

5年日記（Microsoft OneNote）の使い方

日記以外でも、日々の備忘録に利用したり、ちょっとしたメモ代わりに使えるテンプレートです。スマホやタブレットでも見ることができ、外出先でも見たり編集したりすることができます。画像も挿入できるので、文字を入力することが面倒なときも、画像で記録を残しておくことができます。

■補足：わかりづらい設定

- ◆ ページを削除する方法 → (パソコン) 右クリックし[削除]、(iPad) ロングタップし[削除]。
- ◆ ノートブック自体を削除する方法 → OneNote 上では削除できないため、OneDrive で削除する。

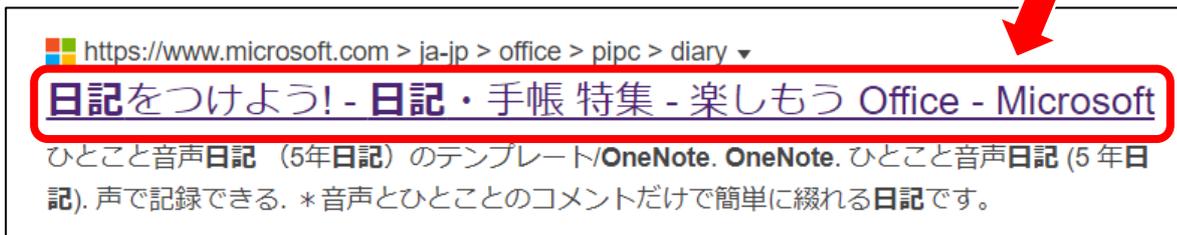
■目次

1. microsoft.com サイトから、「5年日記」をダウンロードする	P2
2. OneNote で「5年日記」を開く	P5
3. OneNote で「5年日記」を編集する	P6

1. microsoft.com サイトから、「5年日記」をダウンロードする

(1) ヤフーや Google などの検索サイトで、「onenote 日記」で検索し、下記のように「日記をつけよう！」

- 日記・手帳特集- 楽しもう Office – Microsoft」をクリックする。



(2) 次のような画面が表示される



(3) 少し下へスクロールすると、「ひとつこと音声日記 (5年日記)」が表示されるので、「このテンプレートはこちら>」をクリックする。



(4) 次のように、「ひとこと音声日記（5年日記）」の説明ページが表示されるので、「OneNote テンプレートのダウンロード」をクリックする。

ひとこと音声日記 (5年日記)

「いつも3日坊主で終わっちゃう」という方におススメ!声で今日のひとことを録音していだけで、ストーリーのあるじぶん日記ができるスケジュール。後から振り返って聞き直すのも楽しいですよ。

新発想!“声”で残せる5年日記☆数年後に過去のメッセージを聞く楽しみも♪

- 自分の音声で、毎日の出来事を記録できます
- 音声ファイルを添付できます
- セクションタブやページを自由に追加して分類できます

※こちらは zip 形式の圧縮ファイルです。
[テンプレートのダウンロード] をクリックして保存し、
下記の手順でファイルを展開してください。

[実行] または [保存] を選択した場合:

① 解凍ツールが起動
② 展開先フォルダを指定
③ ファイルを展開

[名前を付けて保存] を選択した場合:

① 任意の場所に保存
② ダブルクリックして“実行”を選択
③ 展開先フォルダを指定
④ ファイルを展開

OneNote テンプレートのダウンロード

(5) パソコンの[ダウンロード]フォルダに、「22857_hitokoto_onsei_nikki_5year.zip」がダウンロードされるので、次の順で[ダウンロード]フォルダを開く。

—手順—

1. [エクスプローラー]をクリックする。

※[エクスプローラー]は、パソコン画面下の[タスクバー]内にある  のことです。

2. [エクスプローラー]が表示されるので、画面左側の[ダウンロード]をクリックし、画面右側のファイル「22857_hitokoto_onsei_nikki_5year.zip」をダブルクリックする。

