iPhone iPad 電子書籍 『 「今度こそ絶対！」続けるコツ 』
著者 志賀泰弘 ブックアプリリリース
私でもできた！それなら誰でもできるよ！
成功の秘訣を大公開！

iPhone iPad 電子書籍 『 「今度こそ絶対！」続けるコツ 』 著者 志賀泰弘
ブックアプリリリース
リリースキャンペーン85円 93.77%オフ 7月13日 まで 書籍定価1,365円
ズボラな私でもできた! 成功の秘訣を大公開！
（有限会社アスカ・エフ・プロダクツ × アプリ製作会社 株式会社アドベンチャー）

これで『今度こそ絶対続けられそう』だ!
続けることでつかむ事はあるが、続けないことで失うことは多い。
わかっちゃいるけどなかなか、、。

継続でつかむもの！？
●信頼●成功●お金●勇気●親孝行●パートナー

３日坊主で失うもの！！？
●信頼●成功●お金●勇気●運気●自己管理能力

『 「今度こそ絶対！」続けるコツ 』 著者 志賀内泰弘
有限会社アスカ・エフ・プロダクツ × アプリ製作会社 株式会社アドベンチャー
iTunes ストアリンク iPhone iPad iPod電子書籍
電子書籍 ８５円 ９３，７７％オフ 書籍定価 １，３６５円

App Store
からダウンロード

http://itunes.apple.com/jp/app//id536528923?ls=1&mt=8

iPhone・iPad 株式会社アドベンチャー電子書籍 一覧サイト
iPhone電子書籍ランキング1位を獲得したアプリが３５書籍以上あり
http://iphone.adventure-inc.co.jp/

株式会社アドベンチャー
２０１２/７/１２
アップルのアプリサービスを提供する株式会社アドベンチャー（本社：東京都渋谷区、代表取締役 中村俊一 http://www.adventure-inc.co.jp/
）は、有限会社アスカ・エフ・プロダクツ（本社：東京都千代田区 代表取締役 小中強志 http://www.asuka-f.com/ ）から出版いたしました『「今度こそ絶対！」続けるコツ』をiPohne、iPad電子書籍アプリをリリースいたしました。

■目次

多くの人は「始める」ことはできても「続ける」ことができません。
成功者とそうでない者の違いは「続けられるか、続けられないか」たったそれだけの違いだけなのです。つまり成功の秘訣とは続けることにあるのです!

●大丈夫。あなたは続けられます!
●自分に甘いタイプに効く特効薬とは?
●3日というのは大きな壁、4日続けましょう!
●「スケベ」心が続けられるコツ?
●才能とは動力を継続する力である

「今度こそ絶対!」続けるコツ
●目次
ーーーー「3日坊主」な自分から脱出するコツーーーー
●STEP1
・大丈夫。あなたも必ず続けられる
・続かないのは、好奇心のある証拠
・あなたには時間がない
・普通の人も、「続ける」だけで成功する
・「続ける」ことで、達人になれる
・人生の中で、何が一番大切かを考えてみよう
・0と1では、100ほどの開きがある

●STEP2
・まずは、目標を定めよう
・紙に書け!たったそれだけで……
・最終ゴールは高く、日々のハードルは低く
・途中経過の達成度を見えるようにする
・テンションを下げず、目標を忘れるな!

●STEP3
・続けるコツ・性格別対策
・「たった1回くらい」が禁物
・几帳面なら、「いいかげん」になろう
・必要なのは、集中力
・ハイテンションのときに始めない
・続かない最大の天敵・時間の問題を克服しよう

●STEP4
・大丈夫!時間はいっぱいある
・時間超細分割法
・娯楽が天敵……テレビを消そう!
・自分で、「時間切れ」を作ろう
・「やる」時間帯を決めてしまう

●STEP5
・続けるコツ・メンタルトレーニング

・声に出そう!
・負のエネルギーをプラスのパワーに変えよう!
・まず、4日続けよう
・大丈夫!効果はいきなり現れる
・昨日の自分と比べない

●STEP6
・続けるコツ・こんな工夫《初級編》
・「ながら族」になって習慣化する
・褒めてもらう
・自分に、ご褒美をあげる
・100点よりも60点
・目標達成時の自分を妄想する
・宣言する
・メリハリをつける

●STEP7
・続けるコツ・こんな工夫《中級編》
・時間をお金で買う
・環境をお金で買う
・誘惑を一つだけ取り除く
・例外を作らない
・できない計画は立てない

●STEP8
・続けるコツ・こんな工夫《上級編》
・友達と賭けをする
・恋をしよう!
・大衆に宣言する

●STEP9
・続ける格言・続ける名言
・「才能とは、努力を継続する力である」
・「結局は、細かいことを積み重ねることでしか頂上へは行けない」
・「成功する秘訣とは、成功するまで続けることだ」
・「天職を見つけるには、続けること」

コラム/志賀内流・本の読み方

著 者 志賀内泰弘

※この電子書籍は、2007年12月
に明日香出版社から刊行された『「今度こそ絶対!」続けるコツ』を底本にしています。

■株式会社アドベンチャー iPhone iPadアンドロイド電子書籍一覧サイト

・iPhoneブックランキングで４月６日まで１位を４２日間継続獲得
・６月のiPhoneブックランキング１位獲得　２３日獲得
・アンドイドコミックランキング１位３位４位６位９位１０位獲得　１位獲得５１日目

