

【書籍の特徴】

多彩な人生から「なりたい自分」を見つけるヒントを紹介

「自分が本当にやりたいことってなんだろう…」。誰もが一度は抱えるこの悩みに、本書は 30 人のリアルな物語で答えます。10 代から 60 代まで、年齢も職業も国籍も様々な人たちが登場します。起業家、e スポーツ選手、日本語教師、ネイリスト、YouTuber… 国内外で活躍する彼らの「なりたい自分」への道のりは、まさに十人十色。成功談だけでなく、失敗や挫折を乗り越えた経験も赤裸々に語られています。

●「なりたい自分」に近づくための行動指針

本書は、単なる成功談集ではありません。「自分らしいキャリアを築くには？」「やりたいことがわからない時はどうすれば？」といった疑問に、科学的根拠や実体験に基づいた具体的なアドバイスを提供します。

転職・起業事例、仕事選びの思考法など、すぐに役立つ情報が満載！「一步踏み出す勇気がほしい」「具体的な行動指針を知りたい」そんな読者を、本書は力強く後押しします。

●経験の積み重ねが未来を切り開く

本書に登場する人々に共通するのは、「何もしないより、まずはやってみる」という行動力。小さな挑戦を積み重ねることで、どのように未来が変わっていくのかを、具体的なエピソードとともに紹介します。

「試してみることの大切さ」を実感し、読者は行動を起こす勇気を得られるでしょう。

●本書の構成

人生の様々なステージにおける「なりたい」をテーマに、7 つの章で構成されています。

第 1 章 生涯にわたって「なりたい」を考える

第 2 章 10 代で「なりたい」に向き合う

第 3 章 大人になって「なりたい」を見つめ直す

第 4 章 MBA で広がる自分の可能性

第 5 章 子ども時代から「なりたい」を育む

第 6 章 日本に来て「なりたい」を決める

第 7 章 海外で見つけた「なりたい」を叶える

●書籍情報

『誰も教えてくれなかった なりたい「自分」の見つけ方』

著者：なりたい自分発見ラボ

定価：1,738 円（本体 1,580 円 + 税）

体裁：A5 判 160 ページ 4 色刷

ISBN：9784295410614

発行：株式会社クロスメディア・パブリッシング（クロスメディアグループ株式会社）

発売日：2025 年 2 月 14 日

◆関連 URL

<https://cm-publishing.co.jp/books/9784295410614>

Amazon <https://www.amazon.co.jp/dp/4295410616>

楽天ブックス <https://books.rakuten.co.jp/rb/18109619/>

■取材・本件に関するお問い合わせ■ ヒューマンアカデミー株式会社 広報担当 原 千恵
E-mail : ha_info@athuman.com

■ヒューマンアカデミーについて <https://manabu.athuman.com/>

ヒューマンアカデミーは、学びの面白さを提供する「Edutainment Company」として、1985年の創設以来、時代や社会の変化にあわせながら800以上の講座を編成しました。未就学児童から中高生・大学生・社会人・シニア層とあらゆるライフステージにおけるSTEAM教育やリスキリング、学び直しの支援を行っています。



さらに、独自の「ヒューマンアカデミー-GIGA スクール構想」を推進し、学習支援プラットフォーム「assist」を開発。SELFing サポートカウンセラーと講師が、個別に学習目的や目標にあわせた進捗管理や相談などの学習サポートをします。私たちは、常に最先端の教育手法やテクノロジーを取り入れ、学びの喜びを追求し、最高水準の教育サービスを提供していきます。

■ヒューマングループについて <https://www.athuman.com/>

ヒューマングループは、教育事業を中核に、人材、介護、保育、美容、スポーツ、ITと多岐にわたる事業を展開しています。1985年の創業以来「為世為人（いせいじん）」を経営理念に掲げ、各事業の強みを生かし、連携しながらシナジーを最大限に発揮する独自のビジネスモデルにより、国内330拠点以上、海外5カ国6法人のネットワークでお客様に質の高いサービスを提供しています。



日本リスキリングコンソーシアム
学びの楽しさ、未来のために。

ヒューマンホールディングスは、
日本リスキリングコンソーシアムの後援パートナーです。

- ヒューマンホールディングス WEB サイト : <https://www.athuman.com/>

ヒューマンアカデミー株式会社概要

- 代表者：代表取締役 今堀 健治 ●所在地：東京都新宿区西新宿 7-5-25 西新宿プライムスクエア 1 階
- 設立：2010年4月 ●資本金：1,000万円 ●URL：<https://manabu.athuman.com/>

■取材・本件に関するお問い合わせ ■ ヒューマンアカデミー株式会社 担当 原 千恵
E-mail : ha_info@athuman.com

■ヒューマングループに関するお問い合わせ ■ ヒューマングループ 広報担当 若林、平
E-mail : kouhou@athuman.com