



トレードの教科書ファースト

トレードの教科書ファースト 利用規約

第 1 条（総則）

本書の利用者は本規約を遵守するものとします。

第 2 条（定義）

本書「トレードの教科書ファースト」を以下利用規約内では本書という。

- ・ 本書を利用する者（購入しようとしている者、または購入者）を、以下利用者という。

第 3 条（禁止行為）

- ・ 本書を転売（オークションへの出品を含む）・複製・譲渡する等の不正行為。
- ・ 本書の内容や、本書の内容を想像できるような表現を使い、インターネットや言語などの伝達手段を用いて公開すること。
- ・ 本書の内容を引用するなどして当方に不利益な行為を行うこと。
- ・ その他当方が不相当と判断する一切の行為。禁止行為の有無についての判断は、当方が行うこととし、利用者はその内容、根拠の説明を行う義務を負わないものとします。また、利用者は当方の判断に従うものとします。

第 4 条（著作権）

本書は、著作権法で保護されている著作物です。本書の使用に関して、以下の点にご注意ください。本書の著作権は、当方に属します。当方の事前許可を得ずにして、本書の一部または全部をあらゆるデータ、著作権手段(印刷物、ビデオ、テープレコーダーおよび電子メディア、インターネット等)により、複製および転載することを禁じます。

第 5 条（損害賠償）

利用者が上記第 3、4 条を侵害した場合は、著作権法など関係法規に基づく手続きにより、法的手段をとらせていただくとともに、違反件数と販売価格を乗じた額の 10 倍の損害賠償金を支払うものとします。また、インターネット上で公開した場合は、一律 1000 万円の損害賠償金を支払うものとします。

第 6 条（販売停止、変更、修正、追加、削除）

当方は、いつでも本書の販売の停止、変更、修正、追加、削除することができるものとします。利用者への通知はその都度ブログ・メールにて行うものとしますが、緊急を要する場合はその限りではないものとします。

第 7 条（取り扱い）

当方は、提供する情報の正確性の確保に努めていますが、完全さを保証するものではありません。本書やメール情報の内容に関するいかなる間違い、不掲載についても一切の責任を負うものではありません。

第 8 条（秘密保持）

当方と利用者は、この規約を通じて知り得る秘密を、事前の承認なしには一切外部に公表することはないものとします。

第 9 条（規約および条件等の改訂）

本規約および条件は、当方の判断により利用者の承諾なく随時変更、改訂を行うことができるものとし、利用者はこれを承諾するものとします。上記改定後の本規約も、当方と利用者との間のすべての関係に適用されるものとします。

第 10 条（免責事項）

本書のすべて（マニュアル・データ等）は、発行時点における当方の見解をまとめたものであり、将来にわたるすべての外国為替証拠金取引（FX）における利益を保証するものではありません。使用・実行は、すべて自己責任で行うものとし、投資によるいかなる損害が発生しても当方は責任を負わないものとします。

第 11 条（返品について）

商品の性質上、当方は返品には一切応じません。

Contents

■目次

- ・はじめに P005
- ・第 1 章 あや流「利益を出す為の心得」
- ・初心者だった頃の自分へ向けて書いた手紙 P007
- ・あなたへ向けて書いたお手紙 P041

■本書の活用法

- 1 テキストを利用して相場の原理原則や技法をマスターしてください。
- 2 実際のチャートでコンテンツ内容を確認、復習してください。
- 3 リアルトレードに活かしていきましょう。

はじめに

このたびは【トレ教】（トレードの教科書 ファースト）をご購入いただきまして、誠にありがとうございます。

この【トレ教】は私が8年間のトレード人生の中で学んだ経験・知識・スキル・コツの全てを凝縮し、特にFXを始めたばかりの初心者の方に向けて、書かれたものです。

私も最初、これくらいの知識があれば。。。あんな苦労することも、地獄を味わうことなく、もっと早く勝ち組になれたと思います。

あの頃は今ほど情報が少なく、良質の情報なんてものは本当に少なかったです。

ギュウギュウに詰め込みすぎたかなと思い、ザックリと減らした部分もありますが

これをきっかけに、私と関わって下さったあなたが勝てるようになればと思い、何度も書き直し書き直し、ボリュームもこの通り大きくなってしまいました。

ただし、これを読んだだけでは、当然ですが勝てるようにはなりません。

分かった気になるだけです。

家でゴロゴロして「お金持ちになりたいなあ」と妄想しているのと同じです。

メモをしたり、相場説明やエントリーポイントの説明があれば実際に自分でチャートを開き、同じような場面を探してみてください。

行動に移さないと【トレ教】を生かしきれません。
勝ち組になれません。

『やらないと結果は出ない』
当たり前だけど忘れがちです。

勝つためのエッセンスを詰め込んだので、最低3周は読み返して、消化させてくださいね。

この【トレ教】をしっかりと理解できれば、これから、どんどん資産を増やせていけるようになると思います。

勝てるようになったら、私に報告くださると嬉しいです♪

連絡先：
info@ayafx.site

尚、この【トレ教】では便宜上、分足チャート、時間足チャート、日足チャート、週足チャート、月足チャートの全てを時間足チャートと表記します。

Meta Trader については、MT4 と記載していますが、こちらも MT5 でも構いませんし、TradingView でも国内 FX のものでも基本的な操作は同じです。

第1章 あや流「利益を出す為の心得」

■初心者だった頃の自分へ向けて書いた手紙

これはFX初めて1年目の頃の自分へ向けて書いた手紙ですが、あなたにも参考になればいいなと思いますので恥ずかしいですが公開しますね。

- (1) 検証して手法を磨け
- (2) 負けたらパソコン閉じろ
- (3) 飛び乗りやめろ
- (4) 爆損は筋トレして無になれ
- (5) 爆益はまぐれと思え
- (6) 他人の考察は聞くな
- (7) 勝てないうちはロットを小さくしろ
- (8) トレーダー仲間は大切にしろ
- (9) メンターを見つけろ
- (10) 鉄板手法をまず1つ身につける
- (11) 生ぬるい考えは捨てる

(1) 検証して手法を磨け

あなたは、

「勝てる手法さえあれば自分も勝てるようになれるのに！」

「勝ち組トレーダーが使っている手法が欲しいなあ。。」

そう思っていないですか？

勝てる手法を手に入れる為には、検証が必要です。

この【トレ教】でも簡単なトレード方法を載せていますが、いきなりリアルトレードでやったら負けます。

当たり前の話なのですが、例えばマイケルジョーダンのバスケットボールを買ったら、すぐにNBAの試合であなたは活躍することができるでしょうか？

野球のイチロー選手のバットを買ったら、すぐにプロ野球選手並みにプレーがうまくなりますか？

「そんなわけないじゃん」
って思いましたよね。

ジョーダンのバスケットボールも、イチロー選手のバットも、あくまでも「道具」であり、使う人次第で結果は変わってくるのです。

FXも

道具=手法 使う人=あなた
です。



勝ち組トレーダーの手法を使っても、その人は勝てますが、あなたは勝てないかもしれません。

なぜなら、スキルが違うからです。

環境認識力、トレード力、資金管理能力、メンタルを制御する力。。。

あなた自身のスキルを上げないといけません。

野球が上手い人は、朝起きてから寝るまで1日も休まずに練習をしています。
同じように、トレードが上手になりたいのなら、道具である手法を使って1日も休まずに
ひたすら練習が必要です。

検証ソフトを使ってもいいですし、MT4でも検証はできます。

検証してみないと、その手法が勝てるのかどうかも分かりませんし、
勝てるか分からない手法で、大事なお金を使ってトレードできますか？

負けたらお金を失うのに。。。



その手法の得意な相場、つまりどういう相場なら勝ちやすいのか、どういう相場なら負けやすいのか、もっと勝率を上げる方法は無いのか、などなど、とにかく手法を使いこなせるようにならないと、リアルトレードでお金を稼ぐことはできません。

本気でお金を稼ぐスキルを身につけたいなら
まずは、手法を徹底的に練習、検証しまくってからリアルトレードへ行きましょう。

検証のやり方やコツは【あや検証】でお伝えしているので、勝てる手法が無い場合は参考にしてください。

【あや検証】 → <https://wp.me/PaLNjp-95M>

(2) 負けたらパソコン閉じろ

負けたら悔しいですね。

悔しくてなんとかして負けを取り返したくなって、反対のポジションですぐにエントリーしてしまったり、さっきよりも大きなロットでエントリーしたり、マウスをぶん投げたり、悔しくて泣けてきたり。。

そういう経験はあなたにもありませんか？

とにかく損切の後は、メンタルが崩壊しやすいです。
大きな損失を出す時は、きまってメンタルが崩壊した時です。

冷静になる為に、すぐにパソコンを閉じましょう。
そしてパソコンのコードも抜くとさらに良いでしょう。

(3) 飛び乗りやめろ

チャートを見た瞬間、長い陽線がぐんぐん上昇していたり、大陰線が何本も続いて出現してどんどんローソク足が下に進んで行く場面に遭遇することがあります。

こんな時、乗り遅れないように慌てて「えいっ！」と飛び乗りエントリーをしたくなるのも初心者ありがちな行動です。

この顛末の多くは、エントリーした所が底や天井になって逆行します。

つまり、買いエントリーで飛び乗った場合は、エントリーしたらすぐに下げ始めて一度も含み益にならずに大きな損切になり、逆に売りエントリーで飛び乗った場合は、エントリーした途端に上げ始めて一度も含み益にならずに大きな損切で終わるケースがザラです。

まるで後ろから誰かに見られているかのようですね。

しかし、こうなる理由は実は簡単です。
環境認識をしていないからです。

現在、向かっている流れは上なのか、下なのかも分かりませんし、運よく利確方向に動いてくれたとしても、途中で反発されそうな位置があるのかも確認していません。
ただ一言、「準備不足」です。

まずは相場がどんな状況かを確認してからトレードするのが基本です。
チャートを見た瞬間が最高の売り場・買い場なんてことは100回のうち1、2回程度だ
という事を覚えておいて下さい。

(4) 爆損は筋トレして無になれ

大きな損切は心が痛いですね。

悔しくて悔しくて泣きたくなったり、「どうしてあんな所でエントリーしたんだ！」と自分を責めたりしたくなります。

ゼロカットなど、口座資金を全部無くしてしまった時なんて、「明日からトレードできないな、また入金か、もうお金無いな、生活資金も底を尽きたな」と、立ち直れないかもしれません。

