

ALAVIDA


アラビダ



マイ・アクション・プラン(M.A.P.)

輝かしい成功への道

LIFEWAVE®



マイ・アクション・プラン (わたしの活動プラン)

輝かしい成功への道

ブランドパートナーの皆さま

スキンケア領域においても革新を目指すライフウェーブの「アラビダ システム」に新しい製品が加わりました。新製品「アラビダ リビーブ アイ クリーム」をご紹介します。

ライフウェーブ スキンケアの新たなアプローチで、健康的で美しく輝きある肌を目指しましょう。


マイ・アクション・プラン(M.A.P.)は、単なるチェックリストではありません。健康的で若々しい肌とビジネスの成功を目的とした、あなただけの活動プランです。M.A.P.に記載されている目標は、グループの皆さまと一緒に達成することで、より大きな成果をもたらします。

*本ツールがビジネス上の成功や収入を保証するものではありません。ビジネスの結果は個人の努力と成果によるものです。

円滑に計画を実行するために、週間計画表とSNS計画表をご活用ください。そして、M.A.P.の簡単ガイドに従って実行してください。

このツールを使ってアラビダを多くの人にお伝えください。

ライフウェーブ マーケティングチームより



マイ・アクション・プラン (わたしの活動プラン)

毎週の目標設定で、M.A.P.はアラビダとともに
成功する未来へと導いてくれます。

*本ツールがビジネス上の成功や収入を保証するものではありません。ビジネスの結果は個人の努力と成果によるものです。

そして、この素晴らしいところは誰もが参加できることです!

一つのアクティビティを完了するたびに、成功に一步近づきます。4~7ページの週間計画表を使い、次の4つのカテゴリーにおける行動項目を計画して、達成していきましょう。

1. アラビダを体験してみる
2. アラビダを使ってその体験を共有する
3. ライフウェーブのコミュニティとつながる
4. ご自分へのご褒美

毎週末に、その週の活動をまとめて「私の今週の結果」レポートに記入してください。自身の進捗状況を確認してモチベーションアップを図りましょう!

週間計画：第1週目

行動項目	週間目標	月	火	水	木	金	土	日	実績
セクション1: アラビダを体験する									
まずは最初に自分が使うための「アラビダシステム」(アラビダ パッチ、アラビダ デイリー リフレッシュ フェイシャル ネクター、アラビダ ナイトリー リストール フェイシャル クレム、アラビダ リピーブ アイ クリーム) を購入する	1								
アラビダ「使用前」の写真を撮る <small>*使用前・使用後の写真はご自身の控えとして撮るもので、お客さまに勧める際に見せたり、SNSでシェアするのは認められておりません。</small>	1								
アラビダを毎日使用する	7								
サンプルとして使用するための2セット目の「アラビダシステム」を購入する	1								
セクション2: アラビダを使ってその体験を共有する									
ご自身のアップラインの開催するアラビダ ミーティングに1-2人の方を連れてくる	1								
より良いスキンケアに興味を持っていただけそうな方50人をリストアップする	1								
ご自身のダウンラインにアラビダについて話す(電話、Eメール、直接会うなど)	適宜								
新規のお客さま10人にアラビダについて話す(電話、Eメール、直接会うなど) <small>*新規の方にお伝えする場合には、まずご自身がライフウェーブのブランドパートナーであることを伝える等、コンプライアンスに順守していただきますようお願いいたします。</small>	10								
ライフウェーブ YouTubeでビデオを見る「ライフウェーブブランド」「アラビダー 自然と科学の融合」	3								
アラビダについての説明を5人の方にする	5								
次週にアラビダ ミーティングを入れる	1								
セクション3: ライフウェーブのコミュニティとつながる									
ライフウェーブのメールマガジンを購読する	1								
ライフウェーブのSNSの公式アカウントをフォローする	1								
ご自身のFacebookのプロフィール写真をアップデートする	1								
ご自身のFacebookのカバー写真をアップデートする	1								
アラビダ リピーブ アイ クリームの新発売をご自身のSNSに投稿してフォロワーの方へお知らせする <small>*SNSはライフウェーブ グループ間でのみ活用ください。</small>	1								
セクション4: ご自分へのセルフケアのご褒美									
バランスのとれた健康的な食事をとる	5								
適度な運動をする	4								
電子機器やデバイスなしで、15分間自分だけの楽しむ時間を持つ	3								
少なくとも10分間は日光を浴びて、新鮮な空気を吸う	7								
何か新しいことを試してみる	1								

氏名 _____

ID番号 _____

1. アクティビティを完了する予定の日
に印をつけてください。
2. そのアクティビティを完了した回数
を記入してください。
3. 各週の終わりに、あなたの活動の
数字を合計してください。
4. 以下の「私の今週の結果」レポート
に記入してください。

完了したアクティビティの実績	
セクション1	
セクション2	
セクション3	
セクション4	
合計	

私の今週の結果

今週は…

肌の調子 _____.

