

## 2026年度版 Tenmaru主催 公開講座

キャリアを“感覚”から“設計”へ。  
再現性ある成長をつくる。

研修を“イベント”で終わらせず、現場での行動変容を設計します。  
若手～管理職まで、一貫した育成を実現する公開講座ラインナップ。



再現性

現場に持ち帰れる  
フレームワーク



言語化・可視化

成長を数値・  
言葉で見える化



ワクドキ設計

前のめりになる  
参加型研修

【研修企画・運営会社】

株式会社 **Tenmaru** | <https://www.ten-maru.co.jp/>

研修運営に関するお問合せ | [event@ten-maru.co.jp](mailto:event@ten-maru.co.jp) (担当: 諸戸・長束)



参加をご検討される方は下記、WEBフォーム  
もしくは、QRコードよりお申込みください。  
(クリックしていただくとお申込みサイトに移ります)

お申込みはこちらから



# 公開講座ラインナップ

## 👤 内定者・新入社員研修

経済産業省が定める「社会人基礎力」の12の能力要素を体系的に習得

## 👥 若手社員研修(2~3年目)

「社会人基礎力」スキル習得 | キャリア・仕事力強化 ※ 1年目の方もOK

## 👤 管理職・次世代リーダー研修

マネジメントスキル・面談スキル習得

## 📅 2026年度 年間スケジュール

	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
新入社員		内定者 フォロー 研修	2年目 行動指針 策定研修	新入社員 研修						入社半年後 フォロー 研修		
若手社員 (2~4年目)		3年目 キャリア デザイン 研修	4年目 キャリア デザイン 研修			主体的に 動く 若手の 仕事術			上手に 周囲を 巻き込める 伝え方	キャリア デザイン 研修 (2期)		
管理職 リーダー			新任 管理職 研修 (1期)		部下育成の 基本スキル 研修 (1期)		新任 管理職 研修 (2期)		新人・若手 育成力 向上研修	部下育成の 基本スキル 研修 (2期)	面談スキル 向上研修	

※詳細は随時更新していきます

## Tenmaru公開講座を導入すると、こう変わる

01

### 若手の離職率低下

「このままでいいのか」という不安を言語化し、キャリアへの主体性が生まれる。

02

### 評価の納得度向上

面談スキルが上がり、評価基準と成長実感が一致する。モチベーション向上。

03

### マネジメント力向上

部下育成のフレームワーク習得。「感覚」ではなく「設計」で人を育てられる。

04

### 組織の自走化

研修が「イベント」で終わらず、現場での行動が継続。組織全体が変わる。



半年後の今、見えてきた自分。ワクワクを、もう一段上の自分へ。

# 2026年卒 | 入社半年後フォローアップ研修

2026年10月8日(木)13:00~17:10 | オンライン開催 (Zoom)



入社後、半年間での体験を振り返り、他者と共有することで自らの課題に気づき、改めて自分自身の新入社員としての役割を認識し、周囲を巻き込んで仕事するためのスキル習得やモチベーションアップを図ります。

## 重点習得スキル・演習内容

新入社員としての自らの役割を認識し自分を支援してくれる人を増やすために必要なことを学ぶ

- ①半年間の体験を振り返り共有する
- ②職場における自らの課題を認識する
- ③支援者を増やすために必要な「理解してから理解される。」ということ、ロールプレイ演習やグループワーク演習を通じて学ぶ

## 受講対象者

2026卒の新入社員 ※第二新卒の方も OK

## 研修で活用するフレームワーク

セルフチェックシート

4つの機能自己診断

## スケジュールとポイント ※GW=グループワーク

時間	所要時間	概要
13:00	0:15	全体ガイダンス ■研修の目的について 自己紹介
13:15	1:05	半年間の体験の共有 解説5分 個人20分 GW40分
14:20	0:10	休憩
14:30	1:05	新入社員に求められていること 解説10分 個人15分 GW40分
15:35	0:10	休憩
15:45	0:30	交渉力向上演習 1 解説5分 個人10分 ロールプレイ7分 振り返り8分
16:15	0:40	交渉力向上演習 2 個人10分 GW15分 共有15分
16:55	0:15	振り返り アンケート記入 17:10 今日一日を振り返ります