こういう事は実は誰でも経験することです。

そんな時でも人間と言うのは強いもので、時間が解決してくれることも少なくないです。

1日寝れば、大抵の場合は落ち着きますが、傷が大きい場合は一晩寝ても焦燥感は無くならないでしょう。

死んでしまいたい気持ちは増すかもしれません。

そんな時は、体を動かしてみてください。

10分から20分くらい家の周りを全速力で走ってきてください。

ランニングウェアじゃなくても普段着で構いません。

近所の目が気になるなら、家の階段の上り下りでも十分効果は得られます。

体を動かしている間だけでも、爆損の悲しみは忘れることができたりします。

意外と思うかもしれませんが、案外そんなものです。



あるいは、エアロビクスなども効果的です。

YouTube で検索すると短い時間でできるものや、初心者向けのものなど豊富にありますので、探してみてください。

その他の方法として、筋トレが苦じゃない人は、筋トレをやってみましょう。

腹筋などでもいいですが、精神的ダメージが大きい場合は体を大きく動かした方が良いでしょう。そのような時のオススメは、サーキットトレーニングです。

サーキットトレーニングとは、スクワットや腕立て伏せなどの筋トレの合間に有酸素運動を挟むダイナミックな運動方法のことです。

効果は

1. 脂肪燃焼
2. 心肺機能と筋持久力の向上
3. 筋力の向上
4. 免疫機能の向上

などがあります。

サーキットトレーニングって、やってみるとめちゃうちゃキツイです。
30秒もしたら、もう心臓がバクバクになるハズです。

でもそれを必死に10分もやっていると、良い意味で全てがどうでも良くなってきます。
サーキットトレーニングの本来の目的は体力づくりですが、トレードで大損した時のメンタル回復に大きく役立ちます。

そして最後にお風呂にいつもよりゆっくり長めに入れば、「爆損による心の痛み」はかなり和らぐはずです。

お風呂が難しい場合は、あったかいシャワーを浴びると良いでしょう。
シャワーのポイントは、首や両肩、頭のとっぺんに長めに当てることです。
まるで滝行のように。。。

だんだん体中の血が回り始め、全身のこわばりが取れ、リラックス効果が高まり、気持ちが良くなってきます。

寒い場合は、風呂おけにお湯を満タンに入れ、そこに足をつけてシャワーの間、足湯のようしておくのも良いです。

爆損した時に私がよくやっていた方法です。
体がほぐれると心も癒されてきますので、ぜひやってみて下さい。

そして1週間くらい相場から離れましょう。

相場は逃げません。
FX関連のSNSをやっている場合は、そちらからも離れましょう。
理由は、他人の爆益情報を見て、また感情がぶり返すかもしれないからです。

今は静かに自分と向き合う事です。

- ・寝る
- ・運動
- ・お風呂
- ・読書
- ・趣味
- ・笑う

こちらが今のあなたに必要な時間です。

(5) 爆益はまぐれと思え

爆損する時があるなら、爆益もたまにはあっていいですね。

でも注意しないといけないのは、たまたま大きな金額を利確したからと言って、勝ち組になったと思ってしまう事です。

それはとても大きな勘違いです。
数回爆益を出しても、勝ち組ではありません。



爆益が出るパターンとして、よくあるのは

- (1) 大きなロットでエントリーをする
- (2) 損切注文を入れない
- (3) かなり離れた所に損切注文を設定していて、損切にかからずに運良く利確方向に相場が動く

の3パターンです。

この3パターン全てにおいて言えることは、あきらかに「まぐれ」で爆益が出るという事です。

初心者がギャンブル的に行ったトレードの結果、たまたま爆益が出るのもこのパターンで、下手したら、爆損になる危険なパターンです。

勝ち組の損益と言うのは、突出した大きな損切や、大きな利確は滅多にありません。その結果とも言えますが、成績が安定しています。

では、勝ち組が爆益を出す時というのは、どんな時でしょうか？

それは、相場が大きく動いた時にトレンドと同じ方向にエントリーをしていて、途中でも決済せずにトレンドの終わりの方まで保有しつづけた時です。

あるいは、利益が乗ってきた時に、追加で積み増ししてポジションを増やしていった場合です。

勝ち組の多くは、確実性を優先させますから、アップトレンドの天井やダウントレンドの底までは取りませんが、中にはこうやって利益を伸ばす時もあり、それが爆益という結果になることがあるということです。

ロットの大きさも適正ですし、損切位置も適切な場所です。外したりなどしません。

(6) 他人の考察は聞くな

SNSをやっていると「ドル円は買い」とか「先出し連勝中！ポンド円は150円で売り」など書いている人を見かけることがあります。

あるいはLINEやDiscord、メルマガなどでこのような情報を受け取っている人もいます。

こういう情報を見ると、ついつられてエントリーをしてしまいたくありませんか？

でもそれは、あくまでも彼らのトレードです。
彼らが「自分で環境認識をして、決めたポジション取り」です。

あなたが自分で納得して、「こういう理由だからこのレートに来たらエントリーしよう」と決めたわけではないですよね？

他人のトレードに便乗していても、いつまでたってもあなたのトレードのスキルは上がりません。

もし彼らの言う通りにエントリーをして、損切になったらどうでしょうか？
彼らに怒りのメッセージを送りますか？
それはおかしいですよね。

他人のポジションに便乗して、エントリーしてしまうことは
あなたにとって、何もプラスになりません。

他の例を見てみましょう。

あなたは「ドル円、買いだな」と思ってエントリーしていたとします。
そんな時、FX 界隈で有名な人が「ドル円は絶対売りでしょ」と自分とは逆の方向を示した場合、どう思いますか？

そうです、自分とは真逆の読みです。

この場合も、「え？ 買いたと思ってたけど、下がるのかな？」と、自分の読みにだんだん自信がなくなり、まだ利確位置に到達していないのに決済してしまう。

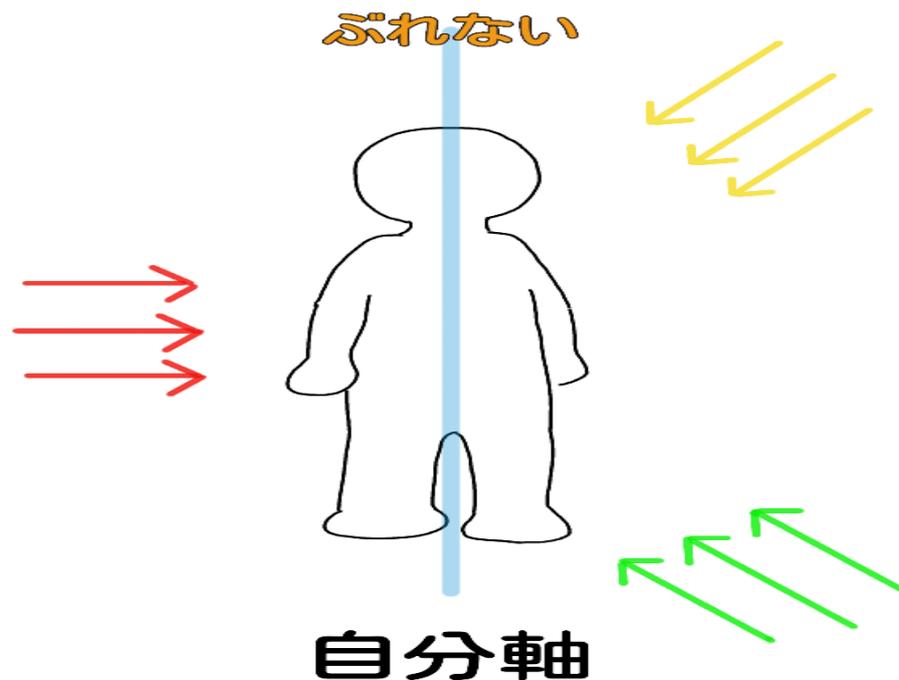
他人の意見によって、自分の読みに自信を失ってしまう。
これもダメなパターンです。

どちらの例も共通することは、軸がブレブレという事です。

根拠を基に「〇〇だから買いたろう」と作ったシナリオはどこへ行ったのでしょうか？
他人の意見が気になるなら、情報をシャットアウトすることです。

「自分のトレード」をして極めましょう。

こういった理由から、他人の考察は見ない方が良いです。



”自分軸”を、大切に。。。。

しかし、どうしても上手なトレーダーを参考にしたいと思うのであれば、「目的をしっかりと意識する」ことです。

ただ単に、「エントリーを真似すれば勝てるから」というのではなく、**上手なトレーダーの考え方を勉強するという意識を常に持つ**のならアリです。

同じ情報でも、有益なものとなるでしょう。

- ・なぜそこでエントリーをしたのか？
ー水平線、トレンドライン、MA、フィボナッチなどはどうなっているか？

- ・なぜそこで利確をしたのか？
ー水平線、トレンドライン、MA、フィボナッチなどはどうなっているか？

- ・どんなことを考えていたのか？
ー大きな目線や他の通貨ペアとの相関関係などの環境認識はどう判断していたのか？

これらを常に自分でチャートを見ながら考えることが大切です。

SNSなどで、彼らが全ての考察を書いていることは稀ですので、「どうしてこうしたの
だろう？」と自分で考えるということですね。

「自分で考える」、ココがポイントです。

そしてそこに優位性や再現性があり、自分で真似できそうだなと思うのであれば、そのト
レーダーの投稿を継続的にチェックして教科書のようにするのは良いと思います。

私がコンサル生に指導していた時は、私のトレードチャートの全ての時間足をキャプチャーさせていました。

もちろんコンサルなので、環境認識を含めた手法についても伝えていたのでこの場合はキャプチャーからの情報は無駄なく拾うことができますが、コンサルでない限りそうはいきません。

あなたが SNS やブログで見つけたお気に入りのトレーダーから学ぼうと思う時は、先ほどに上げた3点を**自分で考える必要があります**。

とても面倒ですが、この工程が着実にあなたのトレードスキルをアップさせます。

ただし、ロットや金額は全く同じようにしなくても大丈夫です。

勝てていないうちは当然ですが、大きなロットでエントリーしても大きな損切になるだけです。

大事な事は、トレードスキルを上げ、トレードの質を上げる事です。

ここに注力していれば、必ず安定して勝てるようになってくるのでロットも上げることができるようになっていきます。

(7) 勝てないうちはロットを小さくしろ

先ほどの爆益や爆損と関連しますが、勝てないうちはロットを大きくしてはダメです。

小さなロットなら負けても損失額は大きいたことはありませんから、まずは小さなロットで経験値を積むことが大事です。

同じ資金でも、

「ハイレバの1ロット×1回トレード」と、「堅実低レバの0.1ロット×10回」

どちらも同じ1ロットですが、どちらが良いでしょうか？

少し考えると分かりますが、ハイレバの方は破産する確率が高いです。

そして破産してしまうのですから、「堅実低レバの0.1ロット×10回」と比べると、試行回数が減ってしまいます。

勝てないうちはロットを小さくして、破産確率を下げながら経験値を高めつつ、その中で手法の確立をしてトレードスキルの上達を目指すべきです。

利益を大きく取ることよりも、負けを減らす事や1つ1つのトレードの精度を上げることにフォーカスする方が、結局勝ち組への近道になります。

これは間違いありません。

(8) メンターを見つけろ

メンターとは、師匠のことです。

スキャルピングトレードの上手い人やデイトレードの上手い人、スイングトレードの上手い人、色々いらっしゃいます。

手法も MA (Moving Average)でのトレードが上手い人や、水平線でのトレードが上手い人など様々です。

まずは自分の目標とするトレーダーを見つけ、近づけるように研究をしたり真似をしましょう。

メンターの見つけ方のコツは、以下の5つです。

1. 実際にトレードで勝っている
2. 半年以内に追いつけそう
3. トレードスタイルが似ている
4. 教えるのが上手
5. 信頼できる

雲の上の存在みたいな人ですと途中で諦めてしまいますので、少し手を伸ばせば届きそうな位置にいる人を目標とすると良いでしょう。



目標とする人を見つけ、その人に追いつこうと何度も壁にぶつかります。
追いつけなくてもあきらめずに突き進んでください。
その壁を乗り越えるたびに、あなたはトレーダーとしてとんでもなく成長できるでしょう。

