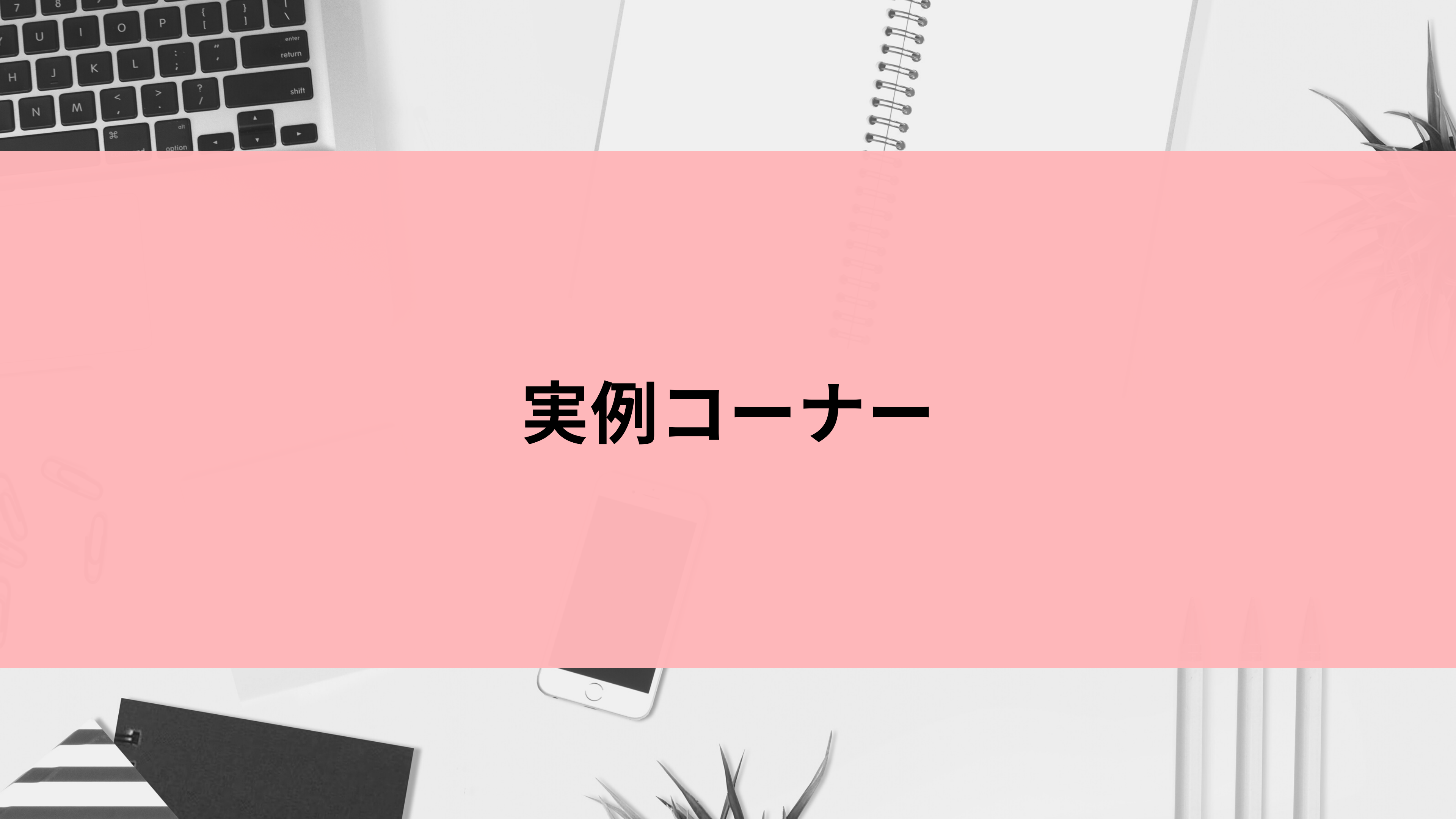
誰かがよろこんでくれることを書きたくなる

届くように祈りたくなる

齟齬なく伝わるように配慮するようになる

### ポイント

ターゲットやペルソナで考えるよりも  
心情や課題感で感合えると良い



# 実例コーナー



## テーマ

「書き続けることについて」  
「新年1本目だから  
今年のテーマになるもの」

## ゴール

「書きたい人を応援する記事」  
「読んだ後『もう少し続けてみよう』と  
思ってもらえるように」

## メッセージ

「自信をなくすことは誰にでもある」  
「書く人はみんな折り合いをつけている」

## 自分の文章を信じるということ

♡ 396

 Mica  
2022年1月5日 15:18

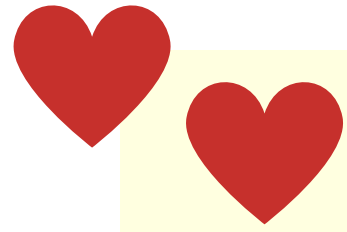


晴れた日に屋外で味わう冷たいコーヒー。子どもたちが寝たあとの静寂と読書。葛藤や焦燥の先に希望が見える音楽。

編集教室から出された「好きなものを教えてください」の問い。私が前述のように回答すると、講師の方からこんなコメントが添えられた。

『共通しているのは、抑圧からの開放ですね』

自分では一貫性がないと感じていた答えに対して鮮やかに引かれた「抑圧」という一本線。思わず唸るようなプロの紐解きは、心に爽快な納得感を与えてくれた。燦々と降り注ぐ光にも元気をもらうけれど、私は身悶えの末に差し込む光にどうしても惹かれてしまう。



