

**【本の要約サービス「flier」月間ランキング】**  
**忙しい毎日を抜け出すための「朝30分の過ごし方」が学べる本が第1位！**  
**エネルギーギッシュな“体力おばけ”になるための本もランクイン**  
**全国の書店でフェア開催**

累計会員数129万人を突破した本の要約サービス「flier(フライヤー)」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、2026年1月のビジネス書月間ランキングを発表しました。



本の要約サービス 

1位に輝いたのは『24時間が変わる朝の30分』でした。著者は、時間術に関するさまざまな書籍を執筆し、タイムコーディネーターとしても活躍する吉武麻子氏。この本の特徴は、早起きして時間を有効活用しようとするこれまでの「朝活」とは異なり、「自分の心が本当に求めていることは何なのか」を問い直し、その実現のために朝の30分を使うべきとしていることです。

また、2位には『体力おばけへの道』がランクイン。いつも元気でエネルギーギッシュな“体力おばけ”に近づくための基礎知識や習慣術、トレーニング方法が紹介されています。

新年を迎えて、今年こそは充実した毎日を過ごしたいと思った多くの人の関心の高さが伺える結果となりました。

本ランキングは、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25日～2026年1月24日です。

**「flier」ユーザー閲覧数 月間ランキングTOP10(2026年1月)**

順位	タイトル／著者／出版社
1	『24時間が変わる朝の30分』(吉武麻子／大和書房)
2	『体力おばけへの道』(澤木一貴、國本充洋(監修)／KADOKAWA)
3	『今さら聞けない 伝え方<話す・書く>の超基本』(山口拓朗(監修)、森泉亜紀子(監修)／朝日新聞出版)
4	『億までの人 億からの人』(田中溪／徳間書店)
5	『1日1話、読めば心が熱くなる365人の人間学の教科書』(藤尾秀昭(監修)／致知出版社)
6	『心地よい自分が見つかる101の質問』(小林弘幸／日本経済新聞出版)
7	『それ、いつまで持ってるの?』(筆子／三笠書房)
8	『生成AI「戦力化」の教科書』(松本勇氣／日経BP)
9	『「何を考えているかわからない…」がなくなる 部下が自ら動き出す「上司の話し方」』(桐生稔／明日香出版社)
10	『読書する脳』(毛内弘／SBクリエイティブ)

2026年2月2日

今回の月間ランキングに基づいたフェアが、全国の書店にて2026年3月より開催予定です。開催期間や展開書籍・点数は、各店舗によって異なります。

---

**2026年1月 ビジネス書月間ランキング1位『24時間が変わる朝の30分』**

著者 吉武麻子氏 コメント

---

「毎日があっという間に終わってしまう」

そんな感覚を抱えながら日々を過ごしている方は、きっと少なくないと思います。

忙しさの中で、つい自分のことを後回しにしてしまうからこそ、本書では一日のはじめに、自分のための「朝の30分」を持つことを提案しました。

朝の30分は、何かを頑張るための時間だけでなく、自分の状態を整え、見通しを立てるためにも使える時間です。

どんな朝を過ごすか心地よいのかは、人それぞれ異なります。

本書を読み進めながら、ご自身に合った朝の30分を見つけていただき、その積み重ねが、24時間をより豊かに変えていくきっかけになれば嬉しいです。



## フライヤーとは？

ビジネス書を中心とした本の内容を「1冊10分」に要約してアプリやWEBで閲覧できるサービス。新刊を中心に旬の本や既刊の名著を毎日配信しており、現在4,200冊以上の本を読むことができます。



## 書店フェア

「ネットとリアル書店の融合」をテーマに、書店と連携した企画です。各書籍のPOPに付けたQRコードをスマートフォンで読み取れば、通常は有料の要約文を、どなたでも無料で本に触れずに「立ち読み」ができます。本の大筋を捉えてもらうことで、来店者の興味を高め、「いま出会うべき本」を選べる仕組みです。2026年3月1日（日）から各店で順次開始し、2026年3月31日（火）まで開催予定です。（開始日や開催期間は各書店によって異なります）※QRコードの商標はデンソーウェーブの登録商標です。



