

2026年度 階層別研修 新入社員コース

	第1回				第2回				
	4月7日	4月8日	4月9日	4月10日	4月14日	4月15日	4月16日	4月17日	
	火	水	木	金	火	水	木	金	
9:00-9:20	受付	受付	受付	受付	受付	受付	受付	受付	
9:20-9:30	諸注意 センター長挨拶	諸注意	諸注意	諸注意	諸注意 センター長挨拶	諸注意	諸注意	諸注意	
9:30-11:30	新社会人のためのメンタルヘルスケア 【講師：吉澤ゆかり】	働く社会人として守るべきルール 【講師：加藤吉紀】	佐久市で働く魅力～地域産業の多様性と特徴を知る～ 【講師：丸山隆男】	改善活動の進め方 【講師：渡部國明】	新社会人のためのメンタルヘルスケア 【講師：吉澤ゆかり】	働く社会人として守るべきルール 【講師：加藤吉紀】	佐久市で働く魅力～地域産業の多様性と特徴を知る～ 【講師：丸山隆男】	改善活動の進め方 【講師：渡部國明】	
11:30-12:15	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	
12:00-12:15	受付	受付	受付	受付	受付	受付	受付	受付	
12:15-14:15	社会人の心構え・ビジネスマナー 12:15-15:15 【講師：小林さゆり (外部)】	コミュニケーションスキルを高めるには 【講師：遠藤英夫】	会社のしくみとわたしたちの仕事 【講師：山澤知姫】	品質管理 12:15-14:15 【講師：渡部國明】	社会人の心構え・ビジネスマナー 12:15-15:15 【講師：小林さゆり (外部)】	コミュニケーションスキルを高めるには 【講師：遠藤英夫】	会社のしくみとわたしたちの仕事 【講師：山澤知姫】	品質管理 12:15-14:15 【講師：渡部國明】	
14:15-14:30		休憩・受付	休憩・受付	休憩・受付		休憩・受付	休憩・受付	休憩・受付	休憩・受付
14:30-16:30		全ての基本は5Sから 【講師：宇野親治】	仕事で困らない『進め方の基本』 【講師：山澤知姫】	電子メールとSNSの達人 初めの一步 14:30-17:00 【講師：吉田智之】		全ての基本は5Sから 【講師：宇野親治】	仕事で困らない『進め方の基本』 【講師：山澤知姫】	電子メールとSNSの達人 初めの一步 14:30-17:00 【講師：吉田智之】	

会場 佐久商工会議所 3階大会議室 (4月10日は、野沢会館 会議室1・2) *金曜日(最終日)は、17:00までとなります。

階層別研修 新入社員コースの概要

講座名	時間 (H)	受講料	概要	定員 (人)
オープン講座				
新社会人のためのメンタルヘルスケア	2	無料	環境の変化によるストレスを軽減し、心身の健康を維持・増進するための「セルフケア」を考える	40
社会人の心構え・ビジネスマナー	3		社会人としての心構え、ビジネスマナーの基本、自分のブランド力の付け方	
一般教養				
働く社会人として守るべきルール	2	有料	組織人として働くことの意義と働くとき守るべきルールは何かを考える	40
コミュニケーションスキルを高めるには	2		学生時代とは違う社会人として必要なコミュニケーションスキルを習得	
会社のしくみとわたしたちの仕事	2		会社全体の流れをわかりやすく整理し「自分の仕事の役割と価値」を理解する	
仕事で困らない『進め方の基本』	2		新入社員が仕事を進めるうえで感じやすい“仕事の不安・つまずき”を減らす	
全ての基本は5 Sから	2		製造業・サービスを問わず職場の基本である5 Sの用語の説明、目的と意義	
佐久市で働く魅力～地域産業の多様性と特徴を知る～	2		佐久の製造業・サービス業の特徴を概観する	
専門スキル				
改善活動の進め方	2	有料	製造現場における改善活動の考え方・手法、着眼点、PDCAの回し方	40
品質管理	2		品質管理の用語やQC七つ道具・ISO9001について	
電子メールとSNSの達人初めの一步	2.5		ビジネス用電子メールのマナー、要領の良い書き方、個人で使うSNSのセキュリティリスク回避など	

受講料は受講者1人当りの各科目の料金 会員 1,500円（税込） 非会員 3,500円（税込）