よく歩くビジネスマンはシゴトがデキる!!Phone/iPad電子書籍アプリ『「歩く!」仕事術』5,000DL記念特別価格セール延長します!

株式会社メディカム(本社:東京都渋谷区)は、iPhone/iPad用電子書籍としてAppStoreよりリリースした『「歩く!」仕事術』が、5,000DLを突破したことを発表致します。

11月12日

まで期間限定SALE延長!! 先着5,000名様に1,365円より94%0FF!85円でご提供致します!

■基本データ

タイトル:「歩く!」仕事術

カテゴリ:ブック

価格:1,365円(先着5,000限定、特別価格85円)

購入方法: iTunes Store>App Store>ブックまたは"歩く,働く,仕事術,"で検索

iTunesストアリンク

http://bit.ly/Wdch1l

能率を上げる!発想がひらめく!! なぜかよく歩くビジネスマンはシゴトがデキる!! 常識を覆す、驚きの"超仕事術"がこの一冊に!

「仕事=デスクワーク」の常識を覆す"生産的ウォーキング"のすすめ

ウォーキングは健康に良いだけではない。歩くと血流により脳へエネルギーが供給され、ドーパミンなど脳内ホルモンの分泌を促す。それが脳を覚醒させ、活性化させる。脳は机に向かっているときよりも活発に活動を始める。

だから、単に気分転換やストレスの解消のためだけでなく、もっと生産的なことにウォーキング を活用しよう。

【内容紹介】

まえがきー"デキる"ヤツほどよく歩く

【1章】歩きながら元気になる

作業能率が下がってきたら一回り歩いてくる

- ・歩けば歩くほど脳は活性化される
- ・気分が落ち込んだら苦しくなるまで歩いてみる
- ・ストレスを解消するには静かなところをゆっくり歩く
- ・キレやすい人、依存症の人は1秒2歩のテンポで5分以上歩く
- ・仕事のエネルギーは休日に歩いてチャージする

【2章】歩きながら仕事をする

- ・歩きながら報告を聞き、指示を出
- ・歩きながら上司の指示を受けるコツ
- ・歩きながら交渉すると成果が上がる
- ・歩きながら上手に説得するコツ
- ・歩きながら相談を聞く
- ・一度は試してみたい歩行ミーティングのすすめ

【3章】歩きながら考える

- 独創的なアイデアは歩くとひらめく
- 歩きながら企画のネタを探す
- ・歩きながら計画を立てる
- ・歩きながらの発想は「マンダラート法」が最適
- ・歩きながら文章を練り、表現を工夫する
- 対話しながら考えをまとめる

【4章】"歩き上手"に変わるコツ

- ・いつでも、どこでも"歩くこと"を意識して身体を動かす
- ・ウォーキングを"運動"にするためには
- ・歩きやすい正しいフォームを身につける
- ビジネス・ウォーキングには"ナンバ歩き"がおすすめ
- ・ウォーキング効果を高める呼吸法
- ウォーキング時には事前だけでなく最中にもヘルスチェックを
- 靴や服装はどんなものを選んだらよいか
- ウォーキングに必要なグッズは

【5章】歩きながら勉強する

- 歩きながらものを覚えると着実に記憶できる
- ・二人で歩きながら問題を出し合う
- 歩きながら英語をマスターする
- ・出題されたエッセイの構想をまとめる
- ・歩きながら推論力を身につける

【6章】歩くことで人間性を高める

- ・人間関係に大きく影響する第一印象
- ・歩き方で印象が変わる
- 自分がなりたい人間になる
- 外見を変えれば性格も変わる?
- ・歩きながら自分を好きになってもらう

【著者情報】

二木 紘三(ふたつぎ こうぞう)

1942年長野県生まれ。早稲田大学政治経済学部卒。

出版社勤務を経てフリージャーナリストとなる。おもにビジネス、教育、歴史の分野で執筆活動を展開。ビジネス分野の著書に『図解勉強の技術!』『文章上手になるチェックリスト』『根回しと下相談で進める交渉術』(以上、日本実業出版社)、『インターネットで世界が変わる』(廣済堂)、『株式会社のしくみ』『完全図解eコマースのしくみ』(以上、日本文芸社)、『国際通貨の読み方』(すばる舎)、『整理の技術厳選36例』(創元社)などがある。

・iTunesストアリンク http://bit.ly/Wdch11

.....

■新着アプリ情報

・マナーモードカメラ http://bit.ly/0YMAw8

・モテない男の行動パターン100 http://bit.ly/QL4CTm

・歩く仕事術

http://bit.ly/Wdch1l

・シンプル時間整理術 http://bit.ly/S5DgEG

·みんな違って 金子みすゞ最後の一日 http://bit.ly/PkSI5L

・ソーシャルメディア時代のビジネスメッセージ59の届け方

http://bit.ly/\$81280

- ·心動かす交渉術 http://bit.ly/PpvBWh
- ・知らなきゃマズイ!顔でわかるカラダのSOS http://bit.ly/0mzVsm
- ・借金で稼ぎ出す http://bit.ly/Q4X9ip
- ・知るほど強い!リピートの法則 http://bit.ly/0SlkRj
- ·不安な人ほど成功する 成功への習慣術 http://bit.ly/NUUYCa
- ・40字要約で仕事はどんどんうまくいく http://bit.ly/QRMtIR
- ・即効リフレッシュ!疲れがスッと取れる裏ワザ http://bit.ly/PGy0c1
- ・33歳までに人生最高の幸せを手に入れるフルコース宣言 http://bit.ly/LXCU8f
- ・社会人として最低限知っておきたい常識マナー その常識もしかして非常識?! http://bit.ly/Lo4uXp
- ・『一流ホステスが教える夜のお悩み相談室 』 http://bit.ly/Q6KP5V
- ・デキる人だけ知っている、直感力向上テクニック〜脳ヨガ訓練法〜http://bit.ly/LdLL01
- ・勉強がキライなあなたへ 学びを楽しむ22のレッスン

http://bit.ly/M77Q3i

- ・ホントに今の仕事自分に合ってる?~シゴトのモヤモヤを解決する本~ http://bit.ly/M6Betw
- ・会社の数字を読みこなすための基本とルール http://bit.ly/MRIJAM
- ■その他のiPhoneアプリ・電子書籍一覧サイト http://bit.ly/zU1VoR
- ■その他のAndroidアプリ・電子書籍一覧サイト http://bit.ly/wAe4k0

―当プレスに関するお問い合わせ先―

●書籍アプリに関してのお問い合わせ

社 名 : 株式会社メディカム

T F L : 03-5468-9169

MAIL: info@medicome.co.jp

担 当 者 : コンテンツ部 丸山・眞田

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