また、デイトレードで勝てるようになりたいのなら、勝っているスキャルパーに学ぶのではなく、当然、勝っているデイトレーダーに学ぶ必要があります。

SNS などでは、爆益報告などを投稿しているトレーダーなど、勝っているように見えても実は負けているトレーダーは大勢いますので、騙されないようにしましょう。

さらに欲張れば、教えるのが上手な人が良いです。

トレードがどんなに上手くても、それを表現する力のない人ですと、勘違いして覚えてしまったりして、習得するのに時間がかかります。

教えるのが得意な人や教えるのが好きな人だと完璧ですね。

そして忘れてはならない条件は、「この人なら間違いないな」と人間性が信じられる人です。

人間性、ここが1番大事ですね。

(9) トレーダー仲間は大切にしろ

勝てないうちはトレーダー仲間が支えになります。
そしてお互いがお互いを監視し合うと良いです。

毎日のように、今日エントリーした場所を話し合えるようになると、そんな会話の中から漠然と買いだと思ってエントリーしたポジションが、実は大した根拠が無かった、なんてことに気付けるかもしれません。

そうなると今度エントリーする時は、
「待てよ、またあいつに報告しなきゃいけないな、根拠はちゃんとあるかな？」と
エントリー前に立ち止まることができるようになります。

このようにして、根拠の薄いエントリーを排除して負けトレードを回避出来ます。

他人に何かを伝えるというのは、結構大変な事です。
私はよく「アウトプットをしてね」と言いますが、実はアウトプットすることで自分の中にある断片化された知識が明確化します。

そして、あいまいだったり、どこか不完全だった部分がハッキリと分かるようになるので、そこを埋めるように知識を体系立てて整理できます。

勉強でもそうですね。

誰かに教えると、案外「あれ？ここってどうだったけ？」となって、分からなかった部分を強化するために、その部分を重点的に勉強したりして、教える前に比べて理解が深まっていたりしますよね。

その他、実際に私が経験したことですが、調子に乗って大きなロットでエントリーしてしまった時や、損切注文を外してしまった時など、仲間が助けてくれることもあるでしょう。

1人ぼっちの「ぼっちトレーダー」ですと、寄り道をしてもらってもそれに気づけずに、混沌とした迷いの中（私は、「樹海」と呼んでいます）に入ってしまった、なかなか抜け出せないことも多いですが、仲間と一緒に抜け出す事ができます。

メンターには「これを聞いたら笑われるかな？」とか、「迷惑じゃないかな？」と躊躇してしまうことってありますよね。

質問のメールがたくさん来ているでしょうし、相場の研究をしているかもしれないですし、こんな自分のために時間を割いてもらうのも悪いなと、そう考えると質問しにくいですね。

しかしその点、トレーダー仲間なら気軽に聞くこともでき、一緒に切磋琢磨して力を合わせながら勝ち組へなることができます。

トレーダー仲間はメンターと同じくらい大切な存在です。



情報収集にも仲間がいた方が良いです。

良い情報も悪い情報も共有し合えるので、1人でのいるよりも倍のスピードで集まります。

「こういう手法でやってるけど、調子が良いよ」
と教えてもらえたら、それを検証してみたり

「こういう時は買いエントリーしないようにしてるよ」
と教えて貰ったら、自分の手法の場合に当てはまめると、買いエントリーをしないように
すると成績が上がるのか検証してみたり

「こういうツールを買ったよ」
と教えてもらったら、試してみたり。

せっかくですから、私が
トレーダー仲間に教えてもらって良かったなと思ったツールを紹介しますね。

私がトレーダー仲間に教えてもらって良かったなと思ったツール

- MTF_MA
- Home と F12
- Accela2e

- MTF_MA

1つの時間足チャートに他の時間足のMAを表示させられ、環境認識に大活躍。
今でも使っています。

この【トレ教】でも解説していきますね。

・ Home と F12

MT4 で使います。

任意の場所まで過去にさかのぼり、キーボードの「F12」をトントンと押していくと、1本ずつローソク足を進めることができます。

「Shift」を押しながら「F12」を押すと、1本ずつローソク足が戻ります。

※初めに、下のアイコンをオフにしておく必要があります。



**このボタンをOFFにする
(クリックすると、オンとオフの切り替えができます)**

パソコンによっては、キーボードの「Home」ボタンを押すとチャートの1番古い過去までさかのぼることができます。



※キーボードによって位置は変わります

Forex Tester が買えない貧乏時代に、これでよく過去検証していました。

チャートを見る時間にトレードスキルが比例するわけではないですが、1日10時間以上毎日これやっていたら、下のようなチャートの動き、規則などが読めるようになりました。

「そろそろトレンド転換するな」
「ここからは買いは止めた方がいいな」
「この辺りまでは上昇するな」
「このあたりで反発して下落するな」

私の場合、腱鞘炎と引き換えでしたが（笑）

ホント、相場は

「トレンドとトレンド転換とレンジの繰り返し。ただそれだけ」
ということがよく分かります。

・ Accela2e

[とあるMetaTraderの備忘秘録](#)さん開発のもの。

MT4のショートカットキー。

Accela2e をパソコンにダウンロードした後に、MT4のチャートを表示させて例えば「H」と押せば、マウスのポインタの位置に水平線が引けたり、「T」を押すと、トレンドラインが引けたり、「Ctrl」と「5」を同時に押すと、タブにある全てのチャートの時間足が一括で1時間足に変更されたりします。

今まではMT4の上にあるメニューバーや描画アイコンを毎回押していたので、これは大変便利。

Forex TesterでもショートカットキーがあるのでMT4でも出来ると良いのにと感じていたので感激した記憶があります。

先程のF12での検証との相性も良いです。

あなたも良かったら参考にしてみてくださいね。

(10) 鉄板手法をまず1つ身につけろ

まずは勝てる手法を1つ、手に入れることを目指しましょう。

たくさんは要らないです。

「1つだけ」が良いです。

あなたは今、あれもこれもと色々な手法をやってはいませんか？

それでは一生、勝てる手法を手に入れることが出来ません。

勝ち組になりたいのなら、1つの手法を徹底的に極めるのです。

まるでダイヤモンドの原石を磨き上げるように。。。



ガラクタの石ころを 1,000 個持っていてどうにもなりませんよね？

ピカピカのダイヤが 1 つだけあればいいのです。

FX も同じです。

レンジやトレンド転換相場では勝てないけど、トレンド相場なら勝てるなど、「これさえあれば勝てる」という手法を手に入れましょう。

そしたらあとは、トレンド相場の時「だけ」トレードすれば良いのです。

“勝てる相場のみトレードをし、勝てない相場や良く分からない相場ではトレードをしない。”

たったこれだけであなたは勝ち組になれます。

自慢するための連勝も爆益も必要ないですし、トレード回数も少なくて良いです。そのためには、鉄板手法をまず 1 つ身につけましょう。

(11) 生ぬるい考えは捨てる

FXはパソコンやスマートフォンがあれば、誰でも参入できてしまいます。特に資格も要りませんね。

いきなりプロと同じ土俵で戦わないといけない世界です。

そんな壮絶な世界。

それなのに、戦い慣れていない初心者が、戦う相手がどんな敵かも分からない中で、そしてどんな相場状況なのかも分析できていない状態で、付け焼き刃みたいなちょっとかじった知識という武器をもって対等に戦えるわけがありません。

中には一攫千金を夢見てFXの世界にやってくる方もいますが、、、。

「1回のトレードでロットを大きく張れば1000万円稼げるでしょ」
「億トレーダーになる！」

というのも甘い考えです。

確かに勝ちか負けかのどちらかしかないのですが、そういう意味では半分の確率で勝てます。運よく勝ちを積み重ねることが出来れば、1000万円も夢じゃないのかも？しれませんが、、、

それよりも全財産を失ってしまう人やサラ金にまで手を出してしまう人の方が多いです。私は何人もそういう人たちを見てきました。

FXはお金に直結します。
生半可な気持ちでやると人生転落しかねません。

ですから、あなたはそういった生ぬるい考えは捨てて、まずは1つ1つを実直に学び、学んだことは検証をして確実に身につける気持ちで進んでください。

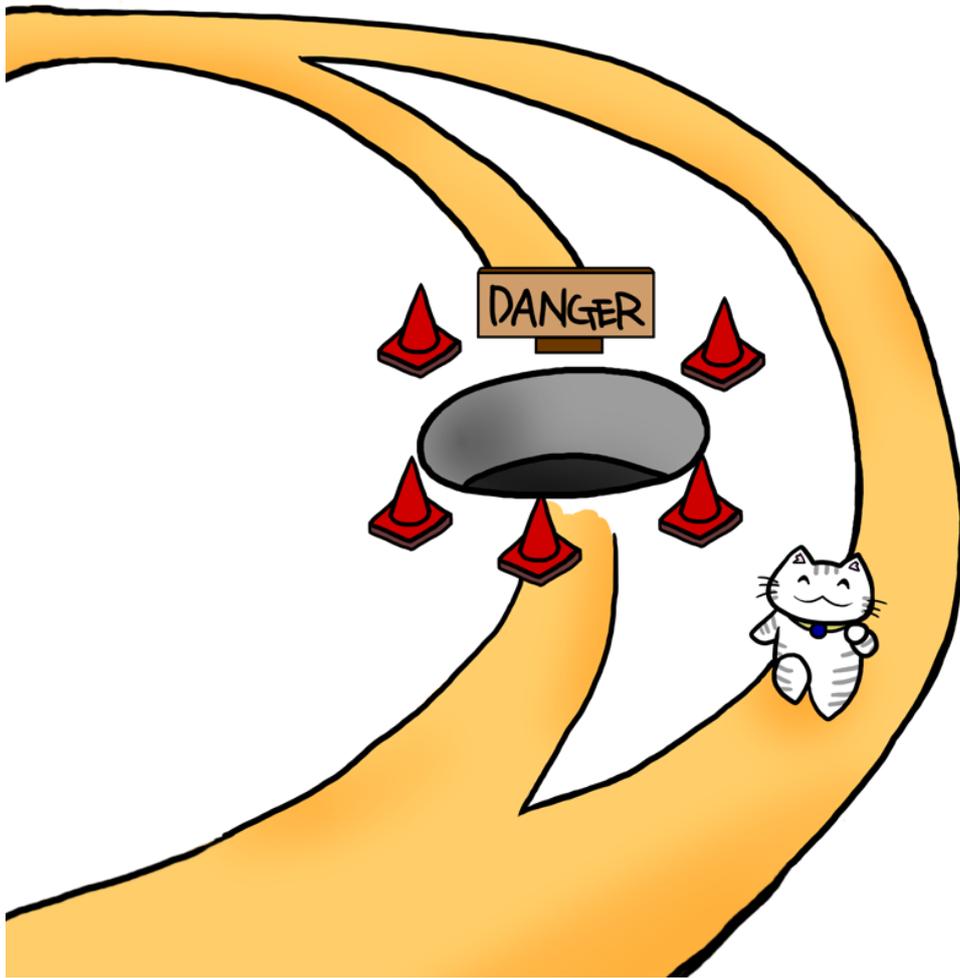
「1か月で勝ち組になるぞ」と考えるのではなく、半年や1年をかけてじっくり腰を据えて本気で挑んでください。

