



横山直宏

Catch the Webグループ創設者 | YCS主宰 | 累計100億円マーケッター

## はじめに --- 僕が「1つの習慣」を書いた理由

この小冊子を手にとってくれて、ありがとう。

僕は横山直宏。日本とマレーシアで8社を経営し、Webマーケティングで13年間、累計100億円を売り上げてきた。

でも、こんな数字だけ聞くと「すごい人」に見えるかもしれない。

実は、全然違う。

9歳で父を亡くした。26歳で起業して、パートナーに裏切られた。社員にボーナスが払えなくて、駅のホームで一人泣いた。

そんな僕が、なぜ今こうして笑ってられるのか。

答えは、たった「1つの習慣」にある。

それが「楽しむ」ということ。

「がんばる」は「楽しむ」に勝てない。

これは、僕が人生をかけて体感した真理だ。

この小冊子では、僕の原体験と、600名を超える経営者コミュニティYCSで実証されてきた「楽しむOS」への転換法をお伝えする。

20分くらいで読めると思う。でも、その20分が、あなたの人生のOSを書き換えるきっかけになるかもしれない。

---

## 第1章: 9歳の夏、父は起きてこなかった



1988年8月6日。

前日、僕は父とカブトムシを取りに行った。夜、一緒にお風呂に入った。いつも通りの夏の1日だった。

翌朝、父は起きてこなかった。

脳梗塞だった。42歳。

9歳の僕には、何が起きたのかよくわからなかった。ただ、お葬式で泣いたら周りに迷惑がかかると思って、正座を崩さなかった。泣かなかった。

あの日、僕は一つだけ理解した。

人は、いきなり死ぬ。

いつ死ぬかわからない。だから、後悔しない生き方をしよう。全力でやろう。

この決意は、僕の人生のすべてを貫いている。

水球部でインターハイに出たのも、医学部を目指したのも、海外をバックパッカーで旅したのも。全部、「後悔しない」ために全力で走り続けた結果だ。

でも、この「後悔しない=全力でがんばる」というOSには、後になって大きな落とし穴があることに気づかされた。

後悔しない生き方。それ自体は間違っていない。

問題は、「がんばる」という手段だった。

---

## 第2章: 湘南台駅で泣いた夜

# 湘南台駅で泣いた夜



千葉大学を卒業して、コンサルティング会社に入った。でも残業は月50時間以上、残業代はつかない。「これは違う」と思った。

大学院2年の頃から始めていたネット副業が軌道に乗り始めていた。睡眠3時間で月商100万円。がむしゃらに走った。

2006年2月、26歳で退職。同年4月、株式会社Catch the Webを設立した。

売上は順調に伸びた。スタッフも増えた。

「がんばれば、うまくいく」

あの頃の僕は、本気でそう信じていた。

2009年。起業3年目。

信頼していたビジネスパートナーに裏切られた。毎月1000万円以上あった売上が、一気に消えた。自社サイトも閉鎖に追い込まれた。

20人の社員がいる。12月が来る。冬のボーナスが払えない。

湘南台駅のホームで、一人、泣いた。

「がんばってるのに、なんでこうなるんだ」

でも、今ならわかる。問題は「がんばっていなかった」ことじゃない。「がんばることしかしていなかった」ことだ。

歯を食いしばって、一人で全部背負い込んで、寝ないで働く。それが「正しい」と思い込んでいた。

でも、「がんばるOS」で走り続けた先にあったのは、裏切り、崩壊、そして駅のホームでの涙だった。

この時の僕に足りなかったもの。

それは、仲間との信頼関係。そして、ビジネスを「楽しむ」という発想だった。

---

### 第3章: 「がんばる」をやめた日、すべてが回り始めた



湘南台駅で泣いたあの日から、僕は経営と人間関係をゼロから学び直した。

会社の経費を全部オープンにする「オープンブックマネジメント」を導入した。隠し事をやめた。弱さを見せた。「助けてほしい」と言えるようになった。

そして、ある時ふと気づいた。

「無理にがんばるのではなく、自分が本当にやりたいビジネスで、お客さんに喜んでもらえるように仕事を楽しむ」

この転換だった。

がんばるOSから、楽しむOSへ。

2013年、33歳でマレーシアに会社を設立して移住した。「自分が本当にやりたいこと」を軸にビジネスを組み立て直した。

すると、すべてが回り始めた。

楽しんでやるから、アイデアが湧く。アイデアが形になるから、お客さんが喜ぶ。お客さんが喜ぶから、紹介が生まれる。紹介が生まれるから、売上が伸びる。

13年間で累計100億円。8社の経営。600名を超えるYCSコミュニティ。

全部、「楽しむ」から始まった。

