

No.	種類	表紙	タイトル 著者・発売日・価格	判形・頁数・ISBN 本文PDF	概要	内容紹介	著者紹介	契約済言語 発行部数
1	文庫		呪詛を受信しました	判型: ISBN:978-4-299-05669-6	死んだ人間から突然届く「死ね」というメッセージ。	北海道のとある町で暮らす女子高生の湊。彼女は継母と陰悪な関係で、早く自立するためにパパ活をしている。ある日、湊の友人・飛鳥のスマートフォンに、事故死した中学時代の友人・美保から「死ね」というメッセージが届く。それから間もなくして凄惨な出来事が起こり……。	上田 春雨(うへだ はるさめ) プロフィール	23,000
	ミステリー		著者:上田 春雨 発売日:2024年7月3日 価格:800円(税込)	https://36.gigafile.net/0914-dad0f260176ce6e2ab80fc6b278f615e6	その通知を受け取った者は非業の死を遂げ……。女子高生の間で連鎖する死の真相とは!?	湊の周囲で連鎖する死の真相とは? 思春期の残酷な同調圧力と心の闇が描かれた『このミス』大賞・隠し玉。	1986年、北海道生まれ。筑波大学社会学類卒業。現在は記者として新聞社に勤務。第22回『このミステリーがすごい!』大賞・隠し玉として本作でデビュー。	
2	文庫		密室偏愛時代の殺人 閉ざされた村と八つのトリック	判型: ISBN:978-4-299-05715-0	世界は密室のためにできている! 純度1000%の密室トリック8連打!!	奥多摩の山奥で遭難しかけた高校生の葛白香澄と幼馴染の朝比奈夜月は、密室ミステリー作家一族の五男・物柿カマンベールに導かれ、巨大鍾乳洞内部にある、白い直方体の建物が並んだ奇妙な村「八つ箱村」に足を踏み入れた。	鴨崎 暖炉(かもさき だんろ) プロフィール	20,000
	ミステリー		著者:鴨崎 暖炉 発売日:2024年7月3日 価格:1,100円(税込)	https://97.gigafile.net/0914-de967b4a59ffa75d961ef98da132145c8	白い直方体の建物が立ち並び、奇妙な風習の伝わる『八つ箱村』 因習村で巻き起こる、怒涛の八連続密室殺人事件!	クローズド・サークルと化した村で発生する連続密室殺人事件の謎に葛白たちが挑む!『このミステリーがすごい!』大賞作家による前代未聞、唯一無二の本格ミステリー。	1985年、山口県宇部市生まれ。東京理科大学理工学部卒業。現在はシステム開発会社に勤務。第20回『このミステリーがすごい!』大賞・文庫グランプリを受賞し、『密室黄金時代の殺人 雪の館と六つのトリック』(宝島社)で2022年にデビュー。	
3	文庫		神保町・喫茶ソウセキ 真実は黒カレーのスパイスに	判型:文庫判 ISBN:978-4-299-05581-1	文豪×ミステリー×絶品カレー	突如、投石などの嫌がらせを受け、シェフの千晴と人気小説家の葉山は、シムロという文学系YouTuberが関係していることを突き止める。しかし、嫌がらせを止めたければ、林芙美子の原稿の真贋を見極めるよう言われる。そしてそれは、とある事件へと繋がって……。	柳瀬 みちる(やなせ みちる) プロフィール	13,000
	ミステリー		著者:柳瀬 みちる 発売日:2024年6月27日 価格:860円(税込)	https://36.gigafile.net/0914-bb9e3be39247e1982b486a348e87e3a2a	「漱石カレー」をはじめ、文豪をモチーフにした「文豪カレー」が人気の喫茶ソウセキ。「古書」と文豪が事件を解決!	古書をヒントに、二人は事件の真相を追う!	東京都生まれ。第1回角川文庫キャラクター小説大賞・大賞を受賞し、『榎乃木美大の奇妙な住人 長原あざみ、最初の事件』で2016年にデビュー。他の著書に「榎乃木美大の奇妙な住人 白の名画は家出する』『横浜元町コレクターズ・カフェ』『明日、君が花と散っても』(すべて角川文庫)がある。	
4	文庫		神保町・喫茶ソウセキ 文豪カレーの謎解きレシピ	判型:文庫判 ページ数:336P ISBN:978-4-299-01733-8	スパイスの効いたカレーが謎も悩みも鮮やかに解決!	喫茶ソウセキを開店した料理人の千晴は、カレー激戦区の神保町で苦戦を強いられていた。しかし、そんな彼女の日常は、来店したイケメン作家・葉山に看板メニュー「漱石カレー」を酷評されたことで変わり始める。	柳瀬 みちる(やなせ みちる) プロフィール	タイ語版
	ミステリー		著者:柳瀬 みちる 発売日:2021年6月4日 価格:748円(税込)	https://36.gigafile.net/0914-b5f6d765ed4a3cf29bd7f15e1c566b398	新感覚! カレー×ミステリーの共鳴 印度カレー子(スパイス料理研究家)	人気作家の葉山が筆を折ろうとする理由とは? 古書に隠された暗号は何を示す? 祖父のレシピは有名店のパクリだった? カレーを作り古書を読みながら、二人が謎を解き明かす!	東京都生まれ。第1回角川文庫キャラクター小説大賞・大賞を受賞し、『榎乃木美大の奇妙な住人 長原あざみ、最初の事件』で2016年にデビュー。他の著書に「榎乃木美大の奇妙な住人 白の名画は家出する』『横浜元町コレクターズ・カフェ』『明日、君が花と散っても』(すべて角川文庫)がある。	
5	文庫		アンエンド 確定死刑囚捜査班	判型:文庫判 ISBN:978-4-299-05124-0	死刑判決が下った事件を“再捜査”せよ!	警視庁で発足した「確定死刑囚捜査班」の任務は、死刑が確定した事件の再捜査。集められたのは、定年間近の刑事・小津、唯一志願した大手企業の令嬢・碓氷、ネットで副業していた元サイバー犯罪捜査課の西、先輩を病院送りにした元SATの狂犬こと横田、暴力団幹部と恋人関係にあったと噂される柏木の5人。	木崎 ちあき(きさき ちあき)プロフィール	13,000
	ミステリー		著者:木崎 ちあき 発売日:2024年6月5日 価格:780円(税込)	https://36.gigafile.net/0914-bd9e9fa81e52d72d55b547b213c1c11dc	SATの狂犬、暴力団関係者との恋仲が噂されるマル暴、副業がバレた凄腕サイバー犯罪捜査員…。	シリーズ累計40万部突破『博多豚骨ラーメンズ』の著者が描く、曲者たちが奮闘する警察小説。	福岡県出身。第20回電撃小説大賞にて『博多豚骨ラーメンズ』で大賞を受賞し、2014年にデビュー。同作は2018年にTVアニメ化。他の著書に『DOPE麻薬取締部特捜課』百合の華には棘がある』『マネートラップ』シリーズ(以上、KADOKAWA)などがある。近年は、漫画『GRANGE UP!!』(キルタイムコミュニケーション)の原作を担当するなど、活動の幅を広げている。	

No.	種類	表紙	タイトル 著者・発売日・価格	判形・頁数・ISBN 本文PDF	概要	内容紹介	著者紹介	契約済言語 発行部数
6	文庫		3分で読める! ミステリー殺人事件	判型:文庫判 ISBN:978-4-299-05575-0	名探偵 密室殺人 ダイニングメッセージ パロディか悪ふざけか!? ミステリーの“お約束”をネタにした 異次元のショートショート集	孤島でわらべ歌に見立てた連続殺人を計画する家族、倒叙ミステリーの世界に憧れる主婦、難読ネームに翻弄される犯人、神隠しに遭った人間だけが入れるという奇妙な研究会、どんな物語もアツと驚く結末にできる大発明、夜の釣り場に現われる怪異、どうしても決め台詞を言いたい名探偵…。	終 サナカ(ひいらぎ さなか) プロフィール 1974年、香川県生まれ。第11回『このミステリーがすごい!』大賞・隠し玉として『婚活島戦記』で2013年デビュー。他の著書に『人生写真館の奇跡』『古着屋・黒猫亭のつれづれ着物事件帖』『一駅一話! 山手線全30駅のショートミステリー』『谷中レトロカメラ店の謎日和』シリーズ(以上、宝島社)、『機械式時計王子』シリーズ(角川春樹事務所)、『二丁目のガンスミス』シリーズ(ホビージャパン)、『天国からの宅急便』シリーズ(双葉社)、『お銀ちゃんの明治舶来たべもの帖』(PHP研究所)、『ひまわり公民館よろず相談所』(KADOKAWA)などがある。	13,000
	ミステリー		著者:終 サナカ 発売日:2024年6月5日 価格:880円(税込)	https://36.gigafile.net/0914-de5aa71e3d6fe6858f55b65671ee3f883	世界25言語に翻訳された『人生写真館の奇跡』著者書き下ろし24作!	奔放なイマジネーションが広がる、ミステリーのお約束と戯れた驚天動地の傑作ショートショート集!		
7	文庫		復讐は芸術的に	判型:文庫判 ページ数:288P ISBN:978-4-299-05421-0	コミカライズも決定した人気作『復讐は合法的に』シリーズ続巻!	逆恨みで嫌がらせを繰り返すYouTuberはどのような報復を受ける? 死亡事件を起こしたブラック企業への反撃の手段とは?	三日市 零(みっかいち れい) プロフィール 1987年生まれ、福岡県出身。埼玉県在住。慶應義塾大学卒業。第21回『このミステリーがすごい!』大賞・隠し玉として『復讐は合法的に』(宝島社文庫)で2023年にデビュー。	韓国語版
	ミステリー		著者:三日市 零 発売日:2024年5月7日 価格:780円(税込)	https://36.gigafile.net/0914-c038bfede28f7e7ea24d52e24e70a2f83	美貌の合法復讐屋・エリスは様々な依頼を受ける。	ある犬の身に起きた虐待事件。犯人の正体と罪の所在は? そして最後に予想外の事件が起きる。エリスが復讐を果たす前に、依頼人が殺人容疑の重要参考人にされたのだ——。		30,000
8	文庫		復讐は合法的に	判型:文庫判 ページ数:288P ISBN:978-4-299-04481-5	第21回『このミステリーがすごい!』大賞・隠し玉 受賞作。	六年付き合った彼氏に手酷く裏切られたOL・麻友が出会ったのは「合法復讐屋」エリス。	三日市 零(みっかいち れい) プロフィール 1987年生まれ、福岡県出身。埼玉県在住。慶應義塾大学卒業。第21回『このミステリーがすごい!』大賞・隠し玉として『復讐は合法的に』(宝島社文庫)で2023年にデビュー。	韓国語版
	ミステリー		著者:三日市 零 発売日:2023年7月6日 価格:780円(税込)	https://36.gigafile.net/0914-d1e1287585cc4ae21bc0418fec40c1eee	美しき「合法復讐屋」が演出する異色の連作リーガルミステリー!	弁護士資格と法律知識を活かして麻友の復讐を代行したエリスは、その後も様々な依頼をこなす。 妄想じみた依頼から辿りつく、殺人事件の意外な真相とは。法律の通じない権力をもつ相手に、エリスはどう立ち向かうのか。そして最後のターゲットはエリスと同じ「復讐屋」……。		53,000
9	文庫		卒業のための犯罪プラン	判型:文庫判 ページ数:288P ISBN:978-4-299-05230-8	「他人からの評価を可視化するアイデアをコンゲームのネタに使っているところがうまい。エンターテインメントとしてたいへんよくできている」大森 望(翻訳家・書評家)	2024年第22回『このミステリーがすごい!』大賞 文庫グランプリ受賞作! ビジネスセンスを備えた人材の育成を目指す木津庭商科大学では、学食等での支払いのみならず、家賃の支払いや単位の売買にも使用できる「ポイント」を獲得するため、学生たちがしのぎを削っていた。そうした大学において、サークルとは、共通の趣味のために存在するのではなく、事業を行うために存在していた。家庭の都合により、突如残り半年で卒業しなければならなくなった2年生の降町歩は、不正にポイントを稼ぐ者たちを摘発する「監査ゼミ」に所属する。家庭教師サークルを装いガールバーを運営しちていると噂が出ているサークルに調査に行くが、逆に取り込まれ……。単位は買ってでも取得し、大学卒業をかけた、一世一代の大仕掛け!	浅瀬 明(あさせ あきら) プロフィール 東京都出身・在住。1987年7月生まれ。本郷高校卒業後、日本大学理工学部建築学科へ進学。現在は書店員。趣味はゲームと散歩、ひたすら歩きながら考えごとをすること。	50,000
	ミステリー		著者:浅瀬 明 発売日:2024年3月6日 価格:790円(税込)	https://36.gigafile.net/0914-decaf7d0e6d80fb5d2eaac69d817cb597	「ユニークな設定、文章力、テンポもよくて一気に読み。さまざまな人物が有機的に連なっていく過程も面白かった」瀧井朝世(ライター)			
10	書籍		一寸先の闇 澤村伊智怪談掌編集	判型:四六判 ページ数:256P ISBN:978-4-299-04414-3	たった数ページで、あなたの日常が蝕まれる……恐怖の深淵を覗く物語21編!	◆「どバァン! ……って感じやねん、飛び降り自殺の音って」自宅マンションからの飛び降り件数が異常に多い理由とは? (「名所」) ◆とある町の小学生たちは、夏休みにも登校するという。「かみさま」を作るために。僕にはそれがどういう意味を持つのかはわからないが、先生も、親も、その親もずっと続けてきたからだ——。(「かみさまとにんげん」)	澤村 伊智(さわむら いち) プロフィール 1979年、大阪府生まれ。2015年、『ぼぎわんが、来る』(受賞時のタイトル「ぼぎわん」)で第22回日本ホラー小説大賞・大賞を受賞しデビュー。17年、『ずうのめ人形』で第30回山本周五郎賞候補。19年、「学校は死の匂い」で第72回日本推理作家協会賞(短編部門)受賞。20年、『ファミリーランド』で第19回センス・オブ・ジェンダー賞特別賞受賞。他の著書に『予言の島』(角川ホラー文庫)、『ばくうどの悪夢』(KADOKAWA)など多数。	24,000
	ミステリー		著者:澤村 伊智 発売日:2023年6月27日 価格:1,650円(税込)	https://36.gigafile.net/0914-c0e0e8d5d11849bb9269d14ee5ce738ce	「得体が知れないからこそ怖く、面白い。」——野水伊織(声優)	◆愚鈍なバイト仲間の人生相談に乗ることになったバイトリーダーの私。善意で引き受けただけだったが、雲行きはどんどん怪しい方向へ——その衝撃の結末とは? (「さきのばし」) 他		

No.	種類	表紙	タイトル 著者・発売日・価格	判形・頁数・ISBN 本文PDF	概要	内容紹介	著者紹介	契約済言語 発行部数
11	文庫		彼女が二度、殺される 著者:秋尾 秋 発売日:2022年2月18日 価格:770円(税込)	判型:文庫判 ページ数:368P ISBN:978-4-299-02686-6 https://36.gigafile.nu/0914-bce234456fc275bc4b60033561e27e258	第20回(2022年)『このミステリーがすごい!』大賞・隠し玉!「死者を一時的にゾンビ化できる」能力者が活躍する特殊設定ミステリーです!	傀々裡(くくり)という、死者を一時的にゾンビにする能力をもつ能力者たちが存在する現代日本。	秋尾 秋(あきお あき) プロフィール 1987年生まれ。茨城県在住。第20回『このミステリーがすごい!』大賞・隠し玉として本作にてデビュー。	繁体字版 15,000
	ミステリー	密室からの消失事件である。ゾクゾクするじゃないか。村上貴史(書評家) 死者を一時的に蘇らせる能力者・傀々裡(くくり)師の前で起こった遺体損壊事件の真相とは?ロジックが冴え渡る特殊設定ミステリー!			二人は、真珠殺害犯と、死体損壊の犯人を探ることになる。しかしその矢先、真珠の友人が殺されたことと連絡が。さらに黒緒も何者かに襲われて心臓をひと突きされ――。			
12	文庫		そして花子は過去になる 著者:木爾 チレン 発売日:2023年2月7日 価格:790円(税込)	判型:文庫判 ページ数:288P ISBN:978-4-299-03942-2 https://36.gigafile.nu/0914-ca55338d5f4ed7c051687436ba2bc7cab	運命の出会いから生まれた、夢と現実が交差する不思議な日々。スマホ越しの恋と“優しい嘘”が、閉じこもっていた世界を変える。	学生時代のトラウマで引きこもっている花子。バイト先のコンビニと家を往復する虚しい日々を送る蓮。	木爾 チレン(きな ちれん) プロフィール 1987年生まれ。京都府出身。大学4年生の時に応募した『溶けたらしほんだ。』が第9回R-18文学賞(新潮社)優秀賞を受賞。その後『静電気と、未夜子の無意識。』(幻冬舎)でデビュー。他の著書に『私はだんだん氷になった』『みんな蛍を殺したかった』(ともに二見書房)などがある。	韓国語版 繁体字版 (書)15,000 (文)16,000
	ミステリー	京都と4.7インチの世界を舞台に描かれる切なく温かい青春ミステリー。 タイトルの意味がわかったとき、きっとあなたの運命の一冊になる。 美しい恋物語。			花を育てるだけの地味なスマホゲームで出会った二人は次第に惹かれ合い、現実でもデートを重ねるようになるのだが……花子にはその記憶がない。なぜなら家から出ていないのだから。だが蓮からは毎回、デートをしたことを裏付けるメッセージが送られてくる。 ――デートに行っている「私」は一体誰なのか? 装画 中村佑介氏より 「ノスタルジーを越えてゆけ。スマホ世代の京文学」			
13	文庫		殺人事件が起きたので謎解き配信してみました 著者:越尾 圭 発売日:2020年10月6日 価格:792円(税込)	判型:文庫判 ページ数:288P ISBN:978-4-299-00948-7 https://36.gigafile.nu/0914-b1eb6ed17c08f971cb16b6cb982490198	YouTubeチャンネルも人気! ティモンディ 前田裕太さん(芸人)推薦!	【必見】生配信中に起きた事件が衝撃的すぎた【ミステリー】 人気動画配信者のソウスケが生配信中にカメラの前で突然死んだ。果たしてこれは事故か殺人か。配信を見ていた友人の動画配信者カイは、世話になったソウスケの恩義に報いるべく彼の死の謎に迫ろうと決意。パートナーの千尋を説得し、自身の推理を披露する配信を開始する。	越尾 圭(こしお けい) プロフィール 1973年、愛知県知多郡東浦町生まれ。同志社大学文学部中退、早稲田大学教育学部卒業。第17回『このミステリーがすごい!』大賞・隠し玉として、『クサリヘビ殺人事件 蛇のしっぽがつかめない』(宝島社)にて2019年にデビュー。他の著書に『殺人事件が起きたので謎解き配信してみました』(宝島社)。	13,000
	ミステリー	今だからこそ書ける新しい設定。タイトルの的にライトな内容かと思ったら、本格派な推理もので、気が付いたら読み終わってました。			一方、警察は事件を殺人と断定。捜査一課の田井中も捜査に加わるが、彼もまた人気動画配信者という裏の顔を持ち……。			
14	文庫		カウントダウン 著者:真梨 幸子 発売日:2020年6月4日 価格:803円(税込)	判型:文庫判 ページ数:352P ISBN:978-4-299-00498-7 https://36.gigafile.nu/0914-c0aed8828ca1289eccdd0b0a776b95ec3	余命半年。美しく死ぬために、片付けなきゃいけないものがある。	イヤミスの女王が放つ二転三転の“終活”ミステリー! 余命、半年――。海老名亜希子は「お掃除コンシェルジュ」として活躍する人気エッセイスト、五十歳独身。	真梨 幸子(まり ゆきこ) プロフィール 1964年、宮崎県生まれ。『孤虫症』(講談社文庫)で第32回メフィスト賞を受賞しデビュー。ミステリーファンの中で「イヤミスの女王」と称され、絶賛されている。他の著書に、ベストセラー『殺人鬼フジコの衝動』(徳間文庫)、第28回山本周五郎賞候補作『人生相談。』(講談社文庫)など多数。	(書)14,000 (文)26,000
	ミステリー	がんを題材に、こんな物語ができるとは!よくできたミステリーで、面白かった……近藤 誠(医師/『どうせ死ぬなら「がん」がいい』著者) 「お掃除コンシェルジュ」の亜希子は、末期癌が発覚したことをきっかけに、“終活”に勤しむことになるが……。			歩道橋から落ちて救急車で運ばれ、その時の検査がきっかけで癌が見つかった。延命治療を受けないと決意した亜希子は“有終の美”を飾るべく“終活”に勤しむが、夫を略奪した妹との決着や“汚部屋”の処分など数々の課題に直面することに。彼女は“無事に臨終”を迎えられるのか?!			
15	文庫		そして、ユリコは一人になった 著者:貴戸 湊太 発売日:2020年2月6日 価格:770円(税込)	判型:文庫判 ページ数:336P ISBN:978-4-299-00221-1 https://36.gigafile.nu/0914-c145cb896d91577958dd2a2b9d457f769	第18回『このミステリーがすごい!』大賞 U-NEXT・カンテレ賞受賞作 連続TVドラマ化済!	百合ヶ丘高校には「ユリコ様伝説」がある。ユリコという名を持つ生徒は超常的な力で守られ、逆らう者には不幸が訪れる。ただしユリコになれるのは一人だけ。ユリコが二人以上いた場合、彼女たちも不幸な目にあって転校や退学し、一人だけが残る。	貴戸 湊太(きど そうた) プロフィール 1989年、兵庫県生まれ。神戸大学文学部卒業。第18回『このミステリーがすごい!』大賞U-NEXT・カンテレ賞を受賞し、『そして、ユリコは一人になった』(宝島社文庫)で2020年にデビュー。他の著書に『認知心理検察官の捜査ファイル 検事執務室には嘘発見器が住んでいる』(宝島社文庫)がある。	韓国語版 ロシア語版 20,000
	ミステリー	学園に伝わる奇妙な「ユリコ様伝説」の通り、一人ずつ殺されてゆく女子生徒たち。生き残るのは誰だ?!			新入生の百合子は伝説を聞いて怯えるが、親友の美月に単なるオカルトだとだめられる。しかし、ユリコという名の生徒が屋上から転落し――。			

