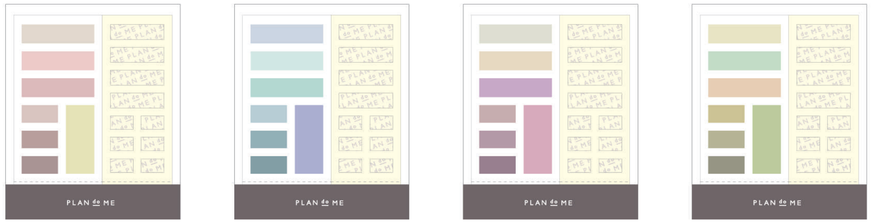
ミニマステ&両面シール

上代:¥360(税抜)　サイズ:W70×H85mm　素材:紙　出荷単位:5個
入数:マスキングシール 35ピース(7ピース×5シート)、両面シール 50ピース(10ピース×5シート)



■コーラル
PM3705
4 580416 985338

■ブルー
PM3706
4 580416 985345

■パープル
PM3707
4 580416 985352

■グリーン
PM3708
4 580416 985369

ありそうでなかった小さめサイズ！
ノートにメモや名刺など
さっと貼り付けられて便利！

ケースは折りたため
るので、どこにでも
持ち運びが簡単！

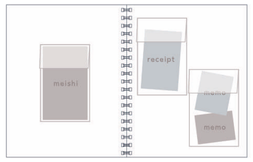
ノート用 ポケットフィルム

上代:S ¥150(税抜)　M ¥200(税抜)　L ¥250(税抜)　出荷単位:5個
入数:5枚　サイズ:S W60×H95mm　M W120×H95mm　L W120×H165mm　素材:PP

■S (名刺・カードサイズ)
PM2001
4 580416 985574

■M (B6ノート半分サイズ)
PM2002
4 580416 985581

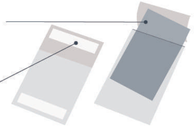
■L (B6ノート1ページサイズ)
PM2003
4 580416 985598



透明フィルムだから
名刺など、中身が見えて
便利！

フタ付きなので中身が
こぼれ出る心配がない！

貼り付け用テープは
上下に！



売り場イメージ

POP・リーフレット
ご用意ございます！

FRONTIER Co.,Ltd.　フロンティア株式会社
本社TEL: 06-6264-6500　東京TEL: 03-5297-8571
E-mail : info@frontiersman.co.jp
http://www.frontiersman.co.jp

印刷の関係上、色が多少異なる場合があります。また、商品・色目・仕様等、予告無く変更になる場合があります。

<詳しくは下記へお問い合わせください。>

PLAN do ME

こんな方におすすめ
1、スケジュール帳を使わなくなった方
2、スマホでスケジュール管理をしている方
3、メモやTODOはノートに書く方

仕事から趣味、勉強、家事、家計簿など、
オールラウンドなスケジュール管理ができるノートシリーズ。
ライフスタイルに合わせて全60アイテムをカスタマイズ。

リングノート

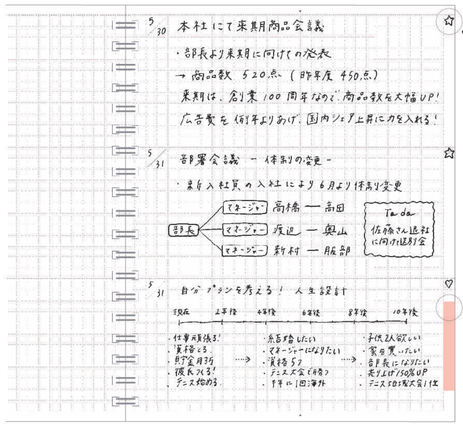
上代:¥1,000(税抜)　出荷単位:5個
ページ数:198ページ　透明ポケット:3ポケット　サイズ:W160×H200×D13mm

■コーラル
PM6101
4 580416 985215

■レッド
PM6102
4 580416 985222

■グレー
PM6103
4 580416 985239

■ブルー
PM6104
4 580416 985246



INDEX KEY
仕事や趣味のINDEX KEYを自分で設定し、記入できます。スムーズにページを探す事ができます。

5mmの点線方眼
書きやすさにこだわった色と点線方眼で文章や図形をストレスなく書き込む事ができます。

透明ポケット収納
写真やメモ、付箋などを入れられる透明ポケット。幅広い用途に使えて便利な機能です。(3ポケット)

