

# 第1講座 新人フォローアップ研修(仕事悩み解決編)

## 1. 概要

本研修は、新人として仕事に就いてから一定期間を経過した時点で行う研修です。まず入社後の業務の振返り、自己の成長と課題を整理します。また、多くの新人が悩み苦勞する代表的な問題に焦点をあて、その解消を意図しています。そして1～3年後のキャリアを思い描くことで、業務への主体性やモチベーションの向上を図ります。

## 2. 対象者 ・今年度新入社員向け

- ## 3. 目標
- ・自分の役割を理解する。
  - ・疑問の発見や上手な質問の仕方を習得する。
  - ・どのように仕事を進めればよいかを学ぶ。

## 4. コース内容(予定)

午前	午後
<p>■配属からの振返り 【ワーク】新人研修を含め携わった仕事を振り返る</p> <p>■求められる役割を理解する 他者の視点で自分たちの役割を考える 業務が慣れてきた段階で陥る7つの罠</p> <p>■「知らないことが多い」を解決する 焦らず時間をかけることが重要 調べるばかりでなく「聴く」も重要</p> <p>■「上手く質問できない」を解決する タイミングは自分からつくる 日頃の小さなお手伝いがタイミング作りのコツ わかるまで何度でも質問する メモをしっかり取る 質問の手順 【ワーク】質問準備訓練</p>	<p>■仕事をスムーズに進めるコミュニケーション コミュニケーションはねじれて伝わる コミュニケーションにおける心構え 【ワーク】ホウ・レン・ソウ</p> <p>■「仕事が上手くまわせない」を解決する 仕事を始める前に段取りを考える 段取りに必要なもの 仕事を上手く進めるためのコツ いろいろなタイムマネジメント 自分のワークスタイルを知る 【ワーク】直近3日を振返り、時間の使い方を書く</p> <p>■「この先どうしてよいかわからない」を解決する まずは今の仕事から会社を見る 常に志望動機を胸に秘めておく 目標の作り方 1年後、3年後の「自分」を考えてみる</p> <p>■まとめ～アクションプランシートの作成</p>

5. 講師 株式会社インソース 井上 啓氏

6. 受講料 会員 10,000円

7. 開催場所 群馬県勤労福祉センター(前橋市野中町) TEL 027-263-4111

## 8. 実施日時

実施日程	開講時間
11月27日(水)	9:30～17:00

## 第2講座 プレゼンテーション研修

### 1. 概要

言いたいことを限られた時間の中で、的確に分かりやすく相手に説明する力はビジネスパーソンに必須のスキルであるといえます。1日目では言いたいことを整理し、論理立てをし、相手がわかりやすく、納得できる説明力を身に付けます。2日目は実際のプレゼンテーション資料を作成する際のできる限りわかりやすい資料の作成方法や、パワーポイントの有効な使い方、プレゼンテーションを成功に導くポイントを学んでいただきます。

2. 対象者 ・プレゼンテーションスキルの向上を目指す社員の方々

3. 目標 ・伝えるべき内容を整理する力が、身につきます。  
 ・伝えるスキルを講義と自己ビデオを通して、自身の強みと弱みに気がつく。  
 ・相手にわかりやすいプレゼンテーション資料を作成できる。

### 4. コース内容(予定)

1日目	2日目
<p>■「伝える」とはということ 【ワーク】伝えることについて、プレゼンしてみる</p> <p>■良いコミュニケーションとは</p> <p>■「伝えるべき内容」を整理する力 【ワーク】2つの文章を読み比べ、理解しやすい方を選び、理由を考える 【ワーク】文章から、階層的に主張を整理する</p> <p>■言いたいことを要約する力 ～分かりやすさのための5つのポイント</p> <p>■「伝える技術」を身につける ～説明は相手中心に表現する</p> <p>■プレゼンビデオを見て考える 【ワーク】自分のプレゼンビデオを見て、強みや課題に気づく ★総合演習①</p>	<p>■プレゼン資料作成の課題 【ワーク】作成時の困難な点を、グループで共有する</p> <p>■「伝える技術」を身につける ～分かりやすい資料作りとは 【ワーク】分かりやすい、分かりにくいと感じた資料について話し合う</p> <p>■パワーポイントの有効な使い方 ～効果的な表現を習得する</p> <p>■プレゼンを成功に導く9つのポイント</p> <p>★総合演習②</p> <p>まとめ</p>