No.	種類	表紙	タイトル 著者・発売日・価格	判形・頁数・ISBN 本文PDF	概要	内容紹介	著者紹介	契約済言語 発行部数
16	文庫		すみれ屋敷の罪人 著者:降田 天 発売日:2020年1月9日 価格:759円(税込)	判型:文庫判 ページ数:320P ISBN:978-4-299-00122-1 https://79.gigafile.net/0914-d0e99dd82818d367185d1c82ad2d1dc6b	日本推理作家協会賞受賞作家が描く「回想の殺人」	三姉妹の秘密は白骨死体が知っている。絶賛の声、続々！！ 長らく手付かずだった戦前の名家・旧紫峰邸の敷地内から発見された白骨死体。そこで暮らしていた屋敷の主人と三人の姉妹たちは、終戦前に東京大空襲で亡くなったはずだったが…。 死体は一体誰のものなのか。かつての女中や使用人たちが語る、一族の華やかな生活、忍び寄る軍靴の響き、突然起きた不穏な事件。二転三転する証言から、やがて戦下に埋もれた真実が明らかになっていく。	降田 天(ふるた てん) プロフィール 鮎川颯(あゆかわ・そう)と萩野瑛(はぎの・えい)の二人からなる作家ユニット。第13回『このミステリーがすごい！』大賞を受賞し、『女王はかえらない』(宝島社)にて2015年にデビュー。他の著書に『匿名交叉』(宝島社、文庫化に際して『彼女はもどらない』に改題)、『偽りの春 神倉駅前交番 狩野雷太の推理』(KADOKAWA、表題作「偽りの春」で第71回日本推理作家協会賞短編部門を受賞)がある。	タイ語版
	ミステリー	著者:降田 天 発売日:2017年7月6日 価格:704円(税込)			https://79.gigafile.net/0914-b86fe86fde3377c53366c07721e069d91			累計14万部突破 『女王はかえらない』を超える衝撃！ 彼女とはいったい誰なのか。匿名の悪意が連鎖した果てに待ち受ける衝撃の結末…！ 『このミス』大賞受賞作家が魅せた、心震えるどんでん返しミステリー！
17	文庫		彼女はもどらない 著者:降田 天 発売日:2017年7月6日 価格:704円(税込)	判型:文庫判 ページ数:328P ISBN:978-4-8002-7378-9 https://79.gigafile.net/0914-b86fe86fde3377c53366c07721e069d91	『このミス』大賞 2018隠し玉受賞！ 転生×幽霊×謎解き	大学生の関口藍は、前世・前前世の記憶を所持して生まれてきたという少女・伊藤杏寿と出会い、生まれ変わりを防ぐ手助けをしてほしいと頼まれる。 情報を得るため、前前世の少女・木綿子の生家を訪ねた藍たちは、それで謎のポルターガイスト現象に遭遇する。その翌朝には当主の毒殺死体が発見され、現場には木綿子の署名が残されていた。三十二年前、彼女は何者かに殺害されたらしく…。	宮ヶ瀬 水(みやがせ すい) プロフィール 1991年生まれ。茨城県出身。立教大学法学部卒業。第16回『このミステリーがすごい！』大賞・隠し玉として、2018年に『三度目の少女』でデビュー。他の著書に『推理小説のようにはいかない ミュージック・クルーズの殺人』(以上、宝島社)がある。	23,000
	ミステリー	著者:宮ヶ瀬 水 発売日:2018年8月4日 価格:715円(税込)			https://36.gigafile.net/0914-d36e81bdac06d0f678995b1aab4bec89f			「生まれ変わり」を止めるべく、ある旧家を訪れた少女を待ち受けていたのは、心霊現象と、惨劇——。 「わたしには前前世の記憶があるの」
18	文庫		三度目の少女 著者:宮ヶ瀬 水 発売日:2018年8月4日 価格:715円(税込)	判型:文庫判 ページ数:331P ISBN:978-4-8002-8619-2 https://36.gigafile.net/0914-d36e81bdac06d0f678995b1aab4bec89f	『このミス』大賞 2018隠し玉受賞！ 転生×幽霊×謎解き	大学生の関口藍は、前世・前前世の記憶を所持して生まれてきたという少女・伊藤杏寿と出会い、生まれ変わりを防ぐ手助けをしてほしいと頼まれる。 情報を得るため、前前世の少女・木綿子の生家を訪ねた藍たちは、それで謎のポルターガイスト現象に遭遇する。その翌朝には当主の毒殺死体が発見され、現場には木綿子の署名が残されていた。三十二年前、彼女は何者かに殺害されたらしく…。	宮ヶ瀬 水(みやがせ すい) プロフィール 1991年生まれ。茨城県出身。立教大学法学部卒業。第16回『このミステリーがすごい！』大賞・隠し玉として、2018年に『三度目の少女』でデビュー。他の著書に『推理小説のようにはいかない ミュージック・クルーズの殺人』(以上、宝島社)がある。	23,000
	ミステリー	著者:宮ヶ瀬 水 発売日:2018年8月4日 価格:715円(税込)			https://36.gigafile.net/0914-d36e81bdac06d0f678995b1aab4bec89f			「生まれ変わり」を止めるべく、ある旧家を訪れた少女を待ち受けていたのは、心霊現象と、惨劇——。 「わたしには前前世の記憶があるの」
19	文庫		京都伏見の榎本文房具店 真実はインクに隠して 著者:福田 悠 発売日:2024年5月7日 価格:800円(税込)	判型:文庫判 ページ数:256P ISBN:978-4-299-05493-7 https://36.gigafile.net/0914-c36447a4b359e45b78845cfa3b42b2511	文房具探偵、誕生！	東京の大手老舗文具店のバイヤー・榎本史郎は、京都伏見で文房具店を営んでいた祖母の死を機に、店を継ぐことにした。祖母の形見の硯箱に入っていた、謎の大学ノートとファーバーカステルの鉛筆。物に無頓着な親友が突然くれた高級万年筆。転落死したイラストレーター。大学の書道学科で起きた紛失事件。 様々な謎や悩みを史郎が文房具をヒントに優しく解きほぐす。	福田 悠(ふくだ ゆう) プロフィール 1963年生まれ。京都府出身、都内在住。第16回『このミステリーがすごい！』大賞・隠し玉として、『本所憑きもの長屋 お守様(もりさま)』(宝島社文庫)にて2018年にデビュー。	13,000
	ハートフル	著者:福田 悠 発売日:2024年5月7日 価格:800円(税込)			https://36.gigafile.net/0914-c36447a4b359e45b78845cfa3b42b2511			「文房具を見て人を知る、文房具店店主の謎解きから目が離せない！」 文具ソムリエール・菅未里さん
20	文庫		喫茶月影の幸せひと皿 著者:内間 飛来 発売日:2024年4月3日 価格:840円(税込)	判型:文庫判 ページ数:256P ISBN:978-4-299-05402-9 https://36.gigafile.net/0914-d6f4c2bac785c8f1676492ffa5fa53617	第11回ネット小説大賞受賞作！	町はずれの交差点では、満月の夜にだけ道が一本増える。その先にあるのが不思議な喫茶店「喫茶月影」。悩みを抱える人が招かれるそのお店では、その人だけの、心をほぐす不思議なひと皿が味わえる。柘榴石のグミ、想い出を映すローズマリー・ティー、夜空を閉じ込めたフルーツパンチ、時にはごく普通の一杯のココア。お代？ あなたの笑顔です。賀珠沼町(かづぬまちょう)のはずれにある七つ角の交差点。ここには満月の夜だけ、八つ目の角が現れる。その角を曲がると見えるのが、「喫茶月影」。願いを抱えた人だけが辿り着けるこのお店では、心を映す不思議な料理が食べられる。今宵、喫茶月影を訪れたのは、不眠症の画家、ママとケンカした女の子、挫折した音楽家、婚約破棄された冴えない青年……。あたたかな14皿の物語。	内間 飛来(うちま ひらい) プロフィール 本作で第11回ネット小説大賞を受賞しデビュー。	15,000
	ハートフル	著者:内間 飛来 発売日:2024年4月3日 価格:840円(税込)			https://36.gigafile.net/0914-d6f4c2bac785c8f1676492ffa5fa53617			第11回ネット小説大賞受賞作！ 満月の夜だけ行ける喫茶店では、あなたの願いを後押しする、魔法の料理をお出しします。 生命力を閉じ込めたグミ、想い出を映すローズマリー・ティー、夜空を閉じ込めたフルーツ・パンチ、時にはごく普通のココア。 不思議な料理が悩みを癒やす、14皿の物語。

No.	種類	表紙	タイトル 著者・発売日・価格	判形・頁数・ISBN 本文PDF	概要	内容紹介	著者紹介	契約済言語 発行部数
21	文庫		ご褒美にはボンボンショコラ 著者:悠木 シュン 発売日:2024年2月6日 価格:840円(税込)	判型:文庫判 ページ数:320P ISBN:978-4-299-05256-8 https://36.gigafile.net/0914-k45d2dbcee975ed51d6cecc7735879ba2	●第一章「宝箱にはボンボンショコラ 一步夢」 ●第二章『サプライズが嫌いなオレンジット 一新奈』●第三章『ため息とショコラギモーブ 三宮サエ』●第四章『ママのためにフォンダン ショコラ 三宮ヨリ子』●第五章『釣り方を教えてよカカオさん 五藤美緒』●第六章『星空に輝くココナッツプラリネ 皆月六郎』●第七章『叶わない夢にはジャンドウーヤ 七森なな美』 ●第八章『僕の秘密 八毛輝馬』●第九章『ミッション・イン・チョコミントトリュフ 八毛クルミ』●第十章『ヒーローに捧ぐるビーチョコ 十勝幸太郎』●十章の物語とそして…。	12人の悩める主人公とちょっと“特別な”チョコレート優しさで偶然が織り成す、心ほぐれる物語。仕事も恋も人間関係も、うまくいかないことが多い。でも大丈夫、わたしたちには心とろかすご褒美(チョコレート)がある。 突然妻を亡くし、シングルファザーとなった会社員。育児に悩む主婦。叶わぬ恋に身を焦がす高校生。過去に囚われるコンビニ店員。就職活動に苦戦する女子大生。崖っぷちの女流作家…。さまざまな悩みを抱える12人の物語は、横浜の住宅街にひっそりと佇むチョコレート専門店「サ・イラ」が結んでいた。 ——これは優しさと偶然がつながり、奇跡を呼ぶ物語。	悠木 シュン(ゆうき しゅん) プロフィール 1980年生まれ。2013年、『スマートクロニクル』で第35回小説推理新人賞を受賞。2014年『スマドロ』でデビュー。現在、ラジオのパーソナリティや専門学校講師として活動中。他の著書に『背中、押してやろうか?』『仮面家族』(以上、双葉社)、「海辺のカフェで謎解きを」シリーズ(マイクロマガジン社)などがある。	韓国語版 12,000
	ハートフル							
22	文庫		ふたりの余命 余命一年の君と余命二年の僕 著者:高山 環 発売日:2023年10月5日 価格:820円(税込)	判型:文庫判 ページ数:320P ISBN:978-4-299-04737-3 https://36.gigafile.net/0914-k277e61f899a6958ba47a79e00ee83923	死神に余命を宣告された高校生二人の運命とは……！その決断に大号泣!! 予想外の結末に感動の嵐！究極の純愛ミステリー Amazonで高評価のKindle小説「ふたりの余命」を大幅改稿して待望の書籍化。書き下ろし「エピソード0 ひとりの余命」も収録！	其方(そなた)の余命はあと二年でござる——ある日突然、侍姿の死神・ミナモトから余命宣告を受けた椎也。 さらにミナモトは余命一年という少女・楓を椎也に紹介する。楓は椎也にある事件の犯人と一緒に捜してほしいという。 そこには、楓が残りわずかな命を懸けてでも守りたいものがあった。死神に定められた運命に抗いながら、夢と犯人を追う高校生二人のラブミステリー。	高山 環(たかやま かん) プロフィール 東京都出身、宮崎県在住。2013年よりAmazon Kindleにて小説の個人出版を開始。ミステリーや恋愛など様々なジャンルの物語を紡ぐ。『ジェラトニア』で第25回みやざき文学賞・佳作、『夏のピルグリム』で第12回ポプラ社小説新人賞・奨励賞を受賞。2021年12月に発表した本作がKindleで人気を博し、本書で商業デビュー。	繁体字版 15,000
	ハートフル							
23	文庫		恋になるまで、あと1センチ 著者:六つ花 えいこ 発売日:2022年3月4日 価格:770円(税込)	判型:文庫判 ページ数:320P ISBN:978-4-299-02762-7 https://79.gigafile.net/0914-b256b787522800b1548313a8a073569af	第9回ネット小説大賞受賞作 身長差30センチ、恋に気づくまで、あと1センチ 従順な忠犬後輩と、距離感が近い先輩。健気な二人のピュアなラブストーリー！ 「私の身長、ここまででしかなかった。やっぱり大きいね。私の高さ、覚えててね」	高校1年生の榎崎颯太は、階段から落ちてきた篠先輩を助けた。これをきっかけに、颯太は篠先輩に懐かれるようになる。距離感の近い篠先輩に戸惑いつつも、颯太は彼女の相手をしていく。いつの間にか心の距離が近づき、互いが想い合っていく……。 天使のように純粋で、だからこそ危なっかしい篠先輩と、彼女に振り回されながらも心惹かれていく颯太。あと1センチ、気持ちを近づけたい二人の、ピュアで愛おしいラブストーリー。	六つ花 えいこ(むつはな えいこ) プロフィール 2015年『泣き虫ポチ』(アルファポリス)にてデビュー。主に女性向けのファンタジーを書いており、著書に『異世界大家さんの下宿屋事情』(レジーナブックス)、『どうも、好きな人に惚れ薬を依頼された魔女です。』(Mノベルス)、『死に戻りの魔法学校生活を、元恋人とプロローグから』(アース・スターノベル)などがある。	繁体字版 20,000
	ハートフル							
24	文庫		あなたの思い出紡ぎます 霧の向こうの裁縫店 著者:高橋 由太 発売日:2019年12月5日 価格:803円(税込)	判型:文庫判 ページ数:288P ISBN:978-4-299-00063-7 https://36.gigafile.net/0914-cbd518302b2c04353ab8df855520e5f76	もういないあの人に、一度だけ会える 家と職を失い、路頭に迷った真琴が頼ったのは、偏屈店主と少年幽霊が営む、死者と会える裁縫店だった。 ほっこり&泣けるミステリー！	この世とあの世を縫い合わせ、死んだ人に一度だけ会える裁縫店。路頭に迷った真琴を雇ってくれたのは、そんな都市伝説のような店だった。 偏屈店主と謎の少年幽霊に翻弄されながら、様々な客と関わっていく真琴。事故死した娘に会いにきた母親、病气と闘いながら妻に会いにきた男性、恋人に会いにきた女子高生。彼らと接する中で、真琴もまた客として、ある人に会いにいこうと決意する。	高橋 由太(たかはし ゆた) プロフィール 1972年、千葉県生まれ。第8回『このミステリーがすごい!』大賞・隠し玉として、『もののけ本所深川事件帖 オサキ江戸へ』で2010年にデビュー。他の著書に『神様の見習い もののけ探偵社はじめました』『あなたの思い出紡ぎます 霧の向こうの裁縫店』(以上、宝島社)、「あやかし和菓子処かのご庵」シリーズ(KADOKAWA)、「ちびねこ亭の思い出ごはん」シリーズ(光文社)などがある。	ベトナム語版 20,000
	ハートフル							
25	文庫		八月のリピート 僕は何度でもあの曲を弾く 著者:喜多 南 発売日:2018年8月4日 価格:704円(税込)	判型:文庫判 ページ数:247P ISBN:978-4-8002-8718-2 https://79.gigafile.net/0914-dd25450969945b8b26cc2770bb65e3724	その曲の秘密を知ったあと、もう一度あなたは驚かされる… 音楽に愛された少女と、才能の限界を痛感する少年。すれ違う二人を繋ぐのは、切ない『別れの曲』だった……。 ちょっと不思議な青春感動ラブストーリー！	高校三年生の八月。北沢鳴海は、自ら「最後のチャンス」と位置つけたピアノコンクール予選に落選した。自分の才能の限界を痛感しながら、それでも諦められない彼は、コンクールの前まで「時間を巻き戻す」能力を使うことを決意する。 時間を戻すために必要なトリガーは、かつて才能の差を見せつけられた相手——音楽の神に愛された少女、神崎杏子と会うことだった……。何度も繰り返される夏の日の果てに待つ、驚きの結末とは——？	喜多 南(きた みなみ) プロフィール 愛知県生まれ。『僕と姉妹と幽霊の約束』(このライトノベルがすごい! 文庫)でデビュー。他の著書に『絵本作家・百灯瀬七姫のおとぎ事件ノート』『八月のリピート 僕は何度でもあの曲を弾く』『きみがすべてを忘れる前に』(いずれも宝島社文庫)などがある。	22,000
	ハートフル							