時間はかかりますが、一生物のスキルになります。

定年はありませんし、脳が健康であれば何歳になってもトレードで生計を立てることができるのです。

早く勝てるようになりたい気持ちは分かりますが、焦らないでください。
私からのお願いです。

急がば回れです。



■あなたへ向けて書いたお手紙

この【トレ教】を手にとってくださったあなたの為に、さらにアドバイスを続けますね。

- (1 2) 利確よりエントリーを極めろ
- (1 3) 手法より資金管理を極めろ
- (1 4) 水平線を極めろ
- (1 5) MA、ボリンジャーバンド、フィボナッチを補助として極めろ
- (1 6) 「1日〇 pips」や、「月間〇〇〇万円」などの意味不明な目標は止めろ
- (1 7) タリタリを使って損切のダメージを減らせ
- (1 8) 通貨ペアは5通貨ペア以下にしろ
- (1 9) 勝ち組になったかどうかは3か月待て
- (2 0) 週末は、トレード記録を見直せ
- (2 1) 検証のモチベーションを下げるな！
- (2 2) 1日のトレード回数は10回以下にしろ
- (2 3) エントリーの根拠が崩れたら目をつぶってでも損切りしろ
- (2 4) 指差し確認をしてね
- (2 5) チャートを見る時間を増やせ

(12) 利確よりエントリーを極めろ

どんな物事でも、習得するのにはある程度の時間がかかります。
FXをやり始めてすぐに、安定して勝てるようになる人はそう多くありません。

通常は月の収支がプラスになるには、1年以上かかるとっておくと良いでしょう。

焦りは禁物です。

そのため、習得する順番はとても大切です。
要領よく、無駄のないように、習得することが肝心です。

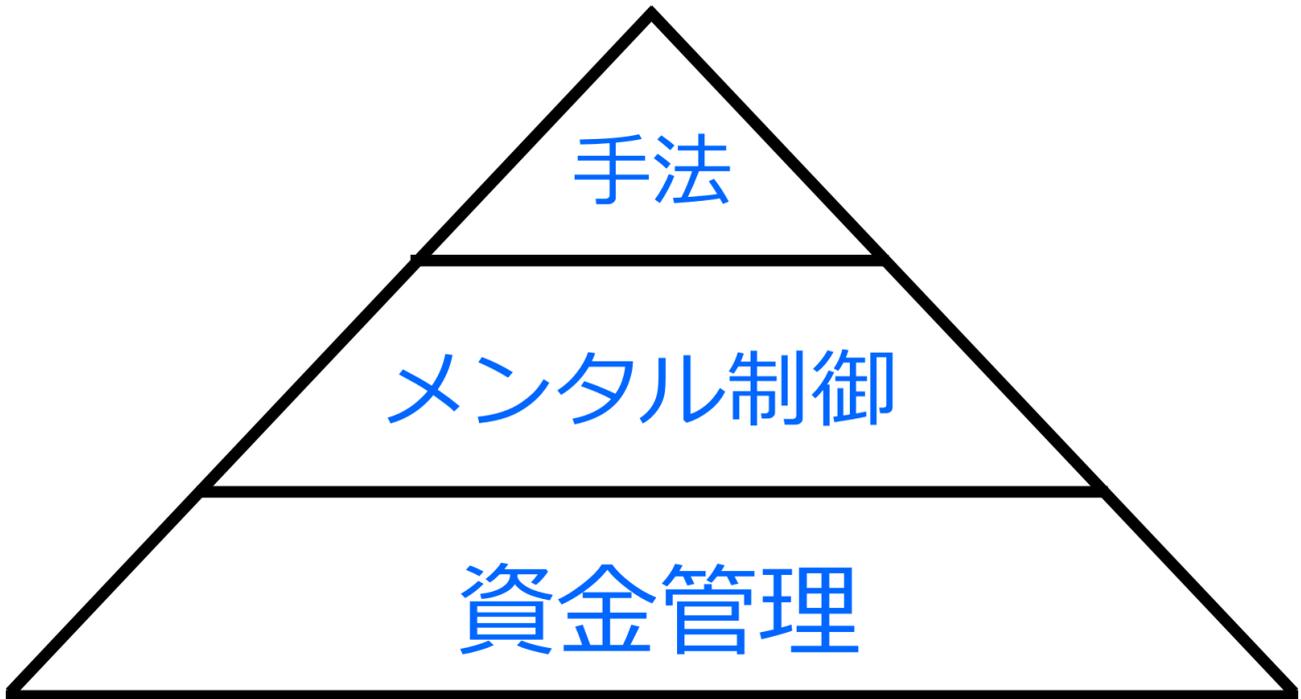
もしかしたらあなたは、
「どうやったら利益を伸ばせるのだろう？」
と利確についてばかり考えてはいませんか？

それよりもまずあなたがすべきことは、「エントリー後すぐに逆行しないポイント」で
エントリーをすることです。

逆行ばかりしている段階では、どうやったら利益をもっと伸ばせるかや、分割利確の方が
いいのかなどを考えるのはもっと後で十分です。

1つ1つステップをクリアーしていくイメージを持ちましょう。

(13) 手法より資金管理を極めろ



どんなに素晴らしい手法を持っていたとしても、一攫千金を狙うような無謀なトレードだったり、損切になりそうだからと、損切注文を外してしまったりするような、「ズボラ」な資金管理では、何度やっても退場してしまいます。

潤沢なお金があるわけではない私たちは、限られた貴重なお金をいかに効率よく増やしていくか、という事が重要です。

その為には、まず私たちが1番最初にやらないといけないことは手法よりもメンタル制御よりも、なによりも資金管理について学ぶことです。

これが全ての土台となります。

(14) 水平線を極めろ

水平線はトレンド相場でも、レンジ相場でも、トレンド転換相場でも、どんな相場でも使えます。

例えばあなたが、順張りの手法をやっていたとします。
その場合は、「押し目ポイント」や「戻り売りポイント」を水平線で探すことができます。

あるいは、あなたがトレンド転換手法を極めたいなら、
水平線を使えば「どのあたりからトレンドが変わるのか？」が分かるようになります。

もちろん、レンジ手法でも使えます。

レンジの場合は「レンジの上限からの売り」「レンジの下限からの買い」が王道ですが、
この絶好のエントリーポイントも水平線で見つけることができます。

このように水平線は万能です。

水平線にこだわらなくても、MAやボリンジャーバンドやダウ理論、なんでもいいのですが、まず1つ使える武器を手に入れると、トレードで勝つのが楽になるということと、水平線は習得の難易度が低く、初心者の方でも習得しやすいのでまずは水平線を極めるのが近道だということです。

「なんとなく使っているよ」という場合は、とことん極めてみましょう。

相場が読みやすくなります。

(15) MA、ボリンジャーバンド、フィボナッチを補助として極めろ

先程、まずは水平線を極めることが勝ち組になるための必修事項とお伝えしました。
では、水平線を極めた後はどうすれば良いのでしょうか？

もちろん水平線だけでも勝率高いトレードは可能ですが、精度を高める為に、もう1つくらい補助として使うのがおススメです。

ダウ理論は最低限ですが
その他の補助として使えるツールとして何が良いかと言うと

1. MA
2. ボリンジャーバンド
3. フィボナッチ

この辺りが良いです。

多くの人が使っているテクニカルを使う方が当然機能しやすくなりますが、この3つであれば問題ありません。

MAやボリンジャーバンド、フィボナッチ以外にも、まだまだ、世の中にはたくさんありますね。

しかし

サイクル理論、グランビルの法則、MACD、RSI、RCI、一目均衡表、酒田五法、エリオット波動は後回しで良いでしょう。

エリオット波動は、理解できればトレンドの終わりや始まりのタイミングが分かるようになるので、リスクリワードの良い場所からのエントリーや利益を伸ばしたりできるようになりますが、難易度が高く、習得するまでに時間がかかります。

グランビルの法則はMAを理解していないと正確に使えませんし、エリオット波動と合わせて使う事により精度を高めるものであり、これだけでトレードをするのは難易度が高いです。

その他のものも使いこなせばどれも武器になりますが、別のもので補完できるものであったり、難易度が高く、習得するまでに時間がかかるという理由から外しています。

どれにおいても、それを使って勝っているトレーダーが存在し、優劣つけがたいですが、まずは難易度が低く、それ1つだけでもある程度のレベルまで行けること、尚且つ水平線と相性の良いテクニカルの3つを補助として使うのがおススメです。

(16) 「1日〇 pips」や、「月間〇〇〇万円」などの意味不明な目標は止めろ

今日いくら稼げるかは相場によります。

毎月のアメリカの雇用統計の日の午前中などは殆ど値動きが無くボラが無いことも多いですし、リーマンショックの頃は1日でドル円が500pipsや700pipsなど動いてボラが大きかったですよね。

この「ボラ」がトレード利益を得るのにキモとなります。

ボラとは…価格の変動率や変動幅のことです。

「ボラが大きい」ということは「値動きが激しい」ということです。

分かりやすいように例え話をしましょう。

ポンド円で大きなトレンドが出ている時、もし仮にあなたが順張りの手法をしている場合なら、100pipsでも200pipsでも獲れるかもしれません。

しかし逆にトレンドが無く、上下20pipsの値動きしかない相場では、当然ですが獲れても15pipsや20pipsですよね。

どのくらいpipsを獲れるかは相場次第なのがお分かりいただけると思います。

そして利益は、獲得 pips にロットを掛けたものですので、当然、獲得利益も相場次第になります。

$$\text{利益} = \text{獲得 pips} \times \text{ロット}$$

このように 1 日で獲れる pips や金額は相場によって支配されるということです。

つまり 1 日単位の目標を決める事ほど無意味な目標はありません。

(17) TariTali を使って損切のダメージを減らせ

海外 FX をやっている人が絶対にやった方がいいのは、TariTali (タリタリ) です。
TariTali はトレードしたロットに応じて現金をキャッシュバックしてくれる会社です。

