



働き方/1日研修

Revised

時間管理と仕事の進め方

効果的・効率的に業務を進める手法を実践的に学ぶ

▶ 本研修の概要とねらい

- ① 時間を有効に活用するためのタイムマネジメントの考え方と技術を理解する。
- ② 仕事に優先順位をつけ、時間当たりの最適な業務成果を導き出す方法を習得する。
- ③ タイムマネジメントの学びを通じて自己管理能力の向上を図る。

▶ 主なコンテンツ

問題意識の確認(タイプ別問題点)、現状分析と問題点の整理、プロアクティブな行動とは、プロセスマネジメント、体験ゲーム、など(詳細は裏面のタイムテーブルをご参照ください)。

▶ 演習/実習の内容

ゲーム形式の実習によってPDCAサイクルを身近に感じ、理解を深める

▶ 受講対象

全職員

▶ 講師からの一言

とくに若手～中堅の方に、自身の仕事の進め方を見直し、業務改善やフォローシップ発揮のきっかけをつかむ研修内容です。



一般社団法人 日本経営協会講師
三枝 玲子(さえぐさ れいこ)

キャリア開発、コミュニケーション、コーチング、ワークショップ、ファシリテーション、タイムマネジメント、政策形成、問題解決、新入職員、女性社員意識改革、CS向上などのテーマで多数出講中。

人事制度の運用支援、目標管理制度における面接指導者育成、グループコーチングによるプロジェクト支援コンサルティングなどを企業・自治体にて行なう。安定した指導ぶりや指導領域の広さに定評があり、リピート率も高い。

PHP認定ビジネスコーチ、消費生活アドバイザー(経済産業大臣認定事業資格)、米国認定NLPマスタープラクティショナーの資格を持つ。

本講師の他の研修

- a. コーチング
- b. ファシリテーション
- c. コミュニケーション
- d. 政策形成

時間管理と仕事の進め方

1日研修タイムテーブル案

講義テーマ	主なコンテンツ
オリエンテーション 1. タイムマネジメントの現状 2. タイムマネジメントの考え方 (1)プロアクティブな行動 (2)業務の明確な把握 ・課題設定演習	☞ 問題意識の確認(タイプ別問題点)、現状分析と問題点の整理 ☞ 生産性の高い仕事とは、WGPDCAサイクル、4つの原則 ☞ 自分の業務の中から、とくに重要な業務を選び、具体的な達成目標を記述。
昼食休憩	
(3)プロセスマネジメント ・スケジュールリング演習 ・改善演習 3. 体験ゲーム～PDCAサイクル～ まとめ	☞ 事務作業・ファイリングのポイント、業務改善のポイント ☞ ゲーム実施、振り返り・解説、PDCAサイクルごとのポイント

■本研修を受講した研修生の感想

- ☞ ゲーム実習がとても参考になった。
- ☞ 自分自身の現状について考える機会が多くあり、現状を把握できたことで、どのような方法で効率的な仕事の進め方につながればよいか分かり、とても参考になりました。

■本研修コーディネーターからのワンポイントメッセージ

- ☞ 講義とワークがバランスよく組み込まれている研修です。
講義→チェックリスト記入→講義→グループワーク→講義→ゲーム計画作成という流れの中で楽しみながら学んでいただけます。

本研修に関するお問い合わせ

一般社団法人 日本経営協会 関西本部
〒550-0004 大阪市西区靱本町1-8-4(大阪科学技術センタービル)
電話 06-6443-6925 FAX 06-6441-4319
URL <http://www.noma.or.jp>