

【ポートフォリオ目次】

1. カッパドキア旅行記（行きたい場所エッセイ）
2. 京都紅葉さんぽ記事
3. 大切にしたい日常
4. デスクトップPCとノートPCの違い解説記事
5. ゼロコーラに切り替えた体験談コラム
6. 不登校からの脱出・親御さん向け有料note無料部分
7. LPライティングサンプル①: 旅先カフェ発見アプリ「〇〇」LP冒頭文（旅行・カフェ系）
8. LPライティングサンプル②: オンライン簿記講座「スキマ簿記」LP冒頭文（学習系）

【ジャンル】エッセイ・海外旅行

【想定媒体】旅行・ライフスタイル系Webメディア

【ターゲット】20～30代・海外旅行に興味があり具体的な情報も求めている人

【意識した点】観光情報の羅列ではなく、読者がその場にいるかのような情景描写を最優先しました。ターゲット層が共感しやすいリアルな旅のペース配分と視点を意識しています。

奇岩と気球の空へ。私がカッパドキアを渴望する理由

はるか遠く、トルコの中央アナトリアに広がる荒涼とした大地。そこには、風雨と火山活動が気の遠くなるような時間をかけて彫り上げた奇岩群が連なっています。「ギョレメ国立公園とカッパドキアの岩石群」。写真で見たその景色は、まるで別の惑星に迷い込んだかのような錯覚を私に抱かせました。いつか必ずこの足で大地を踏みしめ、五感すべてで味わい尽くしたい。それが、私が今最も熱望する海外の地、カッパドキアです。

空と大地。相反する絶景を求めて 旅の始まりは、パムッカレからの移動になるでしょう。玄関口であるデニズリから長時間のバスに揺られるのか、それとも空路を選ぶのか。費用と時間、疲労度を天秤にかけながら計画を練る、その時間すら今は愛おしく感じます。

最大の目当ては、夜明けの空を彩る熱気球ツアー。決して安いアクティビティではありません。夏は乾燥して晴天が続きますが、冬には氷点下まで冷え込みます。悪天候による中止のリスクもあります。それでも、無数の気球が朝日に照らされ、奇岩の谷底からふわりと浮かび上がるあの瞬間。空の上から見下ろすローズバレーの朝焼けは、一生の記憶に深く焼き付く絶景となるはずです。

地上に戻れば、3つの谷を巡る絶景ハイキングが待っています。大自然が刻んだ荒々しい岩肌に触れ、悠久の時の流れを肌で感じる至福のひとつ。

地下都市の静寂と、洞窟ホテルの温もり 空と大地を堪能した後は、自分の足で歴史の深淵へと潜ります。向かうはデリンクユやカイマクルといった巨大な地下都市。中心部のギョレメからタクシーで約40～50分。地上とは別世界の、ひんやりとした静寂がそこにはあります。約1時間かけて迷路のような空間を歩けば、かつてここで息を潜め、信仰を守り抜いた人々の息遣いまで聞こえてきそうです。

歩き疲れた体を癒すのは、カッパドキアならではの「洞窟ホテル」。自然豊かなオルタヒサルか、食事や買い物に便利なギョレメか。あるいは観光客向けの施設が充実したユルギュップで、非日常の贅沢に浸るのも悪くありません。

夜のお楽しみは、名物グルメ「テストィケバブ」。熱々の素焼きの壺を、目の前で豪快に割って完成するあの料理です。肉と野菜の旨みが壺の中でじっくり凝縮された、極上の一皿。想像するだけで喉が鳴ります。もう一品、外せないのが「マントウ」。世界最小とも言われる水餃子に、ニンニクの効いたヨーグルトと、パプリカやミントが香るバターソースをたっぷりとかけます。地元で作られたワインを傾けながら、この土地の恵みを味わい尽くす夜にしたいですね。