No.	種類	表紙	タイトル 著者・発売日・価格	判形・頁数・ISBN 本文PDF	概要	内容紹介	著者紹介	契約済言語 発行部数
1	書籍		ヤバい爬虫類 最強キング大図鑑 監修:白輪 剛史 発売日:2023年6月22日 価格:1,650円(税込)	判型:B5判 ページ数:160P ISBN:978-4-299-04441-9 https://12.gigafile.net/0914-ne733db6ed434b9c12cd39c7701d5f81d	「卵しか食べないヘビ」「子育てするワニ」「滑空するトカゲ」爬虫類と両生類 個性派ぞろいの119種スゴい生態を徹底分析！	爬虫類の秘密が満載 コラムも充実！ 図鑑ページには能力がよくわかるレーダーチャートも掲載！ “ヤバい爬虫類”の捕まえ方や生息地などの情報も満載！夏休みの自由研究としても利用できます。	白輪 剛史(しらわ つよし) プロフィール 1969年、静岡県生まれ。幼少期より爬虫類に興味を持ち、専門的な知識を独学する。爬虫類飼育の趣味が高じ、1995年には動物卸商「有限会社レップジャパン」を設立。現在も代表取締役を務める。数カ国語を操る語学力を活かし、海外より数多くの珍種、新種の爬虫類を輸入している。講演、執筆活動のほか、2002年より日本最大級の爬虫類イベント「ジャパンレプタイルズショー」を主催している。2012年12月には爬虫類を飼育展示する体感型動物園「iZoo(イズー)」をオープンし、園長に就任。著書に『動物の値段』(KADOKAWA)など多数。	繁体字版 9,000
	図鑑	「デスロール」「しめつけ」「毒牙」爬虫類たちのバトルを大迫力のCGで掲載！						
2	書籍		ヤバい昆虫 最強キング大図鑑 監修:小野 展嗣 発売日:2023年5月26日 価格:1,650円(税込)	判型:B5判 ページ数:160P ISBN:978-4-299-04279-8 https://12.gigafile.net/0914-m50fb37d1e64560a6dc4b333e7ed0976f	凶暴、猛毒、ヘンテコ……117種の超絶パワー大解剖！世界のクワガタやカブトムシのほかインパクト抜群のクモやサソリも収録 「ツノ攻撃」「アゴ攻撃」「かみつき」昆虫vs昆虫大バトルCGも掲載！	昆虫って奥が深い！攻撃力、防御力、パワー、獰猛さ、俊敏さ楽しく学べるコラムも充実！ ノコギリクワガタの寿命は約3カ月カブトムシは飛ぶのがあまりうまくない 昆虫のことがよくわかるレーダーチャート付き 捕まえ方や生息地などの情報も満載！夏休みの自由研究の資料としても使用できます。	小野 展嗣(おの ひろつぐ) プロフィール 1954年、神奈川県生まれ。小学生の頃からいろいろな虫と親しむ。学習院大学法学部卒業後、ドイツのマインツ大学生物学部に留学(中退)。理学博士(京都大学)。国立科学博物館(研究主幹・九州大学大学院客員教授兼任)を定年退職、現在は名誉研究員。神奈川県立・帝京科学大学非常勤講師。日本動物学会会員。専門分野は系統分類学、昆虫学、特にクモ類。国際クモ学会賞受賞。主な著書(共著・監修含む)に『小学館の図鑑 NEO 昆虫』『小学館の図鑑 NEO 危険生物』(ともに小学館)、『日本産クモ類生態図鑑』(東海大学出版部)など多数。	繁体字版 15,000
	図鑑	ギラファノコギリクワガタvsヒラタクワガタ デススターカーvsダイオウサソリ ゲンゴロウvsミイデラゴムムシ						
3	書籍		世界のへビ最強キング 大図鑑 監修:加藤 英明 発売日:2023年3月15日 価格:1,650円(税込)	判型:B5判 ページ数:160P ISBN:978-4-299-04128-9 https://12.gigafile.net/0914-n7626ea71659a6965e7f4a5c1d8d74f1d	ヘビ学講座掲載 攻撃力、防御力、獰猛さ、俊敏さ、毒レーダーチャートでへビのことがもっとわかる 楽しく読むだけで君もへビ博士に！	毒、力、牙！選ばれし101匹のへビが大集合！ミステリアスで神秘的！コブラ科、クサリヘビ科など分類ごとに魅力をたっぷり紹介 「かみつき」「まきつき」「毒攻撃」などへビの熱いバトルも収録！ 実写の画像とイラストで、よりへビたちの生態を知り、図鑑として使用できる要素を多く取り入れています。また、バトルは前作同様イラストを使用し、迫力ある戦いを展開します。へビ界の頂点は誰だ!?	加藤 英明(かとう ひであき) プロフィール 1979年、静岡県生まれ。生物学者(農学博士)。爬虫類研究を専門にしており、世界50か国以上の国々に赴き、現地で希少な爬虫類の調査を行う。特に保全生物学(保全生態学)に取り組んでおり、外来生物が日本の生態系へ与える影響などを研究している。近著に『日本のスゴい生きもの図鑑』(大和出版)、『図解大事典 絶滅動物』(新星出版社)など多数。	繁体字版 13,000
	図鑑	ヤマカガシ VS ブームスラング キングコブラ VS ナイリクタイパン ガボンアダー VS ガラガラヘビ						
4	書籍		英雄 超絶バトル大図鑑 監修:祝田 秀全 発売日:2023年1月20日 価格:1,320円(税込)	判型:A5判 ページ数:144P ISBN:978-4-299-03913-2 https://43.gigafile.net/0915-l64d98326a47ef009c867804e64d5697f	英雄の出生年・国も解説！ 武器や攻撃技から歴史も学べる！ 特別戦 日本×世界の伝説の英雄 5番勝負も収録！	ジャンヌ・ダルク VS クレオパトラ 宮本武蔵 VS 服部半蔵 関羽 VS カエサル 「最強バトル図鑑」シリーズの“王”を決定する人物バージョンが登場！宮本武蔵、ナポレオン、呂布、織田信長、チンギス・ハンなど、実在する歴史上の人物たちがトーナメント方式でバトルします。神々などの実在しないバトルをコラムで戦わせて、過去最大のバトル数に！	祝田 秀全(いわた しゅうぜん) プロフィール 東京都出身。歴史学専攻。世界史研究者。東京外国語大学アジア・アフリカ言語文化研究所研究員を経て、聖心女子大学文学部講師となる。主な著書に『世界の歴史366』(主婦の友社)、『世界の歴史 人物事典』(成美堂出版)、『建築から世界史を読む方法』(河出書房新社)、『近代建築で読み解く日本』(祥伝社)、『2時間でおさらいできる世界史』(大和書房)、『歴史が面白くなる東大のディープな世界史1・2』(KADOKAWA/中経出版)など多数。子ども向け、大学生・社会人向けの世界史にまつわる著書が多い。	繁体字版 12,000
	図鑑	36人の英雄たちが大激突！ 史上最強の歴史ヒーローがついに決まる						
5	書籍		ドラゴン超絶バトル大図鑑 監修:村上 健司 発売日:2022年10月24日 価格:1,210円(税込)	判型:A5判 ページ数:144P ISBN:978-4-299-03612-4 https://12.gigafile.net/0914-mef8555db3ceffc1d546e00b53d9d0c91	エキシビジョンマッチではドラゴンVS悪魔3番勝負など、さまざまなバトルも楽しめる一冊になっています。	「最強バトル図鑑」シリーズの“ドラゴン”バージョンが登場！バジリスク、ラードン、ヴルトラ、八岐大蛇など世界中に伝わるドラゴンたちがトーナメント方式で大迫力のバトルを繰り広げます。	村上 健司(むらかみ けんじ) プロフィール 1968年、東京都生まれ。ライター、妖怪探訪家。著書、編著書には『妖怪事典』(毎日新聞社)、『日本妖怪散歩』(角川文庫)、『日本全国妖怪スポット』全4巻(汐文社)、『がっかり妖怪大図鑑』(誠文堂新光社)などがあり、共著には『完全復刻 妖怪馬鹿』(新潮文庫)、『怪しくゆかいな妖怪穴』(毎日新聞社)、『妖怪探検図鑑』全2巻(あかね書房)など多数。	繁体字版 13,000
	図鑑							

No.	種類	表紙	タイトル 著者・発売日・価格	判形・頁数・ISBN 本文PDF	概要	内容紹介	著者紹介	契約済言語 発行部数
6	書籍		超危険生物 最強バトル大図鑑	判型:A5判 ページ数:144P ISBN:978-4-299-03178-5	生物界の最強王者が決まる！ 「パワー」「攻撃力」「防御力」「俊敏さ」「猛猛さ」を徹底大解剖	登場する生物の能力をレーダーチャートで分析！ 迫力満点の必殺技も炸裂する！	今泉 忠明(いまいずみ ただあき) プロフィール	韓国語版 繁体字版
	図鑑		監修:今泉 忠明 発売日:2022年7月22日 価格:1,210円(税込)	https://12.gigafire.net/0914-b951b39cdd9cf6c4eb1243e3b1cccb6b8	全27試合!! 大迫力の必殺技満載!! サイの突進×ゴリラパワー 地上最大の巨体×百獣の王 トラのジャンプ力×キリンのキック ワニのかむ力×カバの水中スピード	「最強バトル図鑑」シリーズの“危険生物”のバトルがさらに パワーアップして登場! ライオンやアフリカゾウなど強い動物 たちと、昆虫や爬虫類、水中の生物などさまざまなジャンル で最強の生物たちが異種格闘技の大バトルを展開! 果 たして超危険生物の頂点に立つのは誰だ——!?	哺乳類動物学者。1944年、東京都生まれ。東京水産 大学(現・東京海洋大学)卒業。国立科学博物館で哺乳 類の分類学・生態学を学ぶ。文部省(現・文部科学 省)の国際生物学事業計画(IBP)調査、環境庁(現・環 境省)のイリオモテヤマネコの生態調査などに参加する。 上野動物園の動物解説員を経て、静岡県内の「ねこの博 物館」館長。現在は自然教室「けもの塾」も主宰。主な著 書・監修書に『おもしろい! 進化のふしぎ やつぱりさんね んないきもの事典』(高橋書店)、『今泉先生教えて! 一 度は猫に聞いてみたい100のこと』『もっとやりすぎいきも の図鑑』(ともに宝島社)などがある。	15,000
7	書籍		クワガタ王×カブト王 超絶バトル大図鑑	判型:A5判 ページ数:144P ISBN:978-4-299-03138-9	「最強バトル図鑑」シリーズの “クワガタ・カブトムシ”バージョンが登場! ド迫力! 50点以上の戦闘イラストに大興奮!	二刀流の昆虫侍 日本の突激王 アフリカの超頑丈ボディ 甲虫界の二大巨頭が大激突! トーナメントを制するのは誰だ? 人気の高いクワガタとカブトムシがそりい踏み!	小野 展嗣(おの ひろつぐ) プロフィール	韓国語版 繁体字版
	図鑑		著者:小野 展嗣 発売日:2022年6月28日 価格:1,210円(税込)	https://12.gigafire.net/0914-bcd9fee946b022346832042cf41750601	最強の24匹が激突! 世界一決定戦! 「分類」「パラメーター」「必殺技」でスゴい パワーを大解剖	コーカサスオオカブト、ヘラクレスオオカブト、ノコギリクワガ タ、オウゴンオニクワガタなど大型や美しい“世界のカブ トムシ・クワガタ”がトーナメント方式で迫力あるバトルを展 開!	1954年、神奈川県生まれ。小学生の頃からいろいろ な虫と親しむ。学習院大学法学部卒業後、ドイツのマイ ンツ大学生物学部に留学(中退)。理学博士(京都大学)。 国立科学博物館(研究主幹・九州大学大学院客員教授 兼任)を定年退職、現在は名誉研究員。神奈川県立 帝京科学大学非常勤講師。日本動物学会会員。専門 分野は系統分類学、昆虫学、特にクモ類。国際クモ学 会賞受賞。主な著書(共著・監修含む)に『小学館の図 鑑 NEO 昆虫』『小学館の図鑑 NEO 危険生物』(ともに 小学館)、『日本産クモ類生態図鑑』(東海大学出版部) など多数。	15,000
8	書籍		日本×世界ナンバーワン決 定戦! 幻獣王最強バトル 大図鑑	判型:A5判 ページ数:144P ISBN:978-4-299-02523-4	25の幻獣たちが対戦! 最強の称号を手にするのは誰だ? 世界の幻獣を日本の幻獣が迎え撃つ!	最強バトル図鑑」シリーズに“幻獣”バージョンが登場! 大百足、土蜘蛛など日本の幻獣VSドラゴン、サラマンダーなど 海外の幻獣がトーナメント方式で迫力のバトルを繰り広げます。 各コラムでは幻獣たちの特徴と武器、部門別の幻獣ランキン グなどさまざまに楽しめる一冊になっています。	村上 健司(むらかみ けんじ) プロフィール	韓国語版 繁体字版
	図鑑		監修:村上 健司 発売日:2022年1月27日 価格:1,210円(税込)	https://12.gigafire.net/0914-d087b3d2c4d262455f8564886797e8e43	日本×世界 類似幻獣5番勝負も収録! 幻獣たちの伝承地域、推定体長、パ ワー、攻撃力などのデータも解説!		1968年、東京都生まれ。ライター、妖怪探訪家。著書、 編著書には『妖怪事典』(毎日新聞社)、『日本妖怪散 歩』(角川文庫)、『日本全国妖怪スポット』全4巻(汐文 社)、『がっかり妖怪大図鑑』(誠文堂新光社)などがあ り、共著には『完全復刻 妖怪馬鹿』(新潮文庫)、『怪しく ゆかいな妖怪穴』(毎日新聞社)、『妖怪探検図鑑』全2 巻(あかね書房)など多数。	15,000
9	書籍		妖怪 最強バトル大図鑑	判型:A5判 ページ数:143P ISBN:978-4-8002-8518-8	25の妖怪たちが大激突! 妖怪大戦争で天が割れ、 地が裂ける!	古来日本人に恐れられてきた妖怪たちが紙上でバトルを繰り広 げます! 雪女や河童などのおなじみの妖怪から雷獣や猪笹王 といった知られざる妖怪たちがトーナメントに挑みます。	村上 健司(むらかみ けんじ) プロフィール	韓国語版
	図鑑		監修:村上 健司 発売日:2018年7月19日 価格:1,078円(税込)	準備中	妖怪たちの伝承地域、推定体重、パワ ーなどのデータも解説 現代の妖怪たちのデータも収録!	1回戦では、「重量級対決」や「絞め技対決」「天空対決」とい ったテーマに基づき、「最強=最恐」の威信をかけて24体の妖怪た ちがエントリー。また、各コラムでは世界の妖怪や能力ランキン グ、現代の妖怪などさまざまに楽しめる一冊になっています。	1968年、東京都生まれ。ライター、妖怪探訪家。著書、 編著書には『妖怪事典』(毎日新聞社)、『日本妖怪散 歩』(角川文庫)、『日本全国妖怪スポット』全4巻(汐文 社)、『がっかり妖怪大図鑑』(誠文堂新光社)などがあ り、共著には『完全復刻 妖怪馬鹿』(新潮文庫)、『怪しく ゆかいな妖怪穴』(毎日新聞社)、『妖怪探検図鑑』全2 巻(あかね書房)など多数。	30,000
10	書籍		はらけんし流 かわいい 女の子が描きたくなる本	判型:B5判 ページ数:144P ISBN:978-4-299-04476-1	人気イラストレーター・はらけんし氏が、 “かわいい女の子”を描くための技法を 優しくレクチャー!	「顔が上手く描けない」「体が上手く描けない」「ポーズが決まら ない」……イラスト初心者様が“かわいい女の子”を描くときにつま ずきがちなポイントを丁寧にフォロー。 豊富なカラーイラスト実例とともに、中級者以上の方のさらなる ステップアップも応援します。本書を読めば、きっとあなたも“か わいい女の子”が描きたくなる!	はらけんし プロフィール	韓国語版
	娯楽		著者:はら けんし 発売日:2024年2月26日 価格:2,200円(税込)	https://12.gigafire.net/0914-cb439642ad6f4f804bdaccf0f89f685a4	かわいい顔って? 体を上手に描きたい! キャラを描き分けられない… イラスト初心者が抱える悩みを 解決するワザ満載!!		フリーランスイラストレーター。ゲームやライトノベルの装 画、TCGイラスト、CDジャケットイラスト、VTuberデザイ ンなど幅広く活躍。イラストコンテストでの入賞経験も多数。 主な作品にゲーム『ロマンシング サガ リ・ユニバース』 (SQUARE ENIX)のゲーム内イラストや、VTuberのkson総 長(VShojo)の3D新衣装デザインなど。SNSや同人活動 も積極的に展開しており、オリジナルキャラクターユニット 「トランプ娘」をテーマにした連作イラストシリーズを発表し ている。	13,000