¥ 研修費用 料金 (1名あたり) 18,000円 (税込19,800円)

新入社員研修とセットで受講いただくと特別価格 15,000円 (税込16,500円)

自料金に含まれるもの ✓ 研修受講料 ✓ オリジナルテキスト・資料一式 ✓ フォローアップ資料  
✓ 研修効果測定シート ✓ 振り返りシート提出

参加をご希望の企業様は下記WEBフォームもしくは、QRコードよりお申込みください。

【研修企画・運営会社】



株式会社Tenmaru  
<https://www.ten-maru.co.jp/>  
 研修運営に関するお問合せ ▶  
 MAIL | [event@ten-maru.co.jp](mailto:event@ten-maru.co.jp)  
 担当 | 諸戸・長束

下記ボタンをクリックしていただくとフォームに移ります

お申し込みフォームはこちら



2年目は“自分の力でワクドキを起こす年” — 自分の軸を再確認する

# 2026年卒 | 新卒2年目に向けた行動指針策定研修

2027年3月4日(木)9:30~17:30 | オンライン開催 (Zoom)



講師:五十嵐 政信

1年間の振り返りを通して、できたこと・できなかったことを見つめ直し、2年目に向けて新たな目標を描く研修です。前向きな気持ちで次のステージへ踏み出す“ワクドキなリスタート”をサポートします。

## 重点習得スキル・演習内容

今の自分と向き合い、自己理解を深め、強みや課題を整理した上で、更に成長するための行動指針を策定する。

- ①成功・失敗体験を共有する
- ②自分が直面している課題を整理することで自分に向き合う
- ③自分の価値観を把握する
- ④周囲からの期待を知る ※先輩・上司コメントをいただきます
- ⑤相互アドバイスシートを交換する
- ⑥今日一日を振り返り、今後の行動計画を策定する

## 受講対象者

2026卒の新入社員 ※第二新卒の方も OK

## 研修で活用するフレームワーク

■仕事と生活のキーワード ワークシート

仕事と生活のキーワード

行動指針策定シート

■行動指針策定ワークシート (個人)

## スケジュールとポイント ※GW=グループワーク

時間	所要時間	概要
9:30	0:15	全体ガイダンス ■研修の目的について 自己紹介
9:45	1:05	成功体験・失敗体験の共有 ■解説5分 個人20分 GW40分
10:50	0:10	休憩
11:00	1:20	私が直面する15の課題 ■解説5分 個人①15分 GW①5分 個人②10分 GW②5分 個人③10分 GW③15分 解説15分
12:20	0:50	昼食休憩
13:10	1:00	仕事と生活のキーワード ■解説5分 個人15分 GW20分 個人5分 GW15分
14:10	0:10	休憩
14:20	0:40	周囲からの期待を知る ■解説5分 個人15分 GW20分
15:00	0:10	休憩
15:10	1:05	相互アドバイス ■解説5分 個人30分 GW30分
16:15	0:10	休憩
16:25	0:50	行動指針の作成 ■解説5分 個人25分 GW20分
17:15	0:15	振り返り 17:30 学んだことを振り返ります

¥ 研修費用 料金 (1名あたり) 25,000円 (税込27,500円)

新入社員研修とセットで受講いただくと特別価格 20,000円 (税込22,000円)

- 料金に含まれるもの
- ✓ 研修受講料
  - ✓ オリジナルテキスト・資料一式
  - ✓ フォローアップ資料
  - ✓ 研修効果測定シート
  - ✓ 振り返りシート提出

参加をご希望の企業様は下記WEBフォームもしくは、QRコードよりお申し込みください。

【研修企画・運営会社】



株式会社Tenmaru  
<https://www.tenmaru.co.jp/>  
 研修運営に関するお問合せ ▶  
 MAIL | [event@tenmaru.co.jp](mailto:event@tenmaru.co.jp)  
 担当 | 諸戸・長束

