#01

◯◯ジャンルのリール投稿です。
「初心者がまず最初に覚えておくべき1つのコツ」を、ストーリー風に紹介する台本を作成してください。

- 構成：「①初心者の頃の自分がつまずいたポイント → ②そこで出会った“救いのコツ” → ③それを実践してどう変わったか → ④今、伝えたいアドバイス」
- 語りは“昔の自分へ”語りかけるように。
- 難しい用語は使わず、シンプルで共感重視のトーンで仕上げてください。

#02

◯◯ジャンルのリール投稿です。
「やりがちだけど逆効果なNG行動1つ」について、自分の経験を交えながら解説する台本を作成してください。

- 構成：「①ありがちなNG行動の紹介 → ②自分も昔やっていたエピソード → ③なぜそれが逆効果なのか → ④視聴者への一言アドバイス」
- 優しく、上から目線にならないトーンで。
- NG例の共感力と、改善提案のわかりやすさを意識してください。

#03

◯◯ジャンルのリール投稿です。
「よくある質問に対して、自分なりの“答え”を出す台本」を作成してください。

- 構成：「①よく聞かれる質問（例：“何から始めればいいですか？”） → ②自分が出した答えと背景 → ③その答えを選んだ理由や効果 → ④補足 or 応援の一言」
- 語り口はQ&A形式でもナレーション形式でもOK。
- フォロワーとの距離が縮まるような柔らかさを加えてください。

#04

◯◯ジャンルのリール投稿です。
「失敗しないための超シンプルなルール1つ」を、ストーリーとともに紹介する台本を作成してください。

- 構成：「①自分が失敗したときの体験談 → ②そのとき気づいたシンプルなルール → ③今も実践している様子や効果 → ④視聴者にも伝えたい教訓」
- 実体験ベースでリアルに。視聴者が“自分も気をつけよう”と思えるように。
- 語り口は誠実さとユーモアをバランスよく。

#05

◯◯ジャンルのリール投稿です。
「何をしても成果が出なかった自分が、1つの視点を変えただけで流れが変わった話」を語る台本を作成してください。

- 構成：「①ずっと結果が出なかった頃の自分 → ②考え方を変えるきっかけとなった出来事 → ③視点を変えて取り組んだ具体例 → ④得られた変化と伝えたい言葉」
- 成果を焦る人たちへの“ヒント”になる構成を意識してください。
- トーンはやさしく、希望を感じさせる締めに。

#06

◯◯ジャンルのリール投稿です。
「たった1つやり方を変えただけで、成果がグッと出るようになった工夫」について語る台本を作成してください。

- 構成：「①以前のやり方での悩み or 限界 → ②ある日取り入れた小さな工夫 → ③驚くほど変わったこと → ④視聴者に伝えたい“違いを生む視点”」
- ビフォーアフターが映像にしやすい構成に。
- “ちょっとの工夫で世界が変わる”をテーマにしてください。

#07

◯◯ジャンルのリール投稿です。
「誰も教えてくれなかった“盲点のテクニック”」を、自分の発見として紹介する台本を作成してください。

- 構成：「①実践して気づいた盲点 → ②それに気づいたきっかけとなる体験 → ③活用して変わった場面や結果 → ④“あなたも試してみて”という提案で締め」
- 専門家っぽくならず、あくまで“発見をシェアする”感覚で。
- 聞いた瞬間に「え、それ知らなかった！」と思える内容が理想。

#08

◯◯ジャンルのリール投稿です。
「〇〇に悩んでいた自分が、試して効果があった“3ステップのやり方”」を紹介する台本を作成してください。

- 構成：「①当時の悩み or 課題 → ②取り組んだ3つのステップ（簡潔に） → ③ステップの中で一番効果的だったこと → ④視聴者への実践推奨コメント」
- 1ステップ5秒×3＋前後構成でテンポの良い40〜60秒に。
- 聞いてすぐ真似できる手軽さを意識してください。

