



東京しごとセンター多摩では、都内中小企業等の入社3年以内の若手社員を対象に、ビジネススキルを身につける参加型のセミナーを実施いたします。若手社員の人材育成や、職場定着の一環として、ぜひご活用ください。

入社1年目

仕事のパフォーマンスを上げるビジネススキル

オンライン
LIVE

1 社会人の基本を確認しよう

- ・会社の仕組みを理解する
- ・社会人に必要な意識や自覚とは
- ・好感を与える人になろう

2 ビジスマナーを身につけよう

- ・感じよく正確に伝えよう
- ・コミュニケーション力の高め方
- ・仕事上のつきあい方を理解する

3 仕事のルールを身につけよう

- ・報連相の基本
- ・PDCAサイクルを回す
- ・仕事上手になるコツ

基礎編

4月期 4月14日(火)・4月21日(火)・4月28日(火) 3日間 14:00~16:00

6月期 6月16日(火)・6月23日(火)・6月30日(火) 3日間 14:00~16:00

1 仕事をコントロールする方法を知ろう

- ・段取りを見える化する
- ・タイムマネジメントを身につける
- ・一歩進んだ報連相

2 コミュニケーションの基本を知ろう

- ・上司、先輩、同僚とのコミュニケーション
- ・効果的なコミュニケーションの仕方
- ・発信力と受信力を上げる

3 セルフマネジメント力を上げよう

- ・自分の傾向を知る
- ・ストレスケアの方法
- ・セルフコントロール力を上げる

応用編

5月期 5月12日(火)・5月19日(火)・5月26日(火) 4日間*14:00~16:00

7月期 7月7日(火)・7月14日(火)・7月21日(火) 3日間 14:00~16:00

入社2~3年目

主体性を高めて組織に貢献するビジネススキル

オンライン
LIVE

1 ビジネスパーソンに求められるマインド

- ・成長を振り返る
- ・強みを知って仕事に活かす
- ・マイルストーンで目標設定
- ・仕事への前向きな捉え方

2 チームへの貢献とコツを知って働き方を工夫する

- ・コミュニケーションを意識した仕事の進め方
- ・チームへの貢献と仕事の進め方
- ・質の高い仕事をするためのコツ

3 協働するためのコミュニケーション

- ・「聴く力」と「伝える力」を鍛えてストレスフリーな協働を目指す
- ・雑談力で差をつける！
- ・上司、同僚とのコミュニケーション

基礎編

4月期 4月23日(木)・4月30日(木)・5月7日(木) 3日間 14:00~16:00

6月期 6月11日(木)・6月18日(木)・6月25日(木) 3日間 14:00~16:00

1 ビジネスパーソンに求められる協働スキル

- ・目的に向かって行動する
- ・改善から自己成長へ繋げる
- ・仕事で信頼される人になるために

2 自分の働き方を工夫するジョブ・クラフティング

- ・仕事のやり方を工夫する
- ・周囲との関わり方を工夫する
- ・仕事の捉え方を工夫する

3 チームの心を動かすコミュニケーション

- ・チームに働きかけるコミュニケーション
- ・相手を知り自分を知る信頼関係づくり

応用編

5月期 5月14日(木)・5月21日(木)・5月28日(木) 4日間*14:00~16:00

7月期 7月2日(木)・7月9日(木)・7月16日(木) 3日間 14:00~16:00

交流会

入社1年目

1年目と2~3年目の 応用編研修 の参加者合同開催

入社2~3年目

6月2日(火) 14:00~16:00

会場：東京しごとセンター多摩

対面

4

*5月期・応用編4日目は1年目と2~3年目の研修参加者合同開催の交流会です。前半はグループワークを実施します。後半は仕事をする上での課題、研修で聞けなかった事、悩みや不安なども一緒に解決していきます。

若手社員のための ビジネススキル研修



◆ 対象：都内中小企業等に在職中の29歳以下の入社1～3年目の正社員の方

◆ 参加方法：オンラインLIVEセミナー（カメラON/音声ON）※zoomを使用
※交流会は対面での実施です。

◆ 定員：各10名（予約制）



申込方法

東京しごとセンター多摩ホームページ
(<https://www.tokyoshigoto.jp/tama/>)
「事業所の皆様」のページまたは二次元コードからお申込みください。
各回初日の10:00までの受付、
定員に達した場合は受付を終了いたします。

研修の流れ

お申込後、
参加決定ご連絡

自習用動画＆
オンライン講義の
URLを送付

自習課題を
ライブ講義までに
実施

受講後、
アンケートを
入力して送信

フォロー
アップ
個別面談

※研修後、フォローアップ個別面談を実施いたします。お申込み後、企業様のスケジュールに合わせて日程調整いたします。

お申込みにあたってのお願い

- 本セミナーは、企業様からのお申込みのみとなります。個人によるお申込みはご遠慮ください。
- 各コース3日間(オンライン)、5月期応用編はあわせて交流会(対面)のご参加をお願いしております。基礎編のみ、応用編のみのご参加も可能です。
- 1社、4名以上で参加希望の場合はお問合せください。
- このセミナーは、東京しごとセンター多摩のオンライン利用規約とプライバシーポリシー（ホームページに記載）に同意いただいた方のみ参加できます。

事前準備のお願い

- 参加が決定しましたら「参加決定通知」「受講案内」をお送りします。届かない場合はご連絡ください。
- 受講に必要なデバイス(PC・スマートフォン)及び通信料はご自身のご負担となります。
 - LAN接続、Wi-Fi等、安定的な通信環境でのご利用をお勧めします。
 - おひとり1台のデバイス でのご参加をお願いしています。難しい場合はご相談ください。

東京しごとセンター多摩

東京都立川市柴崎町三丁目9番2号 立川駅南口東京都・立川市合同施設
JR「立川」駅徒歩4分、多摩都市モレール「立川南」駅徒歩1分

TEL：042-521-6763

(受付時間：月曜～金曜 9:00～20:00 土曜 9:00～17:00)

Mail：stama-company@os.persol-bd.co.jp

