



せっかくの「おうち時間」だから。
大切な人のことを
もっと知る質問ブックを
つくりました。

このノートが、
自分を知り、相手を知り、
お互いを
より大切に想い合う
きっかけに
なりますように。

..... 新刊のご案内

タイトル: **大切なあなたノート**

企画・文・プロデュース: はあちゅう

定価: 本体 1500 円+税

発売: 2020 年 12 月 26 日(土)

判型: A5 判

発行: 祥伝社



パートナーとおうち時間を仲良く過ごすためのプレゼントに

家族や大切な人をお互いにもっと知るための取材ノートとして

自分のための自己分析や頭の整理にも

大切な人のことをもっと知る 100 問

- Q いくつか絶対行きたい場所は?
- Q 思い出に残っている旅行は?
- Q 10 年後に叶えていたいことは?
- Q 自分が死んだら思い出の品を誰に渡したい?
- ...etc

●本書の使い方●

▼大切な人と一緒に使う場合

インタビュアーになったつもりで、相手への「取材ノート」として使ってみてください。「あなたのことをよく知りたいから」と相手に話してインタビューの時間をもらうのもよいですし、あなたが先に答えて、答えられなかった質問を相手に聞いたり、一緒に答え合わせをするのもよいでしょう。

▼自分で使う場合

自分をよりよく知るための「自己分析用ノート」として、質問に答えてみてください。今まで気づいていなかった自分の“好き”や“得意”など今後の進路に関するヒントに気づけるかもしれません。



この一年、外出自粛が当たり前になる中で、家族や恋人と一緒に過ごす時間が増えることによるすれ違いと新たな絆の深まりの両方を目にしました。

せっかくの「おうち時間」が、コロナ離婚や家庭内暴力につながるニュースを見ていると悲しくなり、自分自身や家族とより深く向き合う時間に使えれば…という想いが募り、この質問ブックの発案に至りました。この本が年末年始の家族の会話のきっかけや家族に聞きづらいことを聞きかけになれば嬉しいです。

.....
はあちゅう / プロガー・作家。

慶應義塾大学法学部卒。電通コピーライター、トレンドーズを経てフリーに。『「自分」を仕事にする生き方』『半径 5 メートルの野望』他多数。一児の母。現在は、在宅ワークと子育ての両立に奮闘中。

【twitter】【Instagram】 @ha_chu