ただ画面を眺め、情報ばかりを集める日々はもう終わりにしましょう。あの奇岩と気球の空の下へ。熱気と冷気をこの肌で感じるための旅支度を、そろそろ始めようと思います。

【ジャンル】国内旅行・ライフスタイル

【ターゲット】20代半ば～30代前半の働く女性、またはカップル

【意識した点】まるでその場にいるかのような具体的な表現を使い、読者の行ってみたいという感情を自然に刺激しています。

秋の京都 絶景ラテと洋館の白玉。八坂の塔から夜の清水寺へ向かう、東山・王道紅葉さんぽ

秋の京都。あの独特の冷たい空気に触れると、温かいものが恋しくなる。

まずは八坂の塔へ続く坂道沿いを歩き、「% ARABICA Kyoto Higashiyama」へ。店内に漂う深い焙煎の香りに包まれながら、少しだけ列に並ぶ。冷えた手で受け取った「%」ロゴのラテ。八坂の塔を背景にシャッターを切る。それが、旅の始まりの合図だ。

風情ある石畳の二寧坂。両脇の店を覗きながら歩くのは楽しいが、続く坂道は思いのほか足にくる。少し休もうと逃げ込んだ先は、大正ロマン漂う洋館「カフェ五龍閣」。ここは湯豆腐店が手がけるカフェ。だからこそ選ぶのは、こだわりの「白玉団子」。豆腐が練り込まれた白玉に絡む、みたらし餡と抹茶蜜の優しい甘さ。クタクタになった体へじんわりと染み渡っていく。レッドカーペットが敷かれた洋館で味わう和スイーツ。このギャップがたまらない。

すっかり息を吹き返し、向かうはクライマックスの清水寺。夜の帳が下りる頃。ライトアップされた真っ赤な紅葉が、眼下に広がる京都の夜景と混ざり合う瞬間は、まさに圧巻の一言。「来てよかった」。冷やかな夜風の中、心まで温められる。秋の京都だけの、私だけの特等席。

【ジャンル】エッセイ・ライフスタイル

【想定媒体】一人暮らし・ライフスタイル系Webメディア・note

【ターゲット】20代・一人暮らしの同世代

【意識した点】一般論ではなく自分自身の具体的なエピソードを交えることで、読者との距離を縮めました。体温のある文章でテーマがじんわりと伝わる構成を意識しています。

大切にしたい日常

一人暮らしの部屋は、いつも静かだ。大学の講義を終え、パソコンに向かってライティングの案件をこなす。その静けさは自分のペースで動けて心地いいけれど、時折、少しでも重く感じられる夜もある。

そんな夜に心をふっと軽くしてくれるのは、決まって何気ない「誰かとの繋がり」だ。実家から「最近暑いけど大丈夫？ちゃんとご飯食べてる？」というメモと共に送られてくる、地元の有名店のカップラーメン。深夜、お互いの近況を深く語るわけでもなく、マイクラの画面越しに「こっちの建築どうする？」「待って、俺らの家爆破された」と笑いながら交わす友人との他愛もない時間。気分転換に立ち寄る行きつけのカフェで、「いつもありがとうございます。今日も暑いですね」と店員さんが向けてくれる、ちょっとした笑顔。

どれも、何気ない平凡な日常。けれど、一人の空間にいるからこそ、そうしたふとした瞬間の温かさが、じわじわと心に沁み渡っていくのがわかる。

世界と緩やかに繋がっているという安心感。効率ばかりを求めてしまいがちだけれど、この温かさに気づける「心の余白」だけは、これからもずっと大切にしていきたい。

【ジャンル】解説記事・商品比較

【想定媒体】ガジェット・暮らし系Webメディア・購買サポート系サイト

【ターゲット】パソコン購入を検討している20～40代・IT知識が少なくわかりやすい説明を求めている人

【意識した点】専門用語を使わず、読者のライフスタイルから逆算して選ぶという視点を軸にしました。情報の羅列にならないよう、身近な例えを交えながら読者が自分ごととして読める構成を意識しています。

デスクトップPCとノートPC、あなたに合うのはどっち？後悔しない選び方

新しくパソコンを買おうと思ったとき、多くの人が悩むポイントがあります。それは「デスクトップPCとノートPC、どちらがいいのか」です。

日常的に使っていても、部品の名前やスペックの話は難しいですよ。ですが、高価な買い物を失敗したくないはずですよ。

結論から言うと、選ぶ基準は「あなたのライフスタイル」にあります。この記事では、難しい用語を使わずにそれぞれのメリットとデメリットを説明します。最後まで読めば、自分に合ったパソコンを選べるようになりますよ。

