

夢実現預金通帳の 手作り使い方

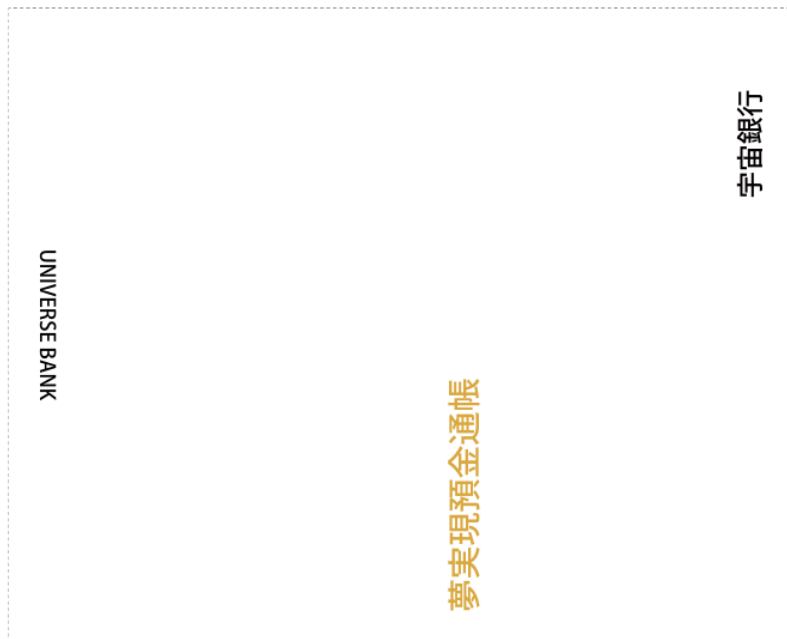
用意するもの

100円ショップ等で揃えることのできるものばかりです。

- ・ 定規
- ・ はさみ（カッターナイフ）
- ・ のり
- ・ 印刷用 A 4 サイズの用紙 3 枚
（またはPDFファイルをコンビニ等で印刷しても構いません）
- ・ 少し厚めの紙 ≡ 画用紙（台紙用） 1 枚 ⇒ 14 cm × 17.4 cm に切ったもの
- ・ サイト（夢実現の専門店）からダウンロードしたテンプレート 3 種類
（3 種類＝表紙用、記入欄用、2倍記入できる縦長の記入用紙）

ダウンロードする表紙用のテンプレート

印刷したら周囲の点線で切り取ってください。



ダウンロードする記入欄（見開き用）行数25行のテンプレート

印刷したら周囲の点線で切り取ってください。

夢実現預金			
年月日	お支払金額	お預り金額	差引残高
</			

【追加】縦型（行数49行の）記入用テンプレート

印刷したら周囲の点線で切り取ってください。

作り方動画（縦型の用紙を使っての作成）

実際の夢実現預金通帳の記入欄は複数ページありますが・・

手作りする通帳の記入欄は、見開きページの形なので25行しかありません。

もっとたくさん記入したいという時は、縦長の記入欄の用紙を印刷してお使いください。

⇒これから見ていただく作り方動画は、縦長の用紙を使っての作り方です。

[illegible]

記入サンプルページをダウンロードして
印刷したものと

17.4 cm

夢実現預金通帳の使い方

毎日30秒で構いません。手に取ってながめて、ウキウキ・ニコニコ・ワクワクしてください。
朝起きて… スキマ時間に… 夜寝る前に… 【遠足前夜気分】になってください。

（元銀行員30年勤務の経験から）

- 通帳の残高が増えるのを見て、気分が悪くなる人はいません。
- 「あれも買える、これも買える、あそこにも行ける、あんなこともできる」と
脳を・思考を・潜在意識を・固定観念を・思い込みを、いい意味で、だまして
ください。信じ込ませてください。そのためのツールです。
- 夢・願望の実現に近づいている、まんざらでもない自分だ、と錯覚させてください。

使い方【書き方】フラワーショップのオープン（起業・開業）

夢実現預金

年月日	お支払金額	お預り金額	差引残高
2027.05.01	フラワーショップ オープン	10,000,000	10,000,000

フラワーショップのオープン（起業・開業の具体的な計画あり）

夢実現預金

見える化で夢・願望の実現に近づいている自分を演出してください！

2027.05.01	敷金・礼金	200,000	200,000
	家賃2ヶ月分	200,000	400,000
	内装工事費	3,700,000	4,100,000
	冷蔵ケース・エアコン他	4,200,000	8,300,000
	パソコン・レジ費用	200,000	8,500,000
	テーブル・イス他	300,000	8,800,000
	人件費2ヶ月分	600,000	9,400,000
	当初仕入資金（2ヶ月分）	500,000	9,900,000
	水道光熱費（2ヶ月分）	100,000	10,000,000
	広告宣伝費その他	300,000	10,300,000

具体的な必要資金を積み上げる方法です。本当は入ってくるお金ではなくて、出ていく方のお金ですけど・・・
自分の夢・願望の実現に必要なお金が少しずつ貯まっていく、というワクワク感と、少しずつ準備をしている
＝夢・願望の実現に近づいている、というワクワク感で潜在意識を信じ込ませてください！

さらにイメージを膨らませたいなら..