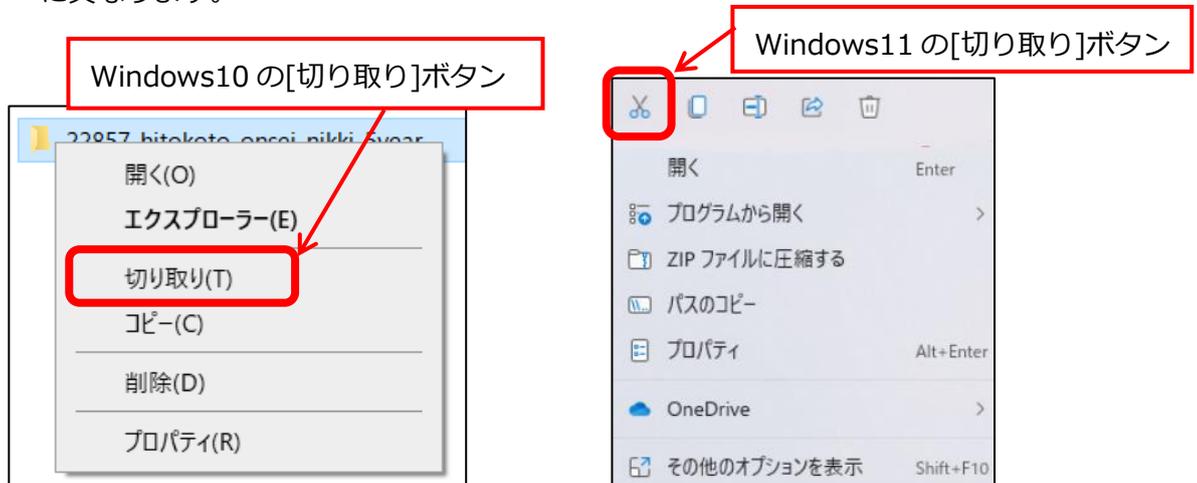
ダウンロードしたファイルは Zip 形式です。
※Zip : 複数のファイルが 1つのパックになった圧縮ファイルのことです。