料理に例えるとわかりやすいかもしれない。

「がんばるOS」は、レシピ通りに必死で作る料理。失敗しないように、間違えないように。緊張しながら作った料理は、味が硬くなる。

「楽しむOS」は、冷蔵庫にあるもので「今日は何作ろうかな」とワクワクしながら作る料理。自由に、自分らしく。そうやって作った料理は、不思議と周りの人も笑顔にする。

「本気」と書いて「マジ」と読む。

まじめにやるんじゃない。マジでやるから面白い。マジでやるから、人が集まる。マジでやるから、結果がついてくる。

---

## 第4章: 「やり方」ではなく「あり方」 --- 5つの約束



「楽しめって言われても、具体的にどうすればいいの？」

そう思うよね。

大丈夫。僕が13年かけてたどり着いた、5つの「あり方」をお伝えする。

テクニックではなく、あり方。「やり方」ではなく「あり方」から、その行動をしているかが重要なんだ。

### 約束1: 楽しむが9割

---

がんばるより楽しむ。本気でやるから何でも面白い。

仕事がつらいと感じる時、それは「やらなきゃいけない」で動いている時だ。「やりたいからやる」に変えるだけで、同じ仕事でもエネルギーが変わる。

楽しんでいる人のところに、人は集まる。お金も集まる。チャンスも集まる。

### 約束2: あり方ファースト

---

テクニックを学ぶ前に、自分の「あり方」を整える。

マーケティングの手法、集客のテクニック、セールスのスキル。全部大事だ。でも、それを使う自分の「あり方」が整っていなかったら、どんなテクニックも長続きしない。

まず、自分はどう生きたいのか。何を大切にしたいのか。そこから始める。

### 約束3: おかげで思考

---

どんな出来事も「おかげで」に変える。感謝が人生の燃料になる。

9歳で父を亡くした。あの体験は、間違いなく辛かった。でも今、僕はこう言える。

「父が早くに亡くなったおかげで、後悔しない生き方を選べた」

パートナーに裏切られた。あの崩壊があったおかげで、本当の経営を学べた。

「おかげで」は、過去を否定することじゃない。過去に意味を与えることだ。

### 約束4: 自分らしく成功

---

他人の評価や常識にとらわれない。自分の価値観で生きる。

「成功」の定義は人それぞれ違う。年商10億が成功の人もいれば、家族と毎日夕飯を食べることが成功の人もいる。

誰かの「正解」を追いかけるのをやめて、自分だけの「楽しい」を見つける。それが、自分らしい成功への最短ルートだ。

### 約束5: 後悔しない生き方

---

人はいつ死ぬかわからない。だから今を全力で楽しむ。

9歳のあの朝から、ずっと持ち続けている信念だ。

「正しいこと」と「楽しいこと」で迷ったら、楽しいことを選ぶ。それが、人生の最後に「やってよかった」と言える選択だと僕は思っている。

---

## 第5章: 600名の経営者が証明した「1つの習慣」



「横山さんだからできたんでしょ？」

よく言われる。でも、違う。

僕が主宰するYCSには、600名を超える経営者や起業家が参加している。そして、多くの人が「楽しむOS」に切り替えたことで、ビジネスも人生も好転させている。

いくつか紹介させてほしい。

### Aさん (40代・コンサルタント)

月商100万円で頭打ちだった。「もっとがんばらなきゃ」と毎日12時間以上働いていた。YCSに入って最初に言われたのは「もっと楽しむ」。最初は意味がわからなかった。でも、自分が本当にやりたい仕事だけに絞り、楽しめる形に変えたら、半年で月商が3倍になった。何より、毎朝起きるのが楽しくなった。

### Bさん (30代・EC事業)

売上は伸びていたけど、ずっと不安だった。「もしこの売上が落ちたら」。その恐怖でがんばり続けていた。「あり方ファースト」を実践して、自分の価値観を見つめ直した。すると、売上に振り回されなくなった。結果的に、リピーターが増えて、安定的に成長している。

### Cさん (50代・飲食経営)

3店舗を経営しながら、全部自分で見ていた。「自分がいないと店が回らない」と思い込んでいた。仕組み経営を学び、スタッフに任せることを覚えた。今は現場を離れて、新しい事業に挑戦している。「仕事を楽しむってこういうことだったんだ」と言ってくれた。

### Dさん (30代・起業準備中)

会社員をしながら副業を始めたけど、うまくいかなかった。「やり方」ばかり追いかけていた。YCSで「おかげで思考」を学び、過去の失敗を「おかげで」に変換した瞬間、行動が変わった。今は独立して、自分らしいビジネスを楽しんでいる。