No.	種類	表紙	タイトル 著者・発売日・価格	判形・頁数・ISBN 本文PDF	概要	内容紹介	著者紹介	契約済言語 発行部数
11	書籍		脳の専門家が選んだ 「賢い子」を育てる かがくのおはなし50	判型:A5判 ページ数:256P ISBN:978-4-299-04177-7	親子で楽しめる夢中の科学！ 大人も読んでためになる50話収録！ どうして眠くなるとあくびが出るの？ どうしてたくさんゲームをしたら目が悪くなるの？ どうしてインターネットはなんでも知ってるの？ どうして動物は人間のように話さないの？ どうして魚は泳げるの？ どうして猫は近づくと逃げちゃうの？ どうして花や植物に水をあげるの？ など、気になる「どうして」を集めました。	親子で育てる知的好奇心！ 16万人の脳画像を見てきた脳医学者が実感！ 読み聞かせて理科のセンスがグングン育つ！ 1話3分！知ることは楽しい→子どものやる気スイッチが入る！ 地頭がよくなる！脳画像研究の第一人者である瀧靖之教授監修の、「科学」をテーマにした読み聞かせ本です。「好奇心を育てることで、頭のいい子が育つ」という事実に着目し、体のしくみや宇宙、自然、地球、世の中の暮らし、昆虫など、パリエーションに富んだ「子どもが持つさまざまな疑問」に答えるおはなしを50話収録。子どもが興味を持ったら、実物を見せたり、博物館に行ったりするなど具体的な楽しみ方も提案します。	瀧 靖之(たき やすゆき) プロフィール 東北大学 加齢医学研究所教授・医学博士。1970年生まれ。医師、医学博士。東北大学大学院医学系研究科博士課程修了。東北大学加齢医学研究所教授、東北大学スマート・エイジング学際重点研究センター副センター長。脳の発達、加齢のメカニズムを明らかにする世界最先端の脳画像研究を行う。読影や解析をした脳MRIはこれまでに16万人にのぼる。一児の父。	12,000
	教育		監修:瀧 靖之 発売日:2023年4月19日 価格:1,760円(税込)	https://68.gigafile.net/0912-d7abde3d500b907c68e2f079acdc0917c				
12	書籍		脳の専門家が選んだ 「賢い子」を育てる 「どうして？」クイズ100	判型:A5判 ページ数:414P ISBN:978-4-8002-9262-9	目次:世界最先端の脳研究が実証！ 「どうして？」が賢い子を育てる 「賢い子」を育てるために具体的にはどうしたらいいの？今日から実践してみよう！ 1日1話の読み聞かせで賢く育つ からだのどうして？ いきもののどうして？ しぜんのどうして？ うちゅうのどうして？ おばけのどうして？ いのちのどうして？ こころのどうして？ ともだちのどうして？ おとなのどうして？ イベントのどうして？ せいかつどうして？ よのなかのどうして？ おかねのどうして？	16万人の脳画像を見てきた脳医学者がお墨付き！ 3択クイズと読み聞かせで考える力を伸ばす！ 脳画像研究の第一人者、東北大学 瀧靖之教授監修による幼稚園年長組から小学校低学年の子どもに向けた読み聞かせ本です。脳研究でわかった、「好奇心を育てることで頭のいい子が育つ」という事実に着目し、1日1話、3分で読める、子どもが「なぜ？」「どうして？」と思う100のおはなしを収録。小さいときに知れば将来の選択肢が増える！ 宇宙、自然、お金、おばけ、いのち、楽しいイベントなど子どもの好奇心を刺激します。	瀧 靖之(たき やすゆき) プロフィール 東北大学 加齢医学研究所教授・医学博士。1970年生まれ。医師、医学博士。東北大学大学院医学系研究科博士課程修了。東北大学加齢医学研究所教授、東北大学スマート・エイジング学際重点研究センター副センター長。脳の発達、加齢のメカニズムを明らかにする世界最先端の脳画像研究を行う。読影や解析をした脳MRIはこれまでに16万人にのぼる。一児の父。	21,000
	教育		監修:瀧 靖之 発売日:2019年2月15日 価格:2,178円(税込)	https://31.gigafile.net/0915-cbf7e43fb18b25be82a285fd67cc17bce				
13	書籍		脳の専門家が選んだ 「賢い子」を育てる 100のおはなし	判型:A5判 ページ数:415P ISBN:978-4-8002-5971-4	16万人の脳画像を見てきた脳医学者が実感！1話3分！ おやすみ前の読み聞かせで子どもが伸びる!! ＼大人も楽しめる全100話収録！/ 小さいときに知れば 将来の選択肢が増える！	脳画像研究の第一人者である瀧 靖之教授監修の読み聞かせ本。「好奇心を育てることで、頭のいい子が育つ」という事実に着目し、1日1話、3分で読める、生き物の体のしくみや宇宙、自然、スポーツなど、パリエーションに富んだおはなしを100話収録。 読み聞かせて子どもが興味を持ったら、実物を見せたり、触らせたりするなど具体的な楽しみ方も満載です。知ること・学ぶことの楽しさを知れば、子どもはどんどん賢くなります。	瀧 靖之(たき やすゆき) プロフィール 東北大学 加齢医学研究所教授・医学博士。1970年生まれ。医師、医学博士。東北大学大学院医学系研究科博士課程修了。東北大学加齢医学研究所教授、東北大学スマート・エイジング学際重点研究センター副センター長。脳の発達、加齢のメカニズムを明らかにする世界最先端の脳画像研究を行う。読影や解析をした脳MRIはこれまでに16万人にのぼる。一児の父。	60,000
	教育		監修:瀧 靖之 発売日:2016年8月27日 価格:2,035円(税込)	https://68.gigafile.net/0912-j73db701c1a366fd3d051f6df3c1cc1c7				
14	書籍		マンガ マイクラフトで 楽しく学べる！ 地球のひみつ	判型:A5判 ページ数:192P ISBN:978-4-299-05273-5	マイクラの世界は地球そのもの 実物写真でゲームを学びに！ マンガ×マイクラで理科の知識が身につく！ マンガだから笑って楽しく学べる！ 地球／鉱石／植物／木材／ 生き物／道具	大人気ゲーム「マイクラフト」から、生物、植物、鉱石などの理科知識を、ゲーム内だけで完結させず実世界と結びつけて解説した『マイクラフトで楽しく学べる! 地球のひみつ大図鑑』。 マイクラで学べる本の元祖として12万部を突破したベストセラー図鑑に、より小さなお子さんでも読みやすいマンガを加えたりニューラル版の登場です。お子さんが自然科学に興味をもつきっかけにぜひ！	左巻 健男(さまき たけお) プロフィール 東京大学非常勤講師。元法政大学生命科学部環境応用化学科教授。1949年生まれ。『RikaTan(理科の探検)』誌編集長。おもな著書に『面白くて眠れなくなる物理』『面白くて眠れなくなる化学』(ともにPHP研究所)、『図解 身近にあふれる「科学」が3時間でわかる本』(明日香出版社)、『絶対に面白い化学入門 世界史は化学でできている』(ダイヤモンド社)などがある。	韓国語版 25,000
	教育		著者:左巻 健男 監修:マイクラ職人組合 発売日:2024年2月22日 価格:1,320円(税込)	https://12.gigafile.net/0914-daa49a0c1dda818fb1a8ddd00e2387112				
15	書籍		マイクラフトで楽しく学べる！ 鉱物・宝石大図鑑	判型:B5判 ページ数:128P ISBN:978-4-299-04701-4	大人気『マイクラフトで楽しく学べる!』シリーズの第7弾は「鉱物・宝石」です。 大人気ゲーム「マイクラフト」の世界でがんばって採掘したエメラルドやダイヤモンドは、一体どういうものなんだろう？ といった疑問に、名前の由来や特徴、価値の理由など、原石の大きな写真をまじえてわかりやすく解説しています。	マイクラフトではブロックとしておなじみの石(岩石)のジャンルも掲載。現実世界ではどんな種類があるのか、安山岩や黒曜石はどうやってできるのかなど解説しています。 ゲーム内のブロックと実物の写真を見比べてみるのもおすすめ。文章はふりがな付きで、ゲーム中の写真や遊び方も載っているので、小さなお子さんでも飽きずに楽しむことができます。 マイクラフトに登場する鉱物だけでなく、その他の岩石、宝石、化石なども収録。雑学知識も満載で、親子で鉱物・宝石について楽しく学べる一冊です。	左巻 健男(さまき たけお) プロフィール 東京大学非常勤講師。元法政大学生命科学部環境応用化学科教授。1949年生まれ。『RikaTan(理科の探検)』誌編集長。おもな著書に『面白くて眠れなくなる物理』『面白くて眠れなくなる化学』(ともにPHP研究所)、『図解 身近にあふれる「科学」が3時間でわかる本』(明日香出版社)、『絶対に面白い化学入門 世界史は化学でできている』(ダイヤモンド社)などがある。	12,000
	教育		著者:左巻健男、松本 浩 監修:マイクラ職人組合 発売日:2023年9月15日 価格:1,650円(税込)	https://12.gigafile.net/0914-b7f7ef18c757ce6670289a154fc6ea083				

No.	種類	表紙	タイトル 著者・発売日・価格	判形・頁数・ISBN 本文PDF	概要	内容紹介	著者紹介	契約済言語 発行部数
16	書籍		頭がよくなる！マイクラフトで迷路BOOK	判型:B5判 ページ数:64P ISBN:978-4-299-04616-1	世界中で大人気『マイクラフト』の迷路BOOKが登場！	クリーパーやスケルトン、エンダードラゴンなどが大暴れする迷路にしかけられた数々の謎。 単純な迷路ではなく、マイクラファンが楽しめるしかけがいっぱい隠れています。	マイクラ職人組合 (まいくらしよくにんくみあい) プロフィール	韓国語版 繁体字版
	娯楽		著者:マイクラ職人組合 発売日:2023年8月18日 価格:1,320円(税込)	https://12.gigafire.net/0914-da3d770ffae519d0da1dc2878331e81e	マイクラ建築を得意とするプロクラフター・はじクラ☆もっちが手がけた、美しい世界の数々が遊び絵本になりました。	「色違いのクリーパーをさがしてみよう！」といった絵さがしサブクエストもたくさんあるので、家族みんなで楽しく、長く遊ぶことができます。問題を解けば脳の働きも活性化。 空間認識力・判断力・集中力などが鍛えられる一冊です。	長年マイクラフトをプレイする熟練建築家から、はじめてまもない期待のルーキーまで幅広く参加するマイクラ愛好会。クリエイティブモード、サバイバルモードを問わず、日々黙々と遊ぶ技術者たちが集まっている。2014年に発足。	20,000
17	書籍		頭がよくなる！マイクラフトでまちがいさがしBOOK	判型:B5判 ページ数:64P ISBN:978-4-299-04618-5	世界中で大人気『マイクラフト』のまちがいさがしBOOKが堂々完成！	マイクラ建築を得意とするプロクラフター・はじクラ☆もっちが手がけた美しい世界の中で、クリーパーやエンダードラゴン、村人たちなど、みんなが大好きなモブが大暴れ。	マイクラ職人組合 (まいくらしよくにんくみあい) プロフィール	韓国語版 繁体字版
	娯楽		著者:マイクラ職人組合 発売日:2023年8月18日 価格:1,320円(税込)	https://12.gigafire.net/0914-bb2d58f76629558ca3ea50be663e1577d	マイクラファンなら「あるある」と共感できる楽しい場面や、大ピンチな場面がまちがいさがしになりました。	まちがいは簡単なものから難しいものまでいろいろあるので、家族みんなで楽しく遊べます。 「親子のウミガメをさがしてみよう！」といったサブクエストも充実。問題を解けば脳の働きも活性化。 記憶力・集中力などが鍛えられる一冊です。	長年マイクラフトをプレイする熟練建築家から、はじめてまもない期待のルーキーまで幅広く参加するマイクラ愛好会。クリエイティブモード、サバイバルモードを問わず、日々黙々と遊ぶ技術者たちが集まっている。2014年に発足。	25,000
18	書籍		「山田五郎 オトナの教養講座」世界一やばい西洋絵画の見方入門2	判型:A5判 ページ数:192P ISBN:978-4-299-04740-3	「大画家マサイスはなぜ醜女の肖像を描いた？」 「ゴヤが描いた史上初ヘアヌードのモデルは誰？」 「画家シッカートが切り裂きジャックの正体!？」	面白くて教養も身につくと大人気！登録者数50万人超のYouTubeチャンネル「山田五郎 オトナの教養講座」、大好評の書籍化第2弾です。 第1弾で好評だった人物関連図&年表付き。 YouTubeではバラバラだった各画家の動画を時系列にまとめ直しているの、西洋絵画の流れや画家同士の関係性も楽しみながら学べます。 YouTubeでは語られていない本書初公開の内容も収録！YouTubeチャンネルのファンはもちろん、まだ見ていない人でも楽しめる一冊です。	山田 五郎(やまだ ごろう) プロフィール	韓国語版 繁体字版
	娯楽		著者:山田 五郎 発売日:2023年10月27日 価格:1,760円(税込)	https://12.gigafire.net/0914-b33b9be5dc5fb0c8627749ef04ebf5b05	など名画の謎を山田五郎氏が徹底解説！		1958年、東京都生まれ。上智大学文学部在学中にオーストリア・ザルツブルク大学に1年間遊学し、西洋美術史を学ぶ。卒業後、講談社に入社。『Hot-Dog PRESS』編集長、総合編集局担当部長などを経てフリーに。現在は時計、西洋美術、街づくりなど、幅広い分野で講演、執筆活動を続けている。著書に『知識ゼロからの西洋絵画入門』(幻冬舎)、『ヘンタイ美術館』(ダイヤモンド社)、『へんな西洋絵画』(講談社)、『闇の西洋絵画史』(全10巻、創元社)など。TV『出没！アド街ック天国』(テレビ東京)、ラジオ『山田五郎と中川翔子の「リミックスZ」』(JFN)などにレギュラー出演中。	18,000
19	書籍		「山田五郎 オトナの教養講座」世界一やばい西洋絵画の見方入門	判型:A5判 ページ数:192P ISBN:978-4-299-03254-6	ムンクは叫んでなかった！ 「ムンクの『叫び』は何を叫んでいるの？」 「ミレーの『落穂拾い』はなんで落ちた穂を拾っているの？」	面白くて教養も身につくと大人気(登録者数43万人超 2022年8月現在)のYouTubeチャンネル「山田五郎 オトナの教養講座」待望の書籍化です。 人物関連図&年表付で、各画家を時系列でまとめているので西洋絵画史の流れがわかりやすく、動画とも連動。西洋絵画初心者からファンまで幅広く楽しめる一冊です。	山田 五郎(やまだ ごろう) プロフィール	韓国語版 繁体字版
	娯楽		著者:山田 五郎 発売日:2022年8月31日 価格:1,760円(税込)	https://12.gigafire.net/0914-bc20d47c9c5612f9c2b4151583ccfa1ec	など名画の気になる疑問を山田五郎氏が愉快地解説。		1958年、東京都生まれ。上智大学文学部在学中にオーストリア・ザルツブルク大学に1年間遊学し、西洋美術史を学ぶ。卒業後、講談社に入社。『Hot-Dog PRESS』編集長、総合編集局担当部長などを経てフリーに。現在は時計、西洋美術、街づくりなど、幅広い分野で講演、執筆活動を続けている。著書に『知識ゼロからの西洋絵画入門』(幻冬舎)、『ヘンタイ美術館』(ダイヤモンド社)、『へんな西洋絵画』(講談社)、『闇の西洋絵画史』(全10巻、創元社)など。TV『出没！アド街ック天国』(テレビ東京)、ラジオ『山田五郎と中川翔子の「リミックスZ」』(JFN)などにレギュラー出演中。	49,000
20	書籍		まんがでわかる 社員の力で最高のチームをつくる 1分間エンパワーメント	判型:四六判 ページ数:184P ISBN:978-4-299-04370-2	人がすぐ辞める／成長意欲がない／いつも指示待ち／協力しない／チャレンジしない／責任感がない／創意工夫がない／アイデアが浮かばない……	会員の森川啓太は、他部署のメンバーからなるプロジェクトチームのリーダーとなる。「フラットな関係で創造的なチームにしたい」と意気込むものの、メンバーは結局いつもの指示待ちスタイルに……。そんな時、プライベートで通っている茶会で茶道家・飛鳥井りんから「エンパワーメント」という言葉とその内容を知る。やがて森川は一人ひとりの可能性を解き放つ経営者やリーダーがどのようなことを考えて話し、行動しているかを学んでいく。チームや組織がより成長するにはどうしたらいいのか？そんな悩みを抱える人は多い。本書は、星野リゾートの星野佳路代表が高く評価し、社員に教科書として渡している『社員の力で最高のチームをつくる 1分間エンパワーメント』をストーリーまんがでわかりやすく解説します。	ブランチャード・ジャパン プロフィール 米国Blanchard®社の日本における唯一のライセンス契約社として、エンパワーメント、リーダーシップ、マネジメント、コーチングなどをテーマにしたプログラムを提供。株式会社ピープルフォーカス・コンサルティングが運営している。	
	実用書		監修:ブランチャード・ジャパン まんが:小山 鹿梨子 発売日:2024年5月30日 価格:1,430円(税込)	https://71.gigafire.net/0825-b95b48095fd5b8372867ff4ced452d852	「人」に関する経営者・リーダーの悩みは「エンパワーメント」の実践で解決する！ 第1・第2・第3の鍵を徹底して行えば「経営者意識」が自然に芽生え、伸び始める！ 個性の総和を最大化する新時代のリーダーシップをまんがで学ぼう！ 命令しなくても目標にコミットする、自律したチームとして機能させる方法とは？	小山 鹿梨子(こやま かりこ) プロフィール まんが家。『別冊フレンド』(講談社)の読み切り「保健室の鈴木くん」でデビュー。	20,000	