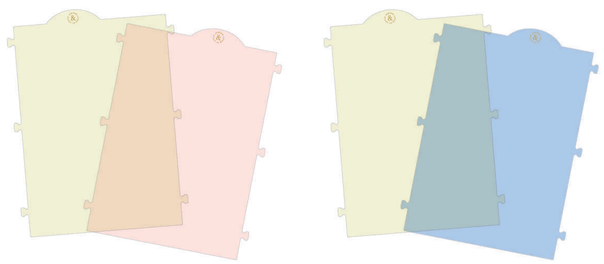
オリジナルノート
PLAN do MEの別売の付箋やシールを使うと、ノートがカスタムしやすくなっています。

CONTENTS PAGE
コンテンツページでは、目標達成を促すコンテンツや、管理・検索のしやすいインデックスキーを設定できるページをご用意。

NEW

インデックスボード 2枚セット

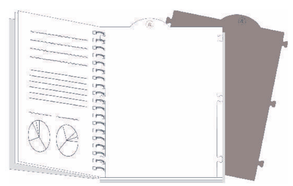
上代:¥680(税抜)　出荷単位:5個
入数:下敷き2枚　サイズ:W155×H217mm　素材:PP



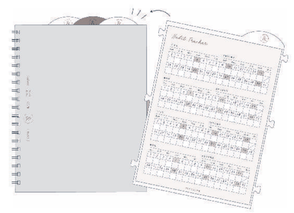
■ピンク
PM6205
4 580416 987837

■ブルー
PM6206
4 580416 987844

INDEX機能のついたPLAN do ME専用下敷き
左右にツメが付いているので
いつでも好きなページに差し込むことができます。



PLAN do ME インデックスログボード
と合わせて使うこともできます。



インデックス　ログボード

上代:¥580(税抜)　出荷単位:5個
入数:下敷き1枚、天のりメモ15シート　サイズ:W155×H205mm　素材:PP(下敷き)、メモ(紙)

願望 WISHと報酬 REWARDを設定し、
達成に向けてやる事を習慣化します

■ハビットトラッカー
PM6201
4 580416 985253

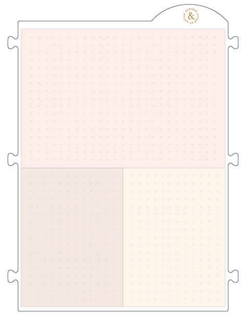
願望 WISHを月にひとつ設定できる、
自由度が高い、曜日の書いていないデザイン

