◆２０１５年２月５日（木）付けで、１１，０００ＤＬ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』大好評配信中!!

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２０１５年２月５日（木）付けで、累計１１，０００ＤＬを突破したことを発表しました。

☆『できる人の脳が冴える30の習慣』

App Store
からダウンロード

https://itunes.apple.com/jp/app/dekiru-renno-naoga-hueru30no/id519934677?mt=8

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

●チョコレートを食べると業務効率が上がる?
●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?
●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ストレス対処法とは?

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

【 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時間早く出社してみる
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。

◆機能説明
本アプリではBGMとして収録されている音楽データを再生しながら本編をお楽しみ頂けるアプリとなっております。
アプリ画面右下にある音符マークをタップすると音声データが再生されます。
BGMの変更は、「設定」→「BGM設定」よりお好みの曲を設定頂けます。

☆１１，０００ＤＬ突破『できる人の脳が冴える30の習慣』大特価１００円

App Store からダウンロード

https://itunes.apple.com/jp/app/dekiru-renno-naoga-hueru30no/id519934677?mt=8

――iPhone/iPad電子書籍アプリ一覧――
http://www.imcontent.biz/wordpress/

―――Amazon Kindle電子書籍一覧―――
http://amzn.to/13X3qs4

株式会社オープンアップス公式ＦＢページ
http://www.facebook.com/OpenAppsInc?ref=hl
リリース情報を随時更新中！

■当プレスに関するお問い合わせ先

会社名　：　株式会社オープンアップス
ＵＲＬ　：　http://openapps.co.jp/
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
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