600名の中に、特別な才能を持った人がいるわけじゃない。

みんな、僕と同じように悩んで、迷って、「がんばる」の限界を感じていた人たちだ。

違いはただ一つ。

「楽しむ」を選んだこと。

---

## 第6章: 「正しいこと」より「楽しいこと」を選ぼう



ここまで読んでくれて、ありがとう。

最後に、一つだけ問いかけてたい。

「あなたは今、楽しんでますか？」

もし、胸を張って「楽しんでる」と言えないなら。

もし、「がんばっているのに、なんかうまくいかない」と感じているなら。

それは、あなたの努力が足りないんじゃない。

OSが違うだけだ。

僕は「正しいこと」より「楽しいこと」を選んだ人たちが、自分の価値観でビジネスを楽しみ、周りから応援され、自然と結果がついてくる世界を作りたい。

がんばらなくても、日本がもう一度元気になっている未来。

「楽しんだもん勝ち」。

人生に勝ち負けはないけれど、楽しんだ人の周りには、必ず笑顔が集まる。

この小冊子が、あなたの「楽しむOS」への切り替えスイッチになったら、こんなに嬉しいことはない。

---

## ワーク：「楽しむOS」セルフチェック

あなたの今の「OS」を診断してみよう。

直感で答えてほしい。

### チェックリスト（当てはまるものに印をつけてください）

---

- 1. 朝起きた時「今日も楽しみだな」と感じる事が少ない
- 2. 「やりたい」より「やらなきゃ」で1日が始まることが多い
- 3. 他の人の成功を見ると焦る
- 4. テクニックやノウハウを学んでも本質的に変わった実感がない
- 5. 「もっとがんばらなきゃ」が口癖になっている
- 6. 休むことに罪悪感がある
- 7. 誰かに弱さを見せるのが苦手だ
- 8. 「自分がやらないと回らない」と思っている
- 9. 成功しても「これでいいのか」という空虚感がある
-

10. 5年後のビジョンを聞かれてもワクワクしない

0~2個: 楽しむOSが動いている。素晴らしい。そのまま突き進もう。

3~5個: がんばるOSが混在している。「おかげで思考」から始めてみよう。

6~8個: がんばるOSが支配している。今がOS切り替えのタイミングだ。

9~10個: 緊急停止が必要。まず、休むことを自分に許可しよう。

## 「おかげで思考」変換ワーク

過去の「つらかった出来事」を3つ書き出して、「おかげで」に変換してみよう。

つらかった出来事	「おかげで」変換
例: パートナーに裏切られた	おかげで、本当の経営と信頼関係を学べた
1. _____	おかげで、_____
2. _____	おかげで、_____
3. _____	おかげで、_____

全部「おかげで」に変わった時、あなたの中で何かが変わる。僕が保証する。

## 著者プロフィール

### 横山直宏（よこやま なおひろ）

1979年静岡県掛川市生まれ。Catch the Webグループ創設者。日本とマレーシアで8社を経営。Webマーケティング累計売上100億円超。

9歳で父を脳梗塞で亡くし、「後悔しない生き方」を決意。千葉大学を卒業後、26歳で起業。パートナーの裏切りによる経営危機を経て、「がんばるOS」から「楽しむOS」への転換を体感する。

2013年よりマレーシアに8年間移住。帰国後、沖縄に拠点を移す。経営者コミュニティ「YCS」を主宰し、600名を超えるメンバーが「自分らしく成功する」をテーマに活動中。千葉大学「起業論」非常勤講師。

著書に『1つの習慣 -- うまくいく人は、なぜ「これ」を大切にするのか』（すばる舎）。古宇利島でリゾート施設を運営し、岡山でエコビレッジ型農業にも取り組む。

---

## 次のステップ

この小冊子で「楽しむOS」に興味を持ってくれたなら、次の一步を踏み出してみしてほしい。

### 書籍を読む

---

『1つの習慣 -- うまくいく人は、なぜ「これ」を大切にするのか』（すばる舎）

この小冊子でお伝えしたことの全体像が、1冊にまとまっている。「がんばるOS」から「楽しむOS」への具体的な転換法が詰まった一冊だ。

### YCSコミュニティを体験する

---

600名を超える経営者・起業家が集まるコミュニティ「YCS」。一人で悩まなくていい。同じ志を持つ仲間と「自分らしく成功する」を一緒に目指そう。

### メルマガに登録する

---

僕の日々の気づきや、YCSメンバーの変化ストーリーを定期的に届けている。まずはメルマガから、楽しむOSの世界に触れてみてほしい。

[詳しくはこちら → [yokoyamanaohiro.com](http://yokoyamanaohiro.com)]