■マンスリー
PM6202
4 580416 985260

STARTからGOALに向かって課題を設定し、
クリアしていくメモ
TODOリストを使い、更に細かく計画

■TODO
PM6203
4 580416 985277

いつでもどこでも何にでも
用途に合わせて使いやすい、
ノートをおしゃれに彩るカラーアイテム

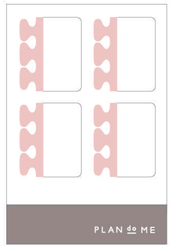


■メモ
PM6204
4 580416 985284

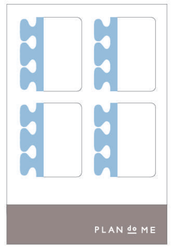
NEW

リングフックシール

上代:¥450(税抜)　出荷単位:5個
入数:4ピース×４シート　サイズ:W70×H140mm　素材: PET

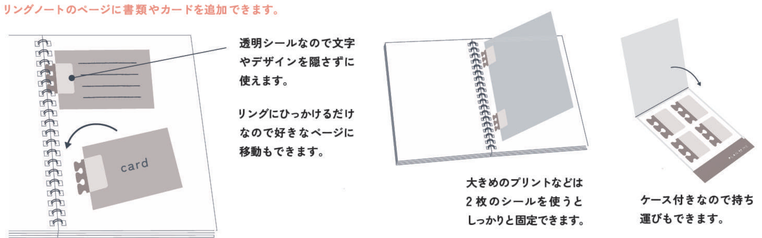


■ピンク
PM3717
4 580416 987936



■ブルー
PM3718
4 580416 987943

リングノートのページに書類やカードを追加できます。



透明シールなので文字
やデザインを隠さずに
使えます。

リングにひっかけるだけ
なので好きなページに
移動もできます。

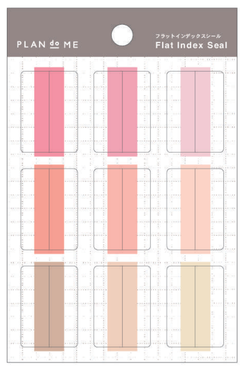
大きめのプリントなどは
２枚のシールを使うと
しっかりと固定できます。

ケース付きなので持ち
運びもできます。

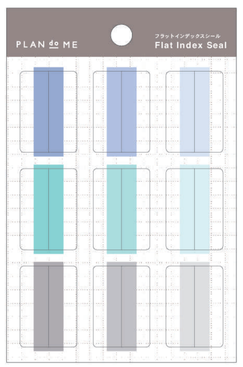
NEW

フラットインデックスシール

上代:¥280(税抜)　出荷単位:5個
入数:9ピース×2シート　サイズ:W90×H131mm　素材:フィルム

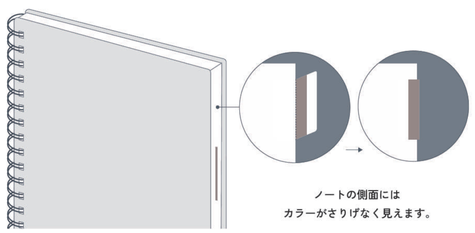


■ピンク
PM3709
4 580416 987851



■ブルー
PM3710
4 580416 987868

ノートや手帳のカバーから、はみ出さずに使え
すっきりと使えるインデックスシールです。



ノートの側面には
カラーがさりげなく見えます。

NEW

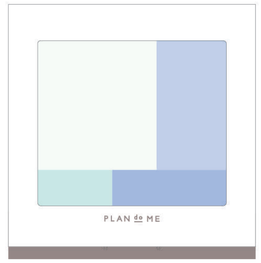
チークパレット付箋（スクエア）

上代:¥500(税抜)　出荷単位:5個
入数:4カラー×各20シート　サイズ:W105×H108mm　素材:紙

■ピンク
PM3625
4 580416 988391

■ベージュ
PM3626
4 580416 988407

■パープル
PM3627
4 580416 988414



■ブルー
PM3628
4 580416 988421

NEW

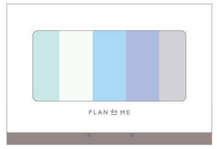
チークパレット付箋（スティック）

上代:¥350(税抜)　出荷単位:5個
入数:5カラー×各20シート　サイズ:W85×H60mm　素材:紙

■ピンク
PM3629
4 580416 988438

■ベージュ
PM3630
4 580416 988445

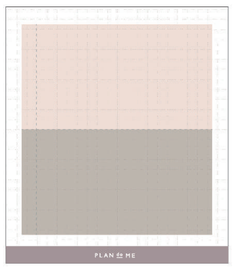
■パープル
PM3631
4 580416 988452



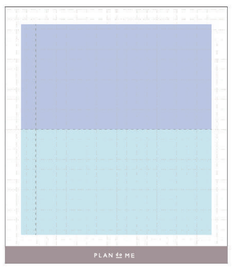
■ブルー
PM3632
4 580416 988469

ページ追加付箋

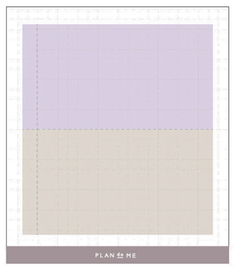
上代:¥380(税抜)　出荷単位:5個
入数:15シート　サイズ:W116×H133mm　素材:紙



