

# 超多忙な社会人でも実践できる スマート勉強法

## 学びたいのに時間がない社会人に！ 仕事、家事、育児.....頑張る人のための勉強法

資格を取得したい、新しい学びの機会を得たい.....。  
生涯学習という言葉が定着した今、学びに対して前向きな社会人は  
増えています。  
しかし、学びへの意欲が高まりを見せる一方で、  
勉強に集中できるまとまった時間を取ることができず、  
断念してしまう人が少なくないのが現状です。

キャビンアテンダントとして大手航空会社に23年間勤務したのち、  
現在キャリアコンサルタントとして全国を飛び回る  
超多忙な毎日を送っている碓ともみ氏は、  
どんなに多忙な人でも勉強時間を捻出し、  
合格を勝ち取ることは可能だと断言します。

そこで本書では、取得した資格は唎酒師からMBAまで14以上  
という著者が独自に編み出した、  
社会人のための独自の勉強法を伝授します。



### 著者紹介

#### 碓ともみ (いかり・ともみ)

東京都出身。23年以上にわたり日本航空株式会社に在職し、退職後キャリアコンサルタントに  
転身。

現在、年間約400人にキャリアアドバイスをしているほか、複数の大学で非常勤講師として  
5科目（キャリア関連科目、ホスピタリティ論など）を担当、ビジネス系対策講座、キャリアコ  
ンサルタント養成講座などでも登壇し、235講義、年間延べ2000人以上もの受講生を受け持つ。

|                             |                      |  |
|-----------------------------|----------------------|--|
| 貴店印・帳合<br><br><br><br>ご担当 様 | 注文数<br><br><br><br>冊 | 超多忙な社会人でも実践できる<br><h2>スマート勉強法</h2> 碓ともみ/著<br>定価：本体1,300円(税別)<br>ISBN978-4-909417-30-3<br>発売日：2019年9月2日<br>四六判並製/154頁<br>PHPエディターズ・グループ |
|-----------------------------|----------------------|--|

発行 | **PHPエディターズ・グループ**

〒135-0061  
東京都江東区豊洲5-6-52 11階  
☎ 03-6204-2931  
FAX 03-6204-2932

ご注文はJRCへ▶▶▶▶ FAX 03-3294-2177

※返品条件付き注文扱い  
すべての取次への出荷が可能です。