



残業ゼロを実現する！ タイムマネジメント研修

時間を使いこなすワザを手に入れよう

階層別研修

全階層

研修目的

- (1) 時間管理の手法や考え方を学ぶ
- (2) 時間を効果的に使うため、何を優先して仕事を進めるかの判断基準を明確にする
- (3) 仕事の段取り力を高め、先を読む時間管理術を習得する

日 時 平成30年11月7日(水)
9:30~16:30

講 師 株式会社ウィズネス 代表取締役
本田 妃世 氏



経営コンサルティング会社で、人材育成部の部長として教育経験を積み独立。現在、組織ビルド&人材高度化コンサルティングを行う(株)ウィズネスの代表として、新人研修、管理職研修、営業研修、接遇研修を数多く実施。また商工会議所のセミナーや講演活動を全国で精力的に行っている。特に顧客心理を踏まえた現場で即役立つ実践的な指導に定評がある。

会 場 京都商工会議所(京都市中京区烏丸通夷川上ル)
※京都市営地下鉄烏丸線「丸太町」駅南6番出口直結

受講料 京都商工会議所会員 17,280円
※消費税込 一般 25,920円

1. タイムマネジメントとチーム連携 [ワーク]
 - (1) タイムマネジメント・セルフチェック
 - (2) 4対6の法則 ―連携力と自分時間の確保―
 - (3) 指示・受命と報連相 ―1回で全てを伝える、理解する― (ケーススタディ)
2. タイムマネジメントの原則を学ぶ [ワーク]
 - (1) タイムマネジメント＝仕事&行動管理
あなたの考え方と行動を管理する
 - (2) 時間管理で、あなたの人生は豊かになる
 - (3) あなたの時給はいくら？
 - (4) あなたの仕事を分類してみよう
・考え方を変えれば仕事の質がぐんと上がる
・カギは「仕事のやり方の棚卸し」
 - (5) 仕事を4つの視点で考える ―緊急度と重要度の高低―
 - (6) 仕事の順位のつけ方と3大ルール
3. タイムマネジメントの法則Ⅰ ～ルーチンワークの対処ポイント～
 - (1) 仕事の意義を見出す

- (2) 集中するために知っておきたい体内リズム
- (3) 集中できる環境をつくろう
4. タイムマネジメントの法則Ⅱ ～緊急な仕事の対処ポイント～ [事例研究]
 - (1) 舞い込む緊急な仕事に翻弄されないための対処法
・QCD(品質・コスト・納期)の重要性と仕事の調整
5. タイムマネジメントの法則Ⅲ [ワーク]
 - ～重要な仕事を成し遂げるための対処ポイント～
 - (1) 面倒というだけで重要な仕事が後まわしになっていないか？
 - (2) 計画の立て方と実現 ―その意図と方法―
目標分断化の法則/仕事の着手日を決める/スタートダッシュで軌道にのせる/心にくさびをうち集中力を高める/大切なことは見える化する/情報の一元管理
 - (3) コマ切れ時間の有効活用
6. タイムマネジメントの総括
 - ～あなたがこれからは時間づかいの主役になる～
 - タイムマネジメントの12の習慣

お申込み・お問合せ／京都商工会議所 会員部 人材開発センター (〒604-0862 京都市中京区烏丸通夷川上ル)

- 1 FAXまたはwebサイトからお申込み下さい。
- ▶ FAX: 075-222-2612 TEL: 075-212-6446
e-mail: jinzai@kyo.or.jp
- ▶ 京商ビジネススクール で 検索 (URL: <http://www.kyo.or.jp/jinzai/>)

- 2 お申込み後、セミナー1週間前までに下記口座にお振込み下さい。振込手数料はご負担頂きますようお願い致します。お振込は申込会社名もしくは受講者名にてお願い致します。
- ▶ 京都銀行 本店営業部 (普) No.5017759
口座名: 京都商工会議所 研修口

※開催日の約1週間前に申込責任者または受講者宛にメールにて受講証をお送りします。なお、申込人数が少ない場合には開催を取りやめる事があります。
※開催日の5営業日前を過ぎてからの受講取消については受講料の返金を致しかねますので、ご了承下さい。ただし、代理出席は可能です。その際はお早めにご連絡下さい。

H30年11月7日 091『残業ゼロを実現する！タイムマネジメント研修』申込書

会 社 名	事 業 内 容	T E L	
		F A X	
所 在 地	〒	受 講 料	円 × 名分
		振 込 日	月 日
申込責任者	所属(役職)名	請求書(○印) → メールにて送付致します。 e-mail	
		要 ・ 不要	
受講者名(フリガナ)	年齢	所属部署名(役職名)	e-mail

ご記入頂きました個人情報は、本事業の管理・運営のため、本所の各種連絡・情報提供に利用させて頂くほか、講師及び講師所属企業に受講者名簿(企業・団体名、部署名、役職名、氏名、事業内容)として提供する場合がございます。

★人材開発センターではオーダーメイド研修の実施、講師派遣も行っております。お気軽にお問合せ下さい★