MUFGビジネスセミナーのご案内

来場形式セミナー 名古屋開催 N236　オンライン LIVE オンライン開催 N284

「セルフマネジメント」「コミュニケーション」「タイムマネジメント」

オンラインLIVEセミナー同時開催

女性のための「3つの仕事力」セミナー

●セミナーのねらい

近年、企業における“女性への期待”は高まりをみせており、活躍の場はますます広がってきています。
将来のリーダーとして活躍していくためには、今一度“自身の担当業務や仕事への取り組み方を振り返り、意識を新たにする”とともに、“仕事に必要な各種能力のスキルアップ”が欠かせません。
本セミナーでは、まずは自身に求められる役割について理解し、
(1)自分自身をマネジメントする力
(2)周りを巻き込み、Win-Winになるコミュニケーション力
(3)業務に優先順位をつけるタイムマネジメント力
という、仕事に必要な「3つの力」を、情報交換や演習をまじえながら学んでいただきます。

●対象者

女性中堅社員の皆さま、
女性管理職候補・リーダー候補の皆さま

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
岡　亜希菜 氏

開催日時	2026年12月9日(水)　10:00am～5:00pm	
会　場	マザックアートプラザ 10F	オンライン会議システム Zoom
定　員	42名	50名

※参加者が少人数の場合等、中止または延期することもございますので、ご了承ください。

受講料 ※テキスト代 消費税等を含みます。	SQUET特別会員：34,100円 SQUET一般会員：37,400円 会　員　以　外：42,900円

●カリキュラム

◎筆記具をお持ちください。　◎録音、録画はご遠慮願います。
◎オンラインLIVEの際は、カメラをできる限りオンにしてご参加ください。

1. 私たちの役割期待・責務の理解
(1) 私たちの役割を考える
(2) 現状と求められることのギャップ
(3) 役割期待に応える働き方とは？ グループワーク
(4) 女性ならではのリーダーシップ

2.【仕事力1】セルフマネジメント力
(1) リーダーシップの第一歩は「自分自身をマネジメントすること」
(2) 今までの仕事を振り返る 個人ワーク
(3) 自分のモチベーションの源・成長のきっかけは何か？
(4) 自分の価値観を明らかにする 個人ワーク・グループワーク
(5) セルフマネジメントの方法
(6) 自分自身の捉え方の癖を知る 個人ワーク

3.【仕事力2】コミュニケーションマネジメント力
(1) 現状チェック チェックリスト
(2) 上司を理解するマインド
(3) 察知するために必要な3つの力
(4) 効果的な上司補佐を考える ケーススタディ
(5) 部下・後輩育成のポイント
(6) OJTで部下・後輩を育成する ～問いかけで育成～
(7) こんな場合どうする？ ケーススタディ
(8) 効果的なWIN-WINのコミュニケーション

4.【仕事力3】タイムマネジメント力
(1) タイムマネジメントとは何か　(2) 私流段取り術
(3) 私の段取りを狂わせるものは何か
(4) 仕事の段取りを決める要素
(5) 全体最適を考えた優先順位のつけ方 ケーススタディ
(6) 時間への意識を高める ～自分とのアポイントメント～
(7) 今より生産性を上げる働き方を考える

5. 目標を設定する
(1) 明日から実践することを「見える化」する
(2) 自ら考え、主体的に行動するための実行宣言

※プログラムの詳細は変更となる場合がございますので、ご了承ください。

お申込み方法

STEP1 MUFGビジネスセミナーのWebサイトにアクセス
MUFGビジネスセミナー　検索

STEP2 受講を希望するセミナーの**申込フォームへ入力**

STEP3 **入力内容の確認と送信**

STEP4
会場：受講証またはお名刺等を受付にてご提示ください。
オンライン：開催の3営業日前(土/日/祝日を除く)にご案内メールをお送りします。
※いずれの場合も請求書は発行いたします。

受講料のお支払い方法
①銀行振込の場合…ご請求書に記載の期日までにお振込みください。振込手数料は御社でご負担ください。
②SQUET-DC法人ゴールドカードの場合…カードご精算日にご指定の口座より引き落しとなります。
③三菱UFJ銀行「口座振替」…当社指定日にご登録された口座より引き落しとなります。
※なお、いずれも領収証は発行いたしません。

受講キャンセル
【来場形式の場合】セミナー開催前営業日(土/日/祝日を除く)17:00まで
【オンラインLIVEの場合】セミナー開催前4営業日(土/日/祝日を除く)17:00まで
入金済みの受講料を全額ご返金いたします。それ以降のキャンセルについては、ご入金の有無にかかわらず受講料を申し受けます。なお、他のセミナーへのお振り替えもいたしかねますのでご了承ください。ただし、代理の方にご出席いただくことは可能です。

*反社会的勢力と判明した場合には、セミナーへのご出席をお断りいたします。　*諸事情を考慮の上、セミナーへのご出席をお断りさせていただくことがございます。

お申込・照会先　三菱UFJリサーチ&コンサルティング株式会社　MUFGビジネスセミナー事務局
〒461-8516　名古屋市東区葵1-19-30　マザックアートプラザ　TEL(052)307-1105　e-mail:seminar-n@murc.jp

MUFG 三菱UFJリサーチ&コンサルティング