

# 読書会型ワークショップ「ワンブックシェアリング」

2月  
テーマ

## 気分が良ければ人生はうまくいく？ ～ビジネス書売上1位を読んでみる～

開催日時：2025年 2月14日(金) 14:30～16:30  
20日(木) 13:00～15:00

開催場所：CHIENOWA BASE  
〒351-0011 朝霞市本町 2-7-27

今回の使用書籍

### 人生は「気分」が10割

キム・ダスル 著 / 岡崎暢子 訳 / ダイヤモンド社

## 人生は 気分が

# 10割

最高の  
一日が一生続く  
106の習慣

日本&韓国で  
ベストセラー  
累計35  
万部突破

共感の声、続々！

現在、ビジネス書売上1位を記録している話題のベストセラー。本書のテーマは「気分」。結局のところ、僕らの行動や成果はすべて「気分」に左右されているのではないかと？

著者が提案する「気分を管理する方法」には、日々を整え、仕事でも人生でもより良い結果を出すためのヒントが詰まっています。今回はこの一冊を通じて、「気分」との向き合い方を一緒に探求します。仕事や日常でのストレスを感じている方、人生をより良いものにしたい方に、ぜひ参加して頂きたいです。

- ☑「クソ失礼なやつら」を人生から叩き出す
- ☑朝起きたら、すぐにふとんを蹴っ飛ばす
- ☑「やる」も「やらない」も1秒で決める

対象

日々のストレスを  
和らげたい方

人生や仕事を  
前向きにしたい方

コミュニケーション  
に課題を感じる方

話題のベストセラーを  
読んでみたい方

### ワンブックシェアリングとは

「1冊の本を読む→伝える→対話 / ワーク」を繰り返すことで本を体感するワークショッププログラムです。学びだけでなく会社外の方との非日常の交流を楽しんで頂けます。

参加費：1名8,000円(書籍代込み)  
法人会員価格：①3名20,000円(書籍代込み)  
②5名30,000円(書籍代込み)



### 過去の参加者の感想(抜粋)

これまで本を読むことに苦手意識がありましたが、「読み方」を知ることで本を楽しむことができました。

20分で1冊の本を読み終えることができるのはとても効率的です。また、参加者と共有できる場があるのは距離を縮めるのに良い機会でした。

書籍を複数人で分担し読み進めることで、短時間で1冊のあらすじを理解できるだけでなく、いろいろな人の意見や物事の捉え方を知ることができました。

### 2月BtoA参加申込書

申込先 FAX048-450-6761 又は mail@chienowa-bs.com

| 御社名          | 参加日 | 参加人数         |
|--------------|-----|--------------|
| 参加者氏名 ①(代表者) | ②   | ③            |
| ④            | ⑤   | 代表者さまメールアドレス |

申込は  
こちら

2/10(月)締切



大学生は先着5名様まで無料で参加を受付！ ※お申し込み時に備考欄へ大学名・学部をご入力ください。