

《令和7年度 社会人基礎力研修》

仕事に生きる自己形成とマネジメント

— 社会人としての自己を形成し、職場での良好な
人間関係を構築するスキルを身につけたいあなたへ —

社会人・職業人として知っておきたいコミュニケーションの姿勢や
あなたを取り巻く組織との関係性について、グループワークを中心
に自身のキャリア開発につなげるスキルを学ぶ講座です。

〔日 時〕 令和7年7月2日から毎週(水曜日) 午後7時～9時 ▶全8回:詳しくは裏面をご覧ください。

〔場 所〕 有度生涯学習交流館 2階 講義室1・2

〔対 象〕 静岡市内に在住、又は通勤している、勤務経験のある30代から40代の方

〔定 員〕 18人程度 ▶ 定員数を超えた場合は、選考にて決定いたします。

〔会 費〕 2,000円

◆〔申込期限〕 6月11日(水)まで

▶右下の指定管理者 HP のQRコードから当講座を検索し
てお申し込みください。お申込みに入力の際は、備考欄
に「講座の志望動機」「講座に対する期待」「就業形態(会
社員・自営業・非正規雇用等)」を必ず
ご記入ください。



主催 有度生涯学習交流館

〔問合先〕 有度生涯学習交流館 345-4886

<指定管理者 清水区生涯学習交流館運営協議会>

講 師 岩崎 保浩 氏

1985 年現 JATCO(株)入社。生産管理部・調達
部門のスペシャリストとして担当業務を遂行しながら
部門の人材育成も推進。2022年退社。総合物流改
善活動を通じた輸送費の最適化が得意分野。

仕事に生きる自己形成とマネジメント入門 日程表

全講座：水曜日／午後7時～9時

講座科目と概要			項番	内容	
No	開催日時／科目	講座ポイント		タイトル	狙い・取得スキル
1	7月2日(水)	* 今より一歩前に進むための心構えの基本を理解する	(1)	経営資源と改革の基本	今よりほんの一歩前に進むための心構え
	チームビルディング	* 自己紹介シートやエコグラムを使い、チームメンバーのパーソナリティを把握する * チーム内の役割分担・行動目標を設定する	(2)	ワークショップ(自己紹介シートの作成)	自分を知ってもらうための工夫
			(3)	ワークショップ(エコグラム分析の共有)	自分のメンバーのパーソナリティを知る方法
			(4)	ワークショップ(チームの役割分担と目標設定)	チーム目標を設定する
2	7月9日(水)	* 人間関係を築くための手法を理解する * 上手なコミュニケーション方法・積極的な傾聴手法・コンセンサスを形成する手順を学ぶ * そのスキルを使って与えられた例題に対して、チーム内で対応策を導き出す	(1)	相談の仕方	上手な相談の仕方
	(2)		積極的傾聴	上手な聞き方	
	(3)		ワークショップ(4事象の体験)	聞く側の心境による会話の違いを体感する	
	(4)		コンセンサスの形成	コンセンサスの構築の仕方	
	(5)		ワークショップ(コンセンサスを導き出すテクニック)	合意形成の演習【重み付けシートの活用】	
	(6)		ホウレンソウのおひたし	相互理解をするための工夫	
3	7月16日(水)	* 思考のプロセスを確立するために、QCストーリーを学ぶ	(1)	思考のプロセスを確立しよう(何をどうしたいか考える)	複雑で多岐に及ぶ情報の扱い方
	一歩前に進むためには(改革意欲)	* 問題解決型ストーリーの手法を使って、与えられた例題に対しチーム内で対応策を導き出す	(2)	ワークショップ(考える手順の体得)	現状把握の仕方の演習【行動計画表の活用】
			(3)	前向きな〇〇解決の姿勢	解決したい事に自分の意志を入れる工夫
4	7月23日(水)	* 自分を取り巻く環境(関係者)を理解し、関係者と接していく場合のスキルを学ぶ * そのスキルを使って、与えられた例題に対して、チーム内で対応策を導き出す	(1)	組織との関係性	自分と組織の関係を理解する
	(2)		置かれている環境(立ち位置)	立ち位置(ポジション)と関係者を理解する	
	(3)		ワークショップ(関係者分析)	対人関係の対処方法を体感する演習【対人関係マップの活用】	
	(4)		業務の3つのファクター	業務の種類を理解する	
	(5)		業務の前倒しと後倒しの関係	納期意識の違いを理解する	
5	7月30日(水)	* 人の深層心理やモチベーションの種類を理解する * 心構えの理想・平常心で事に当たるための生活能力を理解する * 自我(個性)を活かすための改善課題を設定する	(1)	自我の5つの機能	個性を活用する工夫
	(2)		モチベーションの3つのパターンと心構えの理想	動機の違いを理解する	
	(3)		ワークショップ(自我分析の活用)	エコグラム分析を使った改善点の見つけ出しと課題設定	
	(4)		生活能力と才能	行動できない心理を知る	
	(5)		平常心	状況整理と時間のコントロールの仕方	
	(6)		自立	困らない人になるための工夫	
6	8月6日(水)	* マネジメントとは何かを理解する	(1)	マネージャー、マネジメントって何	マネージャー、マネジメントの意味をつかむ
	マネジメント	* マネージャーとしての心構えや留意点・行動原則を理解する * 指導者側に立った際の叱り方を理解する	(2)	マネージャーの心構え	マネージャーの役割を理解する
			(3)	マネジメントの留意点	指導者側の留意点を理解する
			(4)	叱り方、叱ると怒るの違い	叱り方の工夫
7	8月20日(水) 総合演習	当初の行動目標や設定した改善課題を深掘りする	(1)	ワークショップ(自分棚卸シートの作成)	自分のこれからの行動計画の作成と発表(講座1回目に立てたチーム目標のゴールも目指して)
8	11月19日(水) 全講義のおさらいと報告会	自分自身の成長のために体感した経験を深掘し、未来への一歩前につなげる	(1)	* 講義1～7のおさらい * 2つの自己振り返りシートを活用した実践報告 ・PDCAチェックと行動宣言 ・体験したことから学ぶ教訓の可視化と腹落ち	

(注) 8月13日(水)はお盆時期のため講座は開催しません。