3. Zip ファイルが展開されて、フォルダが表示される



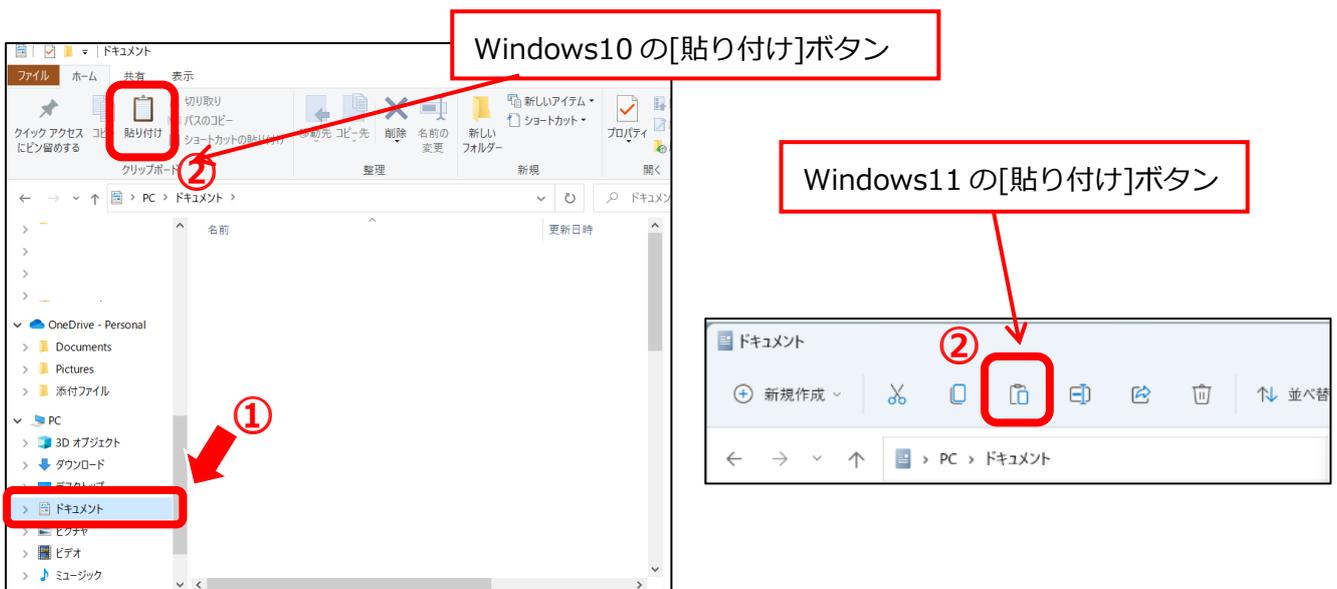
4. フォルダアイコンを右クリックし、[切り取り]をクリックする。

※右クリックして表示されるショートカットメニューは、Windows10 と 11 では下記のように異なります。



5. 画面左側の①[ドキュメント]をクリックし、②[貼り付け]をクリックする。

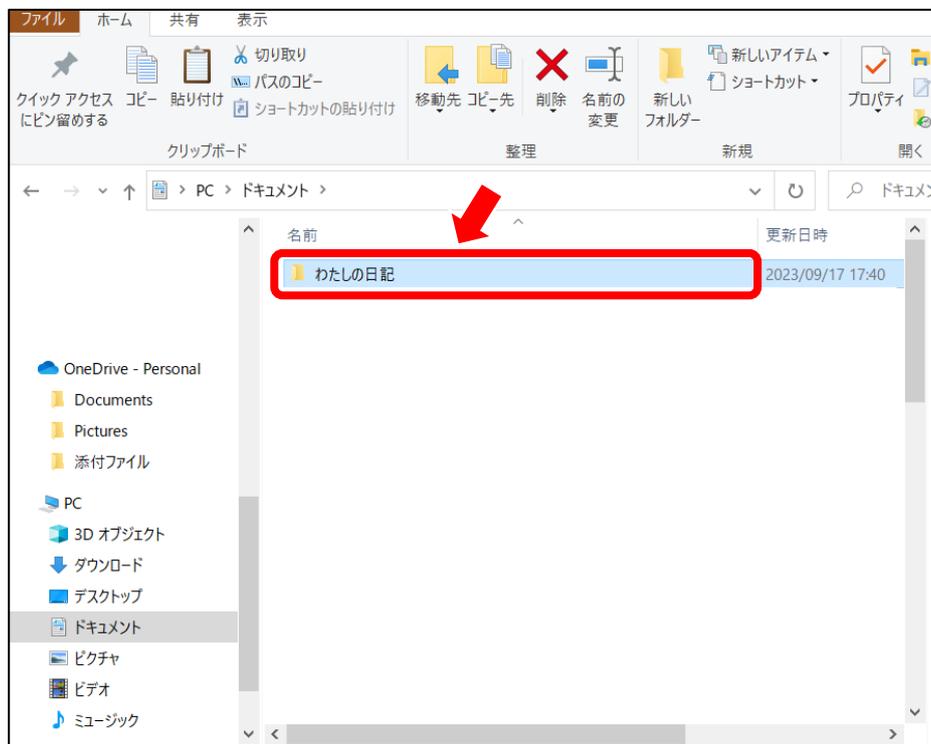
※[貼り付け]ボタンは、Windows10 と 11 では下記のように異なります。



- [ドキュメント]フォルダに、「22857_hitokoto_onsei_nikki_5year」フォルダが保存される。
- フォルダを右クリックし、[名前の変更]をクリック(*)して、フォルダ名をわかりやすい名前に変更しておく。

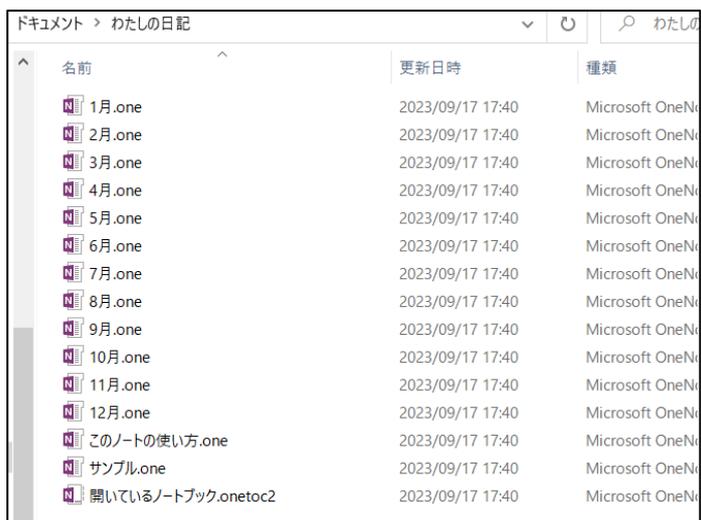
(*)Windows11 の場合は、フォルダを右クリックし、[その他のオプションを表示]をクリックして、[名前の変更]をクリックします。