下記ボタンをクリックしていただくとフォームに移ります

お申し込みフォームはこちら



個の力を組織の成果に変える — 主体的に動く若手の仕事術

## あなたは大丈夫？『指示待ち人間と呼ばれない対処術』



2026年6月25日(木)9:30～12:30 |  オンライン開催 (Zoom)

講師:パピヨン麻衣



新人・若手の成長を左右するのは、「指示を待つか、自ら考えて動けるか」です。  
本研修では、「いつ動くべきか・どう判断すべきか」の基準を身につけ、早期に自走できる人材へと育成します。  
育成の手間を減らしながら、現場で成果を出せる人材づくりを実現します。

### 重点習得スキル・演習内容

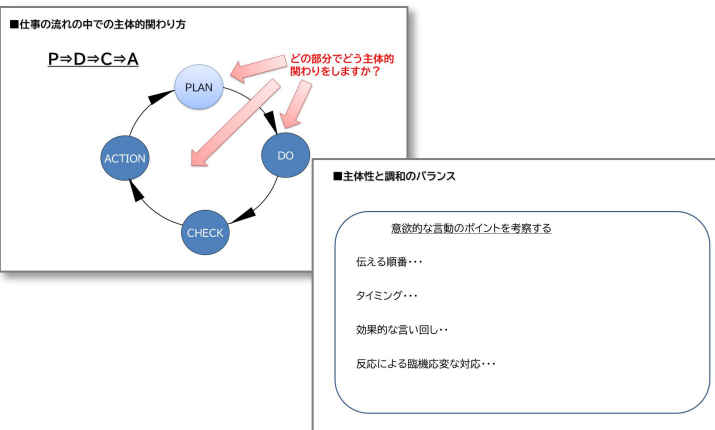
組織の中で調和しながらも主体性を示していくためのマインドや方法を学び、自身の行動に即実践すべく行動プランを立てる。

- ①現在の組織の中での自身の動きを分析する。
- ②調和と主体性のバランスのポイントそのや伝え方のポイントを学ぶ。
- ③明日から使える行動プランをワークを通じて実践する。

### 受講対象者

若手社員 (入社1～4年目推奨) ※新卒・第二新卒の方も OK

### 研修で活用するフレームワーク



### スケジュールとポイント ※GW=グループワーク

時間	所要時間	概要
9:30	0:05	全体ガイダンス ■研修の目的について
9:35	0:35	組織の中での自身の主体性を分析 :解説5分 個人10分 グループワーク20分
10:10	1:00	主体性を評価される言動スキル :解説15分 個人15分 グループワーク30分
11:10	0:10	休憩
11:20	0:35	主体性と調和を示すコミュニケーションスキル :解説10分 個人10分 グループロールプレイ15分
11:55	0:25	言動プラン作成とそれに基づく実践演習 :個人5分 グループワーク15分 共有5分
12:20	0:10	振り返り アンケート記入 12:30 : 今日一日を振り返ります

### ¥ 研修費用

料金 (1名あたり)

18,000円 (税込19,800円)

シリーズで受講いただくと特別価格 15,000円 (税込16,500円)

■料金に含まれるもの  研修受講料  オリジナルテキスト・資料一式  フォローアップ資料  
 研修効果測定シート  振り返りシート提出

参加をご希望の企業様は下記WEBフォームもしくは、QRコードよりお申込みください。

### 【研修企画・運営会社】



株式会社Tenmaru

<https://www.ten-maru.co.jp/>

研修運営に関するお問合せ ▶

MAIL | [event@ten-maru.co.jp](mailto:event@ten-maru.co.jp)

担当 | 諸戸・長束

下記ボタンをクリックしていただくとフォームに移ります



お申し込みフォームはこちら



個の力を組織の成果に変える — 周囲を巻き込む力を磨く

## モノは言いようシリーズ『上手に周囲を巻き込める伝え方』

2026年9月17日(木)9:30~12:30 | オンライン開催 (Zoom)



講師:パピヨン麻衣

組織の中で仕事をするという中で、周囲との協力は不可欠。  
とはいえ、上手に頼める人や頼まれる人、はたまたそうでない人とはどんな違いがあるのでしょうか？  
具体的な声のかけ方や気持ちの良い声のかけられ方をお伝えします。

