

若手社員 フォローアップセミナー開催案内

もう数ヶ月で新年度が始まりますが、若手社員のフォローはできていますか？

職場に慣れ、仕事の内容も一通り把握し、環境全体を認識できるようになるとともに、不安や不満を抱えたりする時期でもあります。

改めて行動や意識の再確認、目標の再設定などを行い、じっくりと時間をかけて社会人としての自分を振り返る場を提供いたします。「脱新人」の足がかりとして、ぜひ本セミナーをご利用ください。

☆研修のねらい☆

脱！新人 組織の中での自分の位置を知り、基本言動を再確認する。
より一層求められる組織内コミュニケーション力、
そして成長させたい自己解決力、セルフケア力をつける！

- 今後の後輩指導、対外的活動時のために、社会人としての心構え「接遇」と、好印象を保つ**基本的ビジネスマナー**の復習を行う。
- 本当の「**コミュニケーション**」を知り、実践ワークで体得し、職場で活用できるコミュニケーションスキルの習得を目指す。
- **ハラスメント**についての知識を持ち、上司や先輩からの指揮命令、指導、注意を適切に受け止めるための下地を確認する。
- ストレス耐性強化にもつながる、**セルフケア力**を身に付け、日々の生活の中で自ら心と体を守る方法を知る。

<日 時> 令和8年 1月15日(木) 午前9:30～午後4:30

※お昼休憩1時間の他、適宜休憩をとります。

<会 場> **黒部市国際文化センター「コラーレ」** マルチホール

<受講料> 会員2,000円、非会員4,000円 (昼食代、資料代を含みます)

※受講料は下記口座へお振り込み下さい。

北陸銀行黒部支店 普通預金 1760763 黒部商工会議所一般会計

※お振り込み以外に会議所窓口でもお受けしております。

<対 象> 入社5年目までの方

<講 師> 人材開発コンサルティング ボン クラージュ Bon・Courage 松崎妙子 氏

<定 員> 20名(先着順)

<締 切> 令和8年1月8日(木)

申込先 黒部商工会議所 TEL: 52-0242
お問合せ 黒部市植木23-1 FAX: 52-2650

FAX: 52-2650 若手社員フォローアップセミナー受講申込書

※記入していただいた内容(個人情報含む)は、本研修会に関する参加申込受付、連絡等の際に使用させていただきます。

事業所名		担当者名	
所在地		電話番号	
		FAX番号	
受講者名	(フリガナ:) 男・女	(フリガナ:) 男・女	
	入社 年 月 日 年齢 才	入社 年 月 日 年齢 才	

タイム	内 容
9:30	■ 自己課題発見 1. 社会人力チェック（自己チェック） <ヒューマンスキルチェックシート> 社会人常識／マナー／コミュニケーション／責任感／協調性／チャレンジ精神／考える力 2. 振り返り&現状課題抽出 入社～これまでに経験したことを具体的に記入 ■ 組織人としての心構え 1. 心構え＝「<u>接遇</u>」（他社の立場になって自分の言動を整えます） 2. 組織の中の位置確認（組織内での自分の位置と、権利の範囲を確認します） ■ 組織の一員として必要なマナー・ルールの再確認 基本言動・態度の復習 1. 組織の一員として誇れる<u>印象管理</u>を意識する ※第一印象の重要性 2. 動 作：歩き方・挨拶・返事・モノの授受の仕方・方向の指し示し方・名刺交換 態 度：表情・姿勢・身だしなみ・立ち方・座り方 話し方：敬語 ※ワークシート使用
12:00	***** お昼休憩 *****
13:00	■ 組織内ホウレンソウに活かすコミュニケーション 1. コミュニケーションの重要性 ① コミュニケーションとは？ ② なぜ組織でコミュニケーションが重要なのか 2. 組織を活性化するコミュニケーションとは ① コミュニケーション実践ゲーム（ワーク） ② 振り返り&まとめ
14:15	■ 社会人として知っておきたいハラスメントのこと ① ハラスメントの定義 ② ハラスメントの種類と種類
14:45	■ セルフケア ① どんな時にストレスを感じますか？ ② 思考の癖を知るワーク ③ ストレスサインに気づこう ④ あなたにとってのリラックスとリフレッシュとは ⑤ 自分の取り扱い説明書
15:30	■ 現状課題の自発的解決 <改善策ディスカッション&発表> 本日の研修結果を踏まえ、「<u>自分</u>」で改善できることに気づき、改善案を考える ■ 目標設定 テーマ：「3年後のわたくし」 ←———— <u>企業様へ提出</u> 3年後の自分の姿をイメージし、目標を明確化し、「今日からすること」を具体的に決定します。発表することで、モチベーション向上へつなげます。
16:00	□ まとめ&質疑応答