No.	種類	表紙	タイトル 著者・発売日・価格	判形・頁数・ISBN 本文PDF	概要	内容紹介	著者紹介	契約済言語 発行部数
21	書籍		ニャンと空海 著者:名取 芳彦 発売日:2024年5月24日 価格:1,540円(税込)	判型:A5変型 ページ数:128P ISBN:978-4-299-05422-7 https://71.gigafile.nu/0825-c00f9799b1c76176e456f8d2ddf0e2370	【猫と空海の生き方ポイント】	生きるヒントは、猫と空海にあり！ 生誕1250周年を迎えた空海の教えを見つめたら、猫のような生き方に通じるものがあつた…!?	名取 芳彦(なとり ほうげん) プロフィール 1958年、東京都江戸川区生まれ。大正大学米英文学科を卒業後、英語教師を経て、江戸川区鹿骨の元結不動密蔵院住職となる。真言宗豊山派布教研究所所長、同宗派季刊誌『光明』編集委員。豊山流大師講(御詠歌)詠監。講演や執筆などの布教活動を精力的に行う。主な著書に『気にしない練習』(三笠書房)、『心が穏やかになる空海の言葉』(宝島社)、『和尚さんの一分で心を整えることば』(永岡書店)など。監修書に『チョコちゃんとうぶチョコとブツダの言葉』(河出書房新社)など。著書・監修書は累計100万部を超える。	11,000
	実用書	□ 自然体でいる □ 他人と自分を比べない □ 物やお金に執着しない □ 将来を悲観したり過去を振り返らない ..etc.. *データ代:26万円						
22	書籍		CAREER FIT 仕事のモヤモヤが晴れる 適職の思考法 著者:石倉 秀明 発売日:2024年5月24日 価格:1,650円(税込)	判型:四六判 ページ数:224P ISBN:978-4-299-04676-5 https://71.gigafile.nu/0825-d7c2090a56bc9b45a9d63cedb3796cba7	ルール①キャリアは「アップ」ではなく「フィット」で考える ルール②キャリアフィット=強み×場所 ルール③「行きたい場所」よりも「結果を出せる場所」へ ルール④「カルチャーの合う場所」を選ぶ ルール⑤引き寄せたい仕事の解像度を上げる ルール⑥「キーパーソン」を見極める ルール⑦強み=スキル+能力+特性	「このまま今の会社においてキャリアは大丈夫だろうか」 「今の仕事にやりがいがないけど、他にやりたいこともない」 「自分にはどんな強みがあるのだろう」 「好きなことをやるのがいいのか、得意なことをやるのがいいのかわからない」 多くの人が悩みを抱えているにもかかわらず、具体的にどうすればいいのかわからない、あるいは誰にどうやって相談したらいいのかわからない「キャリア」のこと。 本書では、そんなモヤモヤがすっきり晴れる最強の方程式と共に、7つの思考法を紹介しします。	石倉 秀明(いしくら ひであき) プロフィール 公益財団法人 山田進太郎D&財団 COO 1982年生まれ、群馬県出身。大学を中退し、フリーター生活をしているときにコンビニで偶然見かけた求人に応募し、株式会社リクルートHRマーケティングに入社。営業担当として頭角を現す。その後、株式会社リブセンス、株式会社ディー・エヌ・エー(DeNA)、株式会社キャストでも自らの強みを活かして活躍。2023年12月、働き方に関する調査・分析・研究を行う「Alternative Work Lab(オルタナティブワークラボ)」を設立。2024年2月、公益財団法人山田進太郎D&財団のCOOに就任。	8,000
	実用書	誰でも仕事をするに、ちょっと前向きになれる一冊です。						
23	書籍		捨てる勇氣100 著者:小林 弘幸 発売日:2024年5月9日 価格:1,430円(税込)	判型:B6判 ページ数:224P ISBN:978-4-299-05425-8 https://27.gigafile.nu/0817-dce11c819a417b96818021cae37cd25ce	自律神経を整える100の新習慣を公開 覚悟を持って手放すことで人生が輝きはじめる！覚悟を持って捨てる！	勇気を持って「捨てる」ことで自律神経を整え、不調を改善するメソッド集です。自律神経の名医・小林弘幸教授が開発したメソッドを100本公開。部屋の片づけを通して自律神経を整えるというメソッドです。服、靴、本、雑誌、書類、文房具、CD、食器といった身の回りのモノをいかに「捨てる」べきかに加え、悩みの大部分を占める対人関係をいかに「捨てる」「整理する」べきかについても解説。	小林 弘幸(こばやし ひろゆき) プロフィール 1960年生まれ。順天堂大学医学部教授。日本スポーツ協会公認スポーツドクター。自律神経研究の第一人者として、プロスポーツ選手、アーティスト、文化人へのコンディショニング、パフォーマンス向上の指導にかかわる。主な著書に『なぜ、「これ」は健康にいいのかわからない?』(サンマーク出版)、『自律神経を整えるぬり絵』(聞くだけで自律神経が整うCDブック)『医者が考案した「長生きみそ汁」』(以上、アスコム)、『自律神経にいいこと超大全』(宝島社)など、ベストセラー多数。	韓国語版 13,000
	実用書	●モノ ●生活習慣 ●思考のクセ ●人間関係 捨てる勇氣を持つことができれば自律神経が整い、人生は輝きはじめる						
24	ムック		不調にさよなら! 自律神経を整える50のこと 監修:久手堅 司 発売日:2024年5月10日 価格:891円(税込)	判型:A4判 ページ数:80P ISBN:978-4-299-05527-9 雑誌:66684-62 https://71.gigafile.nu/0825-c8f6383d5ec1b09423476b08555f8e86b	あなたの不調はどのタイプ? ●体こわばりタイプ→めまいや倦怠感・姿勢が悪い・胃がムカムカ ●睡眠トラブルタイプ→目覚ましは何度もスヌーズ・寝つきが悪い ●ストレス過多タイプ→イライラが多い・休み明けが憂鬱・何も楽しくない その不調、自律神経が原因かも。この本を読んでさよならしましょう	新生活が始まる時期や季節の変わり目に、体調が悪いわけではないけれど、なんとなく不調を感じることも。そこで、不調の原因となる自律神経の乱れを整える方法を紹介します。 生活習慣や食習慣、メンタルなどのテーマ別に今日からできることを紹介。まためまい、疲れ、便秘、イライラなどのよくある症状の効果的な改善法も教えます。	久手堅 司(くでけん つかさ) プロフィール せたがや内科・神経内科クリニック院長。医学博士。日本神経学会・神経内科専門医。2013年開設のクリニックでは、「自律神経失調症外来」「気象病・天気病外来」などの特殊外来を立ち上げ、多くの患者のニーズに応えている。監修書に『毎日がラクになる! 自律神経が整う本』(宝島社)など。	31,400
	健康							
25	ムック		医者が教える 絶対に見逃したくない体の「危険サイン」 監修:森 勇磨 発売日:2024年4月15日 価格:1,210円(税込)	判型:A4判 ページ数:96P ISBN:978-4-299-05432-6 雑誌:66684-34 https://27.gigafile.nu/0817-b816559fadef68eb55f615236c2625fe7	体のSOSを知ることが健康寿命の行方を決める! 気づかぬうちにそっと忍び寄る重大な病気の兆候とは… 油断は厳禁! ●左肩にしこりがある » 胃がんがかなり進行 ●目がかすみやすい » 糖尿病の可能性あり ●前より指が太くなった » 肺がんの初期症状 ●料理がまずく感じる » 認知症の一手前	もしもこのサインが出てしまったらかなり危険! ■突如として皮膚にクモのような模様が現れた ■ゆっくりと時間をかけて視野が狭くなった ■お酒の飲みすぎ? 指がずっとむくんでいる ■いつもより尿が泡立つことが多くなった がん、糖尿病、脳梗塞…命にかかわる重大な病気には、必ず「サイン」がある! 病を未然に防ぐ「予防医療」を推進する現役の医師にして、チャンネル登録者数74万人を超える人気YouTuberが、見逃すと後悔する重篤な病気の前触れを、予防法とともに丁寧に紹介。手遅れにならないためにも、ムダな医療を受けないためにも、知っておきたい「体からのSOS」を網羅した一冊です。	森 勇磨(もり ゆうま) プロフィール 神戸大学医学部医学科卒業。MEDU株式会社代表。ウチカラクリニック代表。内科医、産業医、労働衛生コンサルタント。登録者数74万人超(2024年4月現在)の人気YouTubeチャンネル「予防医学ch」の医療監修兼管理人を務める。そのかわり、Preventive Room株式会社(現MEDU株式会社)を設立し、広く医学の知識を発信。さらに、自宅で医師の問診を受けることができるウチカラクリニックを設立。著書に『40歳からの予防医学 医者が教える「病気になる知識と習慣74』(ダイヤモンド社)、『認知症は予防が9割 ボケない7つの習慣』(マガジンハウス)など。	20,000
	健康	少しでも長く健康に暮らすための方法とは? 老後男性は8年、女性は12年も不健康に早期発見で死亡率を下げられる「がん」初期症状のチェックでその進行を食い止める						

No.	種類	表紙	タイトル 著者・発売日・価格	判形・頁数・ISBN 本文PDF	概要	内容紹介	著者紹介	契約済言語 発行部数
26	ムック		頭をよくする食事術 著者:山田 豊文 監修:山田 知世 発売日:2024年4月5日 価格:1,320円(税込)	判型:A4判 ページ数:80P ISBN:978-4-299-05227-8 雑誌:66683-73 https://76.gigafire.net/0712-ba67392b31a1408f6d87207057d80c805	頭も体も、日々食べるもので変えられる！私たちの健康は、私たちの自己責任です。健康な肉体と聡明な脳は、日々の習慣からつくられます。 集中力やヒラメキ力を高めて、賢い自分になるためにも食事で何を選ぶか、何を避けるかはとても大切なこと。 自分や大切な家族を守るために、悪しき習慣を手放し、全身の細胞が喜ぶ習慣を身につけましょう！	細胞が喜ぶ！健康になる！頭をよくする食事術 ・実録！食べ方を変えただけで私の体、変わりました！ ・頭をよくする食事術 (1) 脳も体も老けない！賢くなる 基本は食事であり「究極の食事」 ・頭をよくする食事術 (2) 消化の負担を減らしてくれる咀嚼の力 ・頭をよくする食事術 (3) 空腹は修理の時間 少食と断食で体が整う ・頭をよくする食食材図鑑	山田 豊文(やまだ とよふみ) プロフィール 杏林予防医学研究所所長。一般社団法人日本幼いいき育成協会(JALNI)会長。あらゆる方面から細胞の環境を整えれば、誰でも健康に生きていけるという「細胞環境デザイン学」を提唱し、本来あるべき予防医学と治療医学の啓蒙や指導を行う。2013年6月に「杏林アカデミー」を開校。自ら講師を務める講座を通じて、細胞環境デザイン学を日本に広めていくための人材育成に力を入れている。2018年にはJALNIを始動、2022年に現法人名に変更。子どもの健全な育成を目的としたさまざまな活動を全国各地で展開している。おもな著書に『細胞から元気になる食事』(新潮社)、『病気がイヤなら「油」を変えなさい！』(河出書房新社)など。	18,000
	健康							
27	書籍		自律神経を整えれば「食いしばり・歯ぎしり」は解決する 著者:小林 弘幸/毛利 啓銘 発売日:2024年3月13日 価格:1,650円(税込)	判型:ISBN:978-4-299-05346-6 https://12.gigafire.net/0914-cdb85f518462cafe3c05e3aef0d4f3e8c	自律神経の名医と歯科医師が教える「食いしばり・歯ぎしり」の新常識！原因は自律神経の乱れにありました。 舌で頬の内側に触れると凸凹した線がありませんか？鏡で舌を見ると側面に歯型のような跡がついていませんか？ 心当たりがある方は要注意です！	自覚はなくても実は多くの人に見られる「食いしばり・歯ぎしり」。歯に大ダメージを与えているのはもちろんのこと、疲れやだるさ、頭痛、不眠、イライラ、肩こり、冷え性など、さまざまな体の不調の原因になっていると考えられます。 自律神経が乱れているから「食いしばり・歯ぎしり」が起き、「食いしばり・歯ぎしり」がさらに自律神経を乱す悪循環。 今日から簡単にできる「食いしばり・歯ぎしり」の治し方を教えます。自律神経を整えて、一生ものの歯と心身を守りましょう！	小林 弘幸(こばやし ひろゆき) プロフィール 1960年、埼玉県生まれ。順天堂大学医学部教授。日本スポーツ協会公認スポーツドクター。自律神経研究の第一人者として、プロスポーツ選手、アーティスト、文化人へのコンディショニング、パフォーマンス向上指導に関わる。おもな著書に『なぜ、「これ」は健康にいいの？』(サンマーク出版)、『自律神経を整えるめり絵』(聞くだけで自律神経が整うCDブック)『医者がかんがえた「長生きみそ汁」』(以上、アスコム)など。	8,000
	健康							
28	書籍		MBA保有の脳科学者が教える 年収1億円の人になる「強運脳」 著者:上岡 正明 発売日:2024年2月15日 価格:1,650円(税込)	判型:四六判 ページ数:224P ISBN:978-4-299-05183-7 https://12.gigafire.net/0914-b534f2a1ae2373095e5daa7c7d608bcc8	強運の人は成功者の習慣を丸パクリしている！ SNS総フォロワー数30万人超 ・1日に2時間×4回の集中タイムを作る ・幼児期に刷り込まれた情報を書き換える ・必要な情報だけをインプットする 「スキミング」を活用 ・落書きで人生を変えるノート術 ほか 本書を手にしたこの日を、自分を変える「記念日」にしよう！	自力でお金持ちや資産家になった人は、自分のことを「運がいい」と口にする人が多いです。彼らは自分で「運」を引き寄せて「金持ち」になっているのです。 「お金持ち」がやっている脳の使い方、行動はどのようなものか？本書は、脳科学者であり、経営者、億り人投資家でもある著者が、お金持ちになる人がやっている習慣や思考法を解説。その習慣やサイクルを身に付ければ、自然に「運」を引き寄せ、お金持ちになれます。	上岡 正明(かみおか まさあき) プロフィール MBA保有の脳科学者・6億稼いだプロ投資家。「投資」と「脳」のスペシャリスト。株式会社フロンティアコンサルティング代表取締役社長、放送作家・脚本家。MBA(情報工学博士前期課程)修了。多摩大学客員講師(2018～19年)。一般社団法人日本認知脳科学協会理事。これまで上場企業や外資系企業を中心に1000社以上の広報PR支援、新規事業構築、外資系企業の国内外PRや海外プロモーションのコンサルティング、スウェーデン大使館やドバイ政府観光局などの国際観光誘致イベントなどを行う。チャンネル登録者23万人超(2023/9月現在)の人気ユーチューバーとしても活躍中。著書多数。	繁体字版 10,000
	実用書							
29	書籍		日本一のワインソムリエが書いたワイン1年生の本 著者:森 寛 発売日:2023年10月13日 価格:1,590円(税込)	判型:A5判 ページ数:160P ISBN:978-4-299-04302-3 https://12.gigafire.net/0914-nce1f631e69dcc3dea7c2b0166076e8af	自分に合ったワインと出会う賢い選び方から、生産地によるワインの違い、いま注目の日本産ワイン、ワインのマナーなどオールカラーイラストでわかりやすくまとめた一冊です。	全日本最優秀ソムリエコンクールで優勝し、日本のトップソムリエのひとりである森寛さんによるワイン入門書です。 ワインと聞くと小難しい印象があって何から学べばよいかわからない方に向けて、できるだけ簡単にワインのいろはを解説します。	森 寛(もり さとる) プロフィール アンダーズ東京 エグゼクティブ ソムリエ/ビバレッジ ディレクター。1977年生まれ。2000年、パーク ハイアット 東京に入社。2003年に若手ソムリエの登竜門である「ロワールワイン・ソムリエコンクール」で優勝。「全日本最優秀ソムリエコンクール」や「アジア・オセアニア最優秀ソムリエコンクール」など数々のソムリエコンクールで優勝。「世界最優秀ソムリエコンクール」には数年にわたり、日本/アジア・オセアニア代表として出場、2016年の大会では58カ国61名の出場者の中で8位に入賞した。2022年には長年ソムリエとして職務に励み、模範となる実績が認められ「黄綬褒章」を受章。日本のワイン界を常にリードし、進化し続けるソムリエとして、様々な分野で活躍している。	12,000
	実用書							
30	書籍		日本人メジャーリーガーが目標達成した！夢を叶えるマンダラチャート 著者:マツダ ミヒロ 監修:松村 剛志 発売日:2023年6月16日 価格:1,580円(税込)	判型:A5判 ページ数:176P+64P ISBN:978-4-299-04362-7 https://12.gigafire.net/0914-d50afc771a902eea337279d07c7c90b4c	米メジャーリーガー・大谷翔平選手が花巻東高校時代に作成したこと有名な「目標達成シート」。本書はその元となった、夢を具体的に考えることで実現させるツール「マンダラチャート」の入門書です。『朝1分間、30の習慣。』のベストセラー作家マツダミヒロが、目標を9つのマスに分解し、より深く具体的に考えられるようになる最強ツールの使い方を解説します。「魔法の質問マンダラチャート」書き込みノートの特典付き。	【目次】 ●Chapter 1…世界で活躍する人たちが活用・実践するマンダラチャートとは ●Chapter 2…たったこれだけ！マンダラチャート活用法 ●Chapter 3…もっと知りたい！マンダラの奥深い世界 ●Chapter 4…目標を叶え、人生を豊かにするマンダラ思考法 ●Chapter 5…答えるだけで人生とビジネスが豊かになる！魔法の質問マンダラチャート *付録ノート 魔法の質問マンダラチャート【ビジネス編】 魔法の質問マンダラチャート【ライフワーク編】 魔法の質問マンダラチャート【セルフコミュニケーション編】 マンダラチャートA型・マンダラチャートB型	マツダミヒロ プロフィール 質問家兼ライフレター。時間と場所にとらわれないビジネススタイルで世界を旅しながら、各国で「自分らしく生きる」講演・セミナー活動を行う。カウンセリングやコーチングの理論をベースに、自分自身と人に問いかけるプロセスを集約し、独自のメソッドを開発。質問に答えるだけで魔法にかかったようにやる気と能力が引き出され、行動が起こせるようになることから、『魔法の質問』と名づける。メルマガの読者は16万人を超え、夫婦で行っているラジオ番組「ライフレターカフェ」(Podcast)は、アップルのベスト番組に選ばれ、30万人を超えるリスナーがいる。著書は国内外で40冊を超える。	繁体字版 13,000
	実用書							