### <開催概要>

#### ■期間

2026年3月1日（日）～2026年3月31日（火）

※開始日や開催期間は各書店によって異なります

#### ■営業時間

各店舗の営業時間に準ずる

## ■開催店舗

## &lt;岩手県&gt;

・TSUTAYA:MORIOKA TSUTAYA

## &lt;宮城県&gt;

・蔦屋書店:イオンタウン仙台泉大沢店、アクロスプラザ富沢西店

## &lt;福島県&gt;

・岩瀬書店:八木田店プラスゲオ、ヨークベニマル福島西店、鎌田店  
富久山店プラスゲオ、会津若松駅前店・みどり書房:桑野店、TSUTAYA BOOKSTORE 福島南店、イオンタウン郡山店  
白河店、二本松店、TSUTAYA BOOKSTORE AIZU

## &lt;茨城県&gt;

・蔦屋書店:ひたちなか店、龍ヶ崎店

## &lt;群馬県&gt;

・蔦屋書店:伊勢崎茂呂店、前橋吉岡店、前橋みなみモール店

## &lt;埼玉県&gt;

・蔦屋書店:熊谷店、滑川店、川島インター店、フォレオ菖蒲店、本庄早稲田店、東松山店

## &lt;東京都&gt;

・啓文堂書店:高幡店

・蔦屋書店:八王子みなみ野店、八王子檜原店、稲城若葉台店

## &lt;神奈川県&gt;

・啓文堂書店:稲田堤店

・蔦屋書店:港北ミナモ店、青葉奈良店、厚木下依知店

## &lt;新潟県&gt;

・蔦屋書店:新潟中央インター店、小針店、長岡新保店、ベルパルレ寺尾店、佐渡佐和田店  
県央店、長岡古正寺店、六日町店、新発田店、柏崎岩上店、新潟万代、小出店  
新津店、竹尾インター店、上越インター店、河渡店、新通店、横越バイパス店  
長岡花園店、高田西店

## &lt;長野県&gt;

・三洋堂書店:駒ヶ根店

・蔦屋書店:諏訪中洲店、長野徳間店、上田大屋店、長野川中島店、佐久平店、上田しおだ野店  
大町店、須坂店、中野店、千曲屋代店

## &lt;岐阜県&gt;

・三洋堂書店:土岐店、ルビットタウン高山店、みのかも店、新関店、アクロスプラザ恵那店  
各務原店、たじみ店、垂井店、下恵土店、瑞浪中央店、市橋店、芥見店

・カルコス:本店、各務原店、穂積店

## &lt;静岡県&gt;

・蔦屋書店:静岡本店

## &lt;愛知県&gt;

・三洋堂書店:豊川店、知立店、半田店、鳥居松店、清洲店、大田川店、乙川店、いりなか店  
新開橋店、城山店、志段味店、江南店、当知店、よもぎ店、碧南店、香久山店

・あおい書店:西尾店

・カルコス:扶桑店

## &lt;三重県&gt;

・三洋堂書店:富田店、桑名店、星川店、白塚店、名張店、生桑店

## &lt;滋賀県&gt;

・三洋堂書店:近江八幡店

## &lt;奈良県&gt;

・三洋堂書店:橿原神宮店、桜井店、香芝店

## &lt;山口県&gt;

・明屋書店:MEGA新下関店、大内店

## &lt;愛媛県&gt;

・明屋書店:MEGA平田店、MEGA西の土居店

## 報道資料

2026年2月2日

### <高知県>

・TSUTAYA: 中万々店、南国店、高岡店、四万十店

### <福岡県>

・BOOKSあんとく: みづま店

・TSUTAYA: 上津店

・明屋書店: 行橋行事店

### <熊本県>

・BOOKSあんとく: あらお店、やまが店

### <大分県>

・TSUTAYA: 別府上人ヶ浜店

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4,200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4,200冊超、累計会員数は129万人、累計法人導入社数1,300社を突破しました(2025年12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。  
<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、630社が利用中です。(2025年11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

フライヤーは、「ヒラメキ溢れる世界をつくる」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	23名(2026年1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：井手、増田  
TEL:03-6897-5918 MAIL:[pr@flierinc.com](mailto:pr@flierinc.com)