【 iPhoneアプリ事業 】 http://iphone.adventure-inc.co.jp/
iPhone電子書籍ランキング１位を獲得しているアプリが３５本以上

★iPhoneブックランキング７月１３日１０時 出版社 ブック最高ランク 総合最高ランク

１位 東大生が教える習慣を変えると頭が良くゴマブックス 最高１位 総合５位
２位 女医から学ぶ魅力が10倍増すセックス アドレナライズ 最高１位 iPhone
iPadダブル総合１位実績
４位 遅刻・締切いつもルーズな人のｸｽﾘ ｱｽｶ・Ｆ・ﾌﾟﾛﾀﾞｸﾂ 最高２位
１１位 ﾅｾﾞ男は女の気持ちがわからないのか ゴマブックス 最高１１位
１４位 一瞬で人の心を読むヒント こう書房 最高１４位
１６位 いただきセックス！Ｈな疑問大全集 リイド社 最高１位 総合１位
２０位 SPA! 記憶力革命 １週間で変わる 扶桑社 最高８位
２１位 「今度こそ絶対！」続けるコツ ｱｽｶ・Ｆ・ﾌﾟﾛﾀﾞｸﾂ 最高２１位
２５位 女も知らない女のカラダ 経済界 最高１位

●iPhone 電子書籍ランク５０位中１７アプリ １００位中３１アプリがランクイン

★iPhone iPad新着アプリ
・一瞬で人の心を読むヒント ７月１１日リリース
・ココロをつかむ心理術 ７月１１日リリース
・「今度こそ絶対！」続けるコツ ７月１０日リリース
・なぜ、男は女の気持ちがわからないのか ７月１０日リリース
・まるなま ４コマ漫画雑誌 芳文社 ７月 ９日更新
・ＳＰＡ！２本立 人は1週間でこれだけ変わる ７月 ４日リリース
＆30代からの革命的に記憶力を向上させる方法 ７月 ４日リリース
・習慣を変えると頭が良くなる 東大生が教える ７月 ３日リリース
・しあわせ美人のつくりかた 著者 倉田真由美 ７月 ３日リリース
・絶対に負けない 勝負論 著者 井出洋介 ７月 ３日リリース
・裏ﾜｻﾞ大辞典SUPER円滑な仕事.人間関係＆恋愛月 ７月 ３日リリース
・遅刻・締切 いつもルーズな人のクスリ ７月 １日リリース
・できる人はすぐ決める 一優柔不断と決別せよー ６月２２日リリース
・頭がよくなる 東大クイズ150 FINAL ANSWER ６月２２日リリース
・私の東大クイズ 悩みから生まれた１５５問 ６月２２日リリース
・3カ月でプロポーズさせる銀座ﾏﾏの極上ﾃｸﾆｯｸ ６月１５日リリース

★アンドロイドコミックランク７月１３日１０時 出版社 最高ランク

１位 有吉弘行 オレは絶対性格悪くない 太田出版 最高１位
３位 加藤鷹 秘技伝授 ＫＫロングセラーズ 最高１位
４位 女医から学ぶあなたの魅力が10倍増すｾｯｸｽ アドレナライズ 最高１位
６位 女医が教える最高のセックス メディアタブレット 最高１位
９位 好かれる人の魔法の言葉 こう書房 最高９位
１０位 一流芸能人がやっているウケる会話術 こう書房 最高１位

１３位 加藤鷹 秘技伝授完全潮吹き入門 ＫＫロングセラーズ 最高３位
１６位 銀座No.1ホステスの心をつかむ話し方 こう書房 最高２４位
１７位 純次のことわざブック 青山出版 最高１５位
１８位 ヤレる女を５秒で見抜く！ 扶桑社 最高１位
１９位 そのエロテクニックで大丈夫！？ 女性編 クリエーターズギルド 最高１８位
２０位 たった３秒で心をつかむ魔法のﾃｸﾆｯｸ こう書房 最高１７位
２２位 遅刻・締め切ルーズな人のクスリ ｱｽｶ・F・ﾌﾟﾛﾀﾞｸﾂ 最高２２位
２４位 人を洗脳する賢者の黒い言葉 ぶんか社 最高２４位
２５位 そのエロテクニックで大丈夫！？ 男性編 クリエーターズギルド 最高２１位

●アンドロイドコミックランク５０位中２１アプリ １００位中３８アプリがランクイン

――――――■当プレスに関するお問い合わせ先――――――
社 名 ： 株式会社アドベンチャー
ＵＲＬ ： http://www.adventure-inc.co.jp/
公式ツイッター :http://twitter.com/Adventure_inc
facebook ：http://www.facebook.com/pages/Adventure-Inc/191090634245135
所 在 地 ： 〒150-0002 東京都渋谷区3-15-3 土屋渋谷ビル 5階
ＴＥＬ ： 03-5774-5775
代 表 者 ： 中村 俊一
ＭＡＩＬ ： i-phoneteam@adventure-inc.co.jp
担 当 者 ： 西川 剛司
担 当 者ツイッター： @adv_iPhone http://twitter.com/#!/adv_iPhone

Generated by ぷれりりプレスリリース
https://www.prerele.com