No.	種類	表紙	タイトル 著者・発売日・価格	判形・頁数・ISBN 本文PDF	概要	内容紹介	著者紹介	契約済言語 発行部数
1	書籍		人生のあらゆる悩みを2時間で解決できる! ブッダの教え 見るだけノート	判型:A5判 ページ数:176P ISBN:978-4-299-05333-6	【目次】 ●Chapter1…お金・仕事の教え ●Chapter2…人間関係の教え ●Chapter3…将来・生き方の教え ●Chapter4…体と心の健康の教え	難解に思われがちなブッダの教えを「見るだけノート」シリーズの図解で、入門者にもわかりやすく紹介。 「幸福のカギを握るのはお金ではない」「全員と仲良くなくていい」「相手ではなく、自分のために生きる」など、人生のさまざまな悩みに答えてくれるブッダの教え。 監修はYouTubeで人気の僧侶・大愚元勝(チャンネル登録者数64万人超)。 この一冊で人生のあらゆる悩みを2時間で解決します。	大愚 元勝(たいぐ げんしょう) プロフィール 佛心宗大叢山福厳寺31代目住職。慈光グループ会長。僧名「大愚」は、大バカ者＝何にもとらわれない自由な境地に達した者の意。事業家・セラピスト・空手家といくつもの顔を持ち、「僧にあらず俗にあらず」を体現する異色の僧侶。仏教の本質に立ち返って「慈悲心、知恵、仏性を育む」ことを宗旨とする佛心宗を興し、従来の慣習や常識にとらわれない会員制寺院を創設し、住職としての職務や内弟子僧侶の育成のほか、「仏教の本質と実生活への応用」を学ぶことができる『佛心僧学院』、心技体を備えた次世代の経営者を育成する『佛心経営マンダラ』、仏教を体感で学ぶ『大愚道場』を運営するなど様々な切り口から仏教を伝えている。	10,000
	実用書		監修:大愚 元勝 発売日:2024年4月15日 価格:1,620円(税込)	https://68.gigafile.net/0912-iaacc06ab3759cb95f0b3ed73d0ea9bce0				
2	書籍		新版 大学4年間のマーケティング見るだけノート	判型:A5判 ページ数:224P ISBN:978-4-299-05155-4	・コラーのマーケティング4.0 ・ビッグデータ ・フィンテック ・インバウンド・マーケティングの手法 ・経験価値マーケティング etc…	「見るだけノート」シリーズのロングセラー、『大学4年間のマーケティング見るだけノート』をアップデート! SNSマーケティング、デジタルマーケティング手法が一般化した現在のビジネスシーンを反映し、44ページ増と大幅に増補改訂します。	平野 敦士 カール (ひらの あつし かーる) プロフィール 経営コンサルタント。カール経営塾塾長。株式会社ネットストラテジー代表取締役社長。社団法人プラットフォーム戦略協会代表理事。麻布中学・高校卒業、東京大学経済学部卒業。日本興業銀行、NTTドコモを経て現職。早稲田大学ビジネススクール(WBS)非常勤講師、ハーバード・ビジネス・スクール招待講師、BBT大学教授を歴任。現在、日経ビジネススクール講師、早稲田大学エクステンションセンター講師。上場企業を中心に数多くの会社のアドバイザー、研修講師を務める。 X(旧Twitter):@carlhirano カール経営塾:https://www.carlbusinessschool.com	韓国語版 繁体字版 (旧)98,500 (新)10,000
	実用書		監修:平野 敦士 カール 発売日:2024年4月10日 価格:1,540円(税込)	https://68.gigafile.net/0912-bea9bbf5608233862beb02fde5cf54767	マーケティングの基本からバズる方法まで見るだけでサクッと見につく!	マーケティングを専門とする経営コンサルタント、平野 敦士カールが監修。		
3	書籍		集中力、記憶力、メンタルが強くなる! 脳の鍛え方 見るだけノート	判型:A5判 ページ数:176P ISBN:978-4-299-05257-5	●Chapter①…日常生活が生き生きとする脳の使い方 ●Chapter②…集中するために知っておきたい脳の性質 ●Chapter③…「記憶」は繰り返すと復習のタイミングが大切 ●Chapter④…生成AIが明らかにした思考や発想の正体 ●Chapter⑤…頭の働きを守る生活習慣 ●Chapter⑥…日本人は寝不足、寝る時間を増やしましょう ●Chapter⑦…こうしておくとお脳にはお得	年をとってからでも脳は無限に鍛えることができる! 大人気「見るだけノート」シリーズに、「脳の鍛え方」が登場。「集中力の高め方」「記憶力を最大にする方法」「思考や発想の正体」「脳の効果的な休ませ方」など最新の脳科学に基づき、日常生活の習慣づけで実践できる脳の鍛え方を公開します。 プロローグ① 脳は生物による基本構造に大きな違いはない プロローグ② 本書を読むために役立つ基本的な脳の構造と働き プロローグ③ 各Chapterで身につく脳の使い方・鍛え方	篠原 菊紀(しのはら きくのり) プロフィール 長野県茅野市生まれ。東京大学教育学部卒業、同大学院教育学研究科修了。東京理科大学諏訪短期大学講師・助教授、公立諏訪東京理科大学共通教育センター教授を経て、現在は同大学の教授・学生相談室長、東京理科大学総合研究院併任教授、茅野市縄文ふるさと大使を務める。応用健康科学、脳科学の専門家として、テレビやラジオなどメディアへの出演・監修を通じ、脳科学の知見を発信。主な著書に『勉強にハマる脳の作り方』(フォレスト出版)、『未来の記憶のつくり方』(化学同人)などがある。	15,000
	実用書		監修:篠原 菊紀 発売日:2024年2月26日 価格:1,540円(税込)	https://68.gigafile.net/0912-g731eef961115440a8a1336b4888d47bc				
4	書籍		新版 知識ゼロからPV数、CVR、リピート率向上を実現! デジタルマーケティング見るだけノート	判型:B5変型 ページ数:224P ISBN:978-4-299-04990-2	SNSやAIを駆使した最新の手法が2時間でわかる! SEO、DX、VR、KPI、IoT、AR、SNS etc…	2020年7月刊行の『デジタルマーケティング見るだけノート』のリニューアル版です。 ショート動画やインフルエンサーの活用方法など、意外と理解されていないデジタルマーケティングのノウハウを紹介します。CRM、PIM、OMOなど専門用語が多く、学ぶのが難しいデジタルマーケティングをイラストでサクッと解説します。	山浦 直宏(やまうら なおひろ) プロフィール アユダンテ株式会社COO。シンガポール国立大学大学院MBA。読売広告社、ファーストリテイリング、トランスコスモスを経て2016年7月より現職。Googleアナリティクス360を中心としたデジタルマーケティングコンサルタント。GA360のコンサル実績は50社を超える。ネット広告の黎明期より一貫して、ネット広告、デジタルマーケティング畑を歩む。アクセス解析には2003年より取り組み、解析・コンサルティングの実績多数。このほか、一般向け講座・講演、業界誌やネットメディアなどでの執筆・寄稿多数。	繁体字版 16,000
	実用書		監修:山浦 直宏 発売日:2023年12月15日 価格:2,200円(税込)	https://12.gigafile.net/0914-bc73f61d6fa7f74584e2be7ce49b7fb41	●これだけは押さえておきたいデジタルマーケティングの基礎知識 ・そもそのマーケティングは何のためにある? ・マーケティングがデジタルにシフトすると何がかわる? ・デジタルマーケティングの基本は「集客→育成→商談」			
5	書籍		Z世代の見つけ方&効果的な販促がゼロからわかる! Z世代マーケティング見るだけノート	判型:B5変型 ページ数:224P ISBN:978-4-299-04067-1	Z世代マーケティングの成功法則を豊富な事例とともに紹介! ・Z世代はリアルな声を重視する全ビジネスパーソンが覚えておくべき新教養として話題の「Z世代マーケティング」を誰でも簡単に学ぶことができる書籍です。	■まずはマーケティングを知ろう ・ターゲットを絞ってこそそのマーケティング ・ユーザーの満足は事前の期待を上回ることで生まれる ■Z世代を獲得する効果的なマーケティング ・余計なプロセスをできる限り省く ・商品の背景にあるストーリーや思いを伝える ■絶対に取り入れてはいけないZ世代への不要なアプローチ ・売ろうとすると逆に売れない ・Z世代にはSEOが当てにならない ■ケーススタディで理解する Z世代マーケティング ・Z世代に寄り添うグラフィカルな映像 NTTドコモ ・思わず拡散したくなる発想の転換 アース製菓	今瀧 健登(いまたき けん) プロフィール 僕と私と株式会社CEO、一般社団法人Z世代代表、Z世代の企画屋。1997年生まれ、大阪府出身。2020年、大学卒業後に教育コンサルティング会社に就職。同年に「僕と私と株式会社」を設立し、Z世代向けのマーケティング・企画UXを専門に事業を展開する。メンズも通えるネイルサロン『KANGOL NAIL』、食べられるお茶『喫茶』などを企画。プロデュースしたマッチングアプリ「タッブル」の公式TikTokアカウントでは、開設1年でフォロワー約35万人、総再生回数は2億回を突破している(2023年3月末現在)。	12,000
	実用書		著者:今瀧 健登 発売日:2023年8月30日 価格:2,180円(税込)	https://68.gigafile.net/0912-b0cb4eb0f86649c266d961dfb5b54bca1				

No.	種類	表紙	タイトル 著者・発売日・価格	判形・頁数・ISBN 本文PDF	概要	内容紹介	著者紹介	契約済言語 発行部数
6	書籍		目標が120%達成できる！理想の自分になれる！ やらないことリストの作り方見るだけノート	判型:A5判 ページ数:176P ISBN:978-4-299-04171-5	「やりたいこと」ではなく「やりたくないこと」を明確化することで、夢や目標達成を引き寄せるノウハウを、イラストでわかりやすく解説しました。「やらないことリスト」のつくり方から活用方法まで、一冊でまるっと学べます。	【Chapter 1】なぜ、「やらないこと」が重要なのか？ 【Chapter 2】夢を叶える人だけが知っている！ やらないことリストのつくり方 【Chapter 3】成果を出す人のやらないことリスト 【Chapter 4】理想の自分を手に入れるやらないことリスト 【Chapter 5】目標を120%達成するための12のヒント 【Chapter 6】人生を逆転させる！魔法の「G+PDCA」	石川 和男(いしかわ かずお) プロフィール 1968年北海道生まれ。受験者全員合格の高校と、名前さえ書けば受かる夜間大学(しかも留年)を卒業後、中小建設会社に入社。総務部配属も簿記知識ゼロのため上司から怒鳴られる日々を過ごす。20代後半に「このまま一生を終えたくない」と一念発起。ビジネス書購読やセミナー受講により、タイムマネジメントのノウハウを習得、実践することで生産性を下げずに残業を減らす仕事術を確立した。自ら習得した「時間管理術」をベースに25冊の書籍を執筆。誰もが働きやすくなるノウハウをわかりやすい言葉で伝える著書は、全国のビジネスパーソンに好評で発売数日で重版となる。	11,000
	実用書	著者:石川 和男 発売日:2023年4月24日 価格:1,620円(税込)	https://68.gigafire.net/0912-d67c29a0b5512a2afa438d8f74827a20c					
7	書籍		DX時代の成功事例がゼロからわかる！使えるビジネスモデル見るだけノート	判型:A5判 ページ数:192P ISBN:978-4-299-04047-3	2018年以降、株価の急騰が契機となり高い関心を集めていたGAFA、ネットフリックスといった新時代のビジネスモデルも、その後5年間の社会情勢ともない、大きな変化を遂げました。本書は、DX時代の成功事例がゼロから理解できる最新版ビジネスモデルの入門書です。	【Chapter 1】ビジネスモデルの基本をつかむ…戦略モデル/顧客ニーズの変容 【Chapter 2】事例で学ぶ！使えるビジネスモデル…ドミナント戦略/コト消費 【Chapter 3】ビジネスモデルはどのように変化しているのか？…アズ・ア・サービス/シェアリングエコノミー 【Chapter 4】DXがもたらした新しいビジネスモデル…直接取引/ダイナミックプライシング 【Chapter 5】巨大企業の最新ビジネスモデル大解剖…クロス・プロモーション/メタバース 【Chapter 6】新しいビジネスモデルを創造しよう…アナロジー思考/アジャイル	平野 敦士 カール (ひらの あつし かーる) プロフィール 経営コンサルタント。カール経営塾塾長。株式会社ネットストラテジー代表取締役社長。社団法人プラットフォーム戦略協会代表理事。麻布中学・高校卒業、東京大学経済学部卒業。日本興業銀行、NTTドコモを経て現職。早稲田大学ビジネススクール(WBS)非常勤講師、ハーバード・ビジネス・スクール招待講師、BBT大学教授を歴任。現在、日経ビジネススクール講師、早稲田大学エクステンションセンター講師。上場企業を中心に数多くの会社のアドバイザー、研修講師を務める。 X(旧Twitter):@carlhirano カール経営塾:https://www.carlbusinessschool.com	15,000
	実用書	著者:平野敦士カール 発売日:2023年3月17日 価格:1,430円(税込)	https://68.gigafire.net/0912-n9bdb3e26247df011da35da900eccc03d					
8	書籍		AI分析でわかった成功法則が2時間で身につく！仕事ができる人の時間術見るだけノート	判型:A5判 ページ数:176P ISBN:978-4-299-04137-1	売上はそのまま週休3日は誰でも実現できる！2万2000人が実践し、89%の人が時短に成功！AI分析で導き出した科学的に正しい最速仕事術	ビジネスパーソンのあいだで注目されている「時間術」を学べる短時間で成果を出し、仕事ができる人になるためのメソッドをイラストで図解します。 残業につながりがちな会議、資料作成、メール術などシーン別に時短テクを解説。 行動を加速させる仕組みのつくり方、時間効率を最大化するチーム戦略、時間効率のいいリーダーの仕事術など様々な時間術を紹介します。	越川 慎司(こしかわ しんじ) プロフィール 株式会社クロスリハー代表取締役CEO/アクリケーター。国内通信および外資系通信会社に勤務後、ITベンチャーの起業を経て、2005年にマイクロソフトに入社。業務執行役員としてPowerPoint・Excelなどの事業責任者を歴任。2017年に働き方改革を支援する株式会社クロスリハーを起業。メンバー全員が週休3日・週30時間労働を継続。延べ800社以上に、ムタな時間を削減し、社員の働きかたを上げながら“自分の時間”を増やしていく「働き方改革」の実行を支援。声メティアVoicy「トッパ5%社員の習慣ラシオ」パーソナリティ。	10,000
	実用書	監修:越川 慎司 発売日:2023年3月17日 価格:1,620円(税込)	https://68.gigafire.net/0912-dc3f8f161ae514a509c1ef06a81fef50b					
9	書籍		1冊3分で読めるコツがゼロから身につく！瞬読見るだけノート	判型:A5判 ページ数:176P ISBN:978-4-299-04092-3	23万人が体験した99.3%が読書スピード2倍にアップ！ いちばん簡単な「速読」の教科書見るだけで頭がよくなるドリル付き	【Introduction】ようこそ「瞬読」の世界へ 【Chapter 1】瞬読は従来の速読と何が違う!? 瞬読が持つパワー 【Chapter 2】たったこれだけ！瞬読マスター講座 【Chapter 3】たった1分で頭がよくなる！瞬読式勉強法 【Chapter 4】仕事にも勉強にも役立つ！瞬読式ノート術 【Chapter 5】集中力・判断力がアップ！瞬読ドリル PART I 【Chapter 6】思考力・発想力・読解力を鍛える！瞬読ドリル PART II	山中 恵美子(やまなか えみこ) プロフィール 株式会社瞬読代表取締役。全国で30校以上の学習塾を経営する、株式会社ワイイーエス代表取締役社長。EMI高等学院(通信制高校サポート校)学院長。1971年生まれ。甲南大学法学部卒業。卒業後、関西テレビ放送株式会社に勤務。2003年、そろばん塾を開校し、5教室でのべ2000人以上を指導。2009年には学習塾を開校し、グループ30校舎で約2万人の生徒を送り出す。現在は、オンライン講座などを通じて、幅広い世代に瞬読を伝え、これまで3万人以上に瞬読を教えている。「瞬読」シリーズは累計で23万部を突破している。	12,000
	実用書	著者:山中 恵美子 発売日:2023年3月2日 価格:1,520円(税込)	https://68.gigafire.net/0912-c781082466866d55dc8eaa208743b841b					
10	書籍		リーダーシップの世界的名著が2時間でわかる 影響力の武器見るだけノート	判型:A5判 ページ数:192P ISBN:978-4-299-04027-5	ロングセラーを続ける社会心理学の名著『影響力の武器』が「見るだけノート」に！ 端的で平易な文章とふんだんなイラストで『影響力の武器』に書かれている心理テクニックの数々を紹介するだけでなく、本書独自のエッセンスを加えて、よりわかりやすく解説しました。世界のリーダーたちが実践する人を動かす心理テク大全	【Chapter 1】『影響力の武器』に学ぶ6つの心理メカニズム 返報性/社会的証明 【Chapter 2】ビジネスに使える好意的な振る舞い 初対面/お願い 【Chapter 3】社会的な証明を得るための方法 シンプルさ/何度も聞いた言葉 【Chapter 4】人の心を動かす話し方 ポキャブラリー/相手の真意 【Chapter 5】やっかいな相手を操る技術…NOサイン/共感 【Chapter 6】さらに他者への影響力を磨く ラベリング/譲歩案 【Chapter 7】リーダーなら避けたい好意を失うフレーズ 思い込み/一般化	ゆうき ゆう プロフィール 精神科医。ゆうメンタルクリニック・ゆうスキクリニックグループ総院長。東京大学医学部医学科を卒業。2008年より「つらい時にすぐ、気軽に相談できる」ゆうメンタルクリニックを開院。医師業のかたわらマンガ原作者としても活躍。主なマンガ原作に『マンガで分かる心療内科』シリーズ(少年画報社)などがある。著書・監修書の累計発行部数は500万部を超える。	12,000
	実用書	監修:ゆうき ゆう 発売日:2023年2月22日 価格:1,540円(税込)	https://68.gigafire.net/0912-ka16703dcad2e1cac35ddcc66d353fcd8					

