

## 【本の要約サービス「flier」2026年上半期ビジネス書ランキング】

1位は『頭のいい人が話す前に考えていること』！

AI・タイパ時代だからこそ重要になるのは「コミュカ」や「体力・メンタル管理」？

累計会員数131万人を突破した本の要約サービス「flier」を運営する株式会社フライヤー（本社：東京都千代田区、代表取締役CEO 大賀康史）は、5月29日（金）に2026年上半期におけるビジネス書の人気ランキングを発表しました。

本の要約サービス 

2026年の上半期ランキングでは、昨年にひきつづき『頭のいい人が話す前に考えていること』が1位に！AIの活用やリモート会議が定着する一方で、リアルな場で対面する仕事もふたたび定常化したいま、「機械ではなく人間同士での仕事」に対する感覚が、コロナ以前よりも強まっているのかもしれない。

またTOP10全体を見ると、現代ビジネスパーソン「疲れやストレスへの葛藤」が色濃く反映されています。2位の『体力おばけへの道』や8位の『脳科学でわかった 仕事のストレスをなくす本』がその象徴です。さらに、3位の『24時間が変わる朝の30分』に代表される「時間術・習慣化」への関心も根強く続いています。

AI活用による効率化が進むからこそ、個人の思考や時間、そして身体との向き合い方に差が出る時代。「今、自分はどう行動すべきか」を模索する読者の切実なニーズが映し出されたランキングとなりました。

ランキングは、「flier」の有料会員を対象に、スマホアプリおよびウェブのアクセス数（紹介書籍の要約閲覧数）を合算し順位付け。集計期間は、2025年12月1日～2026年5月15日です。

**■flierユーザー閲覧数 2026年上半期人気ランキングTOP10**  
(2025年12月1日～2026年5月15日)

- 1位：『頭のいい人が話す前に考えていること』（安達裕哉／ダイヤモンド社／2023年）
- 2位：『体力おばけへの道』（澤木一貴、國本充洋（監修）／KADOKAWA／2025年）
- 3位：『24時間が変わる朝の30分』（吉武麻子／大和書房／2025年）
- 4位：『コミュカが高い人が話しながら意識していること』（安達裕哉／日本実業出版社／2026年）

- 5位:『考えてはいけないことリスト』(堀田秀吾/フォレスト出版/2026年)  
6位:『すぐやる人の小さな習慣』(大平信孝、大平朝子/三笠書房/2025年)  
7位:『億までの人 億からの人』(田中溪/徳間書店/2024年)  
8位:『脳科学でわかった 仕事のストレスをなくす本』(西剛志/アスコム/2025年)  
9位:『面倒な仕事が一瞬で片付く 生成AIタスク爆速大全』(宮崎学/かんき出版/2025年)  
10位:『頼るのがうまい人がやっていること』(有川真由美/秀和システム新社/2025年)

---

#### ■ランキングの総評/フライヤー編集部

---

フライヤー(flier)で、2026年上半期に圧倒的に読まれたのは、なんと昨年にひきつづき『頭のいい人が話す前に考えていること』でした！4位『コミュ力が高い人が話しながら意識していること』もベストセラーかつロングセラー著者となった安達裕哉さんの売行き良好書。

人間相手のコミュニケーションでは、ニュアンスのちょっとしたズレが大きな誤解につながることも少なくありません。話しているだけで「なんだかうまく頭が整理される」「話がうまく進む」というタイプの人ではそういうことが起きにくいですが、ビジネス現場でも重宝されます。話し上手ということではなく、話す前からの準備、話すときの姿勢を考え抜くことが、ビジネスにおけるコミュニケーション力につながるのです。こうしたことは、生成AIと相対するだけでは鍛えられないスキルでしょう。

また、人間相手の仕事では、気づかぬところでストレスを受けがちです。これも、一度リモート状況を経由したからこそ、より生々しく感じるようになったのではないのでしょうか。ランキングには、人間的な解放感を求める声があらわれているように感じます。

2位の『体力おぼけへの道』は、そもそも疲れにくい頭・身体になってしまいたいというニーズに応えたものですし、部屋トレにはじまるフィットネス再燃の波にもハマっています。5位『考えてはいけないことリスト』、8位『脳科学でわかった 仕事のストレスをなくす本』は、もともと脳にストレスを溜めないための具体的な方法を指南してくれます。3位『24時間が変わる朝の30分』、6位『すぐやる人の小さな習慣』、9位『面倒な仕事が一瞬で片付く 生成AIタスク爆速大全』、10位『頼るのがうまい人がやっていること』といった本は、ストレスから解放された「自分時間」を豊かに過ごすために、いかに「忙しい」という気分から解放されるかを教えてくれるでしょう。

