教員おすすめ図書コーナー推薦書

教　員　氏　名 長野　博一　先生	おすすめメッセージ
①　図書名：　WORK DESIGN（ワークデザイン） 著　者：イリス・ボネット 出版社：NTT 出版　　ISBN：　9784757123595	行動経済学を使って、バイアスをカットできるだろうか？その問いから発生し、人々の行動変容を促す「行動デザイン」。本書は、米国屈指の女性行動経済学者が、私たちの意識や行動を決定づける「無意識からからくるバイアス」の存在を科学的に明らかにしています。行動デザイン手法でジェンダー・ギャップ問題の根拠と、その問題の解決策を提示し、例えば、男女が対等に競い合うにはどうしたら良いか？男女格差のない人事をデザインするとはどのような事か？など、これまで切り込みきれなかった部分に、メスを入れるにはどうすれば良いか、という視点が盛り込まれています。 働き方は、自分で選べる時代になりました。あなたにとって魅力的な働き方はどんなものですか？ワークデザイン、いまから実践してみましょう。
②　図書名：天才読書 著　者：山崎良兵 出版社：日経 BP　　ISBN：　9784296109579	世の中には、とんでもない天才が存在します、しかも次から次へと世に現れます。本書は、イーロン・マスク（テスラ CEO）、ジェフ・ベゾス（Amazon 創業者）、ビル・ゲイツ（Microsoft 創業者）、いずれもイノベーションを起こして「フォーブス」世界長者番付 1 位になった天才 3 人が選んだ書籍計 100 冊を紹介しています。この 3 人、実は猛烈な読書家でもあります。成功するために必要な要素は、すべて書店で売られている、とまで言われることがしばしばありますから、書店めぐりをはじめるのは、成功への階段を昇り始めたと考えても良いのかもしれません。いつも本を買うけど読まずに積み上げてしまう人、本を読むよりも動画が好きな人、これを機に、読書を小さく短く始めてみてはいかがでしょう。読書は裏切らない。
③　図書名：筋トレは必ず人生を成功に導く 著　者：Testosterone 出版社：PHP 研究所　　ISBN：　9784569838854	人生に必要なもの、それは人それぞれ。では、人間が生きるために必要なものは？少しのお金、適度な睡眠、安全な水と食事、心の栄養、そして筋肉。。。筋トレは、すべてを解決する、とまで Testosterone 先生は述べています。すべてを解決するかどうかは、日常的に筋トレをしている私でもよくわからない視点であるため、まだトレーニングを開始していない皆さんにとっては「は？」ということになる点は否定できないところです。ですが、ぜひこの書を手に取り、運命すらも捻(ね)じ曲げるマッチョ哲学（筋肉哲学です）と出会ってください。筋トレをする「習慣」を身につけることは、あなたのフィジカルとメンタルを大きく変え、新しいステージへ進むためのライフデザインそのものになるはずです。いまから始めよう筋トレを。筋肉は裏切らない。