

仕事が3倍速くなる！ 「段取りと時間管理術」



「仕事の途中でいつも問題が起こる」「対処にかかりっきりで他の仕事が進まない」「机の上が片付かない」「他部署との連携がうまくいかない」「締め切り直前はいつもバタバタ」、挙句に「残業続きの日々」…。仕事を進めるうえで、このような悩みを持つ方は少なくありません。当講座では、業務の無駄を省き、生産性を意識した仕事の進め方を理解するとともに、業務に振り回されることなく、的確に、優先順位をつける判断力を養います。★座学+実践演習研修です。

研修成果

- ①自分に合った効果的なプランニングができる
- ②生産性を意識した仕事の進め方が理解できる
- ③的確に優先順位をつける判断力を養うことができる



開催概要

日時：2024年 5月 29日（水）9:30～16:30

会場：姫路商工会議所 会議室

定員：30名（最少開講人数10名）

対象：中堅・若手社員など

受講料

●姫路市内に本店がある中小企業
会員 9,200 円／一般 15,800 円（1名・税込）
※姫路市から補助が出ますので、上記金額となります。
※「本店」：会社が事業を行う法律上の本拠地

●その他の企業
会員 13,200 円／一般 19,800 円（1名・税込）

※原則、ご入金頂いた受講料は講座中止以外は返金致しません。
※当日キャンセルでご入金がない場合も受講料を徴収致します。
※振込手数料は各自でご負担下さい。

【振込期日】

開催日までに下記口座へお振込みください。
開講日 2週間前をめどに、請求書・受講証を郵送します。
<振込先> 三井住友銀行 近畿第一支店 [支店コード974]
(普通) 5 3 7 3 1 1 6 姫路商工会議所

申込方法 WEBでお申込みいただくとスムーズです

- ①WEB（HP申込フォームよりお申込ください。）
- ②FAX・郵送（下記申込書に必要事項をご記入の上、送付ください。）

【お問い合わせ先】〒670-8505 姫路市下寺町43 姫路商工会議所 中小企業相談所 企業支援担当
TEL：079-223-6557 FAX：079-222-6005 E-mail：kenshu@himeji-cci.or.jp

研修内容

1. オリエンテーション
 - (1) 自己紹介
 - (2) 研修の目的
2. 毎日の仕事や生活は充実していますか？
 - (1) タイムマネジメント3つの視点
 - (2) 多くの人が陥りがちな傾向
 - (3) 時間をコントロールする態度、習慣とは？
 - (4) 生産性をあげる方程式
 - (5) 緊急性と重要性から優先順位を決める
3. あなたの時間をより効果的にマネジメントするために
 - (1) タイムマネジメントセルフチェック
 - (2) 会議を効果的に管理する
 - (3) 文書処理には時間枠を設ける
 - (4) 予期せぬ出来事への対応
4. 新しい時間活用習慣の習得
 - (1) 先延ばしの癖を克服する
 - (2) 日常業務の水路化現象
 - (3) 自身の習慣改善シートの作成
5. 総括
～時間は人生そのもの～

講師紹介

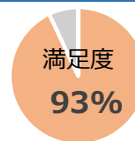
コンサルタントネットワーク株式会社
シニア教育コンサルタント

安村 睦子（やすむら むつこ）氏
関西外国語短期大学米英語学科卒業。
昭和62年、JTB日本交通公社入社オーストラリア・ゴールドコースト支店勤務。支店初の女性営業マンとして活躍。帰国後、養成学校を経てラジオDJとして活動。司会者として大手企業のイベントなど多数携わる。平成25年、国内生保会社の新人教育担当を経て、これまでの経験を活かして現場を知る講師として活躍中。



受講アンケート結果

- ・会議を効果的に管理する演習で改めて自社及び自身の改善点を考えることができ良かった。
- ・日々の行動を見直してみるだけで自分の傾向について気付くことができた。時間口誌を有効活用していきます。



2024/5/29 仕事が3倍速くなる！「段取りと時間管理術」申込書 企業支援担当宛 FAX:079-222-6005

| | | | |
|--------|---|--------------------------------------|--|
| 企業名 | | TEL | |
| 所在地 | 〒 | FAX | |
| 受講指示者名 | | 受講指示者役職 | |
| E-mail | | ★姫路市内に本店がある中小企業である 該当する方に○ はい・いいえ | |

| 受講者名 | 受講者名フリガナ | 役職 | 性別 | 年齢 |
|------|----------|----|-----|----|
| | | | 男・女 | |
| | | | 男・女 | |
| | | | 男・女 | |