肌の見た目 _____.

アラビダでの新規登録が _____ 件ありました。

私のアラビダトリオの売り上げは _____ 個です。

私のアラビダ リピーブ アイ クリームの売上は _____ 個です。

私は健康的なツヤのある肌で、明るい未来への道を歩んでいます! 私は今週のそれぞれのアクティビティを完了しました。

署名 _____

日付 _____ / _____ / _____

週間計画：第2週目以降

行動項目	週間目標	月	火	水	木	金	土	日	実績
セクション1: アラビダ システムを体験してみる									
アラビダ システムを毎日使う	7								
「使用后」の写真を7-14日ごとに撮る <small>*使用前・使用後の写真はご自身の控えとして撮るもので、お客さまに勧める際に見せたり、SNSでシェアするのは認められておりません。</small>	1								
そろそろ次のアラビダの製品を注文する時期ではありませんか?	1								
セクション2: アラビダを使ってその体験を共有する									
次週にアラビダ ミーティングを入れる	2								
今週アラビダ ミーティングを開催する	2								
新規見込みのお客さまにアラビダをお勧めする	4								
アラビダの体験談について、文章やビデオを依頼する <small>*薬機法等の法令を遵守してください。</small>	2								
交流会(ビジネスネットワーキングイベント)などに参加する	2								
アラビダ システムについて10人に話す(電話、Eメール、直接会うなど)	10								
新規見込みのお客さまに、LifeWave.comをご紹介する <small>*新規の方にお伝えする場合には、まずご自身がライフウェーブのブランドパートナーであること、製品をお勧めするために連絡している旨をまずお伝えしましょう。</small>	5								
新規見込みのお客さまにライフウェーブの公式 YouTubeチャンネルをご紹介する <small>*新規の方にお伝えする場合には、まずご自身がライフウェーブのブランドパートナーであること、製品をお勧めするために連絡している旨をまずお伝えしましょう。</small>	5								
セクション3: ライフウェーブのコミュニティとつながる									
アラビダに関して投稿または再投稿する	2								
アラビダに関する投稿、会社公式サイトや公式ビデオをSNSで投稿する <small>*SNSはライフウェーブ グループ間でのみ活用ください。</small>	2								
セクション4: ご自分へのセルフケアのご褒美									
バランスのとれた健康的な食事をとる	5								
適度な運動をする	4								
電子機器やデバイスなしで、15分間自分だけの楽しむ時間を持つ	3								
少なくとも10分間は日光を浴びて、新鮮な空気を吸う	7								
何か新しいことを試してみる	1								

氏名 _____

ID番号 _____

1. アクティビティを完了する予定の日
に印をつけてください。
2. そのアクティビティを完了した回数
を記入してください。
3. 各週の終わりに、あなたの活動の
数字を合計してください。
4. 以下の「私の今週の結果」レポート
に記入してください。

完了したアクティビティの実績	
セクション1	
セクション2	
セクション3	
セクション4	
合計	

私の今週の結果

今週は…

肌の調子 _____.

肌の見た目 _____.

アラビダでの新規登録が _____ 件ありました。

私のアラビダトリオの売り上げは _____ 個です。

私のアラビダ リピーブ アイ クリームの売上は _____ 個です。

私は健康的なツヤのある肌で明るい未来への道を歩んでいます! 私は今週のそれぞれのアクティビティを完了しました。

署名 _____

日付 _____ / _____ / _____

週間計画:第2週目以降 (サンプル)

