

**有隣堂の電子出版レーベル「ごきげんビジネス出版」2作品****「企業図書大賞 2025 powered by Sharelot」2部門入賞****企業向け電子書籍読み放題サービスの年間利用実績を基に、実務書として高評価**

株式会社有隣堂（本社：神奈川県横浜市 代表取締役 社長執行役員：松信 健太郎）は、当社の電子出版レーベル「ごきげんビジネス出版」より刊行した電子書籍2作品が、株式会社MOCHI（モチ）が運営する企業向け電子書籍読み放題サービス「Sharelot（シェアロット）」による「企業図書大賞 2025 powered by Sharelot」において、各部門の上位作品として入賞したことをお知らせいたします。

本アワードは、企業における学習・人材育成の文脈で、実際に読まれた年間の利用実績を基に選出される点に特長があります。個人の嗜好や一過性の話題性ではなく、ビジネスの現場で“選ばれ、活用された”実務書としての評価が反映されるため、企業向けコンテンツの信頼性を示す重要な指標のひとつとなります。

また、電子書籍を活用した学習・研修の需要が高まる中、当社で刊行する実務書が、異なる領域（メンタルヘルス／組織開発）において評価されたことは、企業の現場課題に即したコンテンツ提供の実績として意義あるものと受け止めております。

**■入賞作品（2部門）****【メンタルヘルス・セルフケア部門】**

## 企業図書大賞 -2025- 受賞作品

ビジネスの現場で、いま最も読まれている本。

**メンタルヘルス・セルフケア入賞**

不安・ストレス「しんどい心」をスッと軽くする本  
**『かるい運動からはじめるメンタル強化術』**

櫻井 誠一郎(著) / ごきげんビジネス出版（運営:有隣堂）

powered by  Sharelot

『不安・ストレス「しんどい心」をスッと軽くする本  
かるい運動からはじめるメンタル強化術』

著者：櫻井誠一郎

本書は、メンタル不調になる原因として、人間関係・コミュニケーション不足・他人の機嫌に左右されるなど、そのメカニズム

について見ていき、メンタル不調を良好にもっていくのに、いかに運動が大事かを説いています。著者は元アスリートであり、「運動をする」「体を鍛える」ことで、自分の体が成長し自信がつくことで、物事を前向きに考えられること、運動を通じて仕事や人生を好転することが可能なことも伝えています。

### 【チーム＆プロジェクト開発部門】

## 企業図書大賞 -2025- 受賞作品



ビジネスの現場で、いま最も読まれている本。

チーム＆プロジェクト開発入賞

『10分のアイスブレイクが心理的安全性を高める』

人材育成と生産性向上に効く！体験型ワーク33

木之上拓浩(著) / ごきげんビジネス出版（運営：有隣堂）

powered by Sharelot



### 『10分のアイスブレイクが心理的安全性を高める 人材育成と生産性向上に効く！ 体験型ワーク33』

著者：木之上拓浩

本書は、社会環境が激変する中、どうすれば「人材育成」と「職場づくり」を効果的に実現できるか、その答えが「体験型ワーク」を取り入れることを説いています。著者は19年間で1,000回を超える研修に登壇し、ビジネスパーソンの成長と組織づくりを支援。その経験を踏まえ、実際に効果があった体験型ワークを33個厳選し、誰もがすぐ実践できる1冊にまとめました。

#### ■「企業図書大賞 2025 powered by Sharelot」について

企業向け電子書籍読み放題サービス「Sharelot」において、年間を通じて多く読まれた作品を部門別に選出・表彰するアワードです。

法人利用の特性上、読み手は管理職・現場リーダー・人事・研修担当など、組織課題の解決に責任を持つ立場の方々が中心となります。すなわち本アワードは、単なる人気ランキングではなく、企業の現場において「実際に読まれ、理解され、業務や学習の文脈で活用された書籍」が評価される構造にあります。また、部門別に選出する仕組みにより、ビジネススキル一辺倒ではなく、ITリテラシーから日々の暮らし、心のケアなど、企業活動を支える複数のテーマ領域ごとに評価が可視化される点も特長です。このため「企業図書大賞」は、企業における実務知の選定・導入の観点で、一定の信頼性と実効性を備えた表彰であると位置づけています。

## ■入賞の意義：当社レベルが“現場評価”で選ばれた実績

今回、「ごきげんビジネス出版」の2作品が、異なる部門で入賞したことは、企業の現場における課題感に対して、実装可能な知識として支持された結果であると受け止めております。近年、企業では人的資本経営の流れを背景に、学習機会の拡充や研修施策の高度化が求められる一方、現場では「実務に直結し、すぐに使える知識」が強く求められています。今回の入賞は、まさにその要請に応える実務書として、当社コンテンツが評価されたものと考えております。

## ■今後の展開

個人の成長支援にとどまらず、組織の生産性・マネジメント・メンタルヘルス・チーム運営といった企業課題の解決に資する実務書の提供を推進してまいります。また、電子出版の利便性を活かし、企業における学習・研修の現場で活用されるコンテンツづくりを強化とともに、関連テーマにおける新規タイトルの企画や、読者の実務活用を促進する取り組みを継続してまいります。

## ■「ごきげんビジネス出版」について

「ごきげんビジネス出版」は、有隣堂が展開する電子出版レベルです。「あらゆるビジネスパーソンをごきげんにする！」というミッションのもと、メンタルヘルス、チームビルディング、人材育成、組織開発など、企業の現場で求められるテーマを中心に、実務に直結する知見を電子専門のレベルとして出版しています。

## ■「Sharelot（シェアロット）」について

Sharelot（シェアロット）は、株式会社MOCHI（モチ）が運営する企業向け電子書籍読み放題サービスです。企業内の学習・研修・自己啓発を支援することを目的とし、ビジネス・マネジメント・人材育成領域を中心とした電子書籍コンテンツを提供しています。