国内 FX でもキャッシュバックしてくれるところがありますが、口座開設した時などの1
回限りのことが殆どです。

海外 FX ならこの TariTali を使えば、継続的にもらえます。
トレードする度に取引量・回数に応じてキャッシュバックをもらえます。



そもそもFXのしくみとして、トレードをする度に、証券会社から、手数料を取られますが、その手数料の一部を TariTali を使うことによって、返金してもらうという流れです。

これをやらないと、全額、証券会社が持って行っちゃいます。
知らない人はそれが当たり前だと思っていますが、実はこのお金、返してもらえるんです。

キャッシュバックの金額は TariTali が決めるので変わる可能性はありますが、
例えば、この【トレ教】を執筆時点では
XMのスタンダード口座の場合、普通に10万通貨の取引するだけで8.5ドル（約850円）もらえます。

※XM という FX 会社は口座を開設する時に、スタンダード口座、ゼロ口座、マイクロ口座という3種類の口座タイプが選べます。

スタンダード口座の場合、XM社からもXPポイントという名のキャッシュバックに似たポイントも両方貰えるのでお得です。

どちらも取引すればするほどキャッシュバックを受け取ることができ、しかも上限金額はありません。

仮に10万通貨で1日10回取引すると1日約8,500円キャッシュバック、10日で約85,000円キャッシュバック、100日で約850,000円キャッシュバックされます。
大きいですよね？

TariTali に登録していない場合は当然ですが、キャッシュバックは0円です。

“塵も積もれば山となる”という、ことわざもありますが
月単位、年単位で大きく変わります。

トレード回数が多い人は特にですが、そうじゃない方もやっぱり
キャッシュバックは利用しないと損です。

トレードで負けても、このキャッシュバックの分でまたやり直せます。

海外FXは、追証も無いですし、TariTali を使えば、かなり有利な状態でトレードを
することが出来てオススメです。

・ TariTali の登録方法などの詳細（登録方法など詳しく解説しています）
➡ <https://wp.me/paLNjp-aNQ>

※TariTali の URL やキャッシュバック内容が変更したり、サイトが閉鎖される可能性もあ
ります。

必ず、[TariTali 公式サイト](#)で確認をしてください。

(18) 通貨ペアは5通貨ペア以下にしろ

初心者のうちはたくさんの通貨ペアを見ても浅い環境認識しかできません。
中級レベルになるまでは、5通貨ペア以下にした方が良いでしょう。

扱いやすいのは

- ・ドル円
- ・ユーロドル
- ・ユーロ円
- ・オジ円
- ・オジドル

です。

もう少し多い方が良いでしょう、

- ・ポン円
- ・ポンドル

を加えても良いと思います。

ただしポンドはボラが大きいので、ロットを小さめにするように心掛けてください。

逆に避けた方が良い通貨ペアは、マイナー通貨ペアやゴールドです。

これらはテクニカルが効きにくかったり、ボラが非常に大きいためしっかりと資金管理ができないうちは破産・退場しやすいので上級者向けです。

特にFXを始めたばかりの方なら、最初の3か月ほどはユーロドルとドル円だけでも良いでしょう。

理由は、色々な通貨ペアに目移りしてしまうからです。

「ドル円もいいな」

「あれ？ユーロ円もいいぞ」

「ポンドはもうすぐでエントリーできそうだな」

「んー？どれが一体いいのか分からなくなってきた！！」

というパンク状態ですね（笑）



初めのうちは、あれこれ手を出さずにこの2通貨ペアだけみておけばOKです。

ユーロドルとドル円の2通貨のみでトレードするメリット

- ・流通量が多いのでヒゲも少なくだましにあいにくく、負けにくい
- ・テクニカルも素直なので、値動きを読みやすく、初心者にもピッタリ
- ・同じ通貨ペアを毎日見る癖をつければ、その通貨ペアの“癖”が分かるようになり、勝ちやすい場面、負けやすい場面がわかるようになる

ただしある程度慣れてきたら、エントリーチャンスを増やすために、先ほど挙げた通貨ペアを追加して行きましょう。

常に進化していく意識が大事です。

(19) 勝ち組になったかどうかは3か月待て

連勝が続いたり、思ったようなトレードが繰り返しできるようになると

「いよいよ勝ち組になったんだ」

「なんだ、トレードなんて簡単じゃないか！」

と思う瞬間が来ます。

飛び上がる程、嬉しいですね！

しかし数日もすれば、今度はエントリーする度に思惑とは逆の方向に進み、連敗が続いてしまったりして、あれは勘違いだったと思い知らされることとなります。

ハッキリ言って、この繰り返しです。

正直言うと、私もそうでした。

私は何度かブログに

「きらん☆な世界が見えて来たかも！！」

と投稿しましたが、

そのすぐ後の記事で「やっぱり勘違いでした」と書いています(;・∀・)

(きらん☆な世界=私の中では、勝ち組の意味です)

参考に、私の過去のブログ記事を3つほど載せます。

昔から私のブログを読んでくださっている方は、読んだことがあるかもしれませんね。

今週も先週もプラスだし
もうすぐなんだ

きらん☆な世界が
見えて来た、、

みんなと一緒に
きらん☆な世界に行きたい！！

1人では行きたくない

みんなと一緒に行こうね！

きらん☆な世界に。。

引用：FXブログ 女性トレーダーあや 初心者も自由 LIFE をつかむ方法

タイトル：きらん☆な世界へ・・・

私はここ最近ずっと一つの事だけをひたすら検証し続けてきました
それでなんとなくですが…

もう少しであちらの☆きらんな世界が見えそうなんですぅ〜〜！！
そうそう、勝ち組ですね、はい、常勝トレーダーへの…



引用：FXブログ 女性トレーダーあや 初心者も自由LIFEをつかむ方法
タイトル：FXの勉強して練習しまくってやる！必勝法を見つけるんだ♪

その後の記事

先月のブログで9月にはあちらのきらん☆の世界へ～って書きましたが
師匠が大正解w

まだまだそこには行けていません

あのブログを書いていた時も自信が沸いていましたが、
今はさらにパワ～ア～ップ！！

けど楽なことばかりじゃないです
毎日何をやっているのかと言えば、「1に検証、2に検証、3、4が無くて、5に
検証」w
懐かし～年齢バレちゃいますねw

どのくらいやってるの？気になりますよね～

引用：FXブログ 女性トレーダーあや 初心者も自由LIFEをつかむ方法
タイトル：FX9月 近況報告～まだまだ常勝には辿りつけないよ～

今でこそ笑えますが、当時は必死でした。

「きらん☆な世界が見えて来た！」ってホント、喜びまくってワクワクしてました。
そしてすぐにどん底に落とされる、、、笑

けど、この頃が1番青春していたかもって思います。

とにかく毎日が成長で、毎日が新鮮で、早くきらん☆な世界へ行きたくて、
きらん☆な世界へいったら、あんなことしよう、こんなことしよう、、、って、とても輝いていました。

そう簡単には勝ち組にはなれませんでした、こういう日々があっただけの今があるんだ
と思います。

あなたも「勝ち組になったかも？」と思う瞬間が何度かあると思いますが、
かなりの確率でそれは裏切られます。
(先に言っておきます 笑)

そのため、勝ち組になったかどうかの判断は、月ごとにトレード収支を計算して、連続で
3か月のトレード収支がプラスだったかどうかで判断すると良いでしょう。

そしてその頃には、1回ごとのトレード結果に一喜一憂しない勝ち組トレーダーとなっ
ているはずですよ。

(20) 週末は、トレード記録を見直せ

毎日トレードをしていると、どんなトレードをしたのか、意外に忘れてしまうことがあります。

特にポジポジ病の人は、1日に何十回もトレードをするので、1つ1つのトレードのエントリー根拠が雑になっている可能性があります。

そのため、きちんとエントリールール、決済ルールが守れているか、メンタルは安定しているかを確認するためにトレード記録をつけて、週末などの時間がたっぷりある時に見直しましょう。

トレード記録をつけるトレーダーは少なく、負けているトレーダーの殆どがトレード記録を付けていません。

ですので、負け組トレーダーから脱出したいのであれば、トレード記録をつけることです。

トレード記録につける内容ですが、
下記について必ず記載するようにしましょう。

- ・通貨ペア
- ・エントリー日時
- ・決済日時
- ・エントリー前や、ポジション保有中のメンタル
- ・気付いたこと
- ・思いつく改善策や反省点
- ・エントリー時のチャート画像
- ・決済時のチャート画像
- ・決済後ローソク足が100本～200本程進んだチャート画像

以上9点をおさえておけば、十分です。

トレード記録をつけることで、自分はどのような時に負けやすいのか、どのような感情になると負けやすいのかなど、相場環境に限らずメンタル面からもあぶり出しができます。

さらにはトレードの勝ちパターン、負けパターンなどが分析しやすくなります。

これらによって、自分のトレードの癖が分かり、無駄なトレードを減らしたりすることで、トレードの成績を上げていくことができます。

そしてトレードルールに無いトレードをしていないかもチェックしましょう。
もし負けトレードの中にそれがあつた場合は、本来その負けトレードはしなくても済んだものです。
こういった無駄トレードはどんどん排除しましょう。

一方、トレードルール通りにやって負けたトレードは、仕方がない負けとして記録に残します。
トレードルール通りにやった勝ちトレードと負けトレードは、このままトレードを何十回、何百回と続けて行けば勝てるのかも再確認することが必要です。

他に注目する場所は、大きく負けている箇所です。
このトレードを減らせば、トレード成績を劇的に改善できるためです。

「どうしたらこのトレードはエントリーせずに済んだのだろうか？」

と考え、水平線を引いてみたり、MAやボリンジャーバンドのどういう場面だったのかを
みたり、前後のローソク足の動き、波形には問題なかったかなどから割り出し、エント
リールールに例外を作りましょう。

1つでもそういった例外ルールを作ることでもかなり成績が変わります。
これも普段の検証で、私が行っている事の1つです。

まだ他にもコツはありますが、ここまでの内容を丁寧にこなすだけでも
確実にあなたのトレード成績は上がりますので、今からでも取り組んでください。

これらのやり方でトレード記録をつけるだけでも、他の負けトレーダーと大きな差をつけることができますが、記録をつけただけで満足してはいけません。

忘れてはいけないのは必ず「トレード記録を”見直す”」ということです。

頑張って記録をつけたのなら、それを定期的に見直すことです。
特に見て欲しいのは、「キャプチャー」です。

- ・エントリー前の波形、負けた時はどうなっていることが多いのか、勝っている時は？
- ・エントリー後の波形も、負けた時はどうなっていることが多いのか、勝っている時は？