(下図の例)フォルダ名を「わたしの日記」に変更



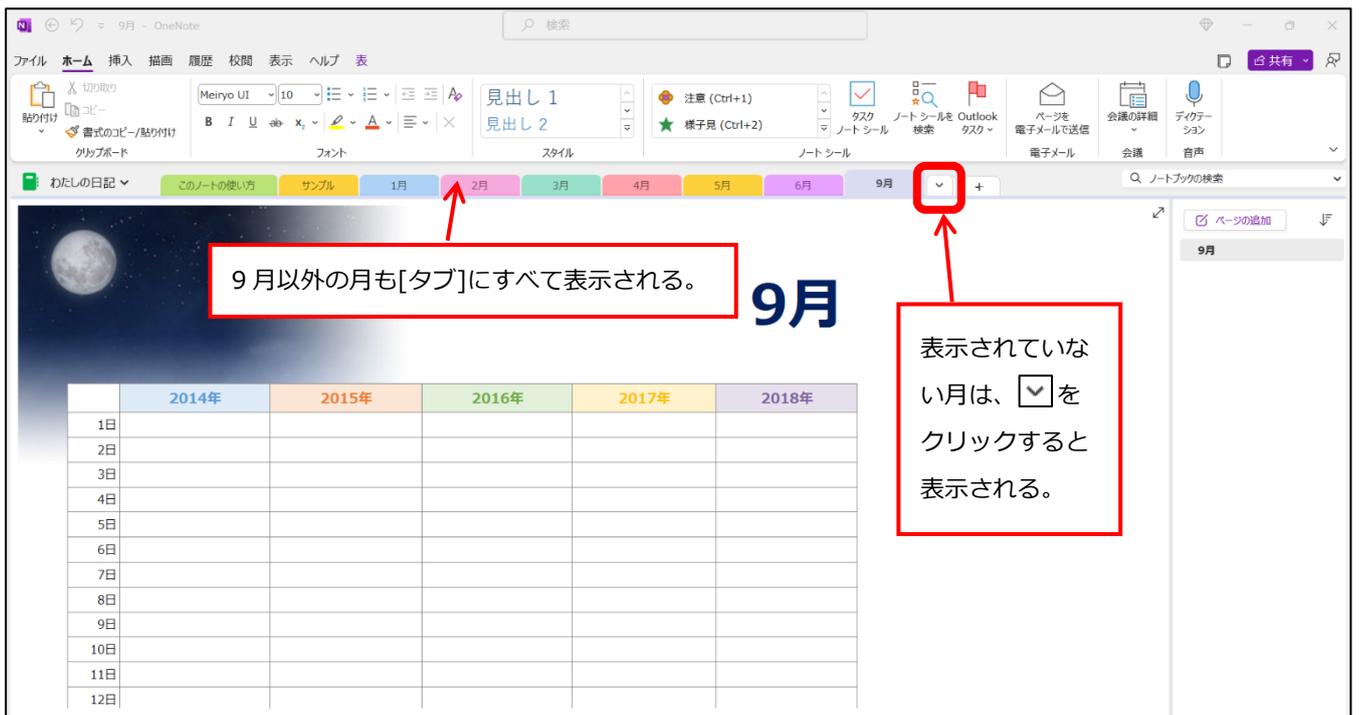
2. OneNote で「5年日記」を開く

(6) P5 の手順 6.7.で保存されたフォルダをダブルクリックすると、下図のように、ひと月ごとの日記ファイルが表示される。



(7) 例えば「9月」のファイルをダブルクリックすると、OneNote が起動して、下図のように「9月」のページが前面に表示される。

(ほかの月もタブで表示され、日記全体が読み込まれた状態になる。)



3. OneNote で「5年日記」を編集する

(8) 見出しの各年度（2014年～2018年）は、セル内をクリックして、現在の西暦などに修正する。

(9) その他の編集について

- 空白セル内をクリックすると、自由に文字を入力できる。
- [Enter]キーを押すと改行も可能。
- 画像の挿入も可能。[挿入]タブ > [画像] の順にクリックする。
- スマホやタブレットでも見たり編集したりする場合は、ファイルを OneDrive（インターネット上の保存場所）にアップロードする必要があるため、次の操作をする。

—手順—

1)[ファイル]タブ > [情報] > [設定] > [共有または移動] の順にクリックする。

※このとき、Microsoft のログイン画面が表示された場合は、ログインする。

2)[OneDrive – 個人用]をクリックする。

OneDrive に日記ファイルが保存される。これ以降、スマホやタブレットで OneDrive や OneNote にアクセスすると、いつでも日記ファイルを見たり、編集したりすることができる。

3)パソコンで OneNote の日記を終了したあと、次に OneNote の日記を開くときは、パソコンの[スタート]ボタンから、[OneNote]を起動する。

4)[ファイル]> [開く]をクリックして表示される[OneDrive から開く]の一覧から、日

記ファイルをクリックする。

5)編集したファイルは、自動保存されるので、[上書き保存]の操作は不要。

以上