

日チャレンジ表 運用台帳

日次記録

日付	投稿日時	実際投稿数	動画の長さ	完走率（ ）	秒保持率	固定コメント数	いいね数	コメント数	シェア数	改善点メモ	次回への活
日目											
日目											
日目											
日目											
日目											
日目											
日目											
日目											
日目											
日目											

（残り 行は記入用として空欄になっています）

週次レビュー

週	期間	ベスト動画タイトル	ベスト完走率（ ）	平均 秒保持率	投稿頻度達成度	今週の気づき	来週の改善目標	モチベーション
週目	日目～ 日目							
週目	日目～ 日目							
週目	日目～ 日目							
週目	日目～ 日目							

月末総括

項目	目標	実績	達成率（ ）
総投稿数	本		
平均完走率（ ）	以上		
平均 秒保持率（ ）	以上		

平均固定コメ ()	以上		
フォロワー増加数	設定してください		
最高パフォーマンス動画	バズ動画 本以上		