

# 仕事や家事、人間関係が めんどくさくなったらコレ!

- 新しい生活様式 が、めんどくさい
- 朝起きる のが、めんどくさい
- 化粧を落とす のが、めんどくさい
- 洗濯物をたたむ のが、めんどくさい
- あの上司 が、めんどくさい
- 溜まったメールを返信する のが、めんどくさい
- ダイエットのために運動する のが、めんどくさい
- メシを食う のも、めんどくさい
- 恋愛する のも、めんどくさい
- 歩く のも、めんどくさい

- ベッドで寝る のが、めんどくさい
- 会社に行く のが、めんどくさい
- 今夜の献立を考える のが、めんどくさい
- 女同士の人間関係 が、めんどくさい
- 勉強する のが、めんどくさい
- 明日も1日、めんどくさい
- 何もかも が、めんどくさい

ビジネスパーソンから  
OL、主婦、学生まで、  
幅広い層から大反響！

売れてます！6刷  
7.2万部  
突破！

マンガで

「めんどくさい」がなくなる本

鶴田豊和・著

気鋭の「行動心理コンサルタント」が、すぐ効く心理テクニックを徹底伝授！

「行動するのが、めんどくさい」も、  
「人間関係が、めんどくさい」も消える技術！