1. ノートパソコンの魅力は「どこでも使える自由」最大の魅力は、やはりどこでも自由に使えるということです。自宅の好きな場所に移動したり、気分を変えてカフェで作業を進めたりできます。旅行先への持ち運びも可能です。

画面やキーボードが一体化しているので、設定もとても簡単です。箱から出して電源ボタンを押せば、すぐに使い始めることができます。

カメラやマイクも内蔵されているため、オンライン通話などもすぐにできます。使わないときにはボタンと閉じてしまえば、コンパクトに収納可能です。

ただし、小さな本体に部品がぎゅっと詰まっているため、熱くなりやすい弱点もあります。

2. デスクトップパソコンの魅力は「圧倒的なパワー」一方で、デスクトップPCの魅力は「作業を快適に行える点」にあります。ノートPCと違い本体のスペースが広いため、熱をしっかりと逃がすことができます。

そのため、重い作業をしても動きが遅くなることなくサクサクと作業できます。たとえば、本格的な動画編集や最新のゲームも快適に楽しめますよ。

また、好きなサイズの大きなモニターを接続できることも大きなメリットです。大きな画面に複数のウィンドウを並べれば、効率よく作業を進められます。

ただし、持ち運びができないため、専用のデスクスペースを用意する必要があります。

3. お財布にやさしいのはどっち？ 値段と寿命の話 パソコンを選ぶときに気になるのは、値段や「どのくらい長く使えるか」ですよ。

実は、同じ性能であればデスクトップPCのほうが安く買える傾向があります。ノートPCは小さな本体に部品を収める手間がかかり、割高になるからです。

また、寿命やメンテナンスの面でも違いがあります。デスクトップPCは箱が開けやすく、壊れた部品だけを交換して長く使い続けられます。

一方、ノート型は部品が本体に複雑に配置されており、部分的な交換が困難です。部品が壊れたり寿命が来たりしたら、本体ごと買い替えるケースが多いです。

4. ここを押さえれば失敗しない！ あなたに合った選び方 ここからは選び方の基準を3つお伝えします。

- **基準1:** 持ち運ぶことがあるか 週に1回でも外にパソコンを持ち運ぶ機会があれば、ノートパソコン一択です。
- **基準2:** どんな作業をするのか ネット検索や文書作成がメインという方は、ノートPCで十分です。動画編集や最新のゲームも楽しみたい方は、デスクトップPCを選びましょう。

- **基準3:**置く場所はあるか デスクトップPCには専用のデスクスペースが必要です。自宅に場所がない場合は、さっと片づけられるノートPCのほうがよいでしょう。

まとめ:自分のライフスタイルに合わせよう パソコン選びに「絶対にこちらが正解」ということはありません。

さっとどこにでも持ち運べる相棒のような「ノートPC」。家でどっしりと構え、どんな作業もこなす凄腕アシスタントの「デスクトップPC」。

あなたのライフスタイルに合わせて選ぶことが、一番の正解です。ぜひこの基準を参考にして、後悔のないパソコン選びをしてくださいね。

【ジャンル】ライフスタイルコラム・体験談

【想定媒体】健康・暮らし系Webメディア

【ターゲット】20代・健康を意識し始めた一人暮らしの学生・社会人

【意識した点】健康情報の説明ではなく「習慣が変わった実体験」を中心に描写しました。読者が自分ごととして読めるよう、リアルな場面設定と感情の変化を丁寧に追っています。

かつての私は大の甘党で、炭酸飲料といえば迷わず誰もが知るような赤いラベルのコーラや緑が特徴のサイダーを選んで飲んでいました。特に、英語や韓国語の語学学習に熱心に取り組んでいる時や、法律に関する課題や長文のレポート作成などで頭を使う夜には、強烈な炭酸とあの強い糖分が欠かせませんでした。大量の参考文献を読み込んで疲れた脳には、あの強い甘さがそこからもう一度頑張るぞという気合を入れるための必須アイテムになっていたのです。

