

月	開催日 曜日	講座 時間	講座名	講師	推奨 階層	オススメの方	講座紹介	開催 形式	受講希望
									氏名
4 月	4/16 (木)	13:00 17:00	クレーム・苦情対応研修 ～予防からもしもの時までには自信がつく！～	長澤 さおり	新人 若手 中堅	①クレームにどう対処したら良いのかわからない方 ②クレームが怖いと思う方 ③できるだけクレームが発生しないように予防をしたい方	苦情を言うお客様対応、クレーム対応の心構え・クレーム対応のスキルの基本を理解・習得いたします。 本講座では、組織内にて予防策から共通認識を持つことで、各々の社員がより自信をもった応対力を発揮できるようになることを目指します。また通常のクレームと異なる「カスタマーハラスメント」にも対処できるように、カスタマの基礎知識や応対スキルも学んでいきます。	オン ライン	
	4/21 (火)	13:00 17:00	仕事がスムーズに回り出す！行動デザイン研修 ～ナッジ理論で仕事の流れを変え、自然と人が動く仕掛けをつくる～	山口 陽平	中堅 監督職 管理職	①仕事の進みが遅い・滞りがちだと感じている方 ②指示やルールを増やす以外の改善方法を探している方 ③チームや業務の流れを少しずつ良くしていきたい若手・中堅社員	仕事が滞る原因は、個人のやる気や能力ではなく、行動しづらい「仕組み」にあることも少なくありません。 本研修では、ナッジ理論をヒントに、無理に指示や管理を強めなくても、自然と人が動きやすくなる仕事の流れや工夫を学びます。日常業務にすぐ使える行動デザインの考え方を通して、仕事をスムーズに回す視点を身につけます。	オン ライン	
	4/23 (木)	13:00 15:00	5月病予防！GW前に自分で出来るセルフケア ～ストレスのトリセツを学び、対応力を高める～	岩見 紘斗	新人 若手 中堅	①新年度の疲れやストレスを感じ始めている方 ②新入社員や、配置転換などで環境に変化があった方 ③無理のないセルフケア・ストレス対処方法を学びたい方	ゴールデンウィークの前後は、環境や役割の変化によって、疲れやストレスが表れやすい時期です。心身の不調を未然に防ぐためには、日頃から「上手なセルフケア」を身につけておくことが重要になります。 本講座では、「GW前に自分で取り組めるセルフケア」をテーマに、ストレスへの気づき方や対処のポイントを学びます。ワークを通じて気軽に楽しみつつ、日常に活かせるセルフケアのヒントを得ることを目指します。	オン ライン	
5 月	5/12 (火)	13:00 17:00	ヒューマンスキル向上研修 ～自己理解・他者理解・相互理解を深め、多様な人材を活かす～	徳永 智久	若手 中堅	①自分や周囲の強みを活かした関わり方を身につけたい方 ②価値観や特性の異なる人とも円滑なコミュニケーションを取りたい方 ③チーム内の関係性をより良くし、協働を促進したい方 ※本講座の受講可能者は「25～35歳」の方と限定させていただきます	職場でのすれ違いやコミュニケーションの難しさは、能力の差ではなく「お互いのちがいを知らないこと」から生まれる場合が少なくありません。 本研修では、自己理解・他者理解を起点に、相互理解を深めるための考え方と具体的な関わり方を学びます。自分と相手のコミュニケーションスタイルの違いを知り、多様な人材を活かす関係性づくりを通して、より協働しやすい職場づくりにつなげます。	岡山 会場	
	5/14 (木)	13:00 17:00	職場の心理的安全性を高めるトリプルフォーカス ～ハラスメントを予防し、イキイキと働ける職場を築く～	米田 真由美	中堅 監督職 管理職	①部下やチームとの関わり方に、難しさや迷いを感じている方 ②ハラスメントを注意事項ではなく、背景や仕組みから理解したい方 ③職場の心理的安全性を高め、社員が力を発揮できる環境をつくりたい方	ストレスフルな現代において、メンバーがイキイキと働ける鍵は「心理的安全性」にあります。 本研修では、単に「やってはいけないこと」を学ぶだけでなく、感情が起こるメカニズムや、ハラスメントがもたらす能力低下のメカニズム等を知り、より良いコミュニケーションには何が重要なのかを学びます。管理者として、部下のメンタルケア、また自身のケアのためのワークも取り入れます。心のゆとりを取り戻しましょう。	オン ライン	
	5/19 (火)	13:00 17:00	1ランク上のビジネスパーソンに！ 仕事で使える数字と論理の活用術	中嶋 佳乃子	若手 中堅 監督職	①数字や根拠を用いて、わかりやすく説明・提案できるようになりたい方 ②数学に苦手意識はあるが、仕事に必要な数字の基本を身につけたい方 ③感覚や経験だけでなく、論理的に考える力を強化したい方	数字に強い人や論理的な人。自分もそうありたいと思ったことはないですか？一方で、学生時代の数学に対する苦い思い出から苦手意識を抱えている人は少なくないと思います。 この研修では、ビジネスにおいて必要とされる数字や論理の基本の「キ」を演習を通して学んでいきます。明日から使えるちょっとしたテクニックを習得しましょう。これであなたも「数学的なビジネスパーソン」に！	オン ライン	
	5/21 (木)	13:00 16:00	がんばっているのに、前に進んでいない気がする とき～仕事の伸び悩みの正体と、そこから抜け出す考え方～	岩見 紘斗	新人 若手	①仕事に取り組んでいるが、成長実感を持っていない方 ②周囲と比べて焦りや不安を感じるが増えてきた方 ③今後の成長に向けて考えを整理したい、20代の若手社員	努力しているはずなのに、「前に進んでいない気がする、成長の実感がない」と感じることはありませんか？ 本講座では、そうした伸び悩みを努力不足や能力の問題として捉えるのではなく、誰にでも起こり得る成長過程の一つとして整理します。伸び悩みのしくみをひも解き、考え方の視点を見直して、次の一歩につなげるヒントを得ることを目指します。	オン ライン	

月	開催日 曜日	講座 時間	講座名	講師	推奨 階層	オススの方	講座紹介	開催 形式	受講希望
									氏名