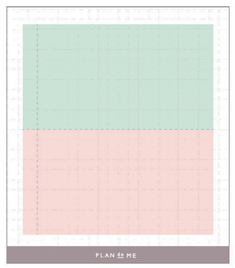
■コーラル
PM3617
4 580416 985536



■ブルー
PM3618
4 580416 985543

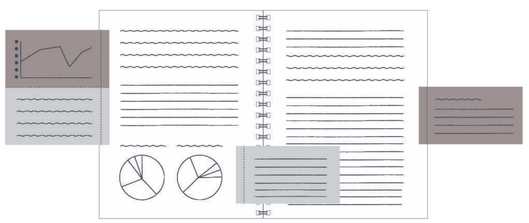


■パープル
PM3619
4 580416 985550



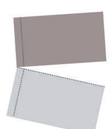
■グリーン
PM3620
4 580416 985567

ノートの書き込みに、ページを追加したい時に役立つ付箋
限られたノートのスペースを最大限に使う事が出来ます。



ノートを閉じる時は、点線に沿って
ページ追加付箋を折りたたみます。

付箋は中央の点線に沿ってちぎると
ハーフサイズになります。



シンプルなデザインなので、
縦にも横にもお使い頂けます。

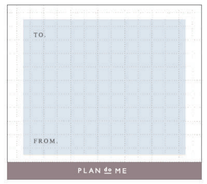
ログ付箋（スクエア）

上代:¥300(税抜)　出荷単位:5個
入数:20シート　サイズ:W77×H70mm　素材:紙

■プラン
PM3609
4 580416 985451

■TODO
PM3610
4 580416 985468

■ハビットトラッカー
PM3611
4 580416 985475



■メモ
PM3612
4 580416 985482

ログ付箋（スクエア）プラン

あらかじめネガティブなこと（障害）を予測し対処方法を事前に決めておくことで目標達成を促します。

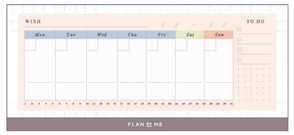
Wish	一ヶ月でマイナス2キロ!!
Gift	みんなと海に行ける
Problem	お菓子を食べてしまう
Plan	もし お菓子やケーキを食べてしまっ たら、 ランニング1時間 する

ログ付箋（スクエア）ハビットトラッカー

願望WISHを設定し、記入します。
WISHは具体性を持って設定すると より達成しやすいです。

ログ付箋（ワイド）

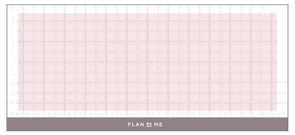
上代:¥360(税抜)　出荷単位:5個
入数:20シート　サイズ:W141×H66mm　素材:紙



■ウィークリー
PM3605
4 580416 985413

■デイ
PM3606
4 580416 985420

■TODO
PM3607
4 580416 985437



■メモ
PM3608
4 580416 985444

ログ付箋（ワイド）ウィークリー

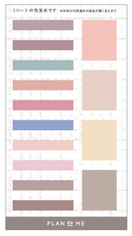
・1週間の予定を書き込むウィークリー付箋
・有意義な1週間を過ごす為の願望 WISHの記入欄

