

# 「自分史」作成 事前説明

飛立未鳥／自分史コンシェルジュ

自分史コンシェルジュ

ひだてみどり

飛立未鳥



- 本業は言語聴覚士として10年以上  
ことばと飲み込みのリハビリに從事
- 35冊のKindle電子書籍を出版
- 高校生と中学生の母

自分史を書くために  
自分の歴史を振り返る



- 若い頃の夢を思い出す
- 初心を思い出す
- 家族への想いを再確認する  
など

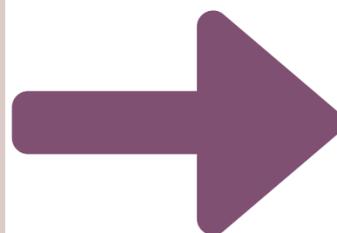
これからの人生を  
新たな気持ちで  
歩んでいくことができる

より一層輝いた人生  
悔いのない人生を  
歩んでいくことができる

自分の人生の中で蓋をしてしまっていた  
自分の気持ちを思い出し  
自分の想いに正直に向き合い  
悔いのないエンディングを  
目指してもらうため

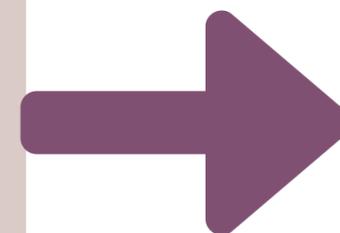
## 事前準備

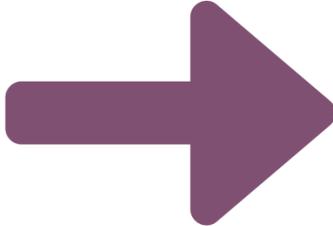
資料に目を通し  
内容を考えて  
いただく



## インタビュー1回目

自己紹介と説明と  
雑談をして  
お互いに慣れる



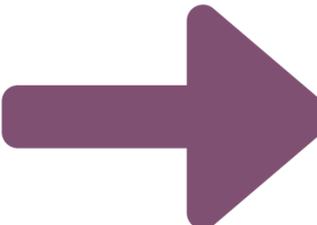


## インタビュー2回目

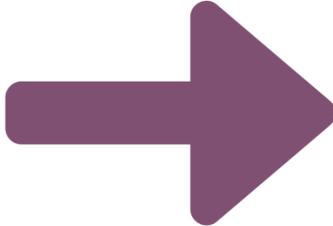
質問資料に沿って  
インタビュー

数回のインタビュー  
終了後、執筆します

※ 必要に応じて  
その後も  
インタビュー実施

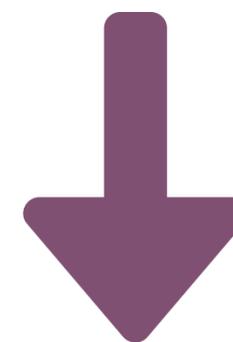


## フィードバック作業



書き終えたら  
原稿のデータを送信  
それを読んで  
修正箇所を  
教えてください

必要に応じて  
これを数回繰り返す



# 完成

インタビューは少なくとも5時間は必要です

(おそらくもっと必要)

お時間いただきますがよろしく願いいたします

少しでも効率的に進めるため

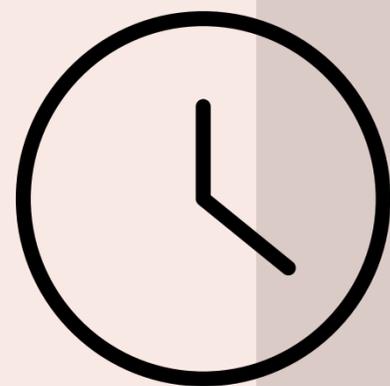
質問資料の内容を考えておいてください

情報を教えていただかないことには  
自分史を書くことはできません。  
いろいろなお話をお聞かせください。  
また、これまで務めてきた会社名なども  
教えていただけるとホームページを見て  
参考にできますのでご協力ください。