### 重点習得スキル・演習内容

周囲を上手に巻き込みながらチームとして力を発揮するためのマインドやコミュニケーションを学び、具体的に行動に反映させられる人材になる。

- ①現在の自身の巻き込み方、巻き込まれ方を考察する。
- ②巻き込むタイミングや依頼する際の伝え方を学ぶ。
- ③明日から使える行動プランをワークを通じて実践する。

### 受講対象者

若手社員 (入社1~4年目推奨) ※新卒・第二新卒の方も OK

### 研修で活用するフレームワーク

#### ■巻き込みコミュニケーションポイント①:心を言葉に添える

①上司から呼ばれたとき  
言葉: はい!  
★背景にある心は?:

③朝、出社したとき  
言葉:おはようございます  
★背景にある心は?:

④来客が訪ねてきたとき  
言葉:いらっしゃいませ  
★背景にある心は?:

#### ■明日からの巻き込みコミュニケーション実践!

A先輩:全体進行の管理が得意  
具体的な声掛け⇒『』

B後輩:情報収集能力が高い  
具体的な声掛け⇒『』

C同期:ミスチェックや確認作業が得意  
具体的な声掛け⇒『』

※ロープレの後、お相手に声掛けの印象及び背景にある心の読み取り結果も確認してみましょう!

### スケジュールとポイント ※GW=グループワーク

時間	所要時間	概要
9:30	0:05	全体ガイダンス : ■研修の目的について
9:35	0:35	現在の自身の巻き込み方/巻き込まれ方を分析 : 解説5分 個人10分 グループワーク20分
10:10	1:00	人間心理に基づいた上手な巻き込み方スキル : 解説15分 個人15分 グループワーク30分
11:10	0:10	休憩
11:20	0:35	タイミングやフォロー対応のスキル : 解説10分 個人10分 グループロールプレイ15分
11:55	0:25	言動プラン作成とそれに基づく実践演習 : 個人5分 グループワーク15分 共有5分
12:20	0:10	振り返り アンケート記入 12:30 : 今日一日を振り返ります

### ¥ 研修費用

料金 (1名あたり)

18,000円 (税込19,800円)

シリーズで受講いただくと特別価格 15,000円 (税込16,500円)

■料金に含まれるもの ✓ 研修受講料 ✓ オリジナルテキスト・資料一式 ✓ フォローアップ資料  
✓ 研修効果測定シート ✓ 振り返りシート提出

参加をご希望の企業様は下記WEBフォームもしくは、QRコードよりお申込みください。

### 【研修企画・運営会社】



株式会社Tenmaru

<https://www.ten-maru.co.jp/>

研修運営に関するお問合せ ▶

MAIL | [event@ten-maru.co.jp](mailto:event@ten-maru.co.jp)

担当 | 諸戸・長束

下記ボタンをクリックしていただくとフォームに移ります



お申し込みフォームはこちら





個の力を組織の成果に変える — キャリアを“感覚”から“設計”へ。

## 強みを“武器”に変えるキャリアデザイン研修

📅 2026年10月20日(火)13:00~17:00 | 🖥️ オンライン開催 (Zoom)



講師:五十嵐 政信

新人・若手の成長を左右するのは、「指示を待つか、自ら考えて動けるか」です。  
本研修では、“いつ動くべきか・どう判断すべきか”の基準を身につけ、早期に自走できる人材へと育成します。  
育成の手間を減らしながら、現場で成果を出せる人材づくりを実現します。

### 重点習得スキル・演習内容

自分と向き合い、自身の状態や価値観に気づき、あるがままの自分を受け入れる。その上で、これからの成長に向けた行動指針を明確にする。

- ①自分が直面している課題を整理することで自分に向き合う
- ②「バックキャスト法」または「兆し展開法」を用いて、これからの自分を考える
- ③今後取り組むべき行動指針を言語化・策定する