ログ付箋（ワイド）デイ

・一日のスケジュールを時間軸で書き込める付箋
・自由な書き込みができるスペース付き

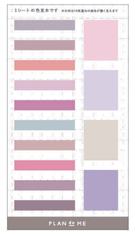
フィルム付箋

上代:380(税抜)　出荷単位:5個
入数:14カラー×各10シート　サイズ:W65×H117mm　素材:フィルム

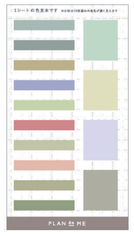


■コーラル
PM3613
4 580416 985499

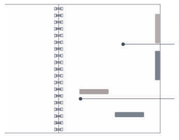
■ブルー
PM3614
4 580416 985505



■パープル
PM3615
4 580416 985512

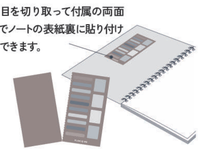


■グリーン
PM3616
4 580416 985529



ノートの端っこの隙間に貼って、検索しやすくできます。

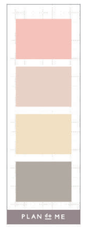
蛍光ペン代わりにも使える！



ミシン目を切り取って付属の両面テープでノートの表紙裏に貼り付けて保管できます。

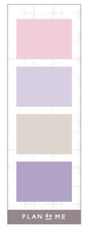
ブックマーク付箋

上代:¥280(税抜)　出荷単位:5個
入数:4カラー×各15シート　サイズ:W38×H103mm　素材:紙



■コーラル
PM3601
4 580416 985376

■ブルー
PM3602
4 580416 985383



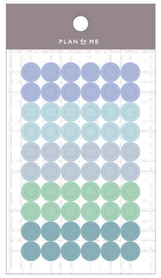
■パープル
PM3603
4 580416 985390

■グリーン
PM3604
4 580416 985406

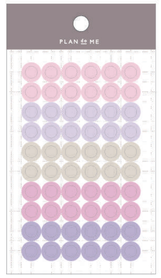
マークシール

上代:¥240(税抜)　出荷単位:5個
入数:60ピース×2シート　サイズ:W80×H140mm　素材:フィルム

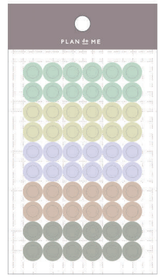
■コーラル
PM3701
4 580416 985291



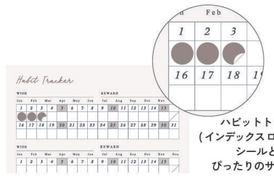
■ブルー
PM3702
4 580416 985307



■パープル
PM3703
4 580416 985314

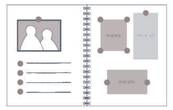


■グリーン
PM3704
4 580416 985321



ハビットトラッカー
（インデックスログボード）の
シールとして
ぴったりのサイズです。

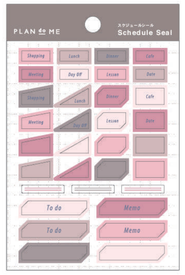
ノートにメモや名刺など
さっと貼り付けられて便利！
そのまま貼っても
ノートが彩ります。



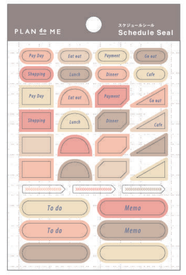
NEW

スケジュールシール

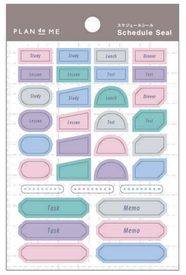
上代:¥280(税抜)　出荷単位:5個
入数:33ピース×2シート　サイズ:W90×H131mm　素材:フィルム



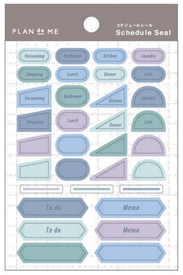
■マイプラン
PM3713
4 580416 987899



■家計簿
PM3714
4 580416 987905

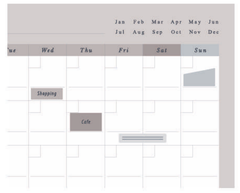


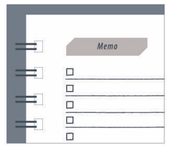
■スタディー
PM3715
4 580416 987912



■家事
PM3716
4 580416 987929

スケジュール帳にぴったりのサイズなので予定に合わせて、
デコレーションできます。ラインシールは期間を記したい時に便利です。



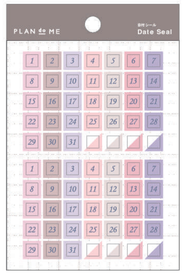


見出しシールはページのアクセントに。

NEW

日付シール

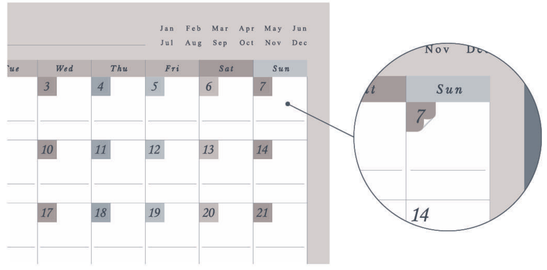
上代:280(税抜)　出荷単位:5個
入数:70ピース×2シート　サイズ:W90×H131mm　素材:フィルム



■ピンク
PM3711
4 580416 987875

■ブルー
PM3712
4 580416 987882

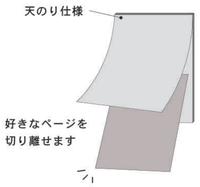
スケジュール帳の日付部分にぴったりのサイズなので
予定に合わせてデコレーションできます。



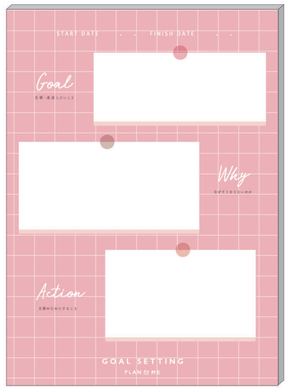
NEW

リフィルメモパッド マイプラン

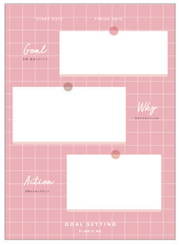
上代:¥800(税抜)　出荷単位:5個
入数:41枚　サイズ:W187×H207mm　素材:紙