5. 講師 株式会社インソース 宮村 詩乃氏

6. 受講料 会員 20,000円 非会員 30,000円

7. 開催場所 群馬県勤労福祉センター(前橋市野中町) TEL 027-263-4111

### 8. 実施日時

実施日程	開講時間
9月19日(木)	9:30～17:00
9月20日(金)	9:30～16:30



## 第3講座 業務効率向上のための時間管理研修

### 1. 概要

時間はだれにでも平等にあります。しかし時間は使い方によってリスクにもなり、機会にもなります。この研修では、「業務効率向上」のために、どのように時間を味方につけるかを考えます。

2. 対象者 ・時間管理を必要と感じている方々

3. 目標 ・忙しい日常のなかでも業務改善をしていかなければならないことを理解する。  
・効率のよい業務をするための視点が持てるようになる。  
・タイムマネジメントを理解して、実践可能な業務改善を習得する。

### 4. コース内容

1日目	2日目
<p>■イントロダクション</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・時間管理とは</li> <li>・昨今の社会的要求</li> </ul> <p>■タイムマネジメント手法</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・タイムマネジメントの基礎</li> </ul> <p>■時間管理とタスク管理(理論)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・タイムマネジメントの実践</li> </ul> <p>■まとめ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・講師のまとめ</li> <li>・ディスカッション</li> </ul>	<p>■振り返り</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・1日目の振り返り</li> </ul> <p>■時間管理とタスク管理(実践計画立案)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・タスクの抽出</li> <li>・優先順位の決定</li> <li>・業務の実行</li> </ul> <p>■時間管理を実現するための付帯作業</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・計画を実現するために必要なことは？</li> </ul> <p>■まとめ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・2日間で学んだ内容を情報交換</li> <li>・講師まとめ</li> </ul>

5. 講師 有限会社アベレ 蛭原 恵子氏

6. 受講料 **会員 5,000円+消費税(生産性向上支援訓練委託事業対象)**

7. 開催場所 群馬県勤労福祉センター(前橋市野中町) TEL 027-263-4111

### 8. 実施日時

実施日程	開講時間
9月26日(木)	9:30~17:00
9月27日(金)	9:30~16:30

## 第4講座 課長・係長マネジメント力向上研修

### 1. 概要

課長・係長職の方は、メンバーを率いて組織(チーム)で『成果』を創出する必要があります。しかし、「組織目標を意識しない、更には低い個人目標を達成し満足している」、「メンバーの育成を行うために本来は任せることも、自らがやってしまう」、「上長・同僚・後輩から信頼されていない、信頼される言動ができない」とのお話を伺います。

本研修では、自職場をベースに自ら取るべきリーダーシップを修得すると共に、メンバーを育成し、信頼関係を高めた協働を引き起こすためのポイントを具体化します。

2. 対象者 ・課長職、係長職 および 同等レベルのリーダーの方

3. 目標 ・変化の早い今日における課長・係長職への期待・求められているポイントを修得します。  
 ・リーダーシップに必要なコーチング(エンパワーメント)の基礎を修得します。  
 ・人間が成長するポイントを明確にし、自職場メンバーの育成法を具体化します。

### 4. コース内容(予定)

1日目	2日目
<p>■課長・係長として社外人脈を作ろう！</p> <p>■激動の時代 課長・係長に求められていること なぜ今日チェンジリーダーが必要とされるのか？ チェンジリーダーとして経営者・上長の期待&amp;具体的行動を理解する</p> <p>■組織・チームで目指すものと強いチームとは チームビルディングとは何？必要？ チームビルディングの要素を理解する 自らの職場でチームビルディングするには</p>	<p>■リーダーシップ あなたが目指すリーダー像を具体化する リーダーシップを理解し、職場実践に向けて具体化する</p> <p>■リーダーシップを発揮するためのコミュニケーション 職場で発生するコミュニケーションギャップを理解する 課長・係長としてコミュニケーション力(エンパワーメント)を高める</p> <p>■メンバーを育成する メンバーの成長を阻害する課長・係長の言動 メンバーを成長させる！自立型社員育成法を具体化する</p> <p>■まとめ(学習したことを職場実践するためにコミットメントする)</p>

5. 講師 ホープフル ラーニング 小田部 隆氏

6. 受講料 会員 20,000円 非会員 30,000円

7. 開催場所 群馬県勤労福祉センター(前橋市野中町) TEL 027-263-4111

### 8. 実施日時

実施日程	開講時間
11月7日(木)	9:30~17:00
11月8日(金)	9:30~16:30