### 👤 受講対象者

若手社員 (入社1~4年目推奨)※新卒・第二新卒の方も OK

### 研修で活用するフレームワーク

ワークシート1

私が直面する15の課題

No.	私が直面する課題
1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
9	
10	
11	
12	
13	
14	
15	

私が直面する15の課題

行動計画策定シート

計画	名前	行動計画策定シート
今回の研修で気づいたこと、感じたこと		
上記の気づいたこと、感じたことを踏まえて、仕事の中で取り組むこと		
今後の心掛け		
この研修で学びたいこと		
今後取り組むべき行動指針		

### スケジュールとポイント ※GW=グループワーク

時間	所要時間	概要
13:00	0:15	全体ガイダンス ■研修の目的について 自己紹介
13:15	1:20	私が直面する15の課題 解説5分 個人①15分 GW①10分/個人②7分 GW②8分 個人③10分 GW③20分 解説10分
14:40	0:10	昼食休憩
14:50	1:05	これからの自分を考える 解説10分 個人25分 GW25分 共有5分
15:55	0:10	休憩
16:05	0:45	行動指針の策定 解説5分 個人15分 GW25分
16:50	0:10	振り返り 17:00 学んだことを振り返ります

### ¥ 研修費用

料金 (1名あたり)

18,000円 (税込19,800円)

シリーズで受講いただくと特別価格 15,000円 (税込16,500円)

◎料金に含まれるもの

- ✓ 研修受講料
- ✓ オリジナルテキスト・資料一式
- ✓ フォローアップ資料
- ✓ 研修効果測定シート
- ✓ 振り返りシート提出

参加をご希望の企業様は下記WEBフォームもしくは、QRコードよりお申込みください。

【研修企画・運営会社】



株式会社Tenmaru

<https://www.ten-maru.co.jp/>

研修運営に関するお問合せ ▶

MAIL | [event@ten-maru.co.jp](mailto:event@ten-maru.co.jp)

担当 | 諸戸・長束

下記ボタンをクリックしていただくとフォームに移ります



お申し込みフォームはこちら



# 若手社員の成長を “線”で支える

## 社会人2～4年目 年間育成パッケージのご提案

単発研修で終わらせず、2年目・3年目・4年目を一気に通貫で設計。  
「点」の学びを「線」の成長へ繋げ、自走力と定着を最大化します。

### 育成ロードマップ | 2年目→3年目→4年目

STEP 01

#### 行動をつくるフェーズ

新卒2年目

行動指針策定

自分の軸 行動の一貫性 主体性の土台

自分の軸を再確認し、  
主体的に動く土台をつくる

Q 現状の課題

仕事に慣れ始め意欲は高いが、  
判断基準が曖昧



🎁 得るもの

自分なりの行動指針  
「言われて動く」からの脱却

STEP 02

#### 考えるフェーズ

新卒3年目

キャリアデザイン（自分軸）

内省 言語化 方向性の整理

迷いや違和感を言語化し、  
成長の方向性を整理する

Q 現状の課題

迷い・違和感の発生  
モチベーションの揺らぎ



🎁 得るもの

価値観・強みの言語化  
1～3年の成長イメージ

STEP 03

#### 任されるフェーズ

新卒4年目

キャリアデザイン（役割視点）

判断 役割意識 次のステージ

経験を土台に、  
考えて任される人材へ

Q 現状の課題

後輩指導・期待が明確化  
「どう考えるか」が問われる



🎁 得るもの

考えて任される視点  
次世代中核人材への転換

“年次ごとの状態に合わせて「問い」を進化させ、若手の自走力と定着を段階的に育てます。”