5月	5/26 (火)	13:00 17:00	言語化スキル向上研修 ～考え・思いが相手に伝わる言葉のキホン～	山本 敏也	全階層	①考えや意見はあるのに、うまく言葉にできないと感じる方 ②説明や報告で「結局何が言いたいのか」と言われた経験がある方 ③伝える力を高め、仕事の質やスピードを向上させたい方	ふとした場面で「なんて言えばいいのだろう」と悩んだ経験はございませんか？ 本講座では、自分の考えや思いを整理し、相手に伝わる形で表現するための「言語化の基本」を学びます。感覚や曖昧な表現を、相手が理解しやすい言葉に変換するコツを身につけることで、報告・相談・提案など日常業務の精度を高め、コミュニケーションによるすれ違いを減らしていきます。	オン ライン	
	5/28 (木)	13:00 17:00	雑談力向上研修 ～仕事を円滑に進める“真の雑談”で成果につなげる～	山口 陽平	全階層	①上司・部下・お客様との会話が続き、関係づくりに悩んでいる方 ②仕事を円滑に進めるためのコミュニケーション力を高めたい方 ③信頼関係を築ききっかけとして雑談を活用したい方	コミュニケーションの中でも最近、重要視されているのが雑談です。無意味のようにも思われる雑談ですが、営業時や、会議の場、飲み会などさまざまな場面で必要です。 本講座では、雑談力を身につけるポイントを学びます。それにより、円滑なコミュニケーションができるとともに、効率や成果にもつながる信頼関係を築けるようになることを目指します。	倉敷 会場	
6月	6/2 (火)	13:00 18:00	仕事の進め方レベルアップ研修（新入社員） ～人が育ち、仕事の成果をあげるコツが分かる！ 真・報連相～	徳永 智久	新人	※本講座は、新入社員フォローアップ講座です。 『新卒1年目』の方のみ受講可能となっております。	入社して2ヶ月経ち、徐々に人間関係やルールに慣れてきた「6～7月頃」から、多くの新入社員は「業務敵に必要なコミュニケーションの良い取り方」を悩みに挙げはじめます。 本講座では、新入社員が直面しやすい状況をケーススタディとして、ビデオ視聴やグループ協議のもと、何を意識して報連相を行えば良いのかの考えを深めていきます。『真・報連相』の枠組みに沿って、報連相にとって必要な視点を体系的に落とし込んでいきます。	岡山 会場	
	6/4 (木) 6/11 (木)	13:00 17:00 2days	プロが用いる交渉話術研修 ～互いのWIN-WINを導く、頭の中と話し方～ (前編・後編)	北原 孝英	中堅 監督職 管理職	①提案や依頼をしても、なかなか相手の合意を得られずに悩んでいる方 ②営業や社内調整など、交渉が必要な場面が多い方 ③相手の納得感を高め、建設的な合意形成を目指したい方	あなたは「なぜか合意してもらえない」「多くの人が認める良い商品・提案なのに、話が前に進まない」といった経験はありませんか？本講座は、ただ自身の提案を伝えるだけでなく、相手の困りごとを同時に解決し、互いに納得できる、WIN-WINとなる解決策へと導く「話し方の手法」を提供いたします。本講座は2回連続講座です。1日目が内容理解中心で、2日目がロールプレイング中心となっております。	オン ライン	
	6/9 (火)	13:00 17:00	健康心理学ゼミナール ～ストレスに振り回されない、心の筋力の高め方～	本城 稔	全階層	①日々の忙しさやプレッシャーで、心の余裕を失いがちな方 ②ストレスに強くなりたいが、具体的な対処法が分からない方 ③コンディションを整え、安定したパフォーマンスを発揮したい方	忙しさやプレッシャーの多い日々の中では、ストレスに振り回されてしまうことも少なくありません。 本講座では、日々の仕事や生活の中で生じるストレスと上手に付き合いながら、自分の心の状態に気づき、安定して力を発揮し続けるための考え方やセルフケアの習慣を身につけます。 心の筋力を高めて、癒され上手になりましょう。	倉敷 会場	
	6/16 (火)	13:00 17:00	自分らしいリーダーシップを発見・発揮する ～自分自身と周りを理解し、成長につなげる～	西崎 真由美	中堅 監督職 管理職	①「自分はリーダーに向いていない」と感じている方 ②リーダーや担当者になり、不安や迷いを抱えている方 ③肩書きにとらわれず、自分らしい影響力を発揮したい方	「リーダーとはこうあるべき」という固定的なイメージにプレッシャーを感じていませんか。 本研修では、型にはまったリーダー像ではなく、自分の強みや特性を活かした「自分らしいリーダーシップ」を見つけることを目指します。自己理解と他者理解を深めながら、無理なく発揮できる影響力のあり方を知り、「自分にもできる」という実感を持って次の一歩を踏み出します。	岡山 会場	
	6/18 (木)	13:00 17:00	AI時代、言葉の価値はどう変わるのか？ ～プロが実践する「伝わる言葉」の作り方～	手代木 聡	全階層	①提案書やプレゼンで、伝えたい価値がうまく届いていないと感じる方 ②採用・広報・営業など、言葉で人の心を動かす場面が多い方 ③相手の印象に残る表現力を身につけたい方	長年、第一線で活躍するプロのコピーライターから、「人の心に刺さる言葉」の作り方を学ぶ講座です。広告コピーの考え方をベースに、提案書・プレゼン・採用活動など、様々なビジネスシーンで活用できる表現力を磨きます。伝えたい内容を“選ばれる言葉”に変換する視点を身につけ、成果につながる発信力を高めます。	岡山 会場	

月	開催日 曜日	講座 時間	講座名	講師	推奨 階層	オススメの方	講座紹介	開催 形式	受講希望
									氏名
6 月	6/23 (火)	13:00 17:00	どうすれば部下・後輩のやる気を引き出せる?~気付きを与えて自ら動かすコーチングスキル向上研修~	山本敏也	監督職 管理職	①若手~中堅社員の育成に携わる方 ②部下/後輩社員の自発的な行動を促したい方 ③1on1面談を担当するリーダー、管理職の方	部下や後輩のためを思うほど、つい指示やアドバイスが多くなってしまいませんか。本研修では、相手に「気づき」を与え、自ら考え行動する力を引き出すコーチングの基本スキルを学びます。対話の質を高めることで、一方通行の指導から脱却し、信頼を土台とした育成・面談ができるようになります。	岡山 会場	