しかし、課題に追われて連日のように机に向かって甘い炭酸飲料を飲んでいるうちに、どうしてもカロリーや健康への影響が気になり始めました。特に試験前や課題の締め切り前になると、気づけば1日に1本ではなく、2本3本と飲んでしまい、このままの習慣を続けていたら健康に良くないなという罪悪感が次第に大きくなっていきました。そんなある日、コンビニでいつものように赤いコーラを手にとろうとしたとき、ふと隣にあった黒いラベルのゼロコーラが目にとまり、すこしでも健康を求めるような気持ちで手に取ったのが最初のきっかけです。

初めて飲んだ時は、人工甘味料によく感じる風味の強さや少しあっさりとした後味に、やっぱり普通のコーラの感じとは違うなと少しばかり違和感を覚えました。しかし、カロリーゼロというところに魅力を感じ、作業のお供としてそのまま数日間飲み続けることにしたのです。すると1週間ほどで味の違和感はすっかりなくなり、むしろ普通のコーラ特有の飲んだ後に口に残るベタつきがなく

なったり、急激に血糖値が上がった後に襲ってくる強い眠気がないことに気づきました。集中力を長く保ちたい長時間の作業には、ゼロコーラの方が圧倒的に理にかなっていると感じたため、自然と継続して選ぶようになりました。

ゼロコーラが日々の習慣になってからは、夜中にどうしても炭酸の爽快感が欲しかった時の罪悪感や、カロリーを気にして我慢するストレスが一切なくなりました。純粹に気分転換として炭酸を楽しめるようになったのは、精神的にもとてもよかったと感じています。これまでは甘いものを飲んで無理やり疲れをごまかすような感覚もありましたが、今はすっきりとした喉越しで頭をクリアに保ち、落ち着いて作業を進められるようになりました。無理なく糖分を抑えられているという事実も、日々の小さな自信に繋がっています。

今では、コンビニやスーパーの棚の前で普通のコーラを選ぶことはほぼなくなりました。プシュッとゼロコーラの缶を開ける音が、私にとって集中モードへ切り替えるための大切なスイッチになってくれています。昔は少し苦手だったはずのあの味が、今では日々の勉強や作業の時間を支えてくれる、なくてはならない心強い相棒です。

【ジャンル】体験談エッセイ・教育

【想定媒体】note・子育て・教育系Webメディア

【ターゲット】不登校の子どもを持つ親御さん(特にお母さん)

【意識した点】当事者目線からの「ゲーム画面の裏側にある本音」という視点の転換を軸に構成しました。親を責めず共感から入り、有料部分への橋渡しになる流れを意識しています。

毎日、本当にお疲れ様です。

昼過ぎにのっそりと起きてきて、まともに目も合わさずにご飯を食べ、部屋に戻ったと思ったら深夜までオンラインゲームに没頭している。夜中の2時や3時になっても部屋から漏れてくるゲームの光や、ボイスチャットの楽しそうな笑い声を聞いたたびに、「いっそルーターの電源を抜いてやろうか」という衝動的なイライラと、「この子の将来はどうなってしまおうだろう」という不安で押しつぶされそうになっていませんか？

「学校にも行かないで、親の金で一日中遊び狂って……」そう思って、「早く寝なさい」「ゲームはやめなさい」と注意しても、激しく反発されたり、完全に無視されたり。家の中の空気はどんどんピリピリして、腫れ物に触るような毎日だと思えます。

ネットで検索すれば、専門家やカウンセラーが「学校がすべてではありません」「エネルギーが溜まるまで、ありのままを受容して見守りましょう」と、綺麗な言葉で語りかけてきますよね。でも、何度も言うけど、そんな綺麗事だけでお母さんの心が軽くなるなら、誰も夜中に一人でスマホを握りしめて涙を流したりしません。見守っている間も、子どもの将来への恐怖や、もしこのまま引

きこもりになったときの現実的なリスクを背負い続けているのは、他の誰でもないお母さん自身だからです。

待ってください。ここでお母さんを責めたくて、こんな話をしているわけではありません。

実は、この記事を書いている僕自身も、現在は20歳の大学生として一人暮らしをしながら、こうしてパソコンに向かって、自分の力で週20時間以上ライターとして稼働する毎日を送っています。でも、数年前までは、深夜までオンラインゲームにどっぷり浸かっていた、筋金入りの「不登校」でした。