この部分に、勝つためのヒントが隠されています。

まるで宝箱のように、、、



人間って、面倒なことや、やりたくないことをやる時って、ものすごくパワーを使います。
あなたもそう思いませんか？

「やりたくないな」

「面倒だな」

「別にやらなくても、いっか。」

たとえば、最近太ってきたので、あなたはダイエットをしようと決意したとします。

気になるのは、お腹まわりの無駄なぜい肉。
親指と人と指し指で余裕でつかめてしまう。

そのせいで、毎回立ち上がる度に「よいしょっと！」と言ってしまい、
子どもに「お父さん、年寄りくさい〜。」と笑われる。

昔は中肉中背で、もっと身軽だったし、顔もイケメンとは言えなくても、もっと格好良
かった気がする。

今までもダイエットしたことがあるけど、成功した試しもなく、今は病気でもなく特に
困ってはいない。

平日は仕事でクタクタだし、ダイエットなんて休みの日も面倒くさくてなかなかやる気が
起きないし、最初の1日、2日はなんとか続きますが、やっぱり怠けたくなくなります。

「でもそろそろダイエットしないといけないな。けど続くだろうか？」と思っていたとします。

そんな時は、ダイエットをすると得られるメリットを書き出すと良いです。

- ・健康に良い
(健康診断でもメタボと認定されていたし、糖尿病予備軍って言われたっけ。。)
- ・痩せるとモテるかもしれない
(顎周りをもっとシュッてすれば、きっと格好良くなるハズ!)
- ・履く度にお腹が苦しかったGパンが、楽に履けるようになる
(毎回道飯食べる時、フックを外してるし汗)
- ・体を鍛えることができる
(あやさんは、ムキムキの男性が好きって言ってたしな 笑)

こんな感じですね。

メリットを書き出せば、「これをやれば、これを手に入れられるんだ！」と嫌なダイエットの印象が変わりますね。

そして、メリットがあると分かれば「頑張ってみよう！」とやる気が湧いて、怠け心が吹き飛ばはずです。

頑張りたい気持ちが湧いてくるでしょう。
モチベーションが高まり、重い腰も上がるはずです。

これはトレード記録も同じです。

今までトレード記録をつけていなかったのに、いきなり「トレード記録をつけてね」、しかも「定期的に見直してね」、なんて言われても誰かに怒られるわけでもないですし、ほっておいてもまた月曜日が来て、またいつもと変わらずトレードができますので、まあハッキリ言って、やらないでしょう（笑）

しかし、「これをやるとこういう効果があるよ」と言われると行動できるようになるものです。

人それぞれ効果の具合、出方、速度は違いますが、
トレード記録をつけたら成績が20%上がる、トレード記録を見直せば25%上がる、こんなイメージで頭に叩き込んで、まずは3か月続けてみて下さい。

- ・FXでお金を増やすことが出来たら、欲しい〇〇が買える

- ・奥さんや子どもにプレゼントしたり、美味しいお店へ外食したりできる
- ・老後の生活資金の心配が無くなる

・・・色々考えると
モチベーション、上がりますよね。

あなたは必ず勝ち組になれます。

この【トレ教】を読んでいるのなら、尚更です。

もっともっと上に行きましょう。

中途半端な努力なら要らない。死ぬ気でやれよ、死なないから。

トレード日誌、つけてみようという気になりましたか？

仕事でも「PDCA」というのがありますね。
あれと同じ要領です。

Plan（計画）

トレードする前にトレードルールに基づいたトレードプランを作ります。

Do（実行）

トレードする。

Check（評価）

トレード記録をつけてトレードのチェックをし分析します。

Action（改善）

負けパターン、負けやすいメンタル状況を排除する。

ひたすら、これの繰り返しです。

そうすれば、あなたのトレードはどんどん洗練されていくでしょう。

3か月やり続ければ、かなり成績が改善されるはずですよ。

もう1つ、ついでにお伝えしておきますね。

検証についてです。

(21) 検証のモチベーションを下げるな！

勝てる手法を身につけるには、検証が必要とお伝えしましたが、検証で陥りがちな落とし穴があるので、その事に触れておきますね。

そして対処法も1つお伝えします。

まず、検証の落とし穴というのは、

- ・「飽きる」
- ・「続かない」

というモチベーションを維持することの難しさがあります。



これは検証をしたことのある人なら、誰もが味わうものです。

検証というのは1日や2日で終わるものではなく、ちゃんと勝てる手法を作り上げるには、最低でも3か月は必要です。

その間は、ひたすらチャートと向き合いながらキャプチャーを撮ったり分析したりの検証、検証、、、

最初は「やるぞ!」と思っても、1週間、2週間、1カ月もすると飽きてしまいます。

ではどうしたら良いかというと、色々方法はありますが、最近私が「頑張っ検証している人に、コレいいな」と思ったものがあるので紹介しますね。

私が実際に使っているものです。

<検証のモチベーション低下予防にオススメな2つ>

1. みんなチャレ
2. Studyplus (スタディプラス)

どちらもスマートフォン（iPhone、androidとも可）で使えるアプリです。
もちろん無料です。

これらのアプリを使うと、検証のモチベーションが下がる対策になると思うので
順に解説していきますね。

※詳しい使い方は、ウェブサイトなどをご覧ください。

1. みんなチャレ

最初の「みんなチャレ」については、同じ課題や悩みを持つ5人が1つのグループになり、達成状況を報告し合い、励まし合いながら目標達成を目指すというものです。

最初はみんな、知らない人同士の集まりです。

【トレ教】執筆時現在の、アプリストアの平均レビューは1.8万人の評価で「4.7」と高い評価を得ているアプリです。



**みんなチャレ | みんな
で継続と習慣化…**
目標達成のモチベーションU...

開く 

1.9万件の評価 **4.7** ★★★★★

年齢 **4+** 歳

チャート **#55**
ヘルスケア/フィットネス

これをFXの検証に使う場合の例を書いてみますね。

例えば朝起きたら、「今日は検証を10場面やります」とグループ内で投稿します。

私の場合は

- ・【トレ教】作成
- ・FXの検証
- ・読書
- ・スクワット

について、毎朝
「今日やるぞ!」と思ったことを宣言しています。

その他の今日中にやりたいことも載せています。
要するにTO DOリストですね。



6:20までに起床

資料推敲 p.48-p.64

4000歩歩く

スクワット3セット

本を20ページ読む

検証する

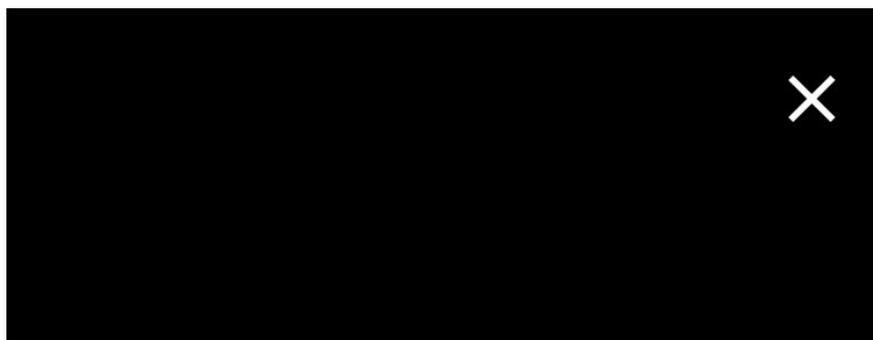
+

実際の私が行った朝の投稿

「全然歩いてないじゃん」
って笑わないでね。

この【トレ教】執筆で運動不足なんです（笑）

そして夜に達成できたかどうかをグループのメンバーに先程のリストにチェックを入れた画像で報告します。



- 6:20までに起床

- 資料推敲—p.48—p.64

- 4000歩歩く

- スクワット3セット

- 本を20ページ読む

- 検証する

- 銀行

実際の私が行った夜の投稿

この日は給料日で「そういえば、銀行に忘れずに行かなきゃ！」と思ったので、「銀行」を追加しています。
しかもチェックが入っていないので、行けていません（笑）

でもちゃんと、検証はクリアーしています(*^-^*)v

グループによってルールは色々ありますが、基本的には
『朝→今日達成したい事を画像で投稿』
『夜→達成具合を報告』

やることはこれだけです。

この「目標宣言（朝）」と「達成報告（夜）」の違いを区別するために、夜のどのくらい達成できたかという画像のは「チャレンジ写真」という投稿になり、画像の上下が切れたものになります。

1つ前のページの「実際の私が行った夜の投稿」も上下が切れています。

そしてチャレンジ写真を投稿すると、猫の足跡マークがつき、メンバー皆が「よく頑張ったね！」とこのマークを押してくれると、「みんなチャレ内」で使えるコインが貰えて、コインを集めると好きなスタンプがもらえたりします。

1月29日の達成状況

0/5人

オールクリア出来ました



20:14



20:14

- 6:20までに起床
- 資料推敲—p.48-p.64
- 4000歩歩く
- スタワット3セット
- 本を20ページ読む
- 検証する
- 銀行



送信

Aa



実際のグループ内の投稿



アカウント

◎ コイン 1202枚

私の現在のコイン数

このスタンプは、LINEのスタンプと同じように、会話の時に「おはよう」や「頑張ったね」「お疲れさま」などのスタンプを押して使っています。

「凄い頑張ったね！」などの仲間からの励ましや、「今日は達成できませんでした」と報告したくない為に、「眠いけど頑張ってノルマは達成しよう」と思えるのがこの「みんなのチャレンジ」の良い所です。

というように割とシンプルなものですが、私はこれを使ってから毎朝6：20に起きれるようになりましたし、この【トレ教】の執筆も進んでいます。

グループは無数にありますが、今探してみたらFX関連のグループもありました。

グループ名：「FX 検証」

< 勉強

満員

FX 検証

直近3日の
チャレンジ達成率

53%

【勉強】 FXにおいて検証をせずに稼ぎ続けられる人はいません。
考えて、アイデアを巡らせて、そして検証と分析をしましょう！

昨日よりFXについて考えている時間を長くして、成果が見える化したいと思い、このチームを作りました。

チャートや本、ストップウォッチの写真でも何でも構いません。

『昨日より濃い時間を過ごせた』、『昨日より長い時

チームが自分に合わなかったら、
退出して大丈夫ですよ。まずは一歩踏み出そう。

トレーニング

【トレーニング】引き継ぎオーナーです。

=====

fxで稼げるようになりたい人の集まりです。

リアルトレードでも検証でも勉強でも、
何かしら毎日続けていけたら良いと思います。

#マイペース #トレーニング

トレーニングをして、その様子を送信し応援し合いましょう。

最近のやりとり

<p>おおお、すごいです ね !!</p> <p>チュゴい!</p>  <p>チュゴい!</p>	<p>dの下2点目ロング 1回損切り 2回目で決まった。 プラスで推移。 観察していく。</p> <p>ゴールド、 プラスと0を行ったり 来たりして 嫌だったが 過去検証でもいつも揉 んでいたのだから</p>
---	--