## テーマ

「一瞬で過ぎるこどもの成長瞬間」  
「初めてを記録しておく大切さ」

## ゴール

「慌ただしいお母さんを応援する記事」  
「読んだ後に子どもを大切にしようと思ってもらえるように」

## メッセージ

「同じような日常の中に宝物がある」  
「思い出の瞬間は記録しておくといいよ」

## キミがはじめて物語を作った日

♡ 314

 Mica  
2020年7月20日 16:09



夢い瞬間にめっぽう弱い。

えいやっ、と自分を現実世界に引っ張らないと、失ったものに対してぐじぐじする。だからあえて反対側へ泳いでいく。

そんな調子だから、子育てしていると「胸がくるしい.....」ってしょっちゅうなる。夢い瞬間がどんどん積み重なるばかりだ。

数年後、数十年後に振り返ったとき、直視できないほど眩しい時間。その中でもひとときわキラッと輝く瞬間が、ある。



## 「どんな仕事」をするかより、「どう仕事」をするか。

♡ 1,091



櫻井朝子

2019年2月8日 01:21 フォローする

会社員を辞めて、5か月が過ぎました。

ここ数日、ようやく「働くこと」という言葉の周りに  
晴れてきたような気がしたので、その過程を残してお

わたしはTwitterの肩書きに「ゆるフリーランス」なん  
人がイメージする、いわゆる「フリーランス」とはち  
ています。

### 三宅朝子|ゆるフリーランス(@asaco0713)さん | Twitter

三宅朝子|ゆるフリーランス (@asaco0713)さんの最新ツイート Webマガジン  
コミュニ  
twitter.com

## 靴を探しに～初めてのGUCCIで泣いた話

♡ 643

フォローする



