

「若手リーダー実践研修」のご案内

～人が育つ。チームが動く。自ら輝くための「特別な 5 日間」～

◆ おもな研修内容：心理的安全性 | 教え方・伝え方 | 感情マネジメント | 自律支援 | 目標設定 ◆

職場やチームをまとめ、後輩や部下を指導し、チームとともに輝くための行動づくりのきっかけをつかむための実践的な研修です。
コミュニケーションを活性化するために、これから伸びてほしい若手リーダーや中堅社員として欠かせないスキルを学びます。
異なる企業のメンバーが話し合い気づきあう、自ら輝くための「特別な 5 日間」です。

・対象：職長や課長候補を含む若手リーダー、プロジェクトリーダー、若手社員の指導役など、役職に関わらずリーダー的役割として養成したい人。

＊たとえば、こんな方にお勧めします。

「初めて後輩や部下を持った方」

「部下への伝え方や指導に悩んでいる方」

「次期リーダーとして育成したい方」

「プロジェクトを任せてみたい方」

・全講座を一括受講するコース以外に受けたい講座だけ選択することもできます（会員企業の場合）。

■ 日 時

全 5 回 11 月 - 12 月

- | | | | |
|---|---------------|-------------|-----------------|
| ① | 11 月 11 日 (水) | 14:30-16:30 | 「心理的安全性」 |
| ② | 11 月 18 日 (水) | 14:30-16:30 | 「リスク発見と教え方・伝え方」 |
| ③ | 11 月 25 日 (水) | 14:30-16:30 | 「感情マネジメント」 |
| ④ | 12 月 2 日 (水) | 14:30-16:30 | 「自分で考え、動ける力」 |
| ⑤ | 12 月 9 日 (水) | 14:30-16:30 | 「行動につながる目標設定」 |

■会 場 野沢会館

■定 員 各講座 20 名 (定員を超える場合、会場の変更など検討させていただきます)

■受講料 全 5 講座 2H×5 回一括受講の場合 25,000 円/人(会員)、35,000 円/人(非会員)
個別に選択した講座を受講の場合 6,000 円/2H/人 (個別選択は会員のみ)
会員: 佐久商工会議所・佐久産業支援センターの会員

■支払い方法 佐久産業支援センターからの請求書によりお振込みください。(現金支払いはなくなりました)

■受講申込 (一社) 佐久産業支援センター (SOIC) お問い合わせ TEL: 0267-54-8171
こちらからお申し込みをお願いします。 ⇒ <https://forms.gle/8UyBzi56ohFaHVe96>

■締 切 2026 年 10 月 31 日(土) 但し、各コースとも定員になり次第締め切ります。

< 若手リーダー実践研修 > (講師: 山澤・畑)

選 択	講 座 名	時間	日付	時間帯	概 要
☐	気兼ねなく意見を出し合える 気持ちのよいチームづくり	2	11/11	14:30- 16:30	傾聴を体験して心理的安全性について理解する。互いに意見を出し合える 気持ちのよいチームづくりについて、グループワークを通して気づく。
☐	リスク発見と教え方の基本	2	11/18	14:30- 16:30	グループワークを通して「リスクを見つける眼」や「教え方」を学び、 「質問・提案」のスキルを実践ワークで磨き、自らも成長する。
☐	イライラ・モヤモヤを仕事に持ち込まない ～感情を整える職場コミュニケーション～	2	11/25	14:30- 16:30	感情は「抑える」ものではなく「扱う」もの。感情を荒立てない伝え方・ 受け取り方で、明日から職場が変わる小さな行動につなげる。
☐	自分で考え、動ける力を育てる ～仕事が少し楽になる考え方～	2	12/2	14:30- 16:30	自分で考えるために「やる気」より先に必要なものは、動きを止める一 言、後押しする一言。今日からできる“小さな一歩”を踏み出す。
☐	行動につながる目標設定 ～「決めたのに動けない」をなくす考え方～	2	12/9	14:30- 16:30	プレッシャーになる目標と力になる目標。「ちゃんとやらなきゃ」を手放 す視点で、今日からできる“行動が決まる目標”をつかむ。