

2025 年 10 月 20 日
パーソルキャリア株式会社

他人に目標をたててもらおうワークショップ「タニモク」開発者 三石原土初の著書 「かくれた『強み』をみつけよう。」刊行のお知らせ

[パーソルキャリア株式会社](#)（本社：東京都港区、代表取締役社長：瀬野尾 裕）が提供する、他人に目標をたててもらおうワークショップ「タニモク」の開発者・三石原土が、初の著書「かくれた『強み』をみつけよう。自分の舞台がみつからないあなたへ」（発行：日経 BP 日本経済新聞出版）を 2025 年 10 月 17 日に刊行しました。キャリアに悩む方に向けて、他人の視点を活かして自分の強みを見つける方法を紹介する本書では、「タニモク」の進め方や、事例を交えながら、強みを今後のキャリアにつなげるヒントを解説しています。



本書の内容紹介

「自分の強みが分からない」「やりたいことが見つからない」——そんなモヤモヤを抱える方に向けて、他人の視点を活かして自分の強みを発見する方法をまとめた一冊です。

自分ひとりで考えていると視野が狭まり、本当の可能性を見落としてしまいがちですが、他人の目を通すことで、すでに持っている資質やスキル、経験、人とのつながりといった“資源”を見つけ出し、活かすことができます。

本書では、三石が開発したワークショップ「タニモク」の具体的な進め方や、実際に参加した人たちのリアルな事例を紹介。「自分の強みをどうキャリアにつなげるか」「他人の視点をどう活用するか」など、キャリアに悩む方が一歩踏み出すためのヒントが詰まっています。

著者 三石原土（みついし・もとし）コメント

パーソルキャリア株式会社 ブランド・マーケティング本部 ミッション共創推進部

私はこれまで、「自分のよさは、自分ひとりで考えていても分からない」と強く感じてきました。他者の視点を交え、対話を通じて「みつけてもらう」からこそが、強みを知る第一歩になると考えています。

私はこの考えをもとに、7年間にわたって「タニモク」を広げる活動を続け、多くの方がかくれた強みに出会い、はたらくことに前向きになっていく姿を見てきました。この本が、強みが見えずに悩んでいる方、将来のキャリアに不安を抱えている方の「気づきの場」になることを願っています。



書籍概要

タイトル：かくれた「強み」をみつけよう。自分の舞台が見つからないあなたへ

著 者：三石原士

発 行：日経BP 日本経済新聞出版

刊 行 日：2025年10月17日

価 格：1,760円（税込）

I S B N：ISBN-10：4296124277 / ISBN-13：978-4296124275

判 型：18.8×12.8cm、

ページ数：240ページ

リ ン ク：<https://www.amazon.co.jp/dp/4296124277>

章 立 て：第1章 自分の「強み」はどこにある？

第2章 あなたの強みを活かす5つのステップ

第3章 タニモク-かくれた「強み」が見つかる

Voicy 出演情報

本書の刊行に合わせ、著者の三石が音声プラットフォーム「Voicy」の番組に出演しました。高山ゆかり氏がパーソナリティを務める番組「存在感は、話し方で作れる。」で、本書の内容や制作エピソードについて話しています。

[【ゲスト】あなたの資質が「強み」に変わる瞬間とは？ パーソルキャリア 三石原士さんインタビュー①](#)

[【ゲスト回】自己分析の沼とは／強みは言語化しにくいものだった!? パーソルキャリア三石原士さんインタビュー](#)

[②](#)

[【ゲスト回】働き方、生き方を前向きに変えたい人、必聴！ パーソルキャリア三石原士さんインタビュー③](#)

■「タニモク」について < <https://tani-moku.jp/> >

「タニモク」は、3人ないし4人1組で、参加者同士で目標をたてあうワークショップです。他人に話を聞いてもらい、質問してもらい、自由に目標をたててもらい。その目標は自分の考えのワクを飛び越えた、新しい切り口を提供してくれます。パーソルキャリア内では、「タニモク」で目標をたてるだけに留まらず、目標支援コミュニティが立ち上がり、社員が自分の可能性を信じ、自分の意思でキャリアそして人生を選択する「キャリアオーナーシップ」を育むことを後押しする継続的な取り組みに発展しています。

さらに、社内での「タニモク」を用いた取り組みが高く評価され、「WORK DESIGN AWARD2021」「心理的安全性 AWARD2022」「HR's SDGs アワード『違いを力に』部門最優秀賞」と、外部のアワードを受賞しました。

■パーソルキャリア株式会社について < <https://www.persol-career.co.jp/> >

パーソルキャリア株式会社は、－人々に「はたらく」を自分のものにする力を－をミッションとし、転職サービス「doda」やハイクラス転職サービス「doda X」を通じて人材紹介、求人広告、新卒採用支援などを提供しています。2022年5月にはプロフェッショナル人材の総合活用支援サービス「HiPro」を立ち上げ、副業・フリーランス領域にも本格参入。グループの総力をあげて、これまで以上に個人の「はたらく」にフォーカスした社会価値の創出に努め、社会課題に正面から向き合い、すべての「はたらく」が笑顔につながる社会の実現を目指します。

当社のミッションについて：https://www.persol-career.co.jp/mission_value/