## 正直自分が、いちばんしたくない話をする。

♡ 1,366



まりも

2018年7月6日 13:47 フォローする



2年前に上司がチャットで、私に1つのURLを送ってきた。とくになんの説明  
もなしに。

<https://togetter.com/li/1055116>

「何だよ、何も言わずに....。」と思いながらひらいて、内容を読んで思わず  
ギクリとしてしまった。

人は楽しい時や幸せな時でなくても、自尊心を守るために笑うことがある。

た。

JCKは2足ともめちゃくちゃ気に入っているけれど、何  
ア付きサンダル。春が来たら履けなくなってしまう。

の魅力に取りつかれた私は、ひそかにほくそ笑んだ。  
**買えばいいじゃん。**1つ買えばまた欲しくなる、そこは  
。

?ルプタン?おいしいの?な幅広甲高ワガママフット  
に逆。たぶん入らないけど、エルメスの靴、一度でい  
!好奇心が抑えきれなくなった私は、完全にダメもと

♡♡ 心に響く文章にある要素

受容

新視点

共感

寄り添い


納得

感動

気づき

共鳴

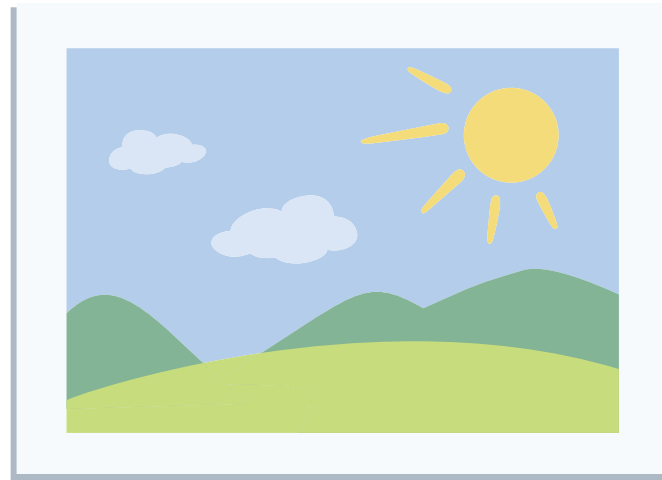


 心に響く文章にある要素

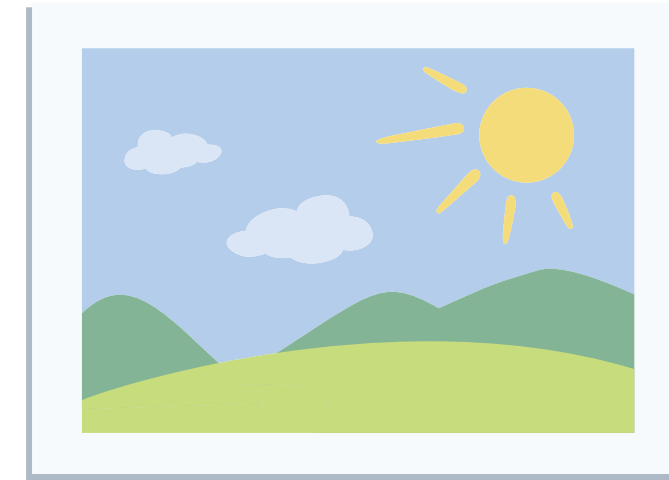
共感よりも強いのは…

「代弁」 「投影」

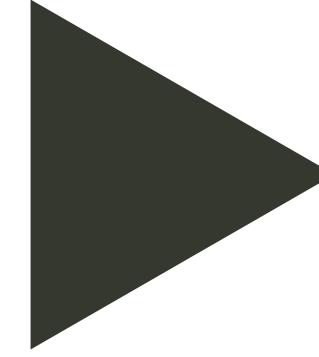
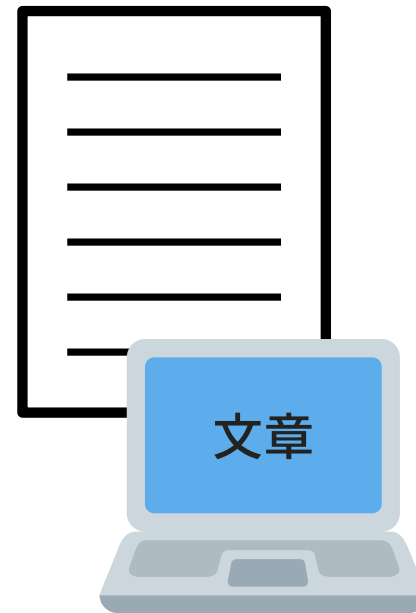
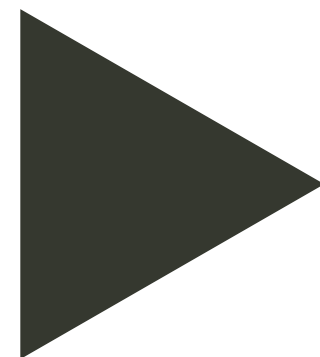
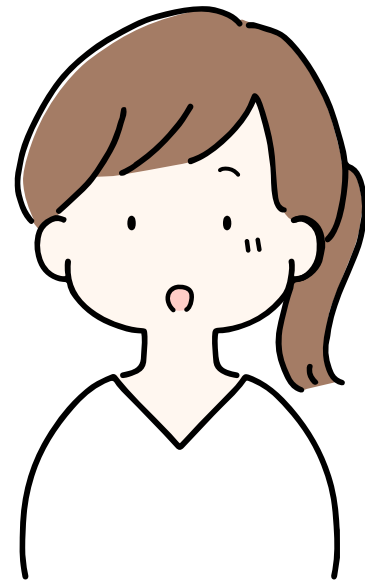
「唯一無二の経験と視点」



