

限られた時間で効率的に成果を上げる仕事術を習得！

# タイムマネジメントセミナー

とき

2023年 1月17日(火)

10:00~16:30

ところ

徳島商工会議所 会議室

徳島市南末広町5番8-8

徳島経済産業会館 (KIZUNAプラザ) 3階

TEL.088-653-3211

講師

株式会社ビジネスプラスサポート

人財育成プロデューサー

やまだ ようこ

山田 容子 氏

対象

あらゆる部門の  
管理者・リーダー・担当者

- ・限られた時間で生産性の高い仕事術を学びたい方
- ・段取り力を強化・見直しをしたい方

## セミナーのねらい

- 1.業務のムダを省き、**チームで生産性を高める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**



## セミナープログラム

### 1. 時間の使い方を振り返る

- (1) 限られた時間で成果を出す働き方・考え方
- (2) タイムマネジメントは『段取り』次第
- (3) あなたはどのタイプ？自身の現状を知る
- (4) 段取りを狂わせる原因は何か

### 2. 業務を効率的にマネジメントする

- (1) 付加価値を高める働き方とは？
- (2) 段取りを決める5つの要素
- (3) 短時間で成果を上げる「改善」思考

### 3. 貴重な時間を有効に使う

#### タイムマネジメント

- (1) 時間の使い方の現状を知る
- (2) ムダの発見と改善案
- (3) 『自分へのアポイントメント』を重視する
- (4) 定期的に振り返りの時間を設ける

### 4. 的確に優先順位をつける判断力を養う

- (1) 重要度と緊急度の二軸に落とし込む
- (2) どんどん舞い込む仕事を的確に判断する
- (3) 優先順位の判断基準を持つ
- (4) 「割り込み仕事」と諦めない

### 5. 周りに振り回されない

#### コミュニケーションマネジメント

- (1) こんなギスギス職場になっていないか？
- (2) チームの生産性を高める「報・連・相」
- (3) 全体最適で仕事とスケジュールを共有する
- (4) ミス・ムダ・モレを防ぐ指示の受け方・出し方

### 6. 本日のまとめ

- (1) 段取り力向上へのアクションプラン作成

## 申込要領

### 参加費 (1名様につき)

会員企業	一般企業
【8月末迄にお申し込みの場合】 「早期申込割引」適用※ <b>24,750円</b> 【9月以降お申し込みの場合】 <b>27,500円</b>	<b>33,000円</b>

※別途、3名以上参加で「複数割引」の特典もあります。

※参加費には、テキスト代、昼食代、消費税を含みます。

※「早期割引・複数割引」の詳細内容については、当本部ホームページ(<https://www.spc21.jp/>)にてご確認ください。

### お申し込み方法

当本部ホームページ(<https://www.spc21.jp/>)よりお申し込みください。  
 参加者の変更、キャンセルも同様です。  
 ただし、2023年1月16日(月)以降のキャンセルについては、参加費の全額を申し受けますので、代理の方のご参加をお願いします。

### お申し込み期限

**2023年1月13日(金)**

ただし、定員になり次第締め切らせていただきますので、お早めにお申し込みください。

### 参加費のお支払い方法

セミナー終了後、連絡担当者様宛に請求書を郵送いたしますので、四国生産性本部の指定口座へお振り込みをお願いいたします。  
 なお、恐れ入りますが、振込手数料は貴社にてご負担願います。

### お申し込みお問い合わせ先

#### 四国生産性本部

〒760-0033 高松市丸の内2番5号(ヨンデンビル)  
 TEL (087)851-4262 FAX (087)851-4270  
 HP : <https://www.spc21.jp/>  
 E-mail : [toiawase@spc21.jp](mailto:toiawase@spc21.jp)

### 個人情報の取扱いについて

- 参加申込によりご提示いただきました個人情報は、当本部の個人情報保護方針に基づき、安全に管理し、保護の徹底に努めます。なお、当本部個人情報保護方針の内容については、当本部ホームページ (<https://www.spc21.jp/>) をご参照願います。参加されるご本人、申込責任者の皆様におかれましては、内容をご確認・ご理解の上、お申込みいただきますようお願いいたします。
- 個人情報は、本セミナーに関わる参加者名簿等の作成ならびに当本部が主催・実施するサービスの実施や事業のご案内のために利用させていただきます。但し、法令に基づく場合などを除き、第三者に開示、提供することはありません。
- 個人情報の開示、訂正、削除については、総務広報部個人情報保護担当窓口 (tel 087-887-0512) までお問い合わせください。

