

セミナーNo.

K-04

対象層

中堅社員

定員

50名

ひろぎんヒューマンリソース

本セミナーは、株式会社広島銀行の後援を受けております。

女性のための スマートワーク研修



到達
目標

- ・自身の強みを活かして主体的にキャリアを築く意識を醸成する
- ・生産性向上に向けたタイムマネジメントのスキル向上を目指す

こんなお悩みにアプローチ!

- ✓ 今後のキャリアの方向性が見えない
- ✓ セルフマネジメントのスキルを身につけ長期にわたり高い
- ✓ パフォーマンスを維持していきたい

1. スマートワーク術①タイムマネジメント力強化

- ・なぜ今女性にタイムマネジメントが必要なのか
- ・「時間がない」の正体を探る
- ・優先順位の付け方スキル向上
- ・やらないことの決め方と周囲を巻き込む力

2. スマートワーク術②業務改善力向上

- ・思考の整理と段取り術
- ・コミュニケーションのムダを省く
- ・業務改善の視点を磨く

3. スマートワーク術③中期的なキャリア形成

- ・これまでのキャリアの振り返り
- ・自分の強み・弱み・価値観の言語化
- ・自分らしいキャリアの軸とは
- ・キャリアプランを考えよう

4. スマートワーク術④ヘルスケアで人生の充実度をあげる

- ・ライフステージごとの女性の心身の変化
- ・生産性を高めるためのセルフケア
- ・ストレスとの上手な付き合い方

5. 今日から実行するアクションプランの作成

日 時

'26 **6/22**月 受付開始 9:30
10:00-17:00

受講料

ひろぎんカレントクラブ

プレミアム会員・スタンダード会員	21,000円
ベーシック会員	24,000円
非会員	30,000円

会 場

ひろぎんキャリア共創センター

5F セミナールーム

広島市南区西蟹屋1-1-18 ※駐車場はございませんので
公共交通機関にてお越しください



講
師

株式会社やまだ研修企画 代表取締役

山田 容子氏

「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、現在の位置を見極め、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。アンケートでは「情熱的」「熱い講義」との評価は多く、一人ひとりに寄り添いながら、人の品質向上に力を入れている。月間登壇10~12回 年間約3,500名の指導を行っている。

お申し込みはこちらから



お申し込み方法・詳細などは
ウラ面へ

お申し込みの流れ

ひろぎんヒューマンリソースHPより かんたんお申し込み！

こちらより
お申し込みページへ



または



「ひろぎんヒューマンリソース」でWeb検索

<https://www.hirogin-hr.co.jp>



セミナー情報 を選択



一覧より ご希望のセミナーを検索・選択



お申し込みフォームへ 必要事項(会員・人数など)をご入力ください



お申し込み責任者さまへ お申し込み完了メールが送付されます



開催1週間前に ご登録のメールアドレスへ受講票をお送りします

※印刷し 当日ご持参ください

お振込方法

お申し込み完了後に別途送付いたします、ご請求書に記載の金額をお振り込みください。

※お振込手数料はお客さまご負担にてお願いいたします。

受講取消

お申し込み完了後に受講をお取り消しされる場合、以下の区分に準じ**キャンセル料**を申し受けます。

開催 7日前～前日：受講料の**40%**(日数…土日祝日を含む) | 開催日当日：受講料**全額**

その他

定員になり次第、お申し込みを締め切らせていただきます。

※開催日1か月前時点において お申し込みが10名未満の場合は中止とさせていただく場合がございます。
あらかじめご了承ください。

お問い合わせ

ひろぎんヒューマンリソース株式会社
広島市南区西蟹屋1-1-18

082-262-5151

お客様の個人情報のお取り扱いについて
申込書/申込フォームにご記入いただいた情報は、
当グループからのセミナーなどに関する各種連絡・情報提供のために使用します。