「代弁」 「投影」  
「唯一無二の経験と視点」



書く人



読む人

自分のことを書いているのに  
相手のためになっている、相手の心へ響いている発信

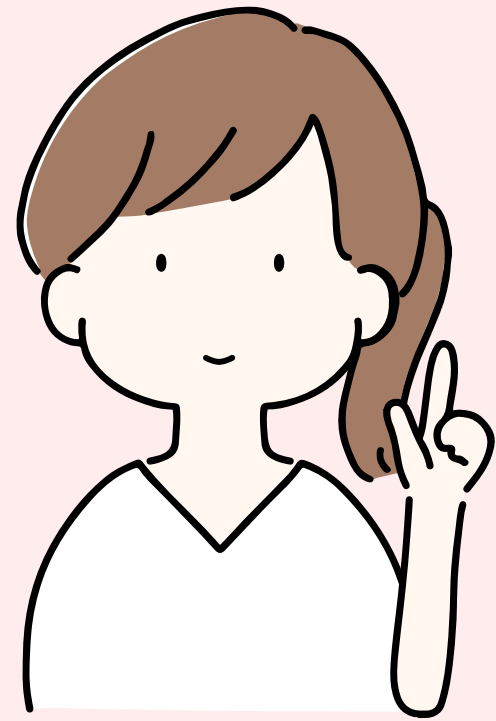
最強で  
楽しい!

