

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

申込期間
9月16日（火）10：00まで

1 仕事をコントロールする
方法を知ろう

2025年9月16日（火）
14：00～16：00

- ・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

9月24日（水）
14：00～16：00

- ・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

9月30日（火）
14：00～16：00

- ・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

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

申込期間
9月11日（木）10：00まで

1 ビジネスパーソンに
求められる協働スキル

2025年9月11日（木）
14：00～16：00

- ・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

9月19日（金）
14：00～16：00

- ・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

9月25日（木）
14：00～16：00

- ・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

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。

◆ 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

基礎編に参加していなくても、受講いただけます。

◆ 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

◆ 定 員：各10名（予約制） ※定員に達した場合は受付を終了いたします。

◆ 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。

【お申込のお願い】

- 各コース3日間のご参加をお願いしております。
- 1社、4名以上で参加希望の場合はお問合せください。
- 本研修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。
- 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（ホームページ記載）に同意し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。

【お問合せ】東京しごとセンター多摩

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