当時の僕は、親からすれば「遊び狂っている最低な子ども」に見えたはずです。ここからは、お母さんにどうしても知っておいてほしい「画面の裏側にいた僕の、本当の心理」を順番にお話していきます。

1. 当時の僕のリアル ゲームの画面の裏側で、死ぬほど怯えていた本音

ボイスチャットでゲラゲラ笑っているとき、僕の心の中はちっとも笑っていませんでした。むしろ、現実の世界から必死に逃げ回って、死ぬほど怯えていたんです。

不登校になり始めた最初のころ、僕の頭の中は常に「学校に行かなきゃ」「どうしよう、でも行けない」というプレッシャーでパンパンでした。布団の中にも、ご飯を食べていても、その強迫観念がずっと付きまとってきて、本当に息が詰まりそうだったんです。

そんなギリギリの精神状態から、僕を唯一逃れさせてくれたのがオンラインゲームでした。

深夜にボイスチャットを繋いで、ゲームの世界に没頭している時間だけは、「なんで学校に行かないの？」という世間の目や、自分自身を責める声から完全に解放されました。深夜のゲームは、ただの遊びなんかではなく、当時の僕が自我を保つための唯一の避難所(シェルター)だったんです。

2. 深夜のゲーム生活から、今の「自立」へ繋がった軌跡

そんな僕が、どうやって深夜のゲーム生活から抜け出し、今の自立した生活にたどり着いたのか。それは、ある日突然劇的に変わったわけではありません。本当に少しずつ、いくつかの段階を踏んで、グラデーションのように変わっていきました。

正直に言うと、その一つひとつの段階は、母からすれば「これで合っているのか」と手探りのまま、時には僕に強く拒絶されながら進めてきたものばかりです。それでも母は、諦めずに小さな橋を一つずつかけ続けてくれました。

不登校の解決に、ある日突然「今日から毎日学校に行く!」なんて魔法は起きません。大切なのは、お母さんが『学校に行くか・行かないか』というゼロ百の目線を捨てて、子どもの小さな変化のグラデーションに気づいてあげることです。

振り返ると、あの深夜のゲーム生活から今の自立にたどり着くまでには、はっきりと5つの段階がありました。どれも特別なことをしたわけではありません。ただ、当時の母が実際にどう動き、僕がどう反応し、何がきっかけで次の段階に進めたのか。そのリアルなやり取りは、正直ここまでの話ではまだ何もお伝えできていません。

この記事を読んでも最後まで読むことで、お母さんは以下の3つの未来を手に入れることができます。

- ゲームを取り締まるイライラから解放され、家の中に穏やかな笑顔が戻る
- 親でもカウンセラーでもない「学校の先生」を味方につける、具体的な頼み方がわかる
- 我が子が今どの段階にいて、次に何を目標せばいいかの「現在地」が迷わなくなる

その5つの段階を、当時のリアルなやり取りとともに、包み隠さずお話しします。ネットの一般論には書かれていない、元当事者だからこそ話せる「答え合わせ」が、ここから先にあります。

【ジャンル】ライフスタイルコラム・習慣化・自己啓発

【想定媒体】暮らし・自己啓発系Webメディア・note

【ターゲット】20～30代・自分の時間を増やしたい・朝活に興味がある人

【意識した点】朝活のメリットを一般論で語るのではなく、始める前と後の生活の変化を体験ベースで描写しました。「完璧にやろうとしない」という等身大のメッセージで、読者が自分でも試してみたいと感じる流れを意識しています。

朝の1時間が自分を変えた。無理なく心地よく続ける「朝活」ライフ

■ きっかけは、自分の時間が欲しかったから以前の私は、日中の忙しさに追われ、

夜になると疲れてだらだらしてしまう毎日でした。もっと自分のための時間が欲しい。そう思ったのが少しだけ早起きを始めたきっかけです。最初は眠気との戦いでしたが、徐々に起きる時間を早めていくうちに、今では朝の時間が一日の中で一番大切な時間になりました。