	6/25 (木)	13:00 17:00	提案資料の作成術	松田周司	全階層	①企画書・提案書で、相手に伝わらないと感じている方 ②資料で相手を納得させ、行動につなげたい方 ③構成やストーリーに自信を持って資料を作成したい方	「伝えたはずなのに、相手に響いていない」と感じたことはありませんか。本講座では、企画書・提案書を題材に、相手に伝わり、納得し、行動を促す資料づくりの基本を学びます。構成やストーリーの考え方、表現の工夫を押さえることで、成果につながる資料作成力を身につけます。	岡山 会場	
7 月	7/7 (火)	13:00 17:00	言いにくいことが言える人は仕事がうまくいく!~職場での信頼と協働を高めるコミュニケーション~	西崎真由美	全階層	①積極的に自分の意見を言えない方 ②気を遣って言えない、自分の意見に自信がない方 ③様々な理由から、自分の意見を飲み込むことが多い方	仕事を円滑に進めるためには、相手に合わせるだけでなく、自分の意見を適切に伝えることも重要です。本研修では、自己と他者理解を土台に、相互尊重を実現する「アサーティブ・コミュニケーション」を学びます。言いにくいことも伝えられる対話力を身につけ、信頼と協働を高める関係づくりにつなげます。	オン ライン	
	7/9 (木)	13:00 17:00	あなたは良い手本となれていますか?~今こそ学ぶビジネスマナー見直し講座~	長澤さおり	若手 中堅 監督職	①新入社員や後輩と関わる機会が増えてきた若手・中堅社員の方 ②社会人経験を重ねる中で、マナーを学び直したいと感じている方 ③OJT担当や営業同行などで、手本となる振る舞いが求められる方	新入社員の多くが現場に配属される7月の時期に、あらためて「社会人としての基本」を見直す講座です。自分では当たり前になっている言動やマナーを、一度客観的に振り返り、「教える立場」「見られる立場」としてふさわしい行動を整理します。後輩から信頼される“良い手本”となるための土台づくりを行います。	岡山 会場	
	7/14 (火)	13:00 17:00	発想力UP!クリエイティブ研修~協力でアイデアを生み出し、現状の問題を打破する~	山口陽平	中堅 監督職 管理職	①新規プロジェクトなど新しいアイデアを求めるor求められる人たち ②問題解決のスキルが必要だと感じている方 ③会議などのファシリテーションスキルも学びたい方	この講座では、課題解決に必要な、発想力の基本、フレームワークの紹介、ファシリテーション方法、成功事例の共有、実践的なアイデア発想のセッションまでを包括的にカバーして学習します。参加者が学び、実際に実行する機会を持ち、発想力を向上させ、問題解決のスキルを向上させることが目的です。	オン ライン	
	7/16 (木)	13:00 17:00	ゲームを通じて学ぶ!チームビルディング研修~チームをまとめ、結果を出すには何が必要か?~	河上美夏	監督職 管理職	①チームやプロジェクトを任されているリーダー・管理職の方 ②メンバーの力を引き出し、成果につなげたい方 ③チームの一体感や行動力を高めたい方	チームで成果を出すためには、個々の能力をどう活かすかが重要となります。本研修では、ワークやゲームを通じて、目的共有、役割認識、フィードバック、PDCAの回し方を、体感的に学びます。実践を通して、チームを動かし成果につなげるための視点と行動を身につけます。	岡山 会場	
	7/23 (木)	13:00 17:00	基礎営業力向上~信頼関係を築くことから始めよう!~	河野一朗	全階層	①営業経験が浅く、基礎から学び直したい方 ②商談や顧客対応で信頼関係づくりに課題を感じている方 ③営業スキルを活かす土台を身につけたい方	営業成果の土台となるのは、テクニックよりも信頼関係です。本研修では、実践心理学やフレームワークを用いながら、信頼関係の築き方を基礎から学びます。スキルを活かす前段階としての関係構築力を高め、安定した営業活動につなげます。	オン ライン	

月	開催日 曜日	講座 時間	講座名	講師	推奨 階層	オススメの方	講座紹介	開催 形式	受講希望
									氏名
7 月	7/28 (火)	13:00 17:00	1分から始めるショートプレゼン練習ジム ～色々な“伝え方の型”を試して、伝える力をスキルアップ～	岩見 紘斗	全階層	①新入社員・若手社員で、発表や説明の機会が増え始めた方 ②人前で話すことに苦手意識があり、まずは場数を踏みたい方 ③プレゼンを学んだことはあるが、実際に練習する場がなかった方	近年、働く中で「伝える力」はますます重要になっています。しかし、苦手意識を持つ方も少なくありません。本講座では、簡単な短時間の「ミニプレゼン練習」を通して、基礎的な“伝え方の型”を学んでいきます。題材は、好きな本や映画などの身近なテーマを扱います。気軽に練習を繰り返す中で、他人に伝えることへの抵抗感を下げていき、「話すことに慣れる」「伝わる感覚をつかむ」ことを目指しましょう。	岡山 会場	
8 月	8/4 (火)	13:00 17:00	モチベーションコントロール研修（中堅編） ～気分や環境に左右されない自分になるために～	徳永 智久	中堅 監督職	①モチベーションの波に左右されやすいと感じている方 ②環境に左右されず、安定して成果を出したい方 ③自己成長を継続するための考え方を身につけたい方 ※本講座の受講可能者は「32~40歳」の方までと限定させていただきます。	気分や環境に左右されずに働くことは、簡単なようで難しいものです。本研修では、心理学の理論をもとに、自律と成長を促す考え方やセルフコントロールの方法を学びます。自分をモチベーションの源泉を分析して、自ら主体的かつ安定した働き方を実現できるように、学びを深めていきます。	岡山 会場	
	8/6 (木)	13:00 17:00	モチベーションコントロール研修（若手編） ～気分や環境に左右されない自分になるために～	徳永 智久	若手	①モチベーションの波に左右されやすいと感じている方 ②環境に左右されず、安定して成果を出したい方 ③自己成長を継続するための考え方を身につけたい方 ※本講座の受講可能者は「新卒2年目~27歳」の方までと限定させていただきます。		倉敷 会場	
