

働き方改革！ 無駄な残業をしないで目標達成 ～ボクシング世界王者の「二刀流」仕事術～

現代のビジネス環境において、生産性の向上と働き方改革の両立は避けて通れない喫緊の課題です。本セミナーでは、限られた時間で最高のパフォーマンスを発揮し、世界を獲るために実践した、無駄を排除し成果を最大化する具体的な仕事術と自己管理の方法を学びます。世界チャンピオンが実践した、再現性の高いスキルを学び、自身や組織の「働き方」を根本から変えるきっかけを掴んでいただきます。

講師

株式会社Restart 代表取締役

きむら
木村ゆう
悠氏

1983年、千葉県千葉市生まれ。元ボクシング世界チャンピオン、株式会社ReStart代表取締役。中学時代よりボクシングを始め、習志野高のボクシング部を経て、法政大1年のときに全日本選手権で優勝を果たす。卒業後、名門・帝拳ジムでプロデビュー。その後、挫折をきっかけに商社に勤めながら、仕事とボクシングの二刀流で「商社マンボクサー」として注目を集める。2014年、ライトフライ級日本タイトルを獲得。2015年、初挑戦で見事WBC世界ライトフライ級チャンピオンの座に就いた。現役引退後は、Yahooニュース、LINEニュースでの執筆や、ボクシング活性化を目的としたコミュニティ「オンラインジム」を設立。2019年、ボクサー時代の減量経験を生かした「木村式白米ダイエット」を開発。すべてがオンラインで完結する独自のメソッドで、日本全国の会員に向けて積極的にダイエット指導を行なっている。2024年から健康に特化した健康経営者クラブを開発。毎月経営者の健康意識を高めるイベントを開催している。

【メディア出演】

NHKスポーツプラスで特集2014年、2015年、2016年

NHKあさいちで特集

テレビ神奈川ゲスト出演

WOWOWエキサイトマッチ ゲスト解説

TBS 情報番組 ひるおび! (4日連続ゲスト出演)

ビートたけしのTVタックル | テレビ朝日

【受賞履歴】

第37代日本ライトフライ級チャンピオン

第35代WBC世界ライトフライ級チャンピオン

習志野市市政功労者賞

千葉市市民栄誉賞

日本プロスポーツ大賞 功労賞

【講演内容】

仕事と両立しながら夢を叶える方法

目標達成への習慣作りと計画の立て方

商談、試合に勝つ！結果を出すための交渉術

SNSでの集客、告知、イメージ戦略について

食べながら無理なく痩せるダイエット

1ヶ月で8キロ痩せる木村悠の減量方法

応援される人間になるためにできる事

【書籍】

ザ・ラストダイエット 単行本 - 2021/7/5

<https://amzn.asia/d/4i9bFRg>

白米をがっつり食べて痩せる！ 細マッチョルーティーン

単行本 - 2024/3/11

<https://amzn.asia/d/j8r8A1z>

※活動情報は、Facebook、公式HP、ツイッター、

instagramで更新中となります。

<https://my.prairie.cards/u/kim1123y>

日 時

令和8年 **1月21日** 水
14:00 ~ 16:00

会 場

備前商工会館 4階ホール
(備前市東片上230)

対 象

当所会員事業所の役員、従業員等

受 講 料

無料

定 員

70名 (先着順にて締め切らせていただきます)

申込方法

申込みフォームからお申込みいただくか、下部申込書に必要事項をご記入いただき、メールもしくはFAXでお申込みください。

主催・申込み
問合せ先**備前商工会議所** 電話0869-64-2885 FAX0869-63-1200
✉ info@bizencchi.or.jp

申込みフォーム

働き方改革推進セミナー参加申込書

備前商工会議所行 FAX 0869-63-1200

事業所名		T E L	
所 在 地		F A X	
受 講 者			