伝わるとは、相手の中に（なるべく）同じ絵を描くこと



「楽しかった」では、同じ絵を描けない

→ **なんて表現する？**



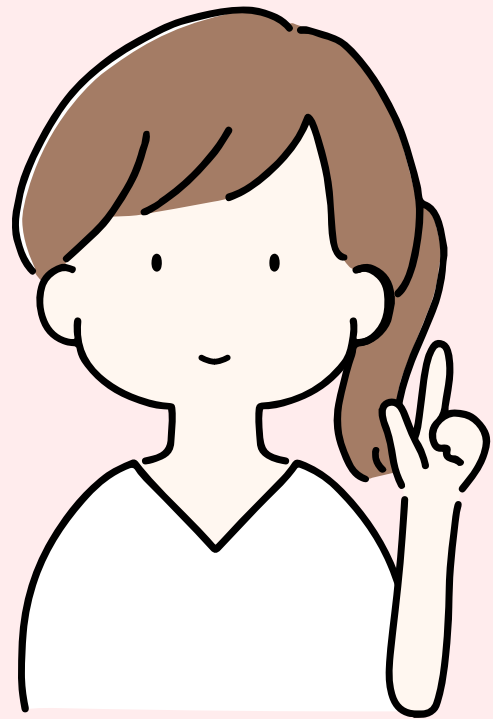
♡ ワーク♡

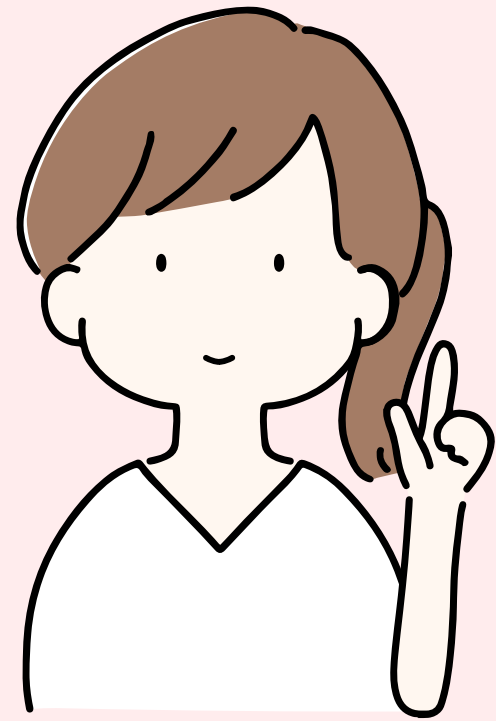
「楽しい」の言い換えを  
たくさん書き出そう

## 解答例の一部

謳歌する、満喫する、歓楽を尽くす  
和気藹々、享楽、快樂、極楽、愉快

気持ちが満ちる、心が弾む、  
乾いていた日々潤いが生まれる  
お腹の底から笑う





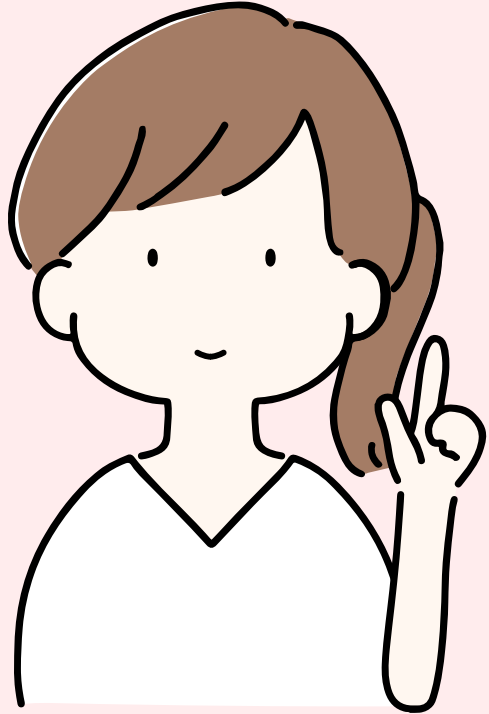
♡ ワーク♡

「辛い」の言い換えを  
たくさん書き出そう

## 解答例の一部

憂き目を見る、身を切られる  
かきむしられる、腸をえぐられる  
断腸の思い、焼けただれる思い

死にそうになる、心が凍る、  