8/20 (木)	13:00 16:00	自律型チームのための「合意形成スキル」トレーニング ～生存戦略シミュレーションを通して、意思決定のロジックを掴む～	山口 陽平	中堅 監督職 管理職	①会議や話し合いで、なかなか結論にたどり着けないと感じている方 ②メンバー主体で動く、自律型チームを目指したいリーダー・中堅社員 ③合意形成や意思決定を、感覚ではなく考え方として身につけたい方	チームが前に進まないとき、私たちはつい「誰かの問題」として原因を探してしまいがちです。本講座ではその捉え方をいったん手放し、ゲームを通して、チームの中で自分たちがつくっている関係性や行動の構造に目を向けていきます。講座終了後には、明日からの会議や日常業務で実際に試せる、それぞれの立場での「小さな変え方」を持ち帰っていただくことを狙いとしています。	オン ライン		
8/25 (火)	13:00 17:00	自己肯定感向上研修(ベーシック) ～世界中で最も利用されている自己分析メソッドMBTIを利用して～	川路 隆志	全階層	①対人スキルを向上させたい方 ②チームでのコミュニケーションを円滑にしたい方 ③営業力を高めたい方 ※1：事前検査があるため2026/7/24(金)締切 ※2：検査料が別途必要：8,800円(税込)/名	自分を理解することは、他者理解や信頼関係づくりの第一歩です。本研修では、世界45ヵ国以上で活用されている性格検査であるMBTI®を活用して、ご自身の性格タイプ(心の利き手)を確認していただき、自身の性格や強みを客観的に理解します。自己肯定感を高めながら、対人関係やチームワーク、営業・リーダーシップへの活かし方を学びます。	岡山 会場		
8/27 (木)	13:00 16:00	その気にさせるお願い術 ～社会心理学をヒントにした、相手が動きやすくなる伝え方～	岩見 紘斗	全階層	①お願いの仕方によって、相手の反応が変わると感じたことがある方 ②上司や先輩、他部署への依頼を、もっとスムーズに進めたい方 ③無理に押すのではなく、相手が動きやすくなる伝え方を身につけたい方	内容は同じでも、伝え方ひとつで相手の受け取り方や行動が変わることがあります。それは話し上手かどうかや人柄だけではなく、人が動きやすくなる「心のポイント」を押さえているかも重要です。本講座では、社会心理学の知見をヒントに、相手が前向きに動きやすくなる「お願いの伝え方」を学びます。日常の仕事で無理なく使える“ひと工夫”を理解し、依頼や相談の成功率を高めることを目指します。	オン ライン		
9 月	9/1 (火)	13:00 18:00	モチベーションコントロール研修（新入社員） ～環境に左右されず、最大限に自分を活かす～	徳永 智久	新人	※本講座は、新入社員フォローアップ講座です。 『新卒1年目』の方のみ受講可能となっております。	弊社で調査した新入社員の多くは、現場配属をしてしばらくした「8~9月」頃を境に、モチベーションの低下が共通して悩むようになっておりました。本講座では、そのような時期の新入社員に対して、自分で自分のモチベーションを高める方法を用意しております。選択理論心理学の知見を活かし「職場や上司から高めてもらう」といったような、他律的な視点から、「自分のモチベーションをどのようにすればコントロールできそうか」という自律的な視点への切り替えを行っていきます。	岡山 会場	

月	開催日 曜日	講座 時間	講座名	講師	推奨 階層	オススメの方	講座紹介	開催 形式	受講希望
									氏名
9 月	9/3 (木)	13:00 17:00	心・脳・体のリフレッシュワークショップ ~上手に自分の心を癒し、イキイキ過ごしていくために~	本城 稔	全階層	①疲れが抜けにくく、気分の切り替えがうまくできないと感じている方 ②忙しい毎日の中でも、自分で自分を整える時間を持ちたい方 ③難しい理論よりも、実践的・体感的に学びたい	忙しく情報にあふれた今の時代では、知らず知らずのうちに疲れがたまりがちです。気合いや根性だけでは、思うように回復できないこともあります。本講座では、心・脳・体のつながりをやさしく理解しながら、日常の中で無理なく取り入れられるリフレッシュ方法を体験していきます。自分なりの回復の仕方を見つけ、日々の生活に活かしていくことを目指します。 自分の心の声をしっかり聴いて、楽な心になりましょう。	岡山 会場	
	9/8 (火)	13:00 17:00	女性のためのキャリアデザイン ~仕事の向き合い方が変わり、イキイキ働く!~	中嶋 佳乃子	全階層	①ライフステージの変化により、働き方に対して不安がある女性の方 ②自分にとっての仕事への向き合い方を、じっくり考えてみたい方 ③仕事の時間をより豊かな時間にしたい方 ※本講座の受講可能者は「女性」に限定させていただきます。	女性は男性よりも、結婚や出産などのライフステージの変化によって、仕事への向き合い方に迷いや制限が生じることは少なくありません。 本研修では、自分の価値観や仕事観を整理し、将来を見据えたキャリアを描きます。主体的にキャリアを考え、状況に応じて柔軟に働き続けるための視点を身につけます。	岡山 会場	
	9/10 (木)	13:00 17:00	話しているのにチームが前に進まない理由 ~ゲームで体感するチームビルディングと行動を促す関わり方~	榊原 惇志	監督職 管理職	①チームでのやり取りや会議を重ねる中で、「噛み合っていない感覚」を覚えたことがある方 ②会議や相談の場で、意見が出ない/活かされないことにモヤモヤしている方 ③権限や役割に頼らず、現場からチームをよくしたい、チームビルディングを実務で活かす方法を学びたい方	チームが前に進まないとき、私たちはつい「あの人が悪い」「誰かの能力の問題だ」と、“人”に原因を探してしまいがちです。 本講座では、その捉え方をいったん手放し、ゲームを通して、チームの中で自分たちがつくっている関係性や行動の構造に目を向けていきます。講座終了後には、明日からの会議や日常業務で実際に試せる、それぞれの立場での「小さな変え方」を持ち帰っていただくことを狙っています。	岡山 会場	