■ 体を動かし、頭をすっきりさせる朝のルーティン

私の朝活は、外に出て散歩をしたり、ジムでエアロバイクを漕いだりすることから始まります。朝の澄んだ空気の中でじんわりと汗を流すと、睡眠モードだった体が少しずつ目を覚ましていくのを感じます。部屋に戻ったら、頭がクリアなままの状態です。英語や韓国語の学習へ。静かな朝は驚くほど集中力が上がり、日中に勉強するよりもずっとスムーズに知識が入ってくる感覚があります。

■ 1日をポジティブにスタートできる、一番のメリット

朝の過ごし方を変えてから、心に大きな変化がありました。一番感じるのは、朝一番に「今日も早起きできた」という小さな達成感が得られること。この積み重ねが日々の自信になり、その後の一日を前向きな気持ちで始められるようになりました。完璧を求めず、自分のペースで心地よく続けること。それが、毎日をご機嫌に過ごすための一番のコツだと思っています。

■LPライティングサンプル①: 旅先カフェ発見アプリ「〇〇」LP冒頭文(旅行・カフェ系)

スマホで見つけた評判のカフェへ向かったのに、地図アプリのピンが「バス停」なのか「路面電車の停留所」なのか分からない。迷っているうちに、乗るはずだったバスが目の前を通り過ぎていく——旅先でそんな経験はありませんか？

地図の上ではただの点でも、現地に立つと判断に迷う場面の連続です。案内表示は現地の言語で、時刻表も読み方が分かりません。1本逃せば次は30分後、下手をすれば1時間後。旅先では「また今度」が使えないので、その1回のロスが後の予定にそのまま響きます。空いている開店直後を狙っていたのに行列に並ぶことになったり、次の目的地で過ごす時間がまるごと削られたり。小さなつまずきのはずが、その日一日の"体験の質"を静かに奪っていきます。

そんな"現地でのプチ迷子"をなくすために生まれたのが、旅先カフェ発見アプリ〇〇です。ピンをタップすれば、そこがどの交通手段の乗り場なのか、次の便まで何分あるのかが一目で分かります。カフェまでのルートには、迷いやすい曲がり角に写真付きの目印。足を止めて考え込むことなく、目的地までまっすぐ向かえます。

具体的な機能はこちらです。

- ・交通手段の種類(バス／路面電車／地下鉄)を色分け表示
- ・次の発車時刻をリアルタイムで表示、逃す前にアラート通知
- ・現地の人しか知らない"迷いやすいポイント"の写真付きメモ
- ・カフェの開店・混雑状況もあわせてチェックできる

今なら、リリース記念として最初の1,000人限定で、有料版の全機能を1ヶ月間無料でお試しいただけます。

「せっかくの旅先で、迷う時間に一日を削られたくない」。そう思うなら、まずはアプリをダウンロードして、次の旅の"迷わない一歩"を体験してみてください。

■LPライティングサンプル②: オンライン簿記講座「スキマ簿記」LP冒頭文(学習系)

資格の勉強、ちゃんと始めたはずなのに、1週間テキストを開いていない——そんな経験はありませんか？

平日はバイトや授業で1日が埋まり、休日こそ勉強に充てようと決めていたのに、朝起きて少しだらしているうちに準備の時間になり、気づけば出かける時間。帰ってきた頃にはくたくたで、テキストを開く前に眠ってしまう。「今週こそ」と思っていたはずなのに、翌週も同じことを繰り返している。この悪循環に陥る人は、決して少なくありません。

そんな"勉強時間が確保できない"を解決するために生まれたのが、オンライン簿記講座「スキマ簿記」です。1回15分の講義に分割されているので、バイトの休憩中や、寝る前の15分でも1つ進められます。「今日は机に向かう時間がなかった」という日でも、スマホひとつで学習が止まりません。

具体的な機能はこちらです。

- ・1講義15分、通しで見なくても続きから再開できる
- ・通勤・通学中でも聴くだけで復習できる音声モード
- ・その日の学習時間を自動記録し、週の振り返りができる
- ・つまずきやすい仕訳・借方貸方だけをまとめた重点解説

今なら、開講記念として先着300名限定で、初月の受講料が半額になります。

「今週こそ」で終わらせたくない。そう思っているなら、まずは1回15分の講義を試してみてください。