報道各位

2026年11月12日
株式会社インプレス

社内評価と市場価値のずれを点検し会社員の選択肢を広げる実践ガイド

『ゴーストキャリア　自分で決めたつもりの働き方を選び直す』発行

インプレスグループでIT・デザイン関連メディア事業を展開する株式会社インプレス（本社：東京都千代田区、代表取締役社長：高橋隆志）は、『ゴーストキャリア　自分で決めたつもりの働き方を選び直す』（著者：平野裕一）をインプレス NextPublishingより発行いたします。

『ゴーストキャリア』
https://nextpublishing.jp/isbn/9784295606086



著者：平野 裕一
小売希望価格：電子書籍版　1,600円（税別）／印刷書籍版　2,000円（税別）
電子書籍版フォーマット:EPUB3
印刷書籍版仕様：四六／モノクロ／本文150ページ
ISBN：978-4-295-60608-6
発行：インプレス NextPublishing

＜＜発行主旨・内容紹介＞＞

仕事は順調で、周囲からも評価されている。それなのに「このままでいいのだろうか……」という違和感が消えな

い。
そんなあなたは、会社や世間の期待に、気づかないうちに選択の基準を預けているのかもしれません。
本書が「ゴーストキャリア」と呼ぶのは、自分で決めているつもりで、実は他人の物差しに従っている状態です。
その正体は「無自覚の他人軸」。会社を辞めるか残るかよりも、何を基準に選ぶかが重要です。
著者の平野裕一氏は、20年以上にわたり1万人以上のキャリア相談に立ち会ってきました。45歳でのパニック障害と2年間の休職、計3回のリストラを経て、60歳・無職から起業。相談者と自身の経験を通じて、真面目で優秀な人が陥りやすい落とし穴を解き明かします。
25問の診断で現在地を確かめ、大切にしたいことの優先順位をつける。社内評価と市場価値の違いを知る。会社の外で小さくスキルを売り、新しいツールに触れる。在職中から実践できる方法を、相談現場の事例とともに紹介します。
転職や独立だけが答えではありません。今の会社に残ることも、家族を優先することも、自ら納得して選べます。会社の看板に頼りきらず、これからの仕事と暮らしを選ぶための1冊です。
（インプレス NextPublishing は、株式会社インプレスR&Dが開発したデジタルファースト型の出版モデルを承継し、幅広い出版企画を電子書籍＋オンデマンドによりスピーディで持続可能な形で実現しています。）

＜＜推薦文＞＞

資格は、人生の選択肢を増やしてくれます。その選択肢を、自分の意思で選べているでしょうか。資格ソムリエとして学びの可能性を伝えてきた私にとって、本書の問いは深く響くものでした。
真面目に働き、期待に応え、評価も得てきた。それなのに「このままでいいのか」と感じる。本書は、そんな人に、自分の働き方を決めている物差しは誰のものか、と問いかけます。著者自身の挫折と再出発、数多くのキャリア相談から生まれた言葉には、人の迷いや痛みを知る著者ならではの説得力があります。
心強いのは、今の会社に残るという選択にも、自分の意思を取り戻す道があること。経験を棚卸しする、社外の人とつながる、新しいことを学ぶ。その小さな行動が、働き方を選び直す力になります。
私自身も、会社員から副業、独立へと、学びと出会いを重ねながら道を広げてきました。「これからの自分」に時間を使いたいすべての人に、手に取ってほしい一冊です。

資格ソムリエ® 林雄次

＜＜目次＞＞

序章　仕事はそこそこ順調。これでいいんだっけ？
第1章　ゴーストキャリアを抜け出し、あなたのキャリアを取り戻す全体像
　無自覚の他人軸／借りものの基準／自分の物差し
第2章　なぜ優秀な人ほど乗っ取られてしまうのか
　診断／おりこうさんの訓練／社内通貨／着ぐるみの魔法／黄金の手錠／デジタルアレルギー
第3章　会社を辞めずに、主導権を取り戻す実践
　自分で決める／市場の相場を知る／社外でスキルを売る／会社を試す場所にする／新しいツール／最終防衛ライン
第4章　相談の現場で見た、ゴーストキャリアの分岐点
　大手企業のAさん／出向した銀行員Bさん／家族を優先したCさん
第5章　会社に依存せず、自分の名前でキャリアを育てる
　会社は守ってくれない／看板を外した後／SNSでつくる居場所／何歳からでも組み直せる
おわりに

＜＜著者紹介＞＞

平野 裕一（ひらの ゆういち）

株式会社主体的なキャリア形成 代表取締役社長／国家検定2級キャリアコンサルティング技能士

20年以上にわたり、1万人以上のキャリア相談に立ち会ってきた。総合人材サービス会社の支店長を務めたが、45歳でパニック障害を発症し、2年間休職。その後も計3回のリストラを経験した。

60歳で無職となってから起業し、SNSを始め、総フォロワーは4万人を超える。自身の挫折と再出発、相談現場で出会った人々の経験をもとに、会社や周囲の期待に流されず、自らの基準で選択することの大切さを伝えている。

＜＜販売ストア＞＞

電子書籍：

Amazon Kindleストア、楽天koboイーブックストア、Apple Books、紀伊國屋書店 Kinoppy、Google Play Store、honto電子書籍ストア、Sony Reader Store、BookLive!、BOOK☆WALKER

印刷書籍：

Amazon.co.jp

※　各ストアでの販売は準備が整いしだい開始されます。

※　全国の一般書店からもご注文いただけます。

【株式会社インプレス】 https://www.impress.co.jp/

シリーズ累計8,000万部突破のパソコン解説書「できる」シリーズ、デザイン・グラフィック関連の書籍ブランド「MdN」、「デジタルカメラマガジン」等の定期雑誌、IT関連の専門メディアとして国内最大級のアクセスを誇るデジタル総合ニュースサービス「Impress Watchシリーズ」等のコンシューマ向けメディア、「IT Leaders」をはじめとする企業向けIT関連メディアなどを総合的に展開・運営する事業会社です。IT・デザイン関連出版メディア事業、およびデジタルメディア＆サービス事業を幅広く展開しています。

【インプレスグループ】 https://www.impressholdings.com/

株式会社インプレスホールディングス（本社：東京都千代田区、代表取締役：塚本由紀）を持株会社とするメディアグループ。「IT・デザイン」「音楽」「山岳・自然」「航空・鉄道」「モバイルサービス」「学術・理工学」を主要テーマに専門性の高いメディア&サービスおよびソリューション事業を展開しています。さらに、コンテンツビジネスのプラットフォーム開発・運営も手がけています。

【NextPublishing】

NextPublishingは、インプレスR&Dが開発した電子出版プラットフォーム（またはメソッド）の名称です。電子書籍と印刷書籍の同時制作、プリント・オンデマンド（POD）による品切れ解消などの伝統的出版の課題を解決しています。これにより、伝統的出版では経済的に困難な多品種少部数の出版を可能にし、優秀な個人や組織が持つ多様な知の流通を目指しています。

【本件に関するお問合せ先】

株式会社インプレス　：　PubX室

E-mail: np-info@impress.co.jp