チームが自分に合わなかったら、
退出して大丈夫ですよ。まずは一步踏み出そう。

1 グループが5人で満員になりますので、あなたがこの【トレ教】を読んでもらっているタイミングでは、ここに上げたグループに入ることはできないかもしれません。

ただ、グループは常に新しいものが作られたりしていますし、私が入っているグループみたいに、FX限定のグループじゃなくても日々のTodoをこなすグループなどでも同じように、検証についてやトレード記録などの習慣づけには使えると思います。

良かったら活用してみてくださいね。

「みんなチャレ」アプリ→<https://minchalle.com/>

2. Studypus アプリ

もう1つのおススメは、「Studypus (スタディプラス)」アプリです。FXの検証以外にも、勉強などにも使えます。



こちらに進捗具合を報告するものですが、グループというのは存在しません。

どちらかという自分が「今日何時間検証したのか?」、「今週は何時間検証したのか?」というのが見える化できるものです。

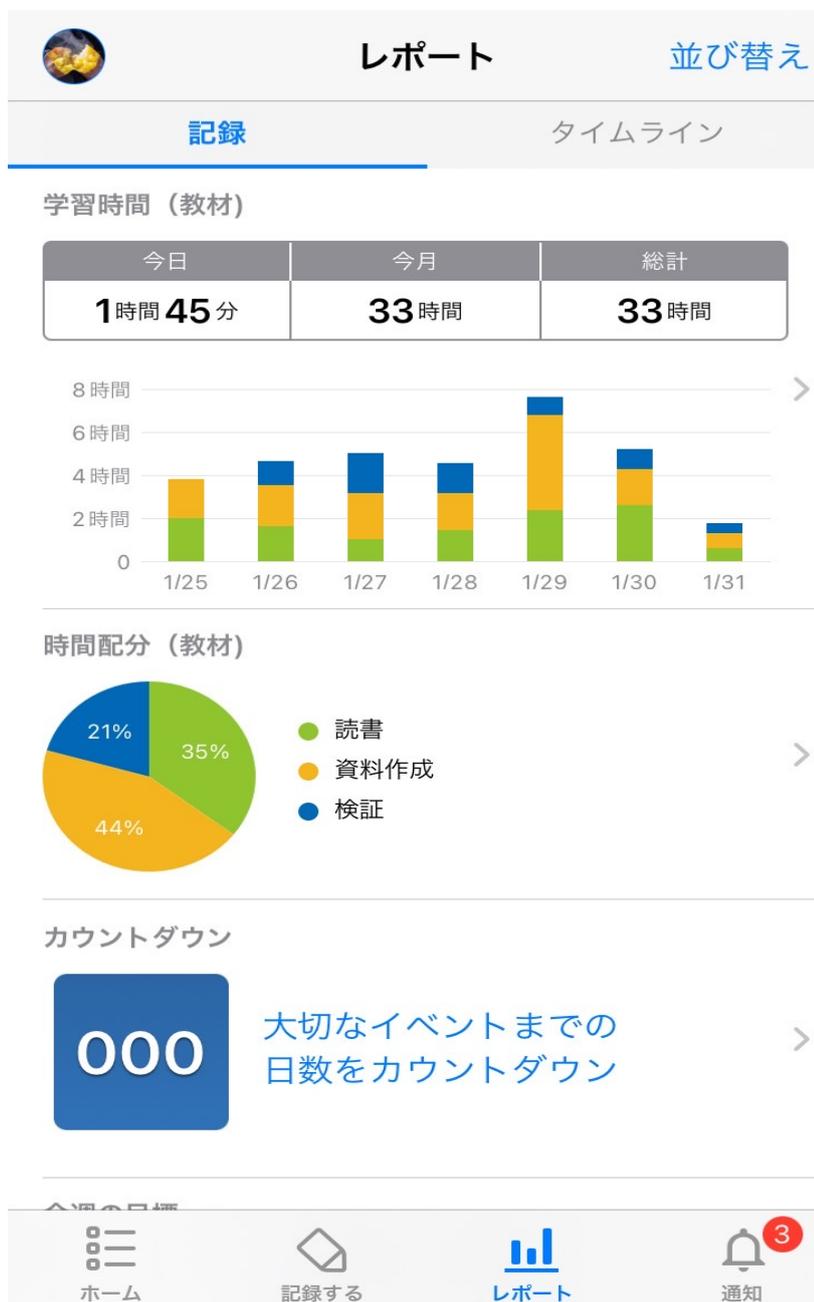
グラフにも表示してくれるので分かりやすいです。

私は

- ・ 検証
- ・ 【トレ教】作成
- ・ 読書

の3つで記録をしています。

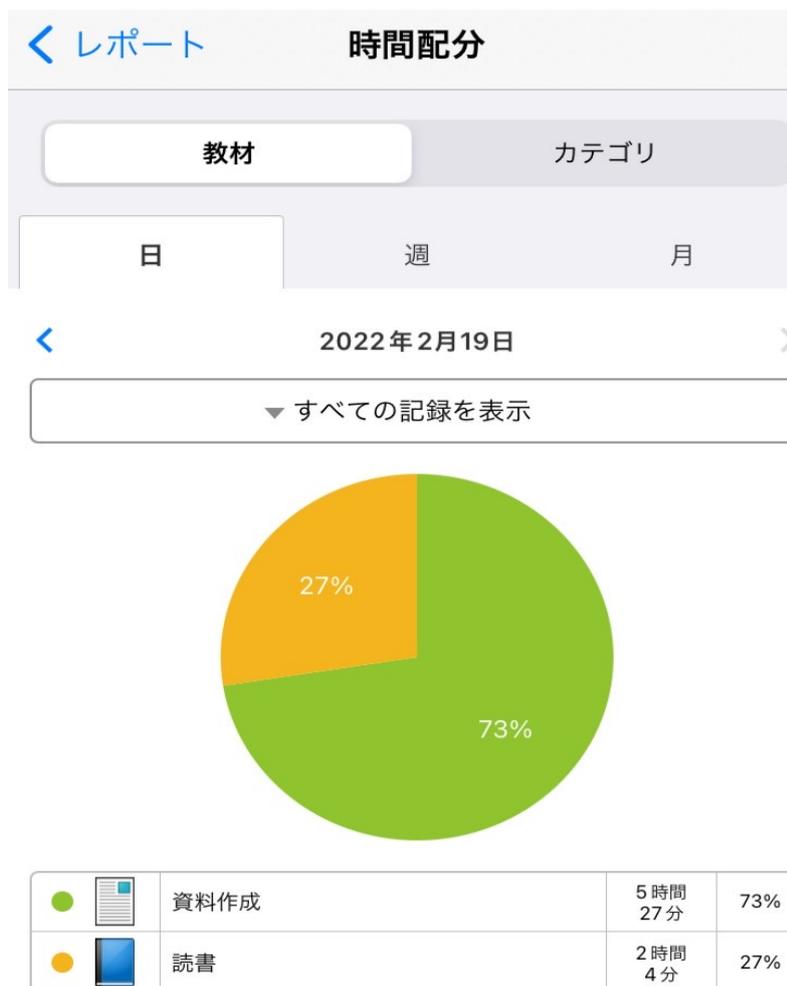
実際の私のレポートを見るとわかりやすいですね。



ある週の私のレポート

円グラフ内の「資料作成」というのが、この【トレ教】の執筆のことです。
「検証」はもちろんFXです。
「読書」は今、伊坂幸太郎 著の「ゴールデンスランバー」を読んでいます。

1日ごとの記録も見れます。





コメント 7

毎週、目標時間を決めるのですが、その達成具合も確認できます。

相場が動いていない休日は検証を毎朝6:30から1時間程度行い、それ以外の時間は【トレ教】の執筆をメインにしていますが、執筆作業はパソコンでやっていますから、どうしても目が痛くなるので、休憩がてら、本を読んでいるというわけです。

ちなみに私は本を読む時、歩きながら読みます。
多分あなたは今、私のことを変な人だと思いましたね（笑）

もともと歩きながら、ものを考える癖があり、本を読む時も座って読むよりも歩きながら読む方が好きです。

そしてこれにより、私の1日の目標歩数である、4,000歩を同時に達成させるという仕組みです。
(先程の「みんなチャレ」の画像にも、この目標歩数は載っています)

運動不足も解消できて、冬は体があつたまるのでいつもこの読書法です。

京都府立医科大学大学院医学研究科の研究結果では、座っている時間が2時間増えると死亡率が15%増えることが分かっています。

運動は脳細胞を増やし、記憶力も良くなりますし頭の回転が良くなり、学習能力も上がります。

1日30分の運動でも良いそうなので、あなたもウォーキングなど試みてはいかがでしょうか？

歩きながら本を読むかは、ご自由にどうぞ（笑）

使い方としては、この「Studyplus」にタイマーがついているので、検証を始める時に「開始ボタン」を押し、終わったらアラームがなり、「完了」ボタンを押すと「検証をした」という投稿することができます。

延長や途中で止めた場合はその時間で投稿されます。

この「Studyplus」も「みんチャレ」と同様の機能があります。同じ興味、目標を持った人のタグがあり、例えば、「〇〇大学受験」、「資格取得」、「読書」などいくつものジャンルに分けられていて複数追加もできます。

このアプリの良い所は、このタグ機能により、同じ目標を持った人の記録を見ることができるといことです。

先程の「みんなチャレ」は5人だけでしたが、「Studyplus」は人数の制限がありません。

気になる人の1日の作業時間や、何にどのくらいの時間を使っているのか、コメントなど様々な細かなデータを見ることができます。

私の場合、

読書、勉強問わず、頑張っている人で、同じタイミングで作業している人をフォローしています。

1日10時間くらい勉強している人や、「〇〇大学、絶対に合格する！」とやる気MAXの人もフォローして、「今日はこの人を抜かすぞ！」とやっています。

自分自身が1日に4時間ほど作業をしているので、同じくらいの作業量の人を「フォロー」して、「あっこの人、朝5時に起きて1時間もやったんだな。凄いな、私もがんばる！」って勝手に励まされたり（笑）



そういう人から「いいね！」を貰える時もあり、俄然やる気が出ます。

中には夜中2時、3時までやっている受験生もいますから、そういう人の投稿をみると漫画を読んだり、テレビを観たり、YouTubeを観てダラダラするのがもったいなくなりますよ。

