

# 第2期 応用編 29歳以下対象

都内中小企業等の入社1～3年目の若手社員を対象に、社会人基礎力から仕事の応用力まで、段階的に力がつく研修プログラムを実施いたします。若手社員の人材育成や、職場定着の一環として、ぜひご利用ください。

# ビジネス力UP講座

定員  
30名

## 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 1日目** **目標達成をしながら進める**  
7月25日(金) 10:00～17:00

- ・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
- ・目標設定までのプロセスを学ぶ
- ・目標を達成するには

**2 2日目** **計画を立てて進める**  
8月7日(木) 10:00～17:00

- ・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 3日目** **実行力を高めて進める**  
8月21日(木) 10:00～17:00

- ・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 1日目** **課題解決力を身に付ける**  
7月30日(水) 10:00～17:00

- ・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 2日目** **ストレスマネジメントをマスター**  
8月6日(水) 10:00～17:00

- ・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 3日目** **周りとの協調して活躍する**  
8月22日(金) 10:00～17:00

- ・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 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。  
8月27日(水) 10:00～17:00

- ・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

すべての講座はグループワーク形式!

同世代のメンバーと一緒に課題を解決しながら、  
社会人としての成長を目指します。



今年度の対面開催は第2期のみです。

新卒入社の方はもちろん、  
中途入社の方の参加も大歓迎!

参加費  
無料

■お申込み・お問合せ

<https://tokyoshigoto-young.jp/company>

ヤング ビジネス力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



## ■会場までのアクセス

1日～3日目



### TKP飯田橋ビジネスセンター ホール3A

東京都新宿区下宮比町3-2

飯田橋スクエアビル 3階

<https://www.kashikaigishitsu.net/facilitys/bc-iidabashi/access/>

- ・JR総武線……………飯田橋駅 東口 徒歩3分
- ・東京メトロ有楽町線……………飯田橋駅 B1 徒歩2分
- ・東京メトロ東西線……………飯田橋駅 B1 徒歩2分
- ・東京メトロ南北線……………飯田橋駅 B1 徒歩2分
- ・都営大江戸線……………飯田橋駅 C1 徒歩1分

4日目



### TKP市ヶ谷カンファレンスセンター ホール6B

東京都新宿区市谷八幡町8番地

TKP市ヶ谷ビル 6階

<https://www.kashikaigishitsu.net/facilitys/cc-ichigaya/access/>

- ・JR総武線……………市ヶ谷駅 徒歩2分
- ・東京メトロ南北線……………市ヶ谷駅 7番出口 徒歩1分
- ・東京メトロ有楽町線……………市ヶ谷駅 7番出口 徒歩1分
- ・都営新宿線……………市ヶ谷駅 4番出口 徒歩2分

\*A4出口ではありませんのでご注意ください。

## ■その他

- ・お申込みは1講座につき1社5名までです。
- ・企業様からも個人の方からお申込みいただけます。
- ・基礎編未受講でも参加いただけます。
- ・お申込みは先着順です(定員30名)。ビジネス力UP講座運営事務局で参加要件を確認後、開催日の2週間前から順次、メールで参加確定のご連絡を差し上げます。
- ・可能な限り、全日程の参加をお願いします。
- ・講座を欠席する場合は受講日の前日までにご連絡をお願いします。