No.	種類	表紙	タイトル 著者・発売日・価格	判形・頁数・ISBN 本文PDF	概要	内容紹介	著者紹介	契約済言語 発行部数
11	書籍		理想の自分、自分の強みを見つけ 魔法の質問見るだけノート	判型:A5判 ページ数:192P ISBN:978-4-299-03753-4	著書累計は54万部を突破!『質問は人生を変える』(きずな出版)、『365日の質問』(光文社)などのベストセラーを出しているマツダミヒロさん考案の“魔法の質問”をテーマにした「見るだけノート」です。「今日、絶対にやりたいことは?」「叶えたいことに近づくために、今日できることは何?」のような質問を自分に問いかけることで、自己分析、自己理解、未来をイメージする、自己啓発書です。著者が考案した「理想の自分になるための魔法の質問」をイラストと共に解説していきます。	50万人が実践した! 答えるだけで人生が好転する74の質問 自分の素質がわかるタイプ診断付き	マツダミヒロ プロフィール 質問家兼ライフトラベラー。時間と場所にとらわれないビジネススタイルで世界を旅しながら、各国で「自分らしく生きる」講演・セミナー活動を行う。カウンセリングやコーチングの理論をベースに、自分自身と人に問かけるプロセスを集約し、独自のメソッドを開発。質問に答えるだけで魔法にかかったようにやる気と能力が引き出され、行動が起こせるようになることから、『魔法の質問』と名づける。メルマガの読者は16万人を超え、夫婦で行っているラジオ番組「ライフトラベラーカフェ」(Podcast)は、アップルのベスト番組に選ばれ、30万人を超えるリスナーがいる。著書は国内外で40冊を超える。	繁体字版 14,000
	実用書		著者:マツダ ミヒロ 発売日:2023年1月12日 価格:1,580円(税込)	https://68.gigafire.net/0912-d20b9affda6fc6fb6118bc5549d398f02		【Chapter 1】あなたの「本音」を引き出す魔法のマインドセット 【Chapter 2】やりたいことが見つかる魔法の質問 【Chapter 3】あなただけの強みが見つかる魔法の質問 【Chapter 4】「やりたいこと」と「強み」に磨きをかける魔法の質問 【Chapter 5】理想の未来を手に入れる魔法の習慣 【Chapter 6】自分の素質と向き合う魔法の診断		
12	書籍		最短で目標達成できる 最強のマネジメント術 任せるリーダーシップ 見るだけノート	判型:B5変型 ページ数:224P ISBN:978-4-299-03752-7	なかなか身につかないリーダーシップ論を「任せ方のコツ」や「強いチームの育て方」、「部下とのコミュニケーション術」などの具体的な項目別に、イラストでわかりやすく解説します。	【目次】はじめに ●プロローグ1…部下との関係構築はできているだろうか? ●プロローグ2…「任せるリーダー」になると何がかわるのか? ●プロローグ3…本書で解説するマネジメント術 ○Chapter1…「任せる力」を身につける ○Chapter2…任せるリーダーへ転換するために ○Chapter3…「任せられる部下」を育てるために ○Chapter4…部下とのコミュニケーション術 ○Chapter5…チームで動くためのメソッド ○Chapter6…仕事をマネジメントする ○Chapter7…リーダーシップとリスクマネジメント ○Chapter8…リーダーに疲れたあなたへおわりに	伊庭 正康(いば まさやす) プロフィール 1969年、京都府生まれ。1991年にリクルートグループに入社し、プレイヤー部門、マネージャー部門にて、年間成績評価全国1位を4回達成。表彰回数は累計40回以上。その後、営業部長、関連会社の株式会社フロムエーキャリアの代表取締役を歴任。2011年、株式会社らしさラボを設立。年間200回の研修を実施し、リピート率は9割以上。その活動は、『日本経済新聞』『日経ビジネス』『THE21』やラジオ(中京ラジオ)など多数のメディアでも紹介される。近著は『相手に刺さる話し方』(フォレスト出版)など多数。YouTube、Voicyでもスキルアップのヒントを紹介している。	繁体字版 10,000
	実用書		監修:伊庭 正康 発売日:2023年1月12日 価格:2,180円(税込)	https://68.gigafire.net/0912-i0fe125fdf7f6c4d54ff34ede3844df4	一人で抱え込みがちならリーダーが必須で学ばべき、任せるリーダーシップ。 部下のやる気と能力をフル稼働させる最強のマネジメント術が即マスターできる一冊です。			
13	書籍		失敗から知識を吸収し 120%の結果を出す! 失敗学見るだけノート	判型:B5変型 ページ数:224P ISBN:978-4-299-03548-6	「正解のない時代」に自分だけの正解を導き出すための方法として、ビジネスパーソンのあいだで注目されている「失敗学」!	【目次】 ●Chapter 1 失敗の捉え方を見直す ●Chapter 2 失敗を分類し分析する ●Chapter 3 失敗を創造につなげる ●Chapter 4 創造的思考を鍛える ●Chapter 5 組織に活かす失敗学 ●Chapter 6 事例から学ぶ失敗の教訓 ●Chapter 7 失敗学を活用して新時代を生き抜く	畑村 洋太郎(はたむら ようたろう) プロフィール 1941年生まれ。東京大学工学部機械工学科卒業、同大学院修士課程を修了し日立製作所入社。東京大学名誉教授。工学博士。畑村創造工学研究所主宰。NPO法人失敗学会理事長。ドアプロジェクト主宰(2004~2005年)、危険学プロジェクト主宰(2007~2020年)。専門は創造的設計論、知能化加工学、ナノ・マイクロ加工学。国土交通省リコールの原因調査・分析検討委員会委員、消費者庁消費者安全調査委員会委員長、東京電力福島原子力発電所における事故調査・検証委員会委員長、科学技術振興機構のプログラムマネージャーの育成・活躍推進プログラム研究講師などを歴任。	8,000
	実用書		監修:畑村 洋太郎 発売日:2022年11月21日 価格:2,180円(税込)	https://68.gigafire.net/0912-c0fd541cf6275e8868884e3f87caf8091	失敗のプラス面に着目、そこから新しい知識を吸収するためのメソッドを図解で分かりやすく学ぶことができます。 監修者の畑村洋太郎が生み出した、失敗を「成長や創造のチャンス」と捉えて活用する珠玉のビジネススキルが2時間で身につく一冊です。			
14	書籍		急成長する組織の作り方が2時間でわかる! 識学 マネジメント 見るだけノート	判型:B5変型 ページ数:192P ISBN:978-4-299-03607-0	3,000社の企業が導入、「最も企業を成長させる組織論」と話題の「識学マネジメント」を図解しました!	【目次】 プロローグ(1)…実践的なマネジメント術は若手のうちから身につけたい プロローグ(2)…若手リーダーが気をつけるべきこと ●Chapter 1…どんなリーダーであるべきか ●Chapter 2…部下への実践的マネジメント術 ●Chapter 3…「数値」で見える部下管理のすすめ ●Chapter 4…上司や会社との向き合い方	株式会社 識学(かぶしきが いしや しきがく) プロフィール 組織運営理論である意識構造学をビジネスにおけるマネジメントの基幹理論として体系化した「識学」をベースに、マネジメントコンサルティング事業などを手掛ける。「経営者・マネージャー・部下、すべての社員がムダなストレスなく、仕事に集中できる組織」を作り上げ、成果を上げるためのマネジメント理論を展開。代表取締役は、『数値化の鬼「仕事ができる人」に共通する、たった1つの思考法』『リーダーの仮面「いちプレーヤー」から「マネージャー」に頭を切り替える思考法』(ともにダイヤモンド社)の著者・安藤広大。	10,000
	実用書		監修:株式会社 識学 発売日:2022年11月9日 価格:2,180円(税込)	https://68.gigafire.net/0912-iffbb1f2009a2dbb76a45152f288e7941	個人のモチベーションに頼らず、徹底した数値化でマネジメントするメソッドが2時間で身につきます。組織内の誤解や錯覚はどのように発生し、どうすれば解決できるのか。 株式会社識学の監修により、人材育成、生産性、評価制度など組織運営上の課題をすっきり解決します。			
15	書籍		毎朝5分で学ぶ チーム 全員で成果を上げる方法 「ゼロ」からの教科書! ドラッカーのマネジメント 見るだけノート	判型:A5判 ページ数:192P ISBN:978-4-299-03483-0	フィードバック分析/社会的責任/強み/誠実さ/劣後順位/イノベーション 「マネジメントの父」が教える! 100%成果を出すチームの作り方	【Chapter 0】まずはマネジメントについて知る…マネジメントの役割、社会的なマネジメント 【Chapter 1】マネジメントに必要な基礎知識…マーケティング、イノベーション 【Chapter 2】戦略のための目標を設定する…3つの問い、社会的責任 【Chapter 3】目標を日常業務に落とし込む…意思決定、強み 【Chapter 4】成果が上がる組織をつくる…基幹活動分析、エグゼクティブ 【Chapter 5】マネジメントする人間の職務…モチベーション、適切な仕事 【Chapter 6】自分自身もマネジメントする…フィードバック分析、劣後順位 【Chapter 7】変化もマネジメントする…組織のイノベーション、選択と集中	藤屋 伸二(ふじやしんじ) プロフィール 1956年生まれ。1996年、経営コンサルティング会社を設立。1998年に大学院に入り、「マネジメントの父」といわれるドラッカーの研究をはじめ。現在は、ドラッカー理論を「値上げ戦略」の視点から再編成し、中小企業を対象にしたコンサルティング、経営塾、執筆活動を複合的にしている。著書・監修書は『ドラッカーに学ぶ「ニッチ戦略」の教科書』(ダイレクト出版)、『毎朝5分で学ぶビジネスリーダー「ゼロ」からの心得! ドラッカーの教え 見るだけノート』、『まんがと図解でわかるドラッカー』『まんがでわかるドラッカーのリーダーシップ論』(すべて宝島社)など計51冊で、累計発行部数は251万部を超える。	15,000
	実用書		監修:藤屋 伸二 発売日:2022年10月7日 価格:1,430円(税込)	https://68.gigafire.net/0912-na691eec366329ced8436330d5bdf78ce	マネジメントの発明者=ピーター・ドラッカーが説くマネジメント論が「見るだけノート」シリーズに登場。成果が上がる組織の作り方から、これからの時代に必要なマネジメント方法までをイラストでやさしく解説しています。特にチームリーダーなどマネジメントする立場の人は読んでおきたい一冊です。			

No.	種類	表紙	タイトル 著者・発売日・価格	判形・頁数・ISBN 本文PDF	概要	内容紹介	著者紹介	契約済言語 発行部数				
16	書籍		チームが変わり生産性が劇的に上がる！ 心理的安全性の築き方 見るだけノート	判型:B5変型 ページ数:224P ISBN:978-4-299-03320-8	Googleやメルカリも注目！ 結果を出す最強チームの作り方 会議で活発に意見が飛び交う／不正や不祥事を防ぐ／チャレンジが増える／人材の定着率アップ／生産性アップ	■心理的安全性とはなにか？ ・心理的に安全な状態とはどういうことか ・Googleが行った画期的な調査・成功は「場の状態」が決める ■共感デザインがチームの心理的安全性を高める第一歩 ・人間関係における4つのリスク・心理的安全性を築くにはリーダーとメンバー双方の意識改革が必要 ・心理的安全性を測定する7つの指標 ■価値デザインでチームの意識をパーパスに向けよう ・コンフォートゾーンに滞在することの危険性・メンバーに対し「帰属シグナル」を発信しよう・共感デザインと価値デザインの相関性 ■リーダーがチームのためにできること ・リーダーが陥りがちな心理的安全性を壊す4つの思考 ・リーダーに求められる7つの行動 ・素の自分を見せる勇気を持つ	山浦 一保(やまうら かずほ) プロフィール 立命館大学スポーツ健康科学部教授。産業・組織心理学、社会心理学を専門とする。JR福知山線列車事故直後のJR西日本や、経営破綻直後のJALをはじめ、これまでに数多くのフィールドワークを実施。組織において上司と部下が良好な関係を構築するための方法論の解明をライフワークとする。また、スポーツにおける監督のリーダーシップに関する研究・調査も行っている。著書に『チームのパフォーマンスを最大化する！ 組織心理学 見るだけノート』(監修、宝島社)、『武器としての組織心理学 人を動かすビジネスパーソン必須の心理学』(ダイヤモンド社)がある。	8,000				
	実用書	監修:山浦 一保 発売日:2022年8月24日 価格:2,180円(税込)	https://68.gigafire.net/0912-c81b483e6762da787fc33707d0c0f0194	個性を活かしイノベーションが生まれる職場に！チームの生産性を上げるために最も大事な概念「心理的安全性」の築き方を豊富な実践方法とともに紹介	17	書籍		人生も仕事も自動的に好転する！ 引き寄せの法則 見るだけノート	判型:A5判 ページ数:192P ISBN:978-4-299-03292-8	「宝地図」「魔法の読書法」でおなじみの望月俊孝さん監修で、どこよりもわかりやすく、頭に入りやすい形で紹介します。 71万人以上が実践した、思考を現実にする15の引き寄せテクニックや、人生を好転させる引き寄せ体質の作り方など、見どころ満載！	【目次】 ●Chapter 1…日本人の97%が知らない「引き寄せ」の真実 ●Chapter 2…人生を好転させる！ 引き寄せ体質の作り方 ●Chapter 3…思考を現実にする15の引き寄せテクニック ●Chapter 4…思い通りの人生を手に入れる！ 夢を引き寄せる「宝地図」 ●Chapter 5…ようこそ成功者の世界へ！ 人とお金を引き寄せる法則 ●Chapter 6…好きなことで生きていく！ 仕事を引き寄せる法則	望月 俊孝(もちづき としたか) プロフィール 1957年、山梨県生まれ。上智大学法学部卒。ヴォルテックス代表。中学時代より無類の読書好きがこじって、イメーজ・トレーニング、成功哲学などに興味を持ち、独自に研究を始め「宝地図」という自己実現法に辿り着く。その方法を自ら実践したところ、3階建てのセミナールーム付きの自宅購入、10万部ベストセラーの出版など、生涯をかけて叶えたかった夢を2年で100%叶える。その「宝地図」の素晴らしさを伝えるべく、人材教育に携わり、多くの人々の目標達成や自己実現を成功に導いている。著書は36冊、累計89万部を突破。7カ国語に翻訳されている。
実用書	監修:望月 俊孝 発売日:2022年8月19日 価格:1,580円(税込)	https://68.gigafire.net/0912-c2ebc114d8d0392056f75b2a7b711e75d	【目次】 ●Chapter 1 人との正しい接し方 ●Chapter 2 人に好かれる方法 ●Chapter 3 人をうまく説得する方法 ●Chapter 4 人を成長させる方法 ●Chapter 5 パートナーとの向きあい方	18		書籍		毎朝5分で学べるリーダーシップのコツ！ カーネギー『人を動かす』の教え 見るだけノート	判型:A5判 ページ数:192P ISBN:978-4-299-03166-2	チーム、組織を率いるすべての人必読です！ カーネギーが説く“正しいリーダーシップ”とは何か、イラストでサクッと学べます。 ビジネスシーン以外にも、人間関係全般において知っておきたい情報満載。 監修は、『13歳から分かる！ 人を動かすカーネギー 人間関係のレッスン』など、著作累計248万部以上の経営コンサルタントである藤屋伸二です。	藤屋 伸二(ふじやしんじ) プロフィール 1956年生まれ。1996年、経営コンサルティング会社を設立。1998年に大学院に入り、「マネジメントの父」といわれるドラッカーの研究をはじめ。現在は、ドラッカー理論を「値上げ戦略」の視点から再編成し、中小企業を対象にしたコンサルティング、経営塾、執筆活動を複合的にしている。著書・監修書は『図解で学ぶドラッカー入門』(日本能率協会マネジメントセンター)、『ドラッカーに学ぶ「ニッチ戦略」の教科書』(ダイレクト出版)など計51冊で、累計発行部数は251万部を超える。	韓国語版 14,000
実用書	監修:藤屋 伸二 発売日:2022年7月13日 価格:1,430円(税込)	https://68.gigafire.net/0912-ma1b9e56e284a30728889b0de300de2d6	【目次】 ●Chapter 1 数値化のすごい力 ●Chapter 2 「数値化」を使った最強の仕事術 ●Chapter 3 できるビジネスパーソンは「数値化された指標＝KPI」を使いこなす ●Chapter 4 間違った数値化には要注意！ 数字のワナやマジックに気をつける ●Chapter 5 絶対知っておくべき数字の法則 ●Chapter 6 「数値化」によるビジネス必勝法		19	書籍		数字が苦手でも業績が爆発的にあがる！ 数値化メソッド 見るだけノート	判型:B5変型 ページ数:224P ISBN:978-4-299-03116-7	組織の問題や仕事上の課題について、数値化して解決する「数値化メソッド」をイラストで図解！ ソフトバンクで孫正義社長の秘書を務めた監修者が、クレーム対応で混乱していたヤフーBBを立て直す際、編み出した独自のメソッドです。問題を分類し、大きなものから対処するという問題解決アプローチが中心で、数字が苦手な方もまったく心配はありません。小学校の算数で習う四則演算さえわかれば実践可能なテクニックを解説します。	三木 雄信(みき たけのぶ) プロフィール 1972年、福岡県生まれ。東京大学経済学部卒業。トライオン株式会社代表取締役社長。三菱地所株式会社を経てソフトバンク株式会社に入社。同社社長室長に就任。孫正義氏のもとマイクロソフトとのジョイントベンチャーや、ナスダック・ジャパン市場開設、日本債券信用銀行買収、およびソフトバンクの「ブロードバンド」事業にプロジェクトマネージャーとして関わる。2006年に独立後、ラーニング・テクノロジー企業「トライオン株式会社」を設立。2015年に英語コーチングスクール「TORAIZ」を開始。グローバルに活躍できる個人と組織を創出することを目指し、個人・法人に対して英語およびグローバル・コンピテンシー研修を提供している。	韓国語版 12,000
実用書	監修:三木 雄信 発売日:2022年7月7日 価格:2,180円(税込)	https://68.gigafire.net/0912-bcdfc28b2a392e4f9853e496aaa3a1f97	【目次】 ●Chapter 1…バフェット流・投資の哲学 ●Chapter 2…功を奏するのは長期的な視点 ●Chapter 3…大切なのは人に投資すること ●Chapter 4…バフェットが教える投資の心得(1) ●Chapter 5…バフェットが教える投資の心得(2) ●Chapter 6…情報を正確に分析する ●Chapter 7…自分のルールを忠実に守る ●Chapter 8…お金儲けよりも大切なこと	20		書籍		毎朝5分で学ぶ投資の神様「ゼロ」からの心得！ バフェットの教え 見るだけノート	判型:A5判 ページ数:192P ISBN:978-4-299-02921-8	株式投資で840億ドル以上の資産を一代で築き上げた著名投資家のウォーレン・バフェット氏。慈善活動を行う人格者としても知られ、投資のメソッドだけでなく、物事に対する考え方そのものも注目を集めています。 本書は、バフェット氏ならではの投資戦略や日々の思考法など、イラストをふんだんにまじえてわかりやすく解説。 「投資の神様」と呼ばれるバフェット氏の教えのすべてが、入門者にも「見るだけ」でサクッとわかります！	濱本 明(はまもと あきら) プロフィール 日本大学商学部教授。青山学院大学大学院会計プロフェッション研究科兼任講師として会計学の研究・教育に従事。財務諸表をもとに長期投資をするバフェットの投資術に共感し、その動向を追っている。日本内部統制研究会理事。日本公認会計士協会税務業務協議会研修企画出版専門委員会専門委員。主な著作に『「バフェットの投資術」を学んだら、生き方まで変わった話。』(共著・中田花奈、PHP研究所)、『仮想通貨法の仕組みと実務』(分担執筆・島山久志編集、日本加除出版)など多数。監修書に『マンガでわかる バフェットの投資術』(standards)がある。	韓国語版 繁体字版 13,000
実用書	監修:濱本 明 発売日:2022年6月8日 価格:1,540円(税込)	https://12.gigafire.net/0914-kd28104ccd36a51c6c91c4a32a3d42ccf										

