

# 第1期 応用編

29歳以下 都内の中小企業等に在籍する  
入社1~3年目の正社員の方対象

4/28(火)  
受付開始!

# ビジネススキルUP講座

**LIVE**  
オンラインライブで開催!

## 対象 入社1年目の正社員の方

### 社会人に必要な実行力を身に付ける 「目標達成への実行力UP!編」

目標達成の必要性、計画力や段取り力について学ぶと共に、想定外の仕事への対応力を身に付けます。新入社員の導入研修に最適です。

## 対象 入社2~3年目の正社員の方

### 課題解決力を身に付けて 活躍できるビジネスパーソンになる

課題解決プロセスやストレスマネジメント、コミュニケーションについて学ぶと共に、自発的に課題を見出し、挑戦する力を身に付けます。

**1 日目** **目標達成をしながら進める**  
6月2日(火) 13:30~15:30

- ・会社、部署、個人の目標は何のため?
- ・若手社員だからこそ貢献できること
- ・目標達成までのプロセスを学ぶ
- ・目標を達成するには

**2 日目** **計画を立てて進める**  
6月9日(火) 13:30~15:30

- ・計画を立てる必要性
- ・計画を立てるための情報収集
- ・実践! 計画を立てて進める
- ・計画倒れにならないために

**3 日目** **実行力を高めて進める**  
6月16日(火) 13:30~15:30

- ・いろいろな仕事にチャレンジしていこう
- ・想定外の仕事も乗り越える
- ・実行力を高めるチェック項目
- ・実行力を高めるための気持ちの整理

**1 日目** **課題解決力を身に付ける**  
6月5日(金) 13:30~15:30

- ・課題に直面した時の関わり方
- ・課題解決プロセスを理解する
- ・挑戦! こんな課題、自分ならどうする?
- ・2~3年目がきっと出会う課題

**2 日目** **ストレスマネジメントをマスター**  
6月12日(金) 13:30~15:30

- ・年々変わる役割と期待度
- ・ストレスの扱い方を見直す
- ・自分のストレス特徴とタイプ別対処法
- ・やる気をコントロールするセルフトークの実践

**3 日目** **周りとの協調して活躍する**  
6月18日(木) 13:30~15:30

- ・周りとの関係を確認する
- ・モチベーションの源泉
- ・人を動かす伝え方と受け取り方
- ・周りとの協調していくための関わり方

**4 日目** **4日目は、入社1年目と入社2~3年目対象の講座の合同開催です!**  
**若手社員の課題解決交流会!**  
立場(経営者・管理職・先輩)が異なる3名のゲストと一緒に課題を解決していきます。  
6月25日(木) 13:30~15:30

- ・同世代の社会人と一緒に自分の仕事を振り返るグループディスカッション
- ・先輩、上司、経営者、それぞれ立場の異なる人の考え方を知る
- ・皆で解決しよう! 日々のお悩み解決大相談会
- ・今後のアクションプラン作成

※4日目の講座の一部では、カメラオン・ミュートを解除してのグループワークを実施します。  
可能な限りご対応をお願いいたします。

### ■オンライン(Webex)ライブ講義 受講の流れ



※「Cisco Webex」を利用します。推奨環境についてはCisco WebexのWEBサイトでご確認いただけます。

※ビジネススキルUP講座運営事務局で参加資格を確認後、開催日の2週間前から順次メールで教材及び参加URLを発送いたします。

■お申込み・お問合せ  
<https://tokyoshigoto-young.jp/company>  
ヤング ビジネススキルUP講座 検索  
Web予約は24時間受付

■お電話でのお問合せ  
**03-5211-6981**  
受付時間 平日 午前9時~午後6時  
※土曜、日曜、祝日及び年末年始(12/29~1/3) 休業  
LINE Instagram Facebook X