「読者が選ぶビジネス書グランプリ2026」で総合グランプリと経済・マネー部門賞に輝いた『億までの人 億からの人』は7位にランクイン。ある意味、「頭のいい人」「体力おぼけ」「ストレスレスな考え方」「小さな習慣の積み上げ」といった、今回のランキングの詰め合わせのような内容ともいえそうです。そうしたニーズからか、YouTubeのflierチャンネルにおける著者の田中溪さんの登場回は、大きな注目を集めています。この機会に、あわせてご覧ください。

気になる書籍がございましたら、まずは要約からチェックいただけますと幸いです。

---

#### ■1位『頭のいい人が話す前に考えていること』

著者 安達裕哉氏からのコメント

---

フライヤー上半期ランキング1位という嬉しい知らせをいただき、ありがとうございます。昨年に続いての受賞ということで、驚きと感謝の気持ちでいっぱいです。

本書で伝えたかったのは、「賢く見せる話し方」ではなく、「話す前にきちんと考える」というシンプルな姿勢です。一呼吸おいて自分の言葉を、相手の目線で選ぶことの価値は、ますます高まっているように感じています。

本書に触れ、そこから「もっと深く読みたい」と思ってくださった方が一人でもいらっしゃるなら、著者としてこれ以上の喜びはありません。読者の皆さま、フライヤーの皆さまに心より感謝申し上げます。



---

ビジネス書1冊の大筋を10分で理解できる、本の要約サービス「flier(フライヤー)」  
要約は4,300冊超え、ビジネスパーソンの“スキマ時間”活用に一役

---

#### 本の要約サービス「flier」

flierは、1冊10分で読める「本の要約サービス」です。ビジネス書の新刊や話題のベストセラー、名著の要約をウェブ、アプリで毎日公開。AIを使った音声版もあります。収録書籍数は4,300冊超、累計会員数は131万人超、累計法人導入社数1,300社を突破しました(2026年5月現在)。

その他、オンラインコミュニティ「flier book labo」や、全国の書店店頭でflierの要約ページをQRコードで“立ち読み”できるコラボフェアも展開中です。

※QRコードの商標はデンソーウェーブの登録商標です。

<https://www.flierinc.com/>

#### 法人版サービス「flier business」

flier businessは、企業が人材育成や福利厚生に本の要約を活用できる法人向けサービスです。2019年にflier法人版(2023年に名称変更)として提供開始。コロナ禍を境に集合研修が難しくなった法人企業を中心に、社員教育の一環として契約する企業が増え続け、620社が利用中です。(2026年3月末時点)。

要約から得た学びや気づきをメモ・共有できる「学びメモ」、おすすめ要約を選書・プレイリスト化できる「読書プログラム」等をご利用いただけます。

<https://biz.flierinc.com/>

#### 組織の“成長組織スコア”を可視化する「flier成長組織ナビ」

flier成長組織ナビは、従業員一人ひとりの成長環境を確保するための要素を独自に調査・分析し、従業員と企業を成長に導く新しい概念のサーベイです。「制度・関係性・循環・学びの姿勢・成長実感」という5つの項目から、「成長組織スコア」を構成。事業成長や人材成長と連結する本質的な要素を把握できる形で、人が育ち成長する“成長組織”への変革を支援します。

<https://growthnavi.flierinc.com/>

#### ■株式会社フライヤー 会社概要

当社は、「ヒラメキあふれる世界をつくる」をミッションに、変化が激しい現代において、発想力が求められるビジネスパーソンのための「知」を軸とした様々な事業を創っていきます。

<実績>

- ・日本の人事部「HRアワード2021」プロフェッショナル部門の人材開発・育成部門で最優秀賞を受賞
- ・「BOXIL SaaS AWARD」eラーニング部門で5季連続「Good Service」を受賞
- ・本を通じてあらゆる人が知や教養を深め、読書や本の文化の裾野を広げることに貢献している点を評価され「2023年度グッドデザイン賞」受賞
- ・「クローズアップ現代+」「おはよう日本」「ワールドビジネスサテライト」等、紹介多数

社名	株式会社フライヤー	設立	2013年6月4日
代表	代表取締役CEO 大賀康史	従業員数	55人(2026年5月)
資本金	6.14億円		
本社	東京都千代田区一ツ橋1-1-1 パレスサイドビル8F		
事業内容	本の要約サービスflier(フライヤー)の開発・運営( <a href="https://www.flierinc.com">https://www.flierinc.com</a> )		
サービスプランと月額料金	<flier business> 100アカウント月額105,600円(税込)※別途初期費用 <flier個人利用> ゴールドプラン2,200円、シルバープラン550円、無料プラン(税込) ゴールドと学割は全ての書籍の要約文が読み放題、シルバーは毎月5冊まで読める		

報道各位からのお問い合わせ先  
株式会社フライヤー: 桑田  
TEL: 03-6897-5918 MAIL: [pr@flierinc.com](mailto:pr@flierinc.com)