	9/15 (火)	13:00 17:00	生成AIで仕事が速くなる!業務効率化研修(実務入門)~現場の業務改善を支える“DXの第一歩”~	山口 陽平	全階層	①生成AIは気になって使ってみたが、仕事で継続活用できていない方 ②日々の文書作成・整理・要約など、定型業務をもっとラクにしたい方 ③専門知識はないが、基本操作+コツ(型)を学んで実務に活かしたい方	忙しい現場こそ生成AI活用を!「え、これAIがやってくれるの!?!」と思わず驚く、メール返信・日報作成・企画立案など、“面倒だけどやってる”文書作成業務を効率化する実践型DX研修です。 現場目線で、明日からすぐに使えるヒントが満載で、異業種の参加者同士でアイデアを共有しながら、仕事の進め方がグッと変わる体験を。	オン ライン	
10 月	10/6 (火)	13:00 17:00	現場のためのカスタマーハラスメント対策講座 ~クレーム応対方法と心を守るセルフケア~	長澤 さおり	新人 若手 中堅	①顧客対応やクレーム対応を行う現場社員の方 ②カスタマーハラスメントへの対応に不安を感じている方 ③自分や周囲の心身を守りながら働き続けたい方	2026年10月からの「カスタマーハラスメント対策義務化」を見据え、現場で必要となる具体的な対応の方法を学ぶための講座です。 適切なクレーム対応の考え方に加え、理不尽な要求から自分を守るためのセルフケアの視点も身につけます。現場で安心して働き続けるための「実践的な知識と心の守り方」を習得します。	岡山 会場	
	10/8 (木)	13:00 17:00	部下との面談どうしよう? ~主体性と成長を引き出す1on1面談術~	西崎 真由美	監督職 管理職	①部下・後輩との面談に難しさを感じている方 ②1on1を通じて主体性や成長を引き出したい方 ③コーチングやフィードバックの基本を身につけたい方	1on1面談は、部下の成長を支える重要な対話の場です。 本研修では、コーチング・ティーチング・フィードバックを効果的に組み合わせた面談の進め方を学びます。面談という場面を活かして、部下の主体性を引き出し、行動変容につなげていくためのスキルを、理論と演習とを通じて身につけます。	岡山 会場	
	10/15 (木)	13:00 17:00	ベテラン社員のためのキャリアデザイン研修 ~変化し続ける社会の中で、生涯元気に活躍するために~	本城 稔	中堅 監督職 管理職	①定年後などの将来について、漠然とした不安や迷いを感じている方 ②これまで培った経験を活かし、今後も組織や社会に貢献し続けたい方 ③年齢や立場の変化に合わせて、自分の役割を再整理したい50代以上の方	人生100年時代、これまでの経験を「これから」にどう活かすかが問われています。 環境や役割が変わる今こそ、自分のキャリアを一度立ち止まって見つめ直す時間が必要です。 本講座では、これまでの経験や強みを整理し、変化を前向きに捉えながら、これからの働き方や役割を描き直すきっかけをつくります。将来について書き出すことで、次の一步をより自分らしく踏み出すことを目指します。	倉敷 会場	

月	開催日 曜日	講座 時間	講座名	講師	推奨 階層	オススメの方	講座紹介	開催 形式	受講希望
									氏名
10月	10/20 (火)	13:00 17:00	一人で抱え込まない仕事術 ～時間とタスクを効果的に管理するための意識とコツ～	中嶋 佳乃子	監督職 管理職	①業務量が多く、つい仕事を抱え込んでしまう管理職の方 ②プレイヤーからマネジメントへの役割転換に悩んでいる方 ③チーム全体で成果を出す働き方にシフトしたい方	本講座では、管理職・次世代管理職に求められる「仕事の手放し方」「任せ方」の考え方を学びます。部下ができれば始めると、時間とタスクを自分一人で管理するのではなく、チームで最適化する視点を身につけることが必須となります。業務の属人化を防いで、チームの成果を最大化するために、マネジメントとしての役割認識をアップデートし、持続可能な働き方を実現できるようになることを目指します。	岡山 会場	
	10/22 (木)	9:30 17:00	問題解決の方程式 (1day) ～順序と視点を身に付けて、ロジカル思考を習得する～	北原 孝英	中堅 監督職 管理職	①問題が起きた際、何から考えればよいか迷ってしまう方 ②論理的に課題解決を進める力を身につけたい方 ③仕事の考え方や整理力を上げたい方	問題解決には「手順」や「順番」が存在します。これらを無視して「正解」に到達することは、ほぼ不可能です。本講座では、こうした問題解決において不可欠な、どんな問題に対しても適用可能となる「ロジカルシンキングの基礎」と「問題解決の全体像と考え方の手順」の2つを合わせ、1日で学習します。講座を通じて、どんな課題にも応用できる考え方を身につけ、再現性のある問題解決力を養います。	オン ライン	
	10/27 (火)	13:00 16:00	実践的ストレスケア入門 ～ゲームと解消法シェアで学ぶ、ストレスとの向き合い方～	岩見 紘斗	全階層	①ストレス対策の基本を学びたい方 ②ゲームや交流を通じて、気楽に学びたい方 ③他の人の話も聞きながら、自分なりの対処法を見つけたい方	あなたのストレス解消法は何でしょうか？ストレスとの向き合い方は、人によって本当にさまざまです。この講座では、ただ知識を解説するだけでなく、ゲームや参加者同士のシェアを通じて、「自分にできるストレス解消法」を整理していきます。心のセルフケアの基本を押さえながら、日常場面で自分ひとりでもできるストレスの対策や解消の工夫を持ち帰ることを目指します。	オン ライン	
11月	11/3 (火)	13:00 16:00	考える力の基礎力アップ講座 ～少しの工夫で大きく変わる、頭の中の組み立て方～	岩見 紘斗	新人 若手	①考えをまとめたり、説明したりするのが苦手だと感じている方 ②上司や先輩から「結論が分かりにくい」と言われたことがある方 ③ビジネス思考力の基礎を、一度整理しておきたい若手社員	あなたは、「考える」と「悩む」の2つのちがいを、説明できますか？ちゃんと考えているつもりでも、「思考がまとまらない」「上手に説明できない」となることはよくあります。本講座では、そもそも考えることが苦手な人でも、簡単に使いやすい“頭の中の整理のしかた”を学びます。思考を「スッキリ・カンタン」に組み立てやすくし、スマートに考える土台を整えることを目指します。	オン ライン	
