

# アパホテル株式会社 代表取締役専務 元谷 拓 新刊 『1秒で突破する覚悟』4/21(火)新発売!

アパホテルネットワークとして全国最大の1,073ホテル144,113室(建築・設計中・海外、アパ直参画ホテルを含む)を展開するアパホテル株式会社(本社:東京都港区赤坂3-2-3 取締役社長 元谷芙美子)代表取締役専務 元谷 拓は、自身5冊目となる著書『1秒で突破する覚悟』～言い訳を捨て、真剣に向き合い、責任を取る。「いま、この瞬間」を生き抜く言葉55～を4月21日(火)に新発売する。

## ■書籍概要

『1秒で突破する覚悟』～言い訳を捨て、真剣に向き合い、責任を取る。「いま、この瞬間」を生き抜く言葉55～  
1,760円(税込)

書籍名: 『1秒で突破する覚悟』

～言い訳を捨て、真剣に向き合い、責任を取る。「いま、この瞬間」を生き抜く言葉55～

発行・発売: 株式会社あさ出版

定価(税込): 1,760円(税込)

発売日: 2026年4月21日(火)



言い訳を捨て、真剣に向き合い、責任をとる。

無限の可能性を信じ

一度きりの人生に

全力で挑め < 20代で知っておきたかった! >

あさ出版

## 【商品説明】

「一生懸命やればいいと思ってんじゃねえぞ。真剣にやれ！」

20代の頃、著者が父から真正面で浴びせられたこの言葉が、本書の原点です。

朝から晩までがむしやらに働き、「これだけ頑張っているのだから大丈夫だ」と自分を評価していた著者にとって、その一言は衝撃でした。

しかし後に、それが人生の流れを決定的に変える“覚悟のスイッチ”だったと気づきます。

「一生懸命」と「真剣」の違いを理解し、覚悟を決めて動いた20代は、その後の30代、40代、50代の景色をまったく別のものに変えていくのです。

**才能や学歴、環境の差は関係ありません。**

差がつくのは、「受け身で生きるか」「自分から取りに行くか」だけ。

小さな挑戦、5分の本気、誰にも見えない努力、地味な準備。

それらはすぐに評価されなくても、数年後に圧倒的な差となって現れます。

結果が出ない時期は失敗ではありません。突き抜ける前の“助走”なのです。

本書では、挑戦する姿勢、失敗や叱責の意味、与えることで人生が加速する理由、環境とご縁のつくり方、そして人生のハンドルを自分で握る覚悟について、具体的な経験とともに語られます。

チャンスは誰の前にも飛び交っている。ただし、それをつかめるのは「本気で行動している人」だけ。

**特別な才能がなくても、一点を磨き、積み重ねてきた人は、必ず誰かに必要とされる存在になれる——。**

20代は、人生の基礎体力をつくる「設計期」。

迷いながらでいい。完璧でなくていい。動きながら修正すればいい。

焦らず、しかし立ち止まらず、覚悟を決めて一歩を踏み出す——。

本書は20代に向けた、温かくちょっと刺激的な力いっぱいの応援書です。

## 【アパホテル株式会社 代表取締役専務 元谷 拓】

1975年5月21日石川県小松市生まれ。県立金沢二水高校卒。中央大学経済学部卒。大学1年時に宅建に合格。

北陸銀行にて3年間勤務。アパグループに取締役として入社。

常務取締役、アパホテル代表取締役専務に就任。リポビタンD300万本、ベビースターラーメン 柿の種3種ミックス100万食配布等各企業様と500事例超のサンプリングやコラボレーションを実現。日本最高層ホテルである東京ベイ幕張のプールをポカリスエットプールに名称変更、アパホテル&リゾート〈横浜ベイタワー〉のプールをキリンレモンプール、アパホテル&リゾート〈六本木駅東〉をバスロマンプールと命名。現役プロ野球選手やタレントのトークショー、笑顔No.1決定戦、累計1,300万食達成したアパ社長カレーをプロデュース。ビジネスマッチングやコラボレーション、企画提案、業務改善、セミナー等のプロデューサーとして各種団体、会合、大学、高校等で講演実績有り。

1冊目の著書である『アパ社長カレーの野望』～自分で風を起こし その風に乗れ～をはじめ、2冊目の著書『人生に奇跡を起こす わらしべ長者の魔法』、3冊目の著書『誰も知らない帝王学』～能ある鷹は爪を出せ～、4冊目の著書『誰も知らない帝王学II 勇者の選択』、今回発売となる『1秒で突破する覚悟』～言い訳を捨て、真剣に向き合い、責任をとる。『いま、この瞬間』を生き抜く言葉55～を作成・出版した。

## 【アパグループ】

アパホテルネットワークとして全国最大の1,073ホテル144,113室（建築・設計中・海外、アパ直参画ホテルを含む）を展開している。2010年4月にスタートした「SUMMIT5（頂上戦略）」を継承し、2022年4月より新たな5ヶ年計画「AIM5～APA Innovative Movement」を始動。アフターコロナにおけるニーズの変化やDX化の波を捉えながら、国内で圧倒的なNo.1ホテルチェーンとなるべく、2027年3月末までにアパホテルネットワークとして15万室展開を目指す。 ※建築・設計中含む

■お問い合わせ先

※写真データ必要な場合はメールにて送信します。

アパグループ東京本社 社長室

住所:東京都港区赤坂3丁目2-6

電話:03-5570-2131

E-Mail:[kouhou@apa.co.jp](mailto:kouhou@apa.co.jp) URL:[www.apa.co.jp](http://www.apa.co.jp)