#09

◯◯ジャンルのリール投稿です。
「結果を出す人が必ずやっている“共通点”」を、自分の観察や体験から語る台本を作成してください。

- 構成：「①周りの成功者に共通していることに気づいた瞬間 → ②それを自分でもやってみた話 → ③納得した体験や結果 → ④視聴者にも合いそうな一言で締め」
- “人間観察 × 実践”という視点が入ると説得力が出ます。
- トーンは納得感と希望を込めて。

#10

◯◯ジャンルのリール投稿です。
「よくある“誤解”をサクッと正しく解説する台本」を作成してください。

- 構成：「①よくある間違ったイメージ or 都市伝説 → ②なぜそれが誤解なのかを明確に → ③正しい情報 or 実体験から導いた結論 → ④安心感 or 実践ヒントで締め」
- 指摘するだけでなく“理由を明確に伝える”のがポイント。
- トーンは批判せず、やさしくリードする感じで。

#11

◯◯ジャンルのリール投稿です。
「初心者が最初に間違えやすいポイントと、それを避けるコツ」について語る台本を作成してください。

- 構成：「①ありがちなミス or 落とし穴 → ②なぜ起こりやすいのか → ③自分もそうだったときの体験 → ④その後の対応策やコツをやさしく解説」
- 教えるというより“共に歩む姿勢”で届けてください。
- 映像はチェックリストやビジュアル図解との相性◎。

#12

◯◯ジャンルのリール投稿です。
「最初に知っておけば、遠回りしなくて済んだ…」と思う学びを語る台本を作成してください。

- 構成：「①最初に知らなかったことで苦労した話 → ②途中でやっと気づいたきっかけ → ③その後どう変わったか → ④“今だから言える”アドバイス」
- トーンは少し反省を交えつつも、希望を感じる前向きさで。
- 学習の“タイミングの重要性”が伝わると◎。

#13

◯◯ジャンルのリール投稿です。
「忙しい人でもできる、時短テクニックや工夫1つ」について語る台本を作成してください。

- 構成：「①以前は時間が足りなかった話 → ②工夫したテクニック or アイテム → ③実際に感じた変化（効率・気持ち） → ④同じ悩みを持つ人へのひとこと」
- 忙しい人が“明日すぐに使える”アイデアにして。
- トーンはテンポよく、実用的な雰囲気で！

#14

◯◯ジャンルのリール投稿です。
「“この順番でやったら上手くいった”という流れ」について、時系列で語る台本を作成してください。

- 構成：「①以前は順番がグチャグチャだったエピソード → ②ある日“順番の大切さ”に気づいた話 → ③今実践しているステップの流れ → ④視聴者への実践促し」
- 手順や構成の見直しが成果を左右することを伝えてください。
- 映像は図解・字幕・時系列の切り替えと相性◎。

#15

◯◯ジャンルのリール投稿です。
「人に言われた“ある一言”で考え方がガラッと変わった体験」について語る台本を作成してください。

- 構成：「①当時の悩みや壁 → ②誰かに言われた衝撃のひとこと → ③その言葉をどう受け取って変われたか → ④視聴者にも届けたいその言葉の意味」
- ストーリー性と“名言に支えられた感”をしっかり持たせて。
- 感情の変化が見える構成がベスト！

#16

◯◯ジャンルのリール投稿です。
「やっているうちに自然と身についた、最強の習慣1つ」について語る台本を作成してください。

- 構成：「①最初は意識してなかったけど続けてたこと → ②ふと気づいた“変化”や“強み” → ③それがどんな影響をもたらしたか → ④視聴者に勧めたい理由や魅力」
- 押しつけ感なく、生活にスッと溶け込むような雰囲気で語ってください。
- “自然体でスキルが上がる”ような再現性の高さがカギ！

#17

◯◯ジャンルのリール投稿です。
「うまくいってないときほどやってほしい“切り替え行動”」を紹介する台本を作成してください。

- 構成：「①落ち込んでいたときの自分の行動 or 思考 → ②そこで役立った“切り替え方” → ③効果を実感したエピソード → ④見てくれる人への応援コメント」
- 視聴者の心をふっと軽くする“行動提案型”の台本に。
- 優しさ＋実用性を意識して。