	11/5 (木)	13:00 17:00	言いにくいことが言える人は仕事がうまくいく！ ～職場での信頼と協働を高めるコミュニケーション～	西崎 真由美	全階層	①積極的に自分の意見を言えない方 ②気を遣って言えない、自分の意見に自信がない方 ③様々な理由から、自分の意見を飲み込むことが多い方	仕事を円滑に進めるためには、相手に合わせるだけでなく、自分の意見を適切に伝えることも重要です。本研修では、自己と他者理解を土台に、相互尊重を実現する「アサーティブ・コミュニケーション」を学びます。言いにくいことも伝えられる対話力を身につけ、信頼と協働を高める関係づくりにつなげます。	オン ライン	
	11/10 (火)	13:00 17:00	巻き込めている人は成果を出している ～巻き込み力を発揮するためには～	松田 周司	中堅 監督職 管理職	①周囲をうまく巻き込みながら仕事を進めたい方 ②立場や権限に頼らず影響力を発揮したい方 ③プロジェクトや業務推進を任されている方	リーダーシップの必要性が叫ばれていますが、その内容は実にあいまいです。本講座では、リーダーに必要な「巻き込み力」について、参加者同士の知恵を出し合い考えを深めていきます。巻き込み力を発揮できるようになることを目的とし、自分のキャラクターや状況に合わせた具体策を検討します。	岡山 会場	
	11/12 (木)	13:00 17:00	職場の心理的安全性を高めるトリプルフォーカス ～ハラスメントを予防し、イキイキと働ける職場を築く～	米田 真由美	監督職 管理職	①部下やチームとの関わり方に、難しさや迷いを感じている方 ②ハラスメントを注意事項ではなく、背景や仕組みから理解したい方 ③職場の心理的安全性を高め、社員が力を発揮できる環境をつくりたい方	ストレスフルな現代において、メンバーがイキイキと働ける鍵は「心理的安全性」にあります。本研修では、単に「やってはいけないこと」を学ぶだけでなく、感情が起こるメカニズムや、ハラスメントがもたらす能力低下のメカニズム等を知り、より良いコミュニケーションには何が重要なのかを学びます。管理者として、部下のメンタルケア、また自身のケアのためのワークも取り入れます。心のゆとりを取り戻しましょう。	オン ライン	

月	開催日 曜日	講座 時間	講座名	講師	推奨 階層	オススメの方	講座紹介	開催 形式	受講希望
									氏名
11 月	11/17 (火)	13:00 17:00	タフメンタル研修 ~日々の困難に折れない心をつくる方法~	山口 陽平	全階層	①失敗や注意を引きずりやすいと感じている方 ②忙しさやプレッシャーで気持ちが落ち込みやすい方 ③メンタルの強さを根性ではなく考え方として身につけたい方	仕事を続けていると、失敗やプレッシャー、思い通りにいかない場面は避けられません。本講座では、困難をなくすのではなく、上手に向き合い立て直していくための考え方を学びます。特別な精神論ではなく、日々の仕事の中で実践しやすい視点を通じて、折れにくく、回復しやすいメンタルの土台を整えることを目指します。	オン ライ ン	
	11/19 (木)	13:00 17:00	タイムマネジメント研修 ~効率よく仕事を進めるためのコツ~	河上 美夏	全階層	①業務に追われ、なかなか残業が減らないと感じている方 ②時間の使い方や優先順位付けに課題を感じている方 ③限られた時間で成果を高めたい方	日々、忙しく働いていると、「時間が足りない」と感じる場面は多いものです。本講座では、業務の優先順位付けや時間の使い方を見直し、生産性を高める考え方とコツを学びます。ワークを通じて、効率的な仕事の進め方を身につけ、成果と働きやすさの両立を目指します。	岡山 会場	
	11/26 (木)	13:00 17:00	1分から始めるショートプレゼン練習ジム ~色々な“伝え方の型”を試して、伝える力をスキルアップ~	岩見 紘斗	全階層	①新入社員・若手社員で、発表や説明の機会が増え始めた方 ②人前で話すことに苦手意識があり、まずは場数を踏みたい方 ③プレゼンを学んだことはあるが、実際に練習する場がなかった方	近年、働く中で「伝える力」はますます重要になっています。しかし、苦手意識を持つ方も少なくありません。本講座では、簡単な短時間の「ミニプレゼン練習」を通して、基礎的な“伝え方の型”を学んでいきます。題材は、好きな本や映画などの身近なテーマを扱います。気軽に練習を繰り返す中で、他人に伝えることへの抵抗感を下げていき、「話すことに慣れる」「伝える感覚をつかむ」ことを目指しましょう。	倉敷 会場	
12 月	12/3 (木)	13:00 17:00	チャンスメイキング研修 ~協働により相乗効果を高める方法を身につけ成果を上げる！~	徳永 智久	若手 中堅	①周囲の協力を得ながら仕事を進めたい方 ②一人で抱え込まず、成果を最大化する方法を知りたい方 ③社内外との関係性を活かしてチャンスを広げたい方 ※本講座の受講可能者は「25~35歳」の方と限定させていただきます	仕事の成果は、自分一人の力だけで決まるものではありません。本講座では、仕事で関係する全ての人の力を効果的に活用し、自身の成長及び成果をあげる方法を学びます。周囲の協力を引き出し、Win-Winの関係を築くためのコツを身に付けることで、自らのチャンスを切り拓きます。	岡山 会場	
	12/8 (火)	13:00 17:00	健康心理学ゼミナール ~ストレスに振り回されない、心の筋力の高め方~	本城 稔	全階層	①日々の忙しさやプレッシャーで、心の余裕を失いがちな方 ②ストレスに強くなりたいが、具体的な対処法が分からない方 ③コンディションを整え、安定したパフォーマンスを発揮したい方	忙しさやプレッシャーの多い日々の中では、ストレスに振り回されてしまうことも少なくありません。本講座では、日々の仕事や生活の中で生じるストレスと上手に付き合いながら、自分の心の状態に気づき、安定して力を発揮し続けるための考え方とセルフケアの習慣を身につけます。心の筋力を高めて、癒され上手になりましょう。	岡山 会場	