本に写真を添付することも可能です。  
ご希望の場合には  
写真をご用意ください。



インタビューにて  
質問項目を全て  
聞き終えた時点から



1 ~ 2 ヶ月

**但し、体調不良や家庭の事情により  
この通りに行かない場合もあります  
のでご承知おきください**

**原稿の納品後にどうされるかは自由です。**

**但し、Kindle本などで出す場合には著者氏名に「飛立未鳥」の名前を加えてください。**

**(ゴーストライターではないため)**

1

## Kindle電子書籍

あなたのKDPアカウントで出版。  
電子書籍なのでスマホ、iPadなどで  
読む形となります。

1

# Kindle電子書籍

## メリット

- 幅広くいろいろな人に読んでももらえる。
- 読まれればお小遣いが入る。

## デメリット

- 電子機器に弱い人には  
読んでももらいにくい。
- 読んでほしくない人にも  
読まれる可能性がある。

## Kindleペーパーバック版

あなたのKDPアカウントで出版。  
紙の本として販売。

(コンビニで売っているような  
表紙が薄いタイプの本)

## 2

# Kindleペーパーバック版

## メリット

- 幅広くいろいろな人に読んでももらえる。
- 購入されればお小遣いが入る。
- 紙の本として手元に置ける。

## デメリット

- 読んでほしくない人にも読まれる可能性はある。

## 3

## 自費出版

自費出版とは、ご自身で費用を出して紙の本を作成すること。

※ 書店に本が並ぶわけではありません。

並べたい場合にはそれも可能ですが別途出版社に費用を支払う必要あり。

## 3

# 自費出版

## メリット

- しっかりとした表紙の紙の本として手元に置くことができる

## デメリット

- 費用と手間と時間がかかる
  - ※ 自費出版にかかる費用はご自身でご負担ください。

## 4

## しまうま出版

しまうま出版も自費出版の一部とは言えますが1冊から制作が可能。

## 4

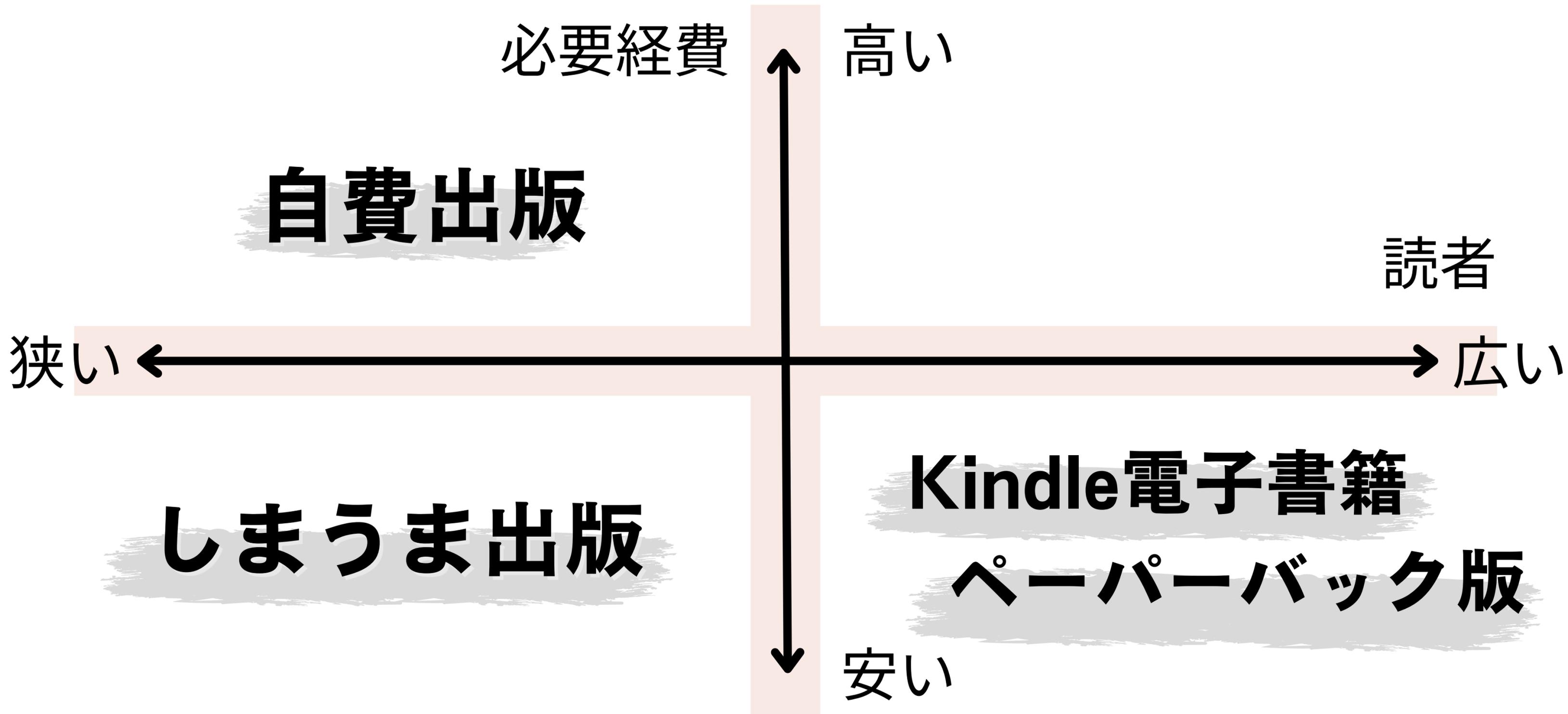
## しまうま出版

## メリット

- 1冊から作成可能
- 安価

## デメリット

- 字ばかりの本にはあまり向かない  
どちらかというと写真集向き



その他にも方法はあるかと思えます。どのようになりたいかを考えておいてください。本サービスは基本的に原稿のデータ送信までですがオプションでその後の製本化などの手続きのお手伝いもさせていただきます。

Kindle電子書籍及びペーパーバック版はKDPアカウントが必要です。