No.	種類	表紙	タイトル 著者・発売日・価格	判形・頁数・ISBN 本文PDF	概要	内容紹介	著者紹介	契約済言語 発行部数
1	書籍		腎臓にいいこと超大全 監修:上月 正博 発売日:2024年2月26日 価格:1,100円(税込)	判型:B6判 ページ数:288P ISBN:978-4-299-05295-7 https://68.gigafire.net/0912-d9c698009053b5f7ba932bd56aac3f2ed	【目次】 序章 知っておきたい！腎臓の基本 第1章 腎臓病ってどんなもの？ 第2章 腎臓を守る！食べ物の選び方大全 第3章 ひと工夫で効果てきめん！ 腎臓がよくなる食事法 第4章 腎機能をアップさせる運動の習慣 第5章 腎機能を強くする日常生活の過ごし方 *腎臓にいいこと 総チェックシート*	腎機能の不調に頭を抱える人が急増中です。本書は、日常生活の中で手軽に実践できる、腎臓の不調を改善するメソッド集です。最新の医学的研究成果に基づき、すぐさま実践に移すことができる効果的なメソッドを「食事療法」「運動療法」「生活習慣」に分けて紹介。腎機能を改善する有力メソッドを一挙に集め、288ページの大ボリュームでお届けします。	上月 正博(こうづき まさひろ) プロフィール 医学博士。東北大学名誉教授、公立大学法人山形県立保健医療大学理事長・学長。1981年、東北大学医学部を卒業。メルボルン大学内科招聘研究員、東北大学医学部附属病院助手、同講師を経て、2000年、東北大学大学院医学系研究科内部障害学分野教授に。腎疾患や透析医療に基づく身体的、精神的影響を軽減させる「腎臓リハビリテーション」を提唱し、日本腎臓リハビリテーション学会理事長、国際腎臓リハビリテーション学会理事長などを歴任。著書・監修書多数。	15,000
	実用書							
2	書籍		「内臓脂肪がスッキリ落ちる」にいいこと超大全 著者:牧田 善二 発売日:2022年11月4日 価格:1,320円(税込)	判型:B6判 ページ数:288P ISBN:978-4-299-03503-5 https://68.gigafire.net/0912-b66400025279c08d8a15705187754edb8	第1章 内臓脂肪はすべての生活習慣病の原因！ 第2章 脂肪の原因である「糖質」とは？ 第3章 糖質と人の体の関係性を理解する 第4章 糖質オフで得られる驚きの健康効果 第5章 体脂肪を減らす糖質オフの実践方法とは 第6章 手軽にできる脂肪を減らすカンタン習慣 第7章 糖質&AGEオフにおすすめの食材とは	糖質制限の名医が教えるいちばんやさしいダイエットメソッド お腹スッキリ/慢性疲労回復/イライラ改善/美肌効果/体力向上/健康長寿 「一生やせる」は食べ方が9割！誰でもできる121のメソッド 名医が教える糖質制限でお腹が凹む！即やせる！ 内臓脂肪がつくメカニズムから効率的な落とし方まで、糖質制限の名医がわかりやすく徹底解説 内臓脂肪を減らすと得られる驚きの健康効果！	牧田 善二(まさた ぜんじ) プロフィール 糖尿病専門医。AGE牧田クリニック院長。医学博士。1979年、北海道大学医学部卒業。ニューヨークのロックフェラー大学医学生化学講座などで、糖尿病の合併症の原因として注目されているAGEの研究を約5年間行う。1996年より北海道大学医学部講師。2000年より久留米大学医学部教授。2003年より、糖尿病をはじめとする生活習慣病、肥満治療のための「AGE牧田クリニック」を東京・銀座で開業し、延べ20万人以上の患者を診ている。高血糖、食事術、美容などに関する最新情報をYouTubeチャンネルで発信中。	韓国語版 15,000
	実用書							
3	書籍		「血糖値がどんどん下がる」にいいこと超大全 監修:板倉 弘重 発売日:2022年9月16日 価格:1,320円(税込)	判型:B6判 ページ数:288P ISBN:978-4-299-03373-4 https://68.gigafire.net/0912-cb373e569e7ce4bbbfb1d61355ee7458a	【プロローグ】これが血糖値の新常識!! 【第1章】食材と飲み物の選択術 【第2章】「血糖値を下げる」食事術 【第3章】「糖を消費する」運動大全 【第4章】「血糖値を下げる」生活習慣22 【第5章】「血糖値を下げる」マッサージ&ツボ押し	自力で血糖値を下げる食べ方&習慣百科 日常生活でできる100のメソッド 肉の食べ方/糖質ゼロはNG/ヘモグロビンA1c 管理術 ながら筋トレ/血液サラサラ食材/GL値とGI値/自律神経 × キツイ食事制限あり →○ 肉・魚・卵も食べてよし！ × おつまみとお酒は禁止！ →○ ハイボール&唐揚げOK × 毎日運動しなければならぬ →○ 週1回体を動かすだけ！ 今日からすぐに役立つ血糖値を下げる裏技を名医がわかりやすく解説！もう血糖値の数値に振り回されない！	板倉 弘重(いたくら ひろしげ) プロフィール 医学博士。東京アスポクリニック名誉理事長。東京大学医学部卒業。同大学第三内科講師、国立健康・栄養研究所臨床栄養部長などを経て、現職。赤ワインなどに含まれるポリフェノールの抗酸化作用を世界で最初に発見。2006年「瑞宝双光章」受章。2009年度国際栄養科学連合(IUNS)のFellowに認定(栄養学研究分野で顕著な貢献をした世界の研究者10人の1人)。2010年「動脈硬化疾患の予防と治療に関する栄養学的研究」により日本栄養・食糧学会功労賞を受賞。	15,000
	実用書							
4	書籍		「毎日疲れない」にいいこと超大全 監修:工藤 孝文 発売日:2022年8月16日 価格:1,320円(税込)	判型:B6判 ページ数:288P ISBN:978-4-299-03271-3 https://68.gigafire.net/0912-cd3cec98ead09799e2dea19705cdf0a3c	第1章 疲れない体になるための「眠り方」 第2章 疲れない体が入る「食事習慣」 第3章 疲れをパッとリセットするための「生活習慣」 第4章 職場で心と体を守るための「リセット法」 第5章 毎日楽しく過ごすための「ストレスケア」 第6章 漢方的！不調別の「対処法」	医者が教える疲れない体が入る「習慣化」疲れないメソッド125 しつこい疲れがスーッと消える&疲れにくい体を作る健康習慣 正しい眠り方/メンタルケア/食習慣の改善/セルフケア マインドセット/ライフスタイル/東洋医学/人間関係 ●寝だめよりも決まった時間に起きる ●脳をだますクセで心が軽くなる ●食べる順番を変えれば頭もスッキリ ●週一のプチ断食で胃腸も快調！ ●ストレスの原因になる我慢をやめる 毎日の生活の質が劇的に変わる！ なぜか疲れる原因を知って体の違和感も不調も解消！ 誰でもすぐに実践できるメソッドが満載！	工藤 孝文(こうとう たかふみ) プロフィール 肥満症・糖尿病外来医師。1983年、福岡県生まれ。ダイエットしたい患者の99%を成功に導いた内科医、糖尿病内科医、統合医療医、漢方医。福岡大学医学部卒業後、アイルランド、オーストラリアへ留学。現在は福岡県みやま市の工藤内科で生活習慣病の診療を中心に行っている。日本内科学会・日本糖尿病学会・日本高血圧学会・小児慢性特定疾病指定医。『やせる出汁』(アスコム)、『やせるスイーツ』(秀和システム)ほか著書多数。	13,500
	実用書							
5	書籍		誰からも愛され、信頼される人になる！気くぱりにいいこと超大全 著者:西出 ひろ子 発売日:2022年6月15日 価格:1,100円(税込)	判型:B6判 ページ数:288P ISBN:978-4-299-03018-4 https://68.gigafire.net/0912-c9f0699f17aeebe56cbce4120e9f18e4d	【第1章】きりげなく使いたい日常の気くぱり 【第2章】人間関係をもっとよくする話し方の気くぱり 【第3章】仕事をスムーズにする 職場での気くぱり 【第4章】「また会いたい」と思われる 訪問やおもてなしの気くぱり 【第5章】あなたを魅力的に見せる 食事の気くぱり 【第6章】心が伝わる 冠婚葬祭やお便りの気くぱり 【第7章】逆に迷惑？注意したいやりすぎな気くぱり	選ばれる人になる126のメソッド 「気がきくね」「また会いたい」とほめられる気くぱりのヒント ・いつも感謝の気持ちを忘れない ・お願いするときは「クッション言葉」+「伺い形」で優しく ・職場では「おしゃれ」ではなく「安心感」のある服装を ・乾杯するときは相手のグラスよりも低い位置に ・お祝いの席では「忌み言葉」に注意する マナー界のカリスマが教える！ 「感じのいい人」がやっている美しいふるまいのテクニック 今すぐ身につけたい気くぱりが満載！	西出 ひろ子(にしで ひろこ) プロフィール マナーコンサルタント、美道家。ヒロコマナーグループ代表。ウイズ株式会社代表取締役会長。HIROKOROSE株式会社代表取締役社長。一般社団法人マナー&プロコル・日本伝統文化普及協会代表理事。大妻女子大学卒業後、参議院議員等の秘書職を経てマナー講師として独立。1998年、英国に渡り、オックスフォード大学大学院遺伝子学研究者(当時)と現地にて起業。帰国後、名だたる企業300社以上のコンサルティング、延べ10万人以上の人材育成を行い、情報・ドキュメンタリー番組をはじめ、新聞、雑誌などにてマナー界のカリスマとして多数紹介された。また、政治家、弁護士、企業のエグゼクティブたちの装いや身のこなし、話し方などのトータルコンサルティングも請け負う。	繁体字版 15,000
	実用書							

No.	種類	表紙	タイトル 著者・発売日・価格	判形・頁数・ISBN 本文PDF	概要	内容紹介	著者紹介	契約済言語 発行部数
6	書籍		「一生老けない」にいいこと超大全 監修:白澤 卓二 発売日:2022年3月2日 価格:1,100円(税込)	判型:B6判 ページ数:288P ISBN:978-4-299-02691-0 https://68.gigafile.net/0912-b98afe490bdeb457b0c3db98043dd2025	本書の若返り習慣を身につければ体も心も若々しさを維持！ 【第1章】知っておくべき「老化の原因」 【第2章】「食習慣」を正して体の内側から若返り 【第3章】老化を防ぐ成分が豊富な「食べ物」 【第4章】簡単な「運動」で老いにくい体へ 【第5章】絶対に見直すべき「生活習慣」 【第6章】老けないための「考え方・哲学」	体・お肌・見た目年齢に10歳差がつく若返り習慣 食べ物／歩き方／運動／生活習慣 食べ方／ストレッチ／睡眠／考え方 常識が変わる「若返り法」大百科 【老化防止メソッド120】 ●食物繊維のとりにすぎが老化を加速させる!? ●過度な糖質制限は血管を老化させる! ●空腹時に活性化する若返り遺伝子とは? ●「朝ごはんは毎日食べるべき」は誤り!? ●肌の「たるみ」はレバニラ炒めでなくなる! ●筋肉に強い負荷をかける脳は若返る!? ●“速歩き”より効果的なウォーキング法	白澤 卓二(しらさわ たくじ) プロフィール 1958年、神奈川県生まれ。医学博士。白澤抗加齢医学研究所所長。お茶の水健康長寿クリニック院長。1982年、千葉大学医学部卒業後、呼吸器内科に入局。東京都老人総合研究所病理部門研究員、老化ゲノムバイオマーカー研究チームリーダーなどを経て、2007年より2015年まで順天堂大学大学院医学研究科・加齢制御医学講座教授。専門は寿命制御遺伝子の分子遺伝学、アルツハイマー病の分子生物学、アスリートの遺伝子研究。著書は300冊を超える。テレビ番組にも多数出演し、わかりやすい医学解説が好評を博している。	32,000
	実用書							
7	書籍		腸活にいいこと超大全 著者:小林 弘幸 発売日:2021年12月14日 価格:1,100円(税込)	判型:B6判 ページ数:288P ISBN:978-4-299-02404-6 https://68.gigafile.net/0912-b4aeb7eb19192f2871b3b2c224cdac0c7	【第1章】腸を整えると人生が変わる 健康・美容を作る「腸活」ライフ 【第2章】食べ物を食べれば劇的に変化! 美腸に導く食事メソッド 【第3章】今すぐはじめてお腹スッキリゆる運動・ストレッチ 【第4章】腸を整えればみるみる痩せる 腸活ダイエットのススメ 【第5章】忙しい人でもすぐできる 毎日コツコツ「腸活習慣」	うつ、肥満、免疫力…… 腸を整えれば、全身が健康になる! ダイエット／便秘解消／美肌効果／むくみ防止 肌荒れ改善／ストレス緩和／快眠／病気予防 美腸メソッド100 結局、腸内環境がすべて解決してくれる! ×太るから オイルはNG→○良質なオイルは便秘解消にGOOD! ×ご飯&パンが好き→○食物繊維、ねばねば食材は整腸作用が抜群! ×仕事で座りっぱなし→○立って仕事すれば腸が働き、効率もUP! ※ 脳ではなく、「腸」が体をコントロールしていた!	小林 弘幸(こばやし ひろゆき) プロフィール 1960年生まれ。順天堂大学医学部教授。日本スポーツ協会公認スポーツドクター。自律神経研究の第一人者として、プロスポーツ選手、アーティスト、文化人へのコンディショニング、パフォーマンス向上の指導にかかわる。主な著書に『なぜ、「これ」は健康にいいの?』(サンマーク出版)、『自律神経を整えるぬり絵』『聞くだけで自律神経が整うCDブック』『医者が考案した「長生きみそ汁」』(以上、アスコム)、『自律神経にいいこと超大全』(宝島社)など、ベストセラー多数。	33,000
	実用書							
8	書籍		自己肯定感にいいこと超大全 著者:トキオ・ナレッジ 発売日:2021年6月2日 価格:1,100円(税込)	判型:B6判 ページ数:224P ISBN:978-4-299-01774-1 https://68.gigafile.net/0912-d38aef050ccd5ebb9389663a44cfef65b	【第1章】あなたは低い? それとも高い? 「自己肯定感」チェック 【第2章】原因はいろいろ! 「自己肯定感」が低くなるメカニズム 【第3章】「自己肯定感」を高める思考習慣 【第4章】自分を好きになる魔法の言葉集&行動習慣 【第5章】自己肯定感アップを助けるプラスアルファのテクニク	人間関係の悩みをゼロにするスキル! 自分を好きになれば、すべてがうまくいく! 毎日が輝く101の新習慣 いいこと日記を書く／「大丈夫」と唱える 小さな成功談を書き出す／自分あての手紙を書く 座って深呼吸をする／「ありがとう」をログセにする 「自分軸」で生きると他人に振り回されなくなる 「自己肯定感」を高めるコツ大全! 今すぐ誰でもできる簡単テクニック満載	トキオ・ナレッジ プロフィール 誰でも知っていることはよく知らないけれど、誰も知らないようなことには妙に詳しいクリエイティブ・ユニット。弁護士、放送作家、大手メーカー工場長、デザイナー、茶人、ライター、シンクタンクSE、イラストレーター、カメラマン、新聞記者、ノンキャリア官僚、フリーター、主夫らで構成される。『メンタルにいいこと超大全』『正しい太鼓のもち方 上司を転がす35の社交辞令』(ともに宝島社)など、著書の累計発行部数は120万部超。	35,000
	実用書							
9	書籍		自律神経にいいこと超大全 著者:小林 弘幸 発売日:2021年5月27日 価格:990円(税込)	判型:B6判 ページ数:320P ISBN:978-4-299-01629-4 https://68.gigafile.net/0912-b3f98d47d148db9285c5239fb7630ce7e	【序章】自律神経の仕組みとは? 【第1章】自律神経にいい一日の習慣 【第2章】腸活で自律神経を整える 【第3章】自律神経にいい休息の方法 【第4章】日常でできる自律神経にいい習慣 本書のメソッドで自律神経を整えるだけで ↓ 驚くほどココロと体が絶好調に!	1/2のスピードでゆっくり動けばそれだけでメンタルが安定する! 免疫力アップ／イライラしない／ストレスフリー 太らない／アンチエイジング／脳の活性化 「なんとなく不調」が消える小林メソッドを完全図解! ●部屋を片づけると呼吸が深くなる ●「おいしいもの」を食べるのが理想 ●階段の上り下りで怒りをコントロール 医師が教える正しい自律神経の整え方 ぐっすり眠れる! 不安やイライラ解消! 疲れない体になる! 病気が知らずで健康に!	小林 弘幸(こばやし ひろゆき) プロフィール 1960年生まれ。順天堂大学医学部教授。日本スポーツ協会公認スポーツドクター。自律神経研究の第一人者として、プロスポーツ選手、アーティスト、文化人へのコンディショニング、パフォーマンス向上の指導にかかわる。主な著書に『なぜ、「これ」は健康にいいの?』(サンマーク出版)、『自律神経を整えるぬり絵』『聞くだけで自律神経が整うCDブック』『医者が考案した「長生きみそ汁」』(以上、アスコム)、『自律神経にいいこと超大全』(宝島社)など、ベストセラー多数。	簡体字版 82,000
	実用書							
10	書籍		睡眠にいいこと超大全 著者:トキオ・ナレッジ 発売日:2021年5月17日 価格:1,100円(税込)	判型:B6判 ページ数:224P ISBN:978-4-299-01569-3 https://68.gigafile.net/0912-d2bb2d286955b4b09f4c871677cd67a20	* 驚くほどスッキリ・ぐっすり眠れる! 【プロローグ】眠らないと死んでしまう!? なぜ「睡眠」が必要なのか? 【1章】体の中から変えていく! 「睡眠リズム」を整える食事術 【2章】継続は力なり! 「深い眠り」に導く運動術 【3章】日々の生活に取り入れる! 「睡眠の質」を高める生活習慣 【4章】不眠が吹っ飛ばす! 眠気を誘う「睡眠の秘訣」 【5章】病気、事故、殺人事件も!? 本当に怖い! 「睡眠障害」	ぐっすり眠れば、すべて解決! 寝つきが悪い・起きられない・日中も眠い…… あらゆる悩みが1時間でスッキリ解消できる! 集中力アップ／イライラ解消／ストレス緩和 免疫力アップ／ダイエット／アンチエイジング 眠りの質が変わる100のメソッド ×寝だめで睡眠不足解消! →○ 睡眠時間を確保して1日のスケジュールを決める ×運動で疲れれば眠れる! →○ 散歩やウォーキングなどのゆる〜い運動が最適 ×寝れば寝るほどいい! →○ 7~8時間が最適! 短くても長すぎてもダメ	トキオ・ナレッジ プロフィール 誰でも知っていることはよく知らないけれど、誰も知らないようなことには妙に詳しいクリエイティブ・ユニット。弁護士、放送作家、大手メーカー工場長、デザイナー、茶人、ライター、シンクタンクSE、イラストレーター、カメラマン、新聞記者、ノンキャリア官僚、フリーター、主夫らで構成される。『メンタルにいいこと超大全』『正しい太鼓のもち方 上司を転がす35の社交辞令』(ともに宝島社)など、著書の累計発行部数は120万部超。	27,000
	実用書							