	12/10 (木)	13:00 17:00	もうすぐ年末！「来年こそ」を達成する目標計画 セミナー~計画倒れを防ぐ、新年の抱負のキホンと コツ~	岩見 紘斗	全階層	①毎年、新年の目標が続かずに終わってしまう方 ②来年こそは行動につながる目標を立てたい方 ③年末のタイミングで、仕事や自分の動きを一度整理したい方	年始に立てた目標が、気づけば忘れられてしまった——そんな経験はありませんか。本講座では、「やる気」や気合に頼らず、行動につながる目標の立て方と計画の考え方を学びます。計画倒れを防ぐためのシンプルなコツを押さえながら、来年を前向きにスタートする準備を整えます。	オン ライ ン	
1 月	1/7 (木) 1/14 (木) 2days	13:00 17:00	キャリアビジョン研修 ~モチベーションの醸成と主体性の確立を図り、未 来を切り拓く~	徳永 智久	若手 中堅	①今後のキャリアについて立ち止まって考えたい方 ②仕事へのモチベーションや主体性を高めたい方 ③自分らしいキャリアの目標や方向性を明確にしたい方 ※本講座の受講可能者は「25~32歳」の方と限定させていただきます	30歳前後とは、人生の大きな岐路にあたる時期です。この時期の判断が、後の人生に大きく影響します。本講座では、心理学の情報を活用して、モチベーションの醸成と主体性の確立を図り、自分自身のキャリア開発に必要な考え方と設計方法を学びます。その上で、自分のなりたい姿や実現したいことを、ワークを通じて明確にしていき、自己のキャリアの目標設定と計画の立案を行います。	岡山 会場	

月	開催日 曜日	講座 時間	講座名	講師	推奨 階層	オススメの方	講座紹介	開催 形式	受講希望
									氏名
1 月	1/19 (火)	13:00 16:00	アイデアを生み出す力の鍛え方 ～ひらめきのしくみを知り、発想法を練習する～	岩見 紘斗	全階層	①アイデア出しや企画が苦手だと感じている方 ②発想がワンパターンになりがちの方 ③センスに頼らず、考え方としてアイデアを身につけたい若手社員	「アイデア作り」とは、一部の天才の独壇場ではなく、ポイントを学習し、練習して伸ばせる力です。本講座では、ひらめきが生まれるしくみを理解したうえで、実際に手を動かしながらアイデアを出す練習を行います。「いつもアイデアが出ない」状態から抜け出し、発想する感覚をつかむことを目指します。	オン ライン	
	1/21 (木)	13:00 17:00	楽しんで経営者視点を身につける！ ゲームを活用した体験型講座	河上 美夏	全階層	①仕事をより広い視野・全体視点で捉えたい方 ②経営やビジネスの仕組みを体感的に理解したい方 ③自分の役割や判断が組織に与える影響を知りたい方 ※ゲームライセンス料の為、別途1,800円(税込)/人の受講料が必要	あなたは、日々の業務を「点」ではなく「全体」の視点で捉えられていますか？ 本講座では、経営を模したゲームを通じて、ビジネスの仕組みや意思決定の影響を体感します。参加者同士で楽しみながら経営者視点を身につけ、自身の仕事への向き合い方をアップデートします。	岡山 会場	
	1/26 (火)	13:00 17:00	生成AIで仕事が速くなる！業務効率化研修（実務入門） ～現場の業務改善を支える“DXの第一歩”～	山口 陽平	全階層	①生成AIは気になって使ってみたが、仕事で継続活用できていない方 ②日々の文書作成・整理・要約など、定型業務をもっとラクにしたい方 ③専門知識はないが、基本操作+コツ（型）を学んで実務に活かしたい方	忙しい現場こそ生成AI活用を！「え、これAIがやってくれるの!？」と思わず驚く、メール返信・日報作成・企画立案など、“面倒だけどやってる”文書作成業務を効率化する実践型DX研修です。現場目線で、明日からすぐに使えるヒントが満載で、異業種の参加者同士でアイデアを共有しながら、仕事の進め方がグッと変わる体験を。	オン ライン	
	1/28 (木)	13:00 17:00	チーム力を強化するフォロワーシップ研修	山口 陽平	若手 中堅 監督職	①業務を円滑に進めるためのコミュニケーション術を学びたい方 ②チームワークを強化するための方法を学びたい方 ③リーダーではないが、サポートする役割としてどのようにするか学びたい方	本研修では、「フォロワーシップ」の理解と考え方、姿勢を身につけることを目指します。 組織の中において、フォロワーは自律的に行動することで、リーダーの方向性を強化・支援できるようにすることが重要です。役割を再認識し、何をサポートすればよいのかをコミュニケーションも含めて理解することで、組織としての成長を促すことにも繋がります。	オン ライン	
2 月	2/2 (火)	13:00 17:00	仕事の進め方レベルアップ研修（若手編） ～一つ上の仕事の進め方を身につける「真・報連相」～	徳永 智久	若手	①報連相がうまくいかず、仕事が滞ることがある方 ②指示待ちではなく、自律的に仕事を進めたい方 ③周囲と連携しながら成果の質を高めたい方 ※本講座の受講可能者は「新卒2年目～27歳」の方までと限定させていただきます。	本講座では、周囲と連携しながら、より質の高い成果を出していくための考え方、具体的な方法を習得し、自律的な仕事の進め方を身に付ける事により、“仕事ができる人”を育てます。 具体的には、「真・報連相」を活用して、主体性と自己責任のある報連相（質の高い仕事の進め方）とはどのようなものか理解を深め、人財力の強化を図ります。	岡山 会場	
	2/4 (木)	13:00 17:00	仕事の進め方レベルアップ研修（中堅編） ～一つ上の仕事の進め方を身につける「真・報連相」～	徳永 智久	中堅	①報連相がうまくいかず、仕事が滞ることがある方 ②指示待ちではなく、自律的に仕事を進めたい方 ③周囲と連携しながら成果の質を高めたい方 ※本講座の受講可能者は「28～40歳」の方までと限定させていただきます。		倉敷 会場	