無料で作成可能ですが少々手間がかかります。もしそれが面倒であれば飛立未鳥のアカウントに置いておくことも可能です。

(その場合、お小遣いは飛立未鳥に入ることになります。)

自費出版における手続きは  
必要な情報を教えていただければ  
オプションで対応可能ですので  
ご相談ください。

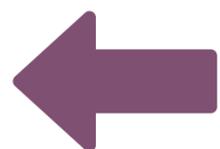
但し、自費出版にかかる諸費用は  
ご負担ください。

1

**あなた**

①だと自分史っぽくなる

2

**飛立未鳥**②だと部分的に  
第3者意見として  
感想やツッコミが入る

3

**おまかせ**

1

まじめ

2

面白い

3

その中間



②面白さを出したい  
のであれば前述の主語は  
「おまかせ」で  
お願いします。

1

**縦書き**

2

**横書き**

英語表記が多い場合には  
②横書きをおすすめします

タイトルや表紙が必要な場合には  
その都度相談して決めていきます。  
なお、文字のみの表紙の作成は可能ですが  
イラストを描くことはできません。

インタビューにて細かく情報をお聞きします。  
答えたくないことは答えなくて構いません。  
ただ、できれば教えていただいたうえで  
「この情報は書かないで」  
と伝えてもらった方が背景を知ることができ  
より良いものができます。  
もちろん秘密は厳守いたします。

インタビューにて細かく情報をお聞きしますが、すべての情報を使うかどうかはわかりません。全体の流れなどを考慮し、使わない情報もあるかと思えます。もしどうしても入れてほしい話などがあれば、インタビューの際やメールなどでお知らせください。

今回自分史を作成し数年後に  
付け加えたい内容が出てくるかと思えます。  
その際は再度インタビューをさせていただき  
原稿に内容を付け加えることが可能です。  
但し、その都度別途料金が必要です。

## 本サービスの価格：30万円

### 含まれるサービス

- インタビュー
- 原稿の執筆
- 表紙の作成（イラスト除く）
- タイトル考案

## 本サービスの価格：30万円

対面インタビューにあたっての交通費・飲食代、オンラインインタビューやその他メールなどでのやりとり時にかかる通信費は個々での負担をお願いいたします。

## オプション

- 原稿を印刷して郵送 …… 1,000円/郵送1回  
(通常はメールでデータ送信)
- Kindle (KDP) アカウント …… 2,000円  
作成サポート
- 自費出版の手続き代行 (※) …… 3,000円
- しまうま出版の手続き代行 (※) …… 2,000円

※ 但し、代行できる範囲のことに限りませ