### 研修の狙い

現場のリアル（Before）

2年目 Self-Starter

仕事の基本は理解し始めている

「自分で成果を出したい」意欲が高まる

行動量はあるが、判断基準はまだ曖昧

意欲 × 曖昧

3年目 My Value

任される仕事が増え、迷いや違和感が生まれる

自分の強み・方向性に言語化ニーズが出る

モチベーションの揺らぎが起きやすい

迷い × 言語化

4年目 Professional

後輩指導・役割期待が明確になる

「どう動くか」より「どう考えるか」が問われる

主体性・判断力の差が表面化する

役割 × 主体性

TRANSFORMATION

年次別研修の狙い（After）

行動の「軸」をつくる

- ✓ 自分の軸を再確認し、行動に一貫性を持たせる
- ✓ 「指示待ち」から「自分で動く」状態へ

行動指針策定

迷いを「方向性」に変える

- ✓ 迷いや違和感を言語化し、方向性を整理
- ✓ 「なんとなく頑張る」状態からの脱却

キャリアデザイン（自分軸）

「任される存在」へ進化する

- ✓ 経験を土台に、自分で考え、任される存在へ
- ✓ 次のステージ（中核人材）への移行準備

キャリアデザイン（役割視点）



POINT: 同じ内容を一律に届けるのではなく、年次ごとの“状態の違い”に合わせて問いを変えることで、育成効果を最大化します。



管理の5機能 × 実践演習でマネジメント力を習得

新任管理職研修 | マネジメント基礎を1日で体系化

2026年7月9日(木)9:00~17:45 | 東京開催 (詳細は後日ご案内)



講師:五十嵐 政信

組織の成果を左右するのは、新任管理職の「最初の判断と関わり方」です。本研修では、「何を任せ、どう育てるか」の基準を身につけ、業務管理と部下育成を両立するマネジメント力を習得します。手探りの状態から脱却し、早期に成果を出せる管理職へと成長を促します。

重点習得スキル・演習内容

管理職に必要なとされる「マネジメントの原理原則」を体系的に学習し、職場力を向上させることで、環境変化を乗り越えるマネジメント力を習得する。

- ① マネジメントの基本を理解する
② 業務の進め方・管理の仕方を学ぶ
③ 部下の育て方を学ぶ

受講対象者

新任管理職、部下を持つ管理職の方、管理職を目指すリーダー層

研修で活用するフレームワーク

Management frameworks including 'Management's 4 Roles' (仕事管理, 組織の運営, 仕事の改善, 部下の指導・育成), 'Management's 5 Functions' (計画, 実行, 評価, 調整, 育成), and 'Management Cycle' (計画, 実行, 評価, 調整, 育成).

スケジュールとポイント ※GW=グループワーク

Table with 3 columns: 時間 (Time), 所要時間 (Duration), 概要 (Summary). It details the 1-day workshop schedule from 9:00 to 17:45, including topics like 'Management Basics' and 'Work Management'.

¥ 研修費用 料金 (1名あたり) 90,000円 (税込99,000円)

¥料金に含まれるもの ✓ 研修受講料 ✓ オリジナルテキスト・資料一式 ✓ 振り返りシート提出

参加をご希望の企業様は下記WEBフォームもしくは、QRコードよりお申込みください。

【研修企画・運営会社】



株式会社Tenmaru

https://www.ten-maru.co.jp/

研修運営に関するお問合せ ▶

MAIL | event@ten-maru.co.jp

担当 | 諸戸・長束

下記ボタンをクリックしていただくとフォームに移ります



お申し込みフォームはこちら





新人・若手のつまずきを理解し、OJTの進め方を実践的に学ぶ

## 新人・若手社員育成向上研修 | 実践OJTマネジメント

📅 2026年9月10日(木)13:00~17:45 | 💻 オンライン開催 (Zoom)



新人・若手の早期戦力化は、OJTの質で決まります。

本研修では、新人・若手がつまずきやすい場面を踏まえながら、“何を任せ、どう育てるか”の基準を体系的に整理します。OJTを通じて現場での育成を仕組み化し、自走できる人材を育てるマネジメント力を高めます。

### 重点習得スキル・演習内容

自立した新人、若手社員を育成するために、上司、先輩としてどのように関わればいいのかを学ぶ

- ① 自社の新人、若手社員が壁にぶつかる場面を想定する
- ② 自らの新人時代を振り返る
- ③ 自らに照らして部下・メンバーの成長ポイントを考える
- ④ 研修を振り返り、OJT指針を策定する