私は元々、テレビを観たり漫画を読んだりはしませんが、この「Studyplus」を使ってから、集中できる時間が延びました。

検証には20分刻みでタイマーを使っていますが、ぶっ続けで1時間以上できることもあり、効果を感じています。

検証の1番多い悩みである、モチベーションが下がるというのが解消されると思いますので良かったら使ってみて下さいね。

「Studyplus」アプリ→<https://www.studyplus.jp/>

「みんチャレ」も「Studyplus」も結局は、同じ目標を持った仲間が集まるアプリです。

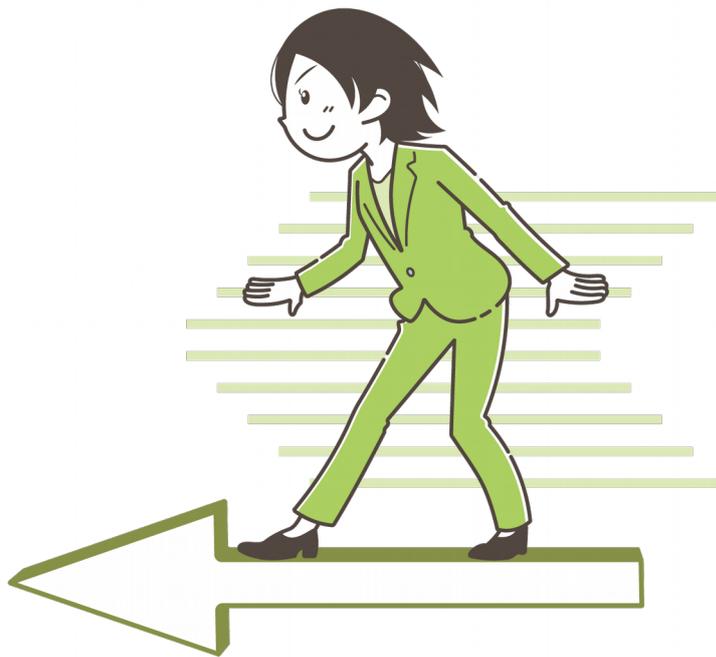
検証もトレード記録もやれば必ずトレードスキルが上がります。
こうした努力の差は大きいです。

そして継続の差は、トレードでもっともっと大きな差を生みます。

「何が何でも勝てるようになる！」
「勝ち組になって今の生活を脱出するんだ！」

という「絶対に結果を出す」という強い想いを持ち、周りの目を気にすることなく没頭し、とことん限界までやり抜いてください。

進め、進め、進め！！



トレーダー仲間を作る

「(8) トレーダー仲間は大切にしろ」でもお伝えしましたが、切磋琢磨できる仲間は大切です。

私が開くセミナーの後は毎回、懇親会を開いています。
この懇親会の目的は、2つあります。

まず1つ目はセミナー主催者である私へ質問しやすい環境づくりです。

セミナー会場ですと、どうしても緊張してしまったりして質疑応答の時間を作っても、質問しづらいと思いますが、こういったお酒の席だともう少しフランクに聞けるかなということ。

そして2つ目の目的、こちらの方が私は大切にしているのですが、トレーダー仲間を作れる環境を作るということです。

私自身、勝てない時代は本当に仲間に助けられましたし、盟友として固い絆もできました。その頃の仲間とは今もなお、週1回の頻度で定期的にSkypeで話します。チャートを見ながら楽しいトレード談義です。

しかし

仲間というのは、実際に会ったことのある人でなくても良いのです。

顔も知らない、話したこともない人でもいいのです。

今の世の中、便利なものはたくさんあるので、どんどん活用していきましょう。

「みんチャレ」や「Studyplus」ならセミナー会場に足を運ばなくてもいいですし、例えばあなたが人見知りであっても、トレーダー仲間を見つけることができますと思います。

私が考える、勝ち組になる為に必要な2つは

- ・メンター
- ・トレーダー仲間

縦の繋がりと横の繋がりです。

上から正しい道筋へひっぱってくれるメンターと、横で助け合えるトレーダー仲間です。

独学で学んだり、1人ぼっちの「ぼっちトレーダー」から脱出して、効率よく早く勝ち組になりましょう。

(22) 1日のトレード回数は10回以下にしろ

勝てないトレーダーの特徴の1つに、「エントリー回数が多い」というものがあります。これは私が長年コンサルなどを続けてきた中で気づいたことの1つでもあります。

ではなぜ、エントリー回数が多いと負けやすいのかについてですが、1回1回のトレードの精度が低いことが挙げられます。

例えば、

「MAに当たったからエントリーした」
だったり

「ダブルトップが出てネックラインを下に抜けただけで売りエントリーをした」
「レンジを抜けたから買いエントリーをした」

などがそれにあたります。

本来は大きな時間足チャートでトレンドはどっちに出ているのかやボラなど、今現在の相場状況がどんな状態なのかを確認し（環境認識と言います）

買いエントリーなら**上がる根拠がたくさんある所、**
そして**下がる根拠が少ない所でエントリーするべき**なのです。

しかしながら、こういった根拠が複数あるポイントは1日のうちにそう何回もあるわけはありません。

そのため、1日のトレード回数が10回と言うのは多過ぎなのです。

そして他にも、メンタル面についてもお話しておきましょう。

例えば、買いエントリーをして損切にあったとします。
ここまでは誰でもあることですね。

ところが、悔しくなり今度は
「上がらないなら、下がるのか！」ということで、さっきとは逆の方向の売りエントリーをして、運悪く今度も損切となってしまいました。

そしてもう何が何だか分からなくなってしまい、とにかく負けた分を取り戻したくて再び買いエントリーをした。

さて、こういう経験、あなたにはありませんか？

この3回のトレードで注目しないといけないポイントは、2回目と3回目のトレードです。

2回目と3回目のトレードは、感情に任せてトレードしているだけで、環境認識や下がる根拠や上がる根拠の確認などはできていません。

こういった感情トレードは、エントリー回数を増やす大きな要因です。

「なんだかエントリー回数が増えて来たな」と思ったら危険信号です。



1日のトレード回数が10回以上の場合は、一旦トレードから離れて原因を分析し、きちんと根拠のあるトレードをしているのか、ルール通りのトレードができているのか、行き当たりばったりの感情トレードをしていないかを確認すると、大きな損失を出さない予防となるので、必ず行うようにすると良いでしょう。

(23) エントリーの根拠が崩れたら目をつぶってでも損切りしろ

私もしばらくの間、なかなか気づくことができませんでしたが、負けているトレーダーと勝っているトレーダーの大きな違いがあります。

それは、負けているトレーダーが勝つことに注目する人が多い中、勝っているトレーダーは、「どのように負けるか」に重きを置いています。

つまり「**勝ち方**」ではなく「**負け方**」の方が**重要**なのです。

損切りできずに、全損してしまう人が多いですが、あなたは大丈夫でしょうか？

これが起きる原因は

- ・ エントリーの根拠が曖昧
- ・ 自分のエントリーに自信を持っていない
- ・ ロットが大きすぎる

ことが挙げられます。

自分の中で明確なエントリーの根拠があるならその根拠が続く限りは決済する必要がないので迷う必要が無いですし、その根拠が否定されたらポジションを保有する理由がなくなりますので、損切りするだけです。

根拠が崩れたら、「もしかして建値まで戻ってきて、含み損が0円になるかもしれない」という甘い考えや、「絶対に負けたくない!」という変なプライドは捨てて潔く負けを認めましょう。

後者は特に完璧主義の人に多いです。
連勝が続いていると、負けたくなくなるんですよね。
分かります(; 'v')

やることは簡単です。
決済ボタンを押すだけです。

そうすることで資金を大きく減らす事を防ぎ、残った資金でまた新たに挑戦することができます。

(24) 指差し確認をしてね

電車の運転手は毎回「出発進行！」の時、『指差し確認』をしています。

鉄道総合技術研究所によると、この『指差し確認』をすることで、作業の誤りの発生率が約6分の1減るというデータがあります。

これは、「人間はどんなに気を付けていても間違いをしてしまうもの」という考え方から、ヒューマンエラーを無くすために決められている確認法です。

ただ単に目視による確認で済ますよりも

- (1) 目で確認 (目)
- (2) 指差し (指)
- (3) 声に出す (声)

というように、3種類の方法で確認した方がより確実性が高まります。

そしてこれをFXにも応用することが可能です。

『指差し確認』をトレードで使う場面は「エントリー前」と「決済前」です。

< 指差し確認 >

- ・エントリー前
- ・決済前

エントリーする前に、根拠を口に出しながら「△△OK」「□□OK」「根拠〇個 OK」と、チャートの上を指でなぞって指差し確認をします。

その他、

「取引ロット数」

「通貨ペア」

「売り」なのか「買い」なのか

も間違いが無いかを、冷静に確認しましょう。



複数通貨ペアを監視している場合、違う通貨ペアでエントリーをしてしまうミスが発生しやすいですし、売りと買いのミスは、「早くエントリーしたい!」と焦っていると、間違えてクリックしやすいです。

一呼吸おく意味でも、指差し確認をして、「本当にエントリーしていいの?」と自分に問いかけてから、エントリーをしましょう。

決済する時も、決済理由を「◎◎OK」と言いながら指差し確認をしてから決済を行います。

こうすることで、想定外のエントリーを避け、投げやり損切や、焦りからのチキン利確ではなく、しっかりと理にかなったエントリーと決済をすることができます。

特に、エントリー時は念入りに指差し確認を行うと無駄なトレードが減るので必ず指差し確認を行うようにしましょう。

誰かに見られるわけでもないですし、仮に家族がいて恥ずかしいと思う場合もあるかもしれませんが、「なにやってるの」とクスッと笑われることなんて大したことありません。

それよりも、自分のお金を守り、増やす方が大切でしょう。

私もこの指差し確認を行ってから、トレードしています。

(25) チャートを見る時間を増やせ

勝てない理由の1つに、チャートを見る時間が全然足りていないことも多いです。
トレードは「場数」が大切です。

- ・ 検証
- ・ 環境認識

トレードする事ばかり考えるのではなく、
とにかく

「どうなったら、どうなりやすいのか」
を仮説を立ててチャートを眺めてみてください。

ただ眺めるだけではなく、水平線を引く練習、トレンドラインを引く練習、フィボナッチを引く練習、とにかく毎日5分でもいいのでチャートを触るようにしてください。

ただし、「時間がなくて、チャートが見れない」という場合もありますね。
そんなときの対処法があります。

対処法：

夕食後、くつろぎタイムではなく自室に行き、FXの時間に充てる

夕飯後、勿体ない時間の使い方をしていませんか？

人間の命は有限です。

ダラダラ過ごしては、いつになってもトレードで稼げるようになりません。

ダラダラリラックスタイムも時には良いですが、今は全力集中で、FXで利益を上げる為に時間を使ってください。

まったりビール飲んだり、ソファで横になったら、はい、もう眠たいですね。チャートどころじゃなくなり、ゲームオーバーです。



夕食後は、すぐに自室に行き、チャートに触って下さい。
毎日、毎日です。
それだけでも、他のトレーダーと差がつきます。



時間は「作る」ものです。
朝少し早く起きることでも、時間は作れます。

習慣づけが大事です。

第1章はこれで終わりです。
いかがでしたでしょうか？

しっかりと頭に入れてくださいね。
復習がてら、大事な箇所は次のページにメモしておいてください。

続いて第2章からは、より実践的な内容をチャートを使ってみていきましょう。

第1章 メモ