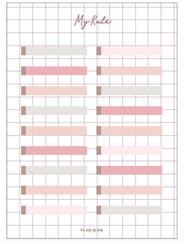
「なりたい私」になるための目標設定やマイルール、ウィッシュリストなど
自分と向き合うための様々なコンテンツが入ったリフィルセットです。



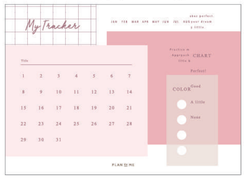
1.ゴールセッティング　3枚



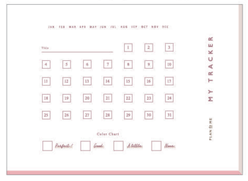
2.マイルール　2枚



3.マイトラッカー　2枚



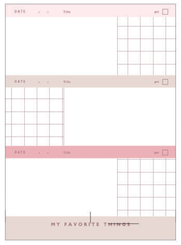
4.マイトラッカー　3枚



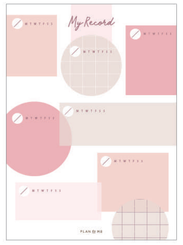
5.セルフケア　3枚

6.ウィッシュリスト　3枚

7.マイフェイバリット　9枚



8.マイレコード　16枚



■マイプラン
PM3621

4 580416 987950

NEW

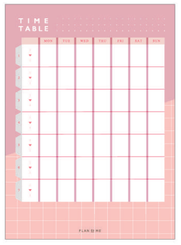
リフィルメモパッド スタディープラン

上代:¥800(税抜)　出荷単位:5個
入数:40枚　サイズ:W187×H207mm　素材:紙

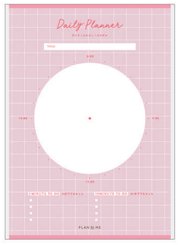
目標を達成するための学習プランや勉強の記録など、
毎日の勉強をモチベーション高く続けられる様々なコンテンツが入ったリフィルセットです。

1. 3 monthゴール　2枚

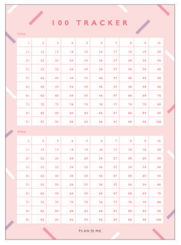
2.タイムテーブル　2枚



3.デイリープランナー　2枚



4.100トラッカー　4枚



5.ウィークリープラン　15枚

6.ウィークリープラン　15枚

■スタディープラン
PM3623

4 580416 987974

NEW

リフィルメモパッド 家計簿

上代:¥800(税抜)　出荷単位:5個
入数:40枚　サイズ:W187×H207mm　素材:紙

家計管理に役立つ様々なコンテンツが入った家計簿リフィルセットです。
日々の支出管理、収支計画や貯金簿など約４ヶ月分の管理ができます。

1.今月の収支計画　4枚

2.今月の収支ふり返り　4枚

3.マンスリープラン　4枚

4.週間支出管理　4枚

5.キャッシュレスノート　8枚

6.口座自動引落メモ　4枚

7.貯金簿　4枚

8.小銭貯金トラッカー　4枚

9.おつきあいノート　4枚

■家計簿
PM3622

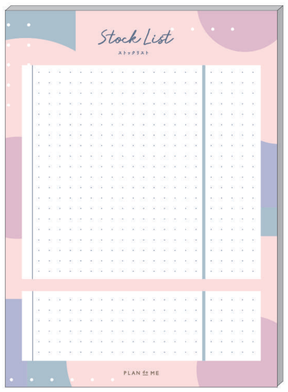
4 580416 987967

NEW

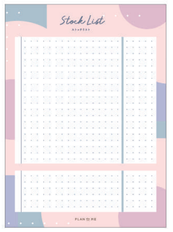
リフィルメモパッド 家事ノート

上代:¥800(税抜)　出荷単位:5個
入数:41枚　サイズ:W187×H207mm　素材:紙

家事のリストや献立リスト、日用品リストなど、様々な家事を管理し、
日々の生活に役立つコンテンツが入ったリフィルセットです。



1.ストックリスト　3枚



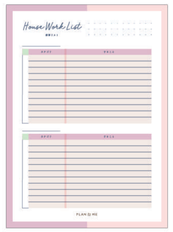
2.必需品リスト　4枚

3.家事トラッカー　4枚

4.献立リスト　4枚

5.レシピノート　4枚

6.家事リスト　6枚



7.ウィークリープラン　16枚

■家事ノート
PM3624

4 580416 987981