行動項目	週間目標	月	火	水	木	金	土	日	実績
セクション1: アラビダ システムを体験してみる									
アラビダ システムを毎日使う	7	1	1	1	1	1	1	1	7
「使用后」の写真を7-14日ごとに撮る <small>*使用前・使用後の写真はご自身の控えとして撮るもので、お客さまに勧める際に見せたり、SNSでシェアするのは認められておりません。</small>	1	1							1
そろそろ次のアラビダの製品を注文する時期では ありませんか？	1		1						1
セクション2: アラビダを使ってその体験を共有する									
次週にアラビダ ミーティングを入れる	2		1			1			2
今週アラビダ ミーティングを開催する	2					1	1		2
新規見込みのお客さまにアラビダをお勧めする	4	1	1	1		1			4
アラビダの体験談について、文章やビデオを依頼 する。 <small>*薬機法等の法令を遵守してください。</small>	2			1				1	2
交流会(ビジネスネットワーキングイベント)などに 参加する	2			1				1	2
アラビダ システムについて10人に話す (電話、Eメール、直接会うなど)	10	1	1	4		2	1	1	10
新規見込みのお客さまにLifeWave.comをご紹 介する <small>*新規の方にお伝えする場合には、まずご自身がライフウェーブのブ ランドパートナーであること、製品をお勧めするために連絡している 旨をまずお伝えしましょう。</small>	5	1	1	1	1		1		5
新規見込みのお客さまにライフウェーブの公式 YouTubeチャンネルをご紹介する <small>*新規の方にお伝えする場合には、まずご自身がライフウェーブのブ ランドパートナーであること、製品をお勧めするために連絡している 旨をまずお伝えしましょう。</small>	5	1			1	1	1	1	5
セクション3: ライフウェーブのコミュニティとつながる									
アラビダに関して投稿または再投稿する	2	1				1			2
アラビダに関する投稿、会社公式サイトや公式ビデ オをSNSで投稿する <small>*SNSはライフウェーブグループ間のみ活用ください</small>	2	1			1				2
セクション4: ご自分へのセルフケアのご褒美									
バランスのとれた健康的な食事をする	5	1	1			1	1	1	5
適度な運動をする	4	1		1		1		1	4
電子機器やデバイスなしで、15分間自分だけの 楽しむ時間を持つ	3	1		1		1			3
少なくとも10分間は日光を浴びて、新鮮な空気を 吸う	7	1	1	1	1	1	1	1	7
何か新しいことを試してみる	1	1							1

氏名 Al A. Vida

ID番号 123456

1. アクティビティを完了する予定の日に印をつける。輸入您完成該活動的次數。
2. そのアクティビティを完了した回数を記入してください。
3. 各週の終わりに、あなたの活動の数字を合計してください。
4. 以下の「私の今週の結果」レポートに記入してください。

完了したアクティビティの実績	
セクション1	9
セクション2	32
セクション3	6
セクション4	20
合計	67

私の今週の結果

今週は…

肌の調子 なめらかさ

肌の見た目 明るい肌ツヤ

アラビダでの新規登録が 2 件ありました。

私のアラビダトリオの売り上げは 2 個です。

私のアラビダリピーブアイクリームの売上は 2 個です。

私は健康的なツヤのある肌で明るい未来への道を歩んでいます! 私は今週のそれぞれのアクティビティを完了しました。

署名 Al A. Vida

日付 3 / 19 / 2024

SNS計画表

〈参考例〉

目標を達成するために、SNSを使ってブランドパートナーの仲間と交流することができます。このカレンダーをテンプレートとして使用し、下記のトピックスやハッシュタグを活用して、あなただけのメッセージを作成してください。

※SNSはライフウェーブグループ間でのみ活用ください。

日	月	火	水	木
1	2	3	4	5
8	9	10	11	12
15	16	17	18	19
22	23	24	25	26
29	30	31		



日付 3日
時間 16:00
プラットフォーム Facebook
備考 ダウンラインの方にご自身の体験を共有する
ハッシュタグ #TransformationTuesday #LWAlavida



日付 24日
時間 16:00
プラットフォーム Facebook
画像 アラビダを毎日のスキんケアルーティンに加える
トピック ワークライフ バランスについて
ハッシュタグ #LWAlavida #LifeWave #PoweredByLifewave



日付 9日
時間 13:00
プラットフォーム Instagram
画像 アラビダと健康的な生活について
トピック 適度な運動と健康的な食生活が健康的な肌への近道
ハッシュタグ #LWAlavida #skincare #HealthyLifestyle



日付 30日
時間 13:00
プラットフォーム Instagram
画像 アラビダでスキんケアが楽しい自分の写真を投稿する
トピック ご自身の肌について
ハッシュタグ #LWAlavida #skincare #BeautyByLifeWave



日付 19日
時間 17:00
プラットフォーム Instagram reel
トピック アラビダリピーブアイクリームを使用開始する
ハッシュタグ #BeautyByLifeWave #LWAlavida #skincare

使用に関する体験などの説明は、薬機法等の法令を遵守してください。