

技術者・研究者のための効率を上げる 時間管理術

1名分料金で
2人目無料

- ◆日時:2018年10月29日(月) 10:30~16:30
- ◆会場:商工情報センター 9F 研修室
- ◆聴講料:1名につき49,980円(税込、昼食・資料付)

※会員登録(無料)をしていただいた方には下記の割引・特典を適用します。

- ・1名でお申込みされた場合、1名につき**47,250円**
- ・2名同時でお申し込みされた場合、**2人目は無料(2名で49,980円)**

※大学生、教員のご参加は、1名につき受講料10,800円です。
(ただし、企業在籍者は除きます。また、2人目無料も適用外です。)

セミナーお申込みFAX

03-5857-4812

※お申込み確認後は弊社よりご連絡いたします。

【講師】(株) ビジネスプラスサポート 人財育成プロデューサー 吉竹 優子 氏

【経歴】

- ◆大学卒業後、株式会社クボタに入社。一般職として研究部門に配属され実務経験を積む。CSR部門でコンプライアンスや内部統制などの業務に従事するとともに、総合職へ職務系列を転換。人事部にて女性や外国人の活躍推進、育児・介護者活躍推進などダイバーシティを推進。北海道から九州まで、各事業所に出向いてダイバーシティ研修を担当。
- ◆参議院および衆議院の国会議員秘書を務める
- ◆「多陽星(たようせい)」を開業。「太陽のように、星のように、その人がその人らしく輝いて活躍できますように」の理念のもと、活動を開始
- ◆(株)ビジネスプラスサポート 人財育成プロデューサーとして、現在に至る。

【習得できる知識】

1. 業務のムダを省き、生産性を意識した仕事の進め方を理解する
2. 目の前の業務に追われることなく、大切な業務の時間を確保するための効果的な優先順位のつけ方を習得する
3. 自分に合った効果的なプランニングを身につけ、段取り力を磨く

【講座の趣旨】

「毎日忙しい」「いつも仕事に追われている」と変化の激しい時代の中で疲弊しているビジネスパーソンが多くいます。そんな中、「人員不足だから仕方ない」「仕事の仕方を変えたいが変え方が分からない」「段取りを組む時間さえもつたいない」とあきらめていませんか。
このセミナーでは、サクサクと仕事ははかどり、ワーク・ライフ・マネジメントが実現できるタイムマネジメント力をお伝えします。
業務の生産性が高まることで自分自身に余裕が生まれ、それが豊かな発想を生み出し、新たな価値創造にもつながります。このままではいけないと思った今が改善のチャンスです。
まずは自分のタイムマネジメント力を向上してみませんか。

【プログラム】

1. 時間の使い方を振り返る
 - 1-1 限られた時間で成果を出す働き方・考え方
 - 1-2 段取りとは何か
 - 1-3 あなたはどのタイプ？自分の現状を知る【チェックリスト】
 - 1-4 あなたの仕事を狂わせる原因は何か【個人ワークグループワーク】
2. 業務を効率的にマネジメントする
 - 2-1 付加価値を高める働き方とは？
 - 2-2 生産性の高い業務に必要な考え方
3. 的確に優先順位をつける判断力を養う
 - 3-1 仕事がテキパキ片付く人と追われる人の違い
 - 3-2 優先順位のつけ方
 - 3-3 急ぎの仕事が複数舞い込んできたときの対処法【ケーススタディ】
4. 貴重な時間を有効に使うタイムマネジメント
 - 4-1 年、月、週、日単位でスケジュールを組む重要性
 - 4-2 非定型的な仕事の取り組み方
 - 4-3 1週間、1日を効率的に使うためのコツ
 - 4-4 定期的に振り返りの時間を設ける
 - 4-5 “いつも時間がない病”から脱却する時間の使い方【グループワーク】
5. 協働に向けたコミュニケーションマネジメント
 - 5-1 効率的な仕事に不可欠な「報・連・相」【チェックリスト】
 - 5-2 スケジュールの相互把握
 - 5-3 ミス・ムダ・モレを防ぐ指示の受け方、出し方
6. ワーク・ライフ・バランスを実現するセルフマネジメント
 - 6-1 より良い仕事は自分のコンディションを整えることから
 - 6-2 モチベーション管理と体調管理の両輪が必要

【質疑応答・名刺交換】

『時間管理』セミナー申込書 FAX:03-5857-4812

会社・大学			
住所	〒		
電話番号		FAX	

お名前	所属・役職	E-Mail
①		
②		

会員登録(無料) ※案内方法を選択してください。複数選択可。

Eメール 郵送

● セミナーの受講申込みについて ●

必要事項をご明記の上、弊社へFAXでお申込み下さい。弊社で確認後、必ず受領のご連絡をいたしまして受講券、請求書、会場の地図をお送りいたします。

セミナーお申込み後のキャンセルは基本的にお受けしておりませんので、ご都合により出席できなくなった場合は代理の方がご出席ください。

お申込み・振込に関する詳細はHPをご覧ください。
⇒ <https://www.rdsc.co.jp/pages/entry>

個人情報保護方針の詳細はHPをご覧ください。
⇒ <https://www.rdsc.co.jp/pages/privacy>