ワクワクするために、自ら夢・願望実現に近づいていくために
売上の予測を「見える化」するのもアリです。

夢実現預金

年月日	お支払金額	お預り金額	差引残高
2027.05.01	フラワーショップ オープン		
	1ヶ月目売上	500,000	500,000
	2ヶ月目売上	600,000	1,100,000
	3ヶ月目売上	700,000	1,800,000
	1年目売上	8,500,000	8,500,000
	2年目売上	9,500,000	18,000,000
	3年目売上	11,000,000	29,000,000

資格試験合格を目指す

夢実現預金

年月日	お支払金額	お預り金額	差引残高
1年後の2次試験 の日付を記入	中小企業診断士合格	3,000,000	3,000,000
3ヶ月後の 試験日を記入	宅地建物取引士合格 (旧・宅地建物取引主任者)	1,000,000	1,000,000

（手前味噌ながら）私のこの夢は実現しました

夢實現預金

2つの通帳：夢実現通帳・⇒夢実現預金通帳の書き方

夢実現預金通帳には、あなたの人生でのイベントごとをあなたの金額換算で記入します。
もちろん通帳の使い分けをしなくても、同じ通帳の違う見開きページに記入する形でも構いません。

夢実現預金

年月日	お支払金額	お預り金額	差引残高
2027.1.15	〇〇大学〇〇学部	10,000,000	10,000,000
2027.1.15	〇△大学△△学部	5,000,000	5,000,000
2027.3.15	〇〇高校普通科	5,000,000	5,000,000

人生のイベントごとで・・・結婚 10,000,000円とか、
宝くじ当選金 〇〇円といったように書いてください。

⇒ 夢実現通帳・夢実現預金通帳の書き方

夢実現通帳には、あなたの夢・願望・欲しいもの・やりたいこと・行きたい場所・
などを「遠慮することなく」書き出してください。

夢実現預金

年月日	お支払金額	お預り金額	差引残高
2026.1.10	〇〇のバッグ	300,000	300,000
2026.1.10	〇△一周の旅	2,000,000	2,300,000
2026.1.10	△△の車	7,000,000	9,300,000
2026.1.15	テーマパーク宿泊	1,000,000	10,300,000
2026.2.10	課長への昇格	5,000,000	15,300,000
2026.2.14	〇△商品一式	800,000	16,100,000
2026.2.14	マンション購入	60,000,000	76,100,000

あなたの価値判断で金額を算出して、それを積み上げてください。

⇒「あれも買える、これも買える、あそこにも行ける」と

あなたの潜在意識を（いい意味で）だましてください。ワクワクしてください！

これにはもう一つの楽しみがあります

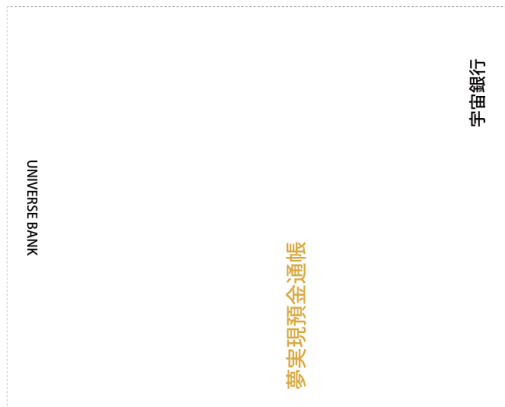
毎日のワクワクの繰り返し・・・6ヶ月後にどれだけ実現したかチェックしてみてください。
きっと・・・まんざらでもない自分自身を再発見できると思います。

夢実現預金

年月日	お支払金額	お預り金額	差引残高
2026.1.10	〇〇のバッグ ✓	300,000	300,000
2026.1.10	〇△一周の旅	2,000,000	2,300,000
2026.1.10	△△の車	7,000,000	9,300,000
2026.1.15	テーマパーク宿泊 ✓	1,000,000	10,300,000
2026.2.10	課長への昇格	5,000,000	15,300,000
2026.2.14	〇△商品一式	800,000	16,100,000
2026.2.14	マンション購入	60,000,000	76,100,000

【再掲】 手作り通帳のためのPDFファイルのダウンロード

⇒ 「夢実現の専門店」 から 3 種類のPDFファイルダウンロードできます。



外側の表紙用

A template for a 2x ledger-style notebook. It has a title "夢実現預金" (Yume Jitsugen Yokan) at the top. Below the title, there are four columns: "年月日" (Year/Month/Day), "お支払金額" (Payment Amount), "お預り金額" (Deposit Amount), and "残高" (Balance). The table has 20 rows. The rightmost column is shaded grey. At the bottom left, there is a small box labeled "¥" (Yen).

2倍書ける記入用

A template for a wide ledger-style notebook. It has a title "夢実現預金" (Yume Jitsugen Yokan) on the left side. The table has four columns: "年月日" (Year/Month/Day), "お支払金額" (Payment Amount), "お預り金額" (Deposit Amount), and "残高" (Balance). The table has 20 rows. The rightmost column is shaded grey. At the bottom right, there is a small box labeled "¥" (Yen).

見開き記入用

手作り夢実現預金通帳の作り方と使い方

3つのワークと3つのツールで潜在意識をリセットする・書き換える

瞑想しないで潜在意識の壁を破る方法

3つの前提 (普通の日本人なら)	3つのできる 理由	3つのできない 理由
3つのツール (3種の神器)	お金持ちになる・ 成功する	3つの真実
3つのワーク	3つの秘訣・秘密	3つのヒント

ここまでご視聴いただきまして本当にありがとうございました