	2/9 (火)	13:00 17:00	雑談力向上研修 ～仕事を円滑に進める“真の雑談”で成果につなげる～	山口 陽平	全階層	①上司・部下・お客様との会話が続き、関係づくりに悩んでいる方 ②仕事を円滑に進めるためのコミュニケーション力を高めたい方 ③信頼関係を築ききっかけとして雑談を活用したい方	コミュニケーションの中でも最近、重要視されているのが雑談です。無意味のようにも思われる雑談ですが、営業時や、会議の場、飲み会などさまざまな場面で必要です。 本講座では、雑談力を身につけるポイントを学びます。それにより、円滑なコミュニケーションができるとともに、効率や成果にもつながる信頼関係を築けるようになることを目指します。	岡山 会場	

月	開催日 曜日	講座 時間	講座名	講師	推奨 階層	オススメの方	講座紹介	開催 形式	受講希望
									氏名
2月	2/11 (木)	13:00 16:00	実践的ストレスケア入門 ～ゲームと解消法シェアで学ぶ、ストレスとの向き合い方～	岩見 紘斗	全階層	①ストレス対策の基本を学びたい方 ②ゲームや交流を通じて、気楽に学びたい方 ③他の人の話も聞きながら、自分なりの対処法を見つけたい方	あなたのストレス解消法は何でしょうか？ストレスとの向き合い方は、人によって本当にさまざまです。この講座では、ただ知識を解説するだけでなく、ゲームや参加者同士のシェアを通じて、「自分にできるストレス解消法」を整理していきます。心のセルフケアの基本を押さえながら、日常場面で自分ひとりでもできるストレスの対策や解消の工夫を持ち帰ることを目指します。	オン ライン	
	2/16 (火)	13:00 17:00	コミュニケーション上手は、できる人材への第一歩！ ～傾聴、質問のコツを掴み、対人力を磨こう～	河上 美夏	全階層	①相手に意図がうまく伝わらないと感ずることがある方 ②対人コミュニケーションに苦手意識を持っている方 ③信頼関係を築くための基本スキルを身につけたい方	コミュニケーションの基本となる傾聴力、質問力について、ワークやゲーム、フィードバック等を通してコツを掴むとともに自らの鍛えどころを明確にし、対人力アップを図ることでより良い人間関係の構築に役立てます。	岡山 会場	
	2/18 (木)	13:00 17:00	動きが変わる！部下の動機付け研修 ～部下を前進させる目標設定のコツ～	山本 敏也	監督職 管理職	①部下を持つ管理職・リーダーの方 ②若手の育成・OJT担当者の方 ③評価面談や1on1面談を行う立場の方	本研修では、部下の目標設定において、部下の成長と業績向上の両立を図るために、成果を可視化する『定量目標』と、行動や成長に着目した『定性目標』の適切な立て方を学びます。また、部下の目標達成を支援する際のポイントについても学びます。効果的な褒め方や叱り方を習得し、部下の主体的な行動を引き出すことで、前向きに目標達成へ向かう関係づくりを目指します。	オン ライン	
	2/25 (木)	13:00 17:00	人生100年時代のキャリアを考える ～40代ミドル層のキャリアプランニング～	河野 一朗	中堅 監督職 管理職	①これからのキャリアの方向性に迷いを感ずている方 ②今後の働き方や生き方に不安や違和感を持っている方 ③第二・第三のキャリアを見据えて準備を始めたい方	人生100年時代において「40代」とは、キャリアを再設計する重要な節目となります。本研修では、これまでの価値観を整理して、新しい働き方・生き方の視点を取り入れるために必要な考え方を学習します。ワークなどで自らを振り返りながら、第二・第三のキャリアに向けて、自律的にプランを描く力を養います。	オン ライン	
3月	3/4 (木)	13:00 17:00	心・脳・体のリフレッシュワークショップ ～上手に自分の心を癒し、イキイキ過ごしていくために～	本城 稔	全階層	①疲れが抜けにくく、気分の切り替えがうまくできないと感ずている方 ②忙しい毎日の中でも、自分で自分を整える時間を持ちたい方 ③難しい理論よりも、実践的・体感的に学びたい	忙しく情報にあふれた今の時代では、知らず知らずのうちに疲れがたまりがちです。気合いや根性だけでは、思うように回復できないこともあります。本講座では、心・脳・体のつながりをやさしく理解しながら、日常の中で無理なく取り入れられるリフレッシュ方法を体験していきます。自分なりの回復の仕方を見つけ、日々の生活に活かしていくことを目指します。自分の心の声をしっかり聴いて、楽な心になりましょう。	倉敷 会場	
	3/9 (火)	13:00 17:00	自己肯定感向上研修(ベーシック) ～世界中で最も利用されている自己分析メソッドMBTIを利用して～	川路 隆志	全階層	①対人スキルを向上させたい方 ②チームでのコミュニケーションを円滑にしたい方 ③営業力を高めたい方 ※1：事前検査があるため2027/1/8(金)締切 ※2：検査料が別途必要：8,800円(税込)/名	自分を理解することは、他者理解や信頼関係づくりの第一歩です。本研修では、世界45ヵ国以上で活用されている性格検査であるMBTI®を活用して、ご自身の性格タイプ(心の利き手)を確認していただき、自身の性格や強みを客観的に理解します。自己肯定感を高めながら、対人関係やチームワーク、営業・リーダーシップへの活かし方を学びます。	岡山 会場	
	3/11 (木)	13:00 16:00	新人を迎える準備講座 ～教え方に迷わないための、先輩・上長のコミュニケーション～	山口 陽平	全階層	①はじめて部下・後輩ができる方 ②これから新人・後輩を迎える予定の現場リーダー・先輩社員の方 ③教え方や関わり方に「これでいいのかな？」と少し迷いを感ずている方	新人を迎えるこの時期、「どう声をかける？」「どこまで教える？」と迷うことはありませんか？本講座では、新人側のリアルな不安を踏まえ、現場ですぐに使える“ちょうどいい関わり方・教え方”を整理します。異業種の参加者同士での交流を通じて、「自分の現場だけじゃなかった」と視野を広げながら、新人を迎える前の“準備の時間”としてご活用いただけます。	オン ライン	