

<2013年9月3日(火)付けで、9,000DL突破!!> iPhone, iPad電子書籍アプリ『できる人の脳が冴える30の習慣』が数量限定100円セール!!

株式会社オープンアップス（所在地：東京都渋谷区、代表取締役社長：加藤秀樹）がiPhone, iPad電子書籍アプリとして開発販売を行った『できる人の脳が冴える30の習慣』が2013年9月3日（火）付けで、累計9,000DLを突破したことを発表しました。

<書籍概要>

タイトル：できる人の脳が冴える30の習慣

カテゴリ：ヘルスケア／フィットネス

価格：大特価100円

iTunes：



<http://itunes.apple.com/jp/app/dekiru-renno-ga-hueru30no/id519934677?mt=8>

【5000冊の数量限定で大特価100円セール実施中!!】

★ 「BGM搭載」電子書籍アプリが登場 ★

全ての頑張る社会人に！！この一冊で差をつける
『できるビジネス脳』を作り出す30の方法

- なぜ、チョコレートを食べると仕事効率が上がるのか？
- 仕事力は動機で決まる！！デキル人の動機術とは
- Twitterのつぶやきで提案能力が向上するってホント？
- 自分の趣味を無理せず仕事に生かすコツとは…
- 断トツに成果を出す人の休み方・ストレス対処法とは？

日常生活や仕事の中にこそ、チャンスがあった！！
アナタの脳を冴えさせるBGM搭載の電子書籍アプリが登場

◆目次◆

- はじめに
- 1章 毎日の生活習慣を変えて、頭をすっきりさせる
- 01 甘いものでリフレッシュし、頭を活性化する

- 02 なぜ、チョコレートを食べると仕事の効率が上がるのか？
- 03 1時間早く出勤してみる
- 04 物は日付で整理する
- 05 経費精算はためない
- 06 小銭の出ない払い方をする
- 07 ケータイで1日1回つぶやいてみる
- 08 「忙しい」と言う人は、頭の回転が悪くなる

●2章 集中脳で、仕事が10倍はかどる！

- 09 仕事ができるかどうかは動機付けで決まる
- 10 大きな目標は立てない
- 11 仕事は8割できたら、やめて帰る
- 12 片づけをすると、脳が活性化する！
- 13 失敗の記憶はできるだけ早く忘れる
- 14 集中できないときは、思い切って関係ないことをする
- 15 同時並行でいろいろやってみる

●3章 いいアイデアがどっさり出てくる脳の使い方

- 16 アイデアマンになりたければ、仕事以外のことを情報収集せよ
- 17 ネーミングは100個作ってみる
- 18 冴えてる時間帯でなく、冴えてる曜日も把握する
- 19 自分の趣味を仕事に生かすと、いいことづくめ！
- 20 ぼんやりテレビを見ると、頭がよくなるのはなぜ？

●4章 できる人は、脳に良い負荷をかけている

- 21 運動する人は、なぜ、頭の回転がいいのか
- 22 忙しいときこそ、出張に行け！
- 23 眠くなったら他部署の人と話してみる
- 24 同僚に昨日見たテレビの話を10分間してみる
- 25 ダイエットの成功体験は脳に効く

●5章 ダントツに成果を出す人の脳の休ませ方

- 26 脳は1時間に1回、整理する時間が必要
- 27 疲れが抜けない人は、寝る前30分を見直す
- 28 2カ月に1回は「泣ける」映画を見る
- 29 スランプは誰にでも訪れる脳の混乱期
- 30 笑いが脳を休ませる

■著者紹介

・米山 公啓 [ヨネヤマ キミヒロ]

作家、医師(医学博士)

1952年山梨県生まれ。聖マリアンナ大学医学部卒。

聖マリアンナ医科大学第2内科助教授を経て、1998年より本格的な著作活動を開始。
現在も東京都あきる野市にある米山医院で診療を続けながら、250冊以上を上梓。
講演会、テレビ、ラジオなどでも活躍中。

【株式会社オープンアップスの制作電子書籍一覧URL】

―― iPhone/iPad電子書籍アプリ一覧――

<http://bit.ly/11w1wuX>

―― Amazon Kindle電子書籍一覧――

<http://amzn.to/13X3qs4>

【会社概要】

会社名 : 株式会社オープンアップス

代表者 : 代表取締役 加藤 秀樹

所在地 : [東京都渋谷区桜丘町22-14](#) N.E.SビルS棟 2, 3F

TEL : 03-6681-4435

FAX : 03-5459-0741

MAIL : press@openapps.co.jp

URL : <http://openapps.co.jp/>

facebook : <http://www.facebook.com/OpenAppsInc?ref=hl>

事業内容 : 電子書籍・スマートフォンアプリ制作

Generated by ぷれりりプレスリリース

<https://www.prerele.com>