

# 新商品

ツバメノートからライフログ専用ノート  
ツバメログノートを新発売



## 【1日分】

### 1 2 Date & Day

日付と曜日の記入欄です。曜日は選択式になっています。祝のマークもあるので、祝日やご自身の特別な日もチェックできます。

### 4 Sleep

前日の就寝時間～当日の起床時間を記入し、合計の睡眠時間を記入します。合計時間の書き方は7.5時間や7:30などご自由に設定してください。

### 6 7 Condition & Mood

体調と気分のチェック欄です。だいたいいつも同じ方はどちらか一方のチェックでも良いと思います。右側に空欄を用意したので、気になったことなど自由にコメントもできます。

### 8 Food

今日のおいしいです。美味しかった食べ物や、3時のおやつなどを記入できます。節制中の方は、食べたかったものを書くのも良いと思います。

### 余白

上部余白は西暦や和暦、その日の表題など自由にお使いいただけます。

### 3 Weather

天気を記入できます。お天気スタンプをお持ちの方は押すのも良いと思います。

### 5 Temperature

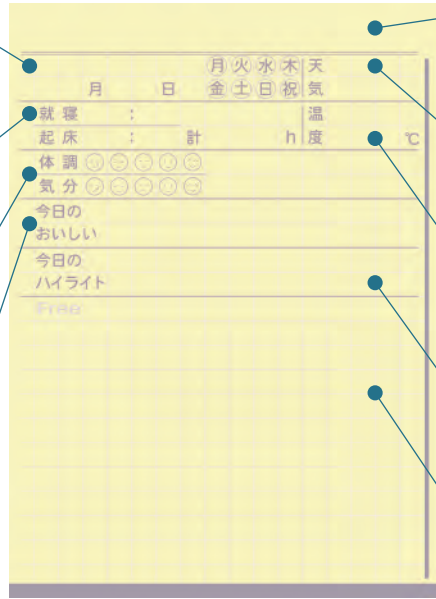
温度の記入欄です。ご利用状況に合わせて、気温、体温、室温、水温、地温などご自分で設定して下さい。

### 9 Highlights

今日のハイライトやトピックスの記入欄です。今日一日を一言でまとめましょう。

### 10 Free

自由記入欄です。⑨ハイライトの詳細や今日のタスク、ご自分での設定項目などご自由にお使いください。



## ツバメログノート

品番： C7050

定価： ¥330(税込¥363)

サイズ： 179×122 mm

本文： クリームフルス紙

枚数： 32枚綴り

内容： ライフログ128日分

出荷ロット： 10冊



4 968796 250572

ツバメノートでは昭和の頃の日記帳を現代版にリニューアルしたライフログ専用ノートを新発売しました。1日に10の項目を設け、短時間で書きやすく、継続しやすい内容にし、1冊で128日分の記載が可能なログノートとなっています。



短辺綴りの横長(E型)ノート、サイズはセミB6(179×122mm)でコンパクトです。毎日の日記のみならず、特別な日の思い出や読書感想ノート、映画鑑賞ノート、レシピ帳など、ユーザー様ご自身でアレンジをするのもおすすめです。



ツバメノート株式会社

東京都台東区浅草橋 5-4-1

TEL 03-3862-8341 FAX 03-3862-8343

Mail info@tsubamenote.co.jp

URL https://www.tsubamenote.co.jp

●商品画像の縮小率は同一ではございません。 ●価格はすべて税抜き価格です。 ●写真と実物とでは色味が多少異なります。