## 講師紹介

### 株式会社ビジネスプラスサポート

人財育成プロデューサー

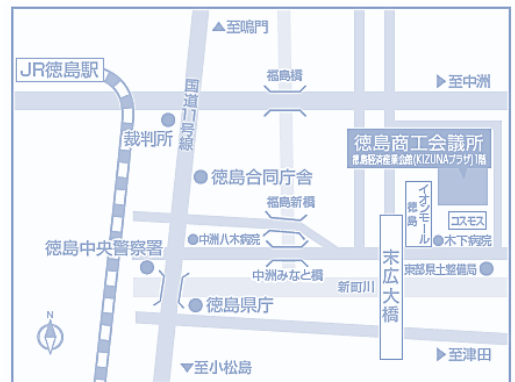
やまだ ようこ

**山田 容子 氏**



大学卒業後、大型重機メーカーの営業、ソーシャルワーカー、学習塾経営を経て、人財育成会社に勤務。  
 人財育成トレーナーとして、ビジネスマナーをはじめ、コーチング、心理学、メンタルヘルスなどの分野で活躍の場を広げる。  
 「組織の力を最大化するためには個人の個性と能力を最大化することが不可欠」という考えの下、すべての受講者の力を信じ、承認&挑戦で研修を展開、受講者の自信と行動を引き出している。  
 現在は、同志社大学大学院 総合政策科学研究科にて組織論を研究した経験を活かし、変化し続ける社会に対応した研修開発に力を注いでいる。

### 会場案内図



**徳島商工会議所 3階会議室**

**徳島経済産業会館 (KIZUNAプラザ) 3階**

徳島県徳島市南末広町5番8-8号 TEL. (088) 653-3211

#### 交通

- JR徳島駅より車で13分
- 徳島駅前から徳島市バス6番のりば『東部循環』(左回り)バス乗車『東部県土整備局前』下車 徒歩3分

#### 駐車場

- 施設の来客用無料駐車場(52台)をご利用下さい

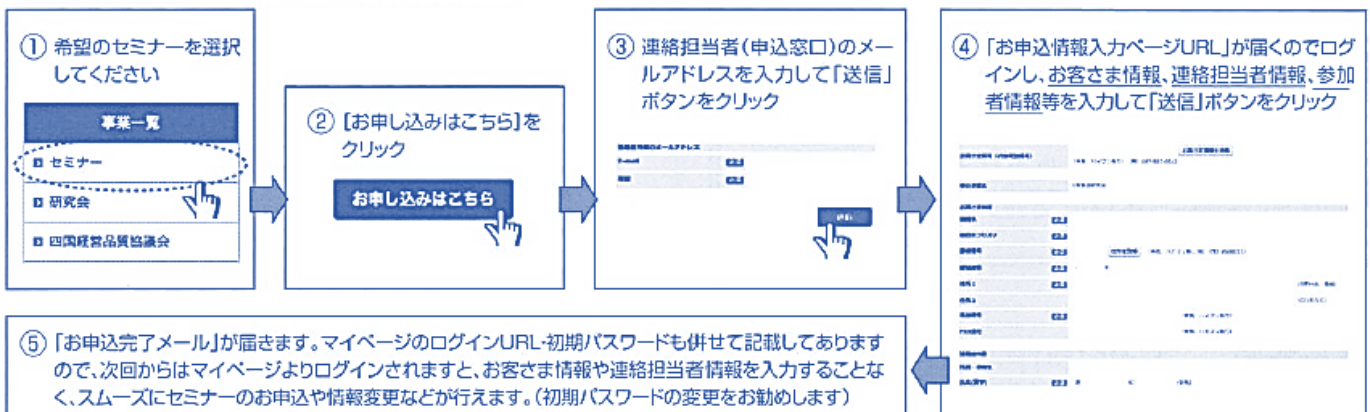
## 参加申込方法

当本部のホームページから以下の手順でお申込ください。

※2018年度の事業からメールアドレス単位で「マイページ」を作成することといたしました。

既にマイページをお持ちの方はマイページからログインしてお申込ください。

### 「マイページをお持ちでない方のお手続き方法」



※30分以内にお申込完了メールが届かない場合は受付ができていない可能性がありますので、当本部までお問い合わせください。