

「税務調査」の最新動向& トラブル回避のための対応心得



『理想の人生をつくる習慣化大全』

意思や根性に頼らずに習慣を身につけるスキルを伝授

3名様

早起きしたいのに続かない、少しの失敗でなんでもマイナス思考に陥ってしまう、本当にやりたいことが見つからない……。誰もこうした悩みを多少なりとも持っているのではないのでしょうか？ 私たちの人生は“習慣の積み重ね”によってかたちづけられているため、このような悩みはすべて習慣に起因しているといえます。しかも習慣の80%は無意識的に繰り返されているといわれているが故に変えることはできないと諦めてしまいがち。しかし根性論や意思で頑張り続けるのではなく、習慣化のスキルを身につけることで変えることができたら……。習慣化コンサルタントとしてメディアなどでも活躍する著者が、「行動」「思考」「感情」「環境」の4つの切り口から習慣化の65の方法を紹介したのが本書です。理想の人生を手に入れるために必読の一冊です。



★著者：吉川 武士
★1,800円（税抜）
★株式会社ディスカバー・トゥエンティワン
<https://d21.co.jp/>

5名様

『ECO de[®] クール 冷た～いタオルマフラー』

屋外でのスポーツや熱中症対策にぴったり



★1,200円（税抜）
★サイズ：約16×90cm
★ブルーミング中西株式会社
<http://www.blooming.co.jp/>

いよいよ夏本番です。海にキャンプ、スポーツ観戦にビアガーデンなどなど、アウトドアを存分に楽しみたいものですね。と同時に、忘れてはならないのが熱中症対策。そこでオススメしたいのが、触った瞬間に熱が早く流れる特殊な素材・クール糸[®]が織り込まれたこちらのタオルマフラーです。クール糸は、一般的な綿と比較して約2倍の接触冷感度があり、表面に触れるだけで冷たく感じるのが特徴。水に浸したり、保冷剤と一緒に使用することで冷感効果がさらにUPするので、その日の気温等に合わせて調整できるのもポイントです。落ち着いたカラーの6柄2配色で計12種類とラインナップも豊富。首元をひんやり冷やしてくれるこちらのタオルでこの夏を涼しく過ごしてみては？ 今回は、写真の水玉柄を5名様にプレゼントいたします。