

## News Release

報道関係者各位

2012年3月19日

株式会社リンクアンドモチベーション

## 最強のトレーニングメニュー完成！

## 書籍『~1日3分で人生が変わる~セルフ・モチベーション』発刊

経営コンサルティングの株式会社リンクアンドモチベーション(以下LM 東京都中央区)、代表取締役社長小笹芳央著による、**書籍『~1日3分で人生が変わる~セルフ・モチベーション』**が、PHP 研究所より発売されました。

時流の変化が激しく、企業の栄枯盛衰も激しい現代。世の中のニーズに応えていくためにも、個人が勝ち残っていくためにも、一人一人が個の力を高めていく必要があります。そのために必要な「自分創り」に向けた、具体的な方法論をお伝えしています。「一行日記を書け」や「陰口を言え」など、「気軽に取り組める」をコンセプトに、トレーニング仕立てでお伝えしています。

[詳細はこちら >> http://www.lmi.ne.jp/companydata/publications/empowerment.html#section14](http://www.lmi.ne.jp/companydata/publications/empowerment.html#section14)

## 書籍概要・目次

## 書籍概要

出版社 PHP 研究所(PHP ビジネス新書)

定価 840 円(税込)

発刊日 2012年3月19日

ISBN 978-4-569-80421-7 C1234

## 内容

- 第1章 ストレッチ編 これまでの凝り固まった自分をほぐす
- 第2章 ダイエット編 捨てるべき固定概念や習慣と決別する
- 第3章 ウォームアップ編 変化に向けて心と体を温める
- 第4章 パワーアップ編 隅々まで鍛え上げる
- 第5章 クールダウン編 新たな自分創りを継続する



## 著者:小笹 芳央 (リンクアンドモチベーショングループ代表)

1961年生まれ大阪府出身。早稲田大学政治経済学部卒業後、株式会社リクルート入社。

2000年、株式会社リンクアンドモチベーションを設立、同社代表取締役社長に就任。気鋭の企業変革コンサルタントとして注目を集め、「モチベーションエンジニアリング」という同社の基幹技術を確立させ、幅広い業界からその実効性が支持されている。

経営者としても、創業から8年で同社を東証一部に上場を果たし、講演会やテレビ・ラジオ出演も多数。

## お問合せ先

## 報道関係者のお問い合わせ先

株式会社リンクアンドモチベーション コーポレートデザイン本部 広報担当 野々山果純

TEL:03-3538-9517 FAX:03-3538-8672 Email:pr@lmi.ne.jp

株式会社リンクアンドモチベーション <http://www.lmi.ne.jp/>

代表取締役社長:小笹芳央 資本金:979,750,000円 証券コード:2170(東証一部)

本社:東京都中央区銀座3-7-3 銀座オーミビル Tel:03-3538-8671(代表) 創業:2000年4月

事業内容:モチベーションエンジニアリングによる企業変革コンサルティング

モチベーションマネジメント事業(組織戦略・ブランド戦略)、エントリーマネジメント事業(採用戦略)

グループ会社:株式会社リンクコーポレートコミュニケーションズ、株式会社リンクイベントプロデューズ、株式会社レイズアイ

株式会社インテック・ジャパン、株式会社セールスマーケティング、株式会社アピバ、株式会社モチベーションアカデミア

株式会社アヴァンセ、株式会社リンクスポーツエンターテインメント、株式会社リンクダイニング