#18

◯◯ジャンルのリール投稿です。
「一気に伸びたときにやっていた共通の行動」について、自分の経験をベースに語る台本を作成してください。

- 構成：「①“あのとき伸びた”具体的な時期 or 出来事 → ②思い返すと共通していた行動や考え方 → ③なぜそれが効果的だったのか → ④今でも続けていること or 視聴者へのヒント」
- 再現性とストーリー性を両立させる構成にしてください。
- トーンは前向きで熱量強めもOK！

#19

◯◯ジャンルのリール投稿です。
「一見地味だけど、実は最強だった〇〇テクニック」について語る台本を作成してください。

- 構成：「①あまり注目されていない方法 or 工夫 → ②なぜ自分はやってみたのか → ③続けて実感した圧倒的なメリット → ④“地味だけど本物”として視聴者に伝える」

- トレンドではなく“積み上げ型”の説得力が鍵。

- 丁寧で落ち着いた語りがマッチします。

#20

◯◯ジャンルのリール投稿です。
「結局“これだけは守ってる”という自分ルール」について語る台本を作成してください。

- 構成：「①自分なりの絶対ルール → ②それを守るようになった背景や出来事 → ③実際の効果や失敗を防げた話 → ④視聴者にも伝えたい“本質”」

- 経験に基づいた信念がにじみ出る台本にしてください。

- トーンはブレない芯を持った静かな熱さで。

#21

◯◯ジャンルのリール投稿です。
「〇〇って結局どうやるのが正解なの？」という“よくあるモヤモヤ”を、シンプルに解説する台本を作成してください。

- 構成：「①よく聞かれる“結局どうしたらいいの？”というテーマ → ②そのモヤモヤに悩んでた頃の自分 → ③試行錯誤してたどり着いた答え → ④視聴者にとってのヒントとなる一言」

- わかりやすく、かつ“試行錯誤した人のリアルな答え”を届ける構成で。

- 結論はひとつに絞り、迷いを解消する力を持たせてください。

#22

◯◯ジャンルのリール投稿です。
「やってみて“これは絶対にいらない”と感じたもの」について語る台本を作成してください。

- 構成：「①最初は大事だと思って使ってたもの or 行動 → ②でも実際は逆効果だった理由 → ③それをやめてどうなったか → ④視聴者に向けた“取捨選択”のヒント」

- 語り口はスッキリと、“捨てる勇気”がテーマ。

- 軽快なトーンで「だからやめました」と潔く伝えるのがポイント。

#23

○○ジャンルのリール投稿です。
「自分が伸びたきっかけになった“たった一言”」をベースに、学びを語る台本を作成してください。

- 構成：「①自分が変わるきっかけになった言葉 or 出会い → ②なぜ心に刺さったのか → ③その後の行動 or 成果への影響 → ④今も大事にしている考えとして紹介」

- エモ寄りに。短い言葉に込められた“深い気づき”を伝えてください。

- 映像は文字演出や表情中心が効果的です。

#24

○○ジャンルのリール投稿です。
「これを習慣にしたら、自然と行動できるようになった」という“行動トリガー”を紹介する台本を作成してください。

- 構成：「①以前はやる気が出なかったこと → ②習慣にした“あること” → ③それによって変化した行動や成果 → ④視聴者にも提案したいアクション」

- 習慣形成系の話として、“真似したくなるシンプルさ”を大事にしてください。

- 朝ルーティン・準備儀式など、生活に溶け込む内容がベター。

#25

○○ジャンルのリール投稿です。
「最短で成長するなら、最初に“これ”を整えたほうがいい」という“土台の話”を語る台本を作成してください。

- 構成:「①伸び悩んでた頃の共通点 → ②そこから気づいた“基礎・土台”の重要性 → ③整えてから感じた変化 → ④これから始める人に向けたひとこと」

- ノウハウの中でも“原点に立ち返る”話を意識して。

- まとめのような気づきで締めよう。
