

## 概要

バインダー手帳のリングに手が当たって書きづらい件の解決策です。

## 説明

8 穴手帳をはじめとするバインダー手帳は、リングに手が当たって書きづらい場合があるという「リング問題」があります。

この問題を解決するために、ベンダー、利用者共、様々な工夫をしているようです。

### 楕円リング

リングの形状は真円が多いですが、それを楕円形にすることで書きづらさを軽減しつつバインド可能リフィル数も確保するという方法です。

手帳ベンダー側からの解決策です。

### センターバインド法（中綴法）

手帳の中央部分は、バインドしたリフィルの厚みによりリングの盛り上がり緩和されるため、よく書くリフィルを中央にバインドする方法です。

記入済みリフィルや資料リフィル等の参照リフィル、カードホルダーや袋リフィルなどの収納リフィルを先頭、末尾に配置します。

### リフトアップ法（嵩上法）

先頭や末尾付近のリフィルに書き込む際、下敷きや手を下に入れて紙を浮かせることで、左右のページを面イチに近づけてリング問題を回避する方法です。

8 穴手帳のような小さい手帳より、6 穴バインダーサイズ、6 穴 A5 サイズなどで利用されている方法です。

### ターンハーフ法（倒置法）

手帳を横向きに利用することで、リング問題を回避する方法です。

横向きでの利用は、1 行を長く書けることから、比較的大きな文字でメモを取りたい人が採用する方法です。

また、横向きリフィルが整備されている手帳に向く方法です。

### ターンオーバー法（転置法）

リング問題が発生しない右ページのみを使用し、左ページは手帳を上下逆転して右ページ化して使用する方法です（左利きの方の場合は、逆になります）。

右ページ、左ページを独立して使っていくことで、メモの分類の効果もあります。

### ライトサイド法（片面法）

リフィルの表面（右ページ）のみを使用する方法です（左利きの方の場合は、逆になります）。

リフィルのデザインにも依存しますが、片面のみを利用する運用方法は、使用済みリフィルを並べてアイデア再考したりまとめコピーを行う場合などにも便利です。

### デタッチ法（取外法）

リフィルをバインダーから取り外した状態で使用する方法です。やや動作が面倒ですが、机などがある環境であれば書きやすい方法です。

### アフターバインド法（後綴法）

InfoPad の穴あきタイプ（6穴バインブルサイズ）のような、後からバインド可能なメモ用紙を使用したり、白紙リフィルをケースに入れて持ち運び、書いてからバインドするという方法です。8穴手帳の場合、SD B-15 メイトという専用品があるほか、SD B-12 ポケットファイル、SD F-5 スリムファイル等が使えます。良く使うリフィルを合成ゴム系ボンドで製本して、独自にメモパッドを作る方法もあります。