目の前が真っ暗になる、息も絶え絶え  
明日が見えない、視界が霧のよう



言葉の使い方で  
印象が変わる

自分

内観が  
求められる



>>書くことは考えること<<

発想力／語彙力／表現力  
論理思考力／構成力  
スピーチ力／プレゼン力

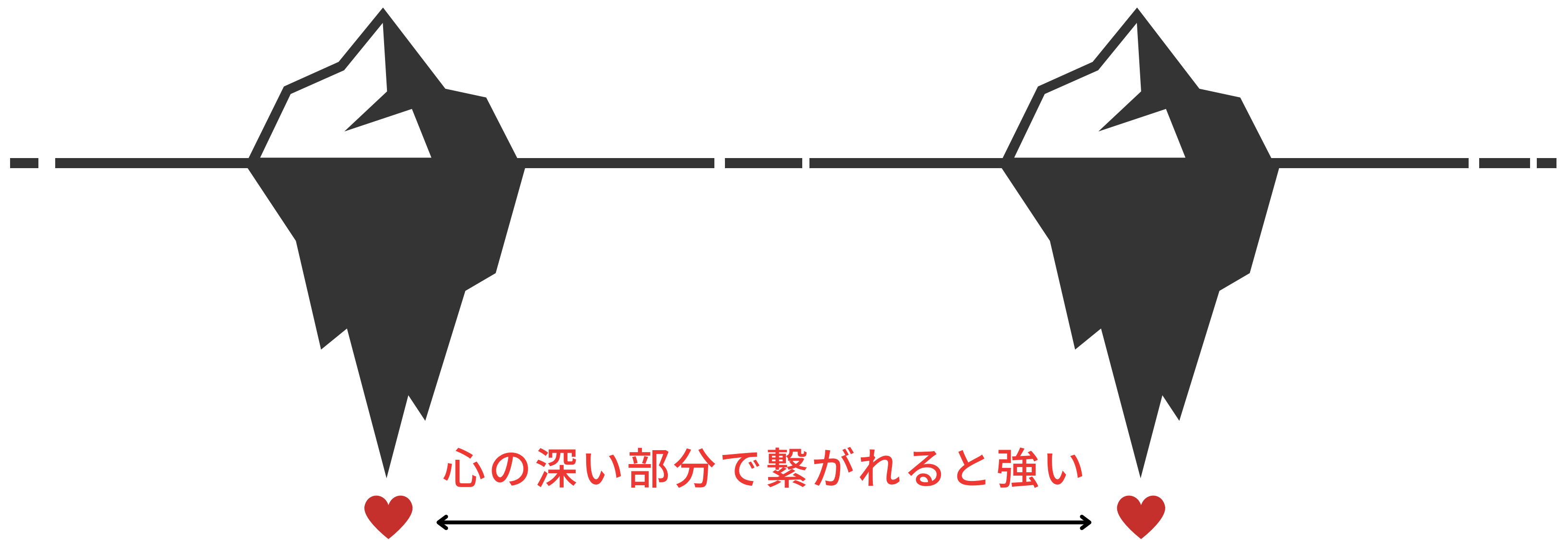
「文は人なり」

→人柄で選ばれる  
→文章でブランディングする



書く人

読む人



# ライティング力の効果

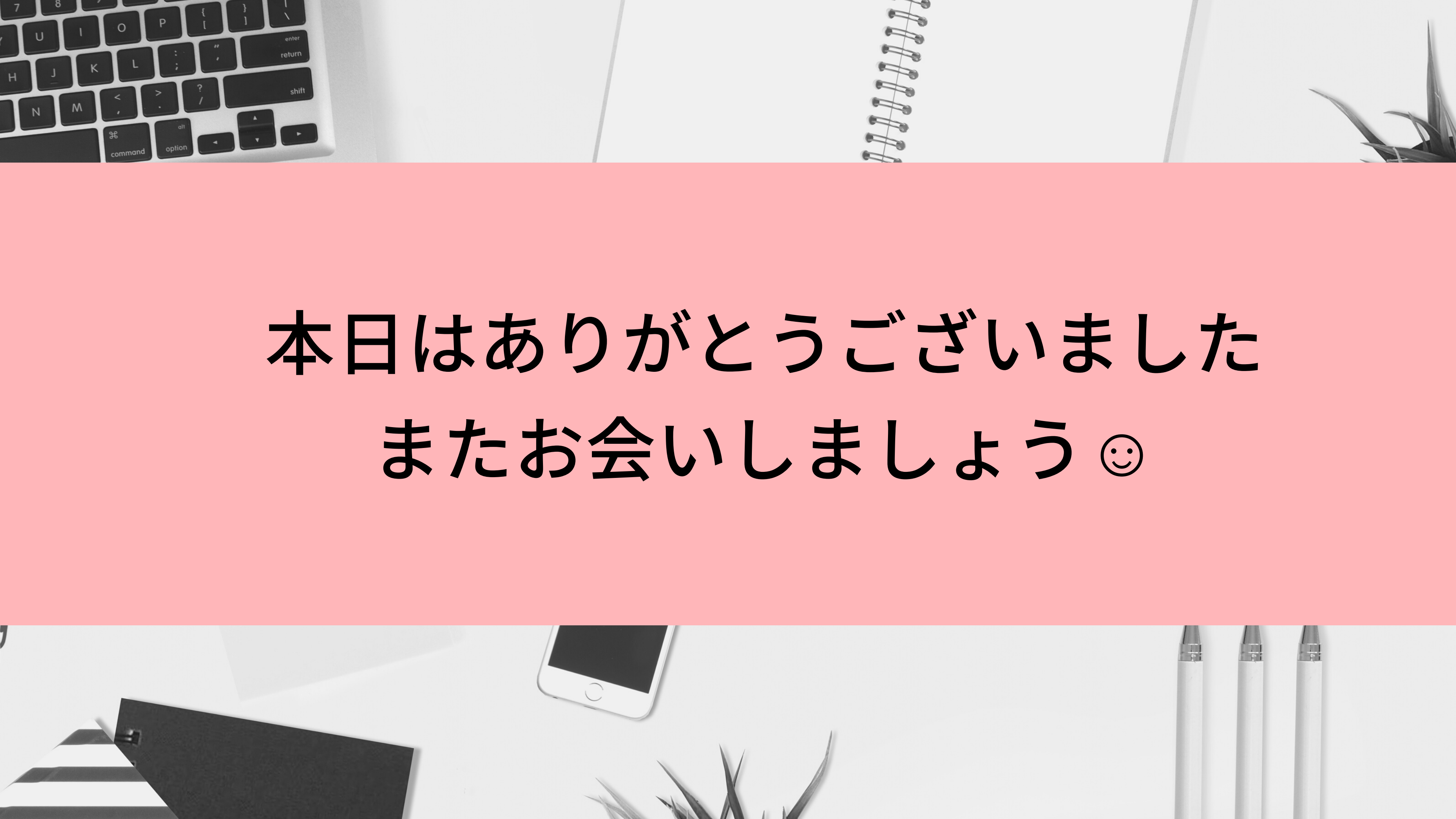
人柄で魅せる文章ブランディングの力は、人生を豊かにする。

自分の想いを  
自分の言葉で伝える

価値観や世界観で  
お客様とつながる

自然体のままで  
発信ができる

いつのまにか  
濃いファンが増える



本日はありがとうございました  
またお会いしましょう😊