### 👤 受講対象者

新入社員・若手社員を部下に持つ管理職・リーダー層・育成担当者

### 研修で活用するフレームワーク

新人・若手がつまずく10の場面

OJT指針作成シート

### スケジュールとポイント ※GW=グループワーク

時間	所要時間	概要
13:00	0:15	全体ガイダンス : 研修の目的について 自己紹介
13:15	1:05	新人・若手がつまずく10の場面 : 解説10分 個人10分 GW30分 個人5分 共有10分
14:20	0:10	休憩
14:30	1:00	価値実感体験 : 解説5分 個人15分 GW40分
15:30	0:10	休憩
15:40	1:10	場面を察知してプラスの感じ方を教える : 解説10分 個人15分 GW30分 共有20分
16:50	0:45	OJT指針の策定 : 解説5分 個人20分 共有20分
17:35	0:10	振り返りと全体共有 : 質疑応答とアンケート記入
	17:45	

¥ 研修費用 料金 (1名あたり) 20,000円 (税込22,000円)

シリーズで受講いただくと特別価格 18,000円 (税込19,800円)

- 会料金に含まれるもの
- ✓ 研修受講料
  - ✓ オリジナルテキスト・資料一式
  - ✓ フォローアップ資料
  - ✓ 研修効果測定シート
  - ✓ 振り返りシート提出

参加をご希望の企業様は下記WEBフォームもしくは、QRコードよりお申込みください。

【研修企画・運営会社】



株式会社Tenmaru

<https://www.ten-maru.co.jp/>

研修運営に関するお問合せ ▶

MAIL | [event@ten-maru.co.jp](mailto:event@ten-maru.co.jp)

担当 | 諸戸・長束

下記ボタンをクリックしていただくとフォームに移ります



お申し込みフォームはこちら





相手に合わせた関わり方で部下の成長を加速

## 部下育成の基本スキル研修 | タイプ別育成マネジメント

2026年10月6日(火)13:00~17:30 | オンライン開催 (Zoom)



講師:五十嵐 政信

部下育成の成果は、相手に合わせた関わり方で大きく変わります。  
本研修では、4つのソーシャルスタイルや成長段階に応じたマネジメント手法を学び、状況に応じた関わり方を習得します。  
実践演習を通じて、部下の成長を加速させるマネジメント力を高めます。

### 重点習得スキル・演習内容

#### 部下育成の基本スキルを習得する

- ① 4つのソーシャルスタイルを学ぶ
- ② 部下、メンバー、後輩などのスタイルに合わせた的確なマネジメント手法を学ぶ
- ③ 部下の成長段階に合わせたリーダーシップの発揮方法を学ぶ
- ④ 1分間マネジメント方法を学ぶ

### 受講対象者

部下を持つ管理職・リーダー層・育成担当者  
※部下育成の質向上や、個々に応じた指導方法に課題を感じている方

### 研修で活用するフレームワーク

4つのソーシャルスタイル

マネジメントへの応用

### スケジュールとポイント ※GW=グループワーク

時間	所要時間	概要
13:00	0:15	全体ガイダンス 研修の目的について 自己紹介
13:15	0:30	4つのソーシャルスタイル 4つのソーシャルスタイルを学びます
13:45	0:15	有名人マッピングゲーム GW10分 共有5分
14:00	0:10	有名人マッピングゲーム 個人5分 共有5分
14:10	0:10	休憩
14:20	1:10	演習 メンバー育成への応用 仕事の依頼の仕方 やる気高める方法
15:30	0:10	休憩
15:40	0:40	解説 リーダーシップスタイルと部下の成長段階 部下の成長段階に合わせたリーダーシップスタイル
16:20	0:50	演習 1分間マネジメント法 1分間目標設定法 1分間称賞法 1分間叱責法
17:10	0:20	振り返り 質疑応答とアンケート記入

¥ 研修費用 料金 (1名あたり) 20,000円 (税込22,000円)

シリーズで受講いただくと特別価格 18,000円 (税込19,800円)

- ◎料金に含まれるもの
- ✓ 研修受講料
  - ✓ オリジナルテキスト・資料一式
  - ✓ フォローアップ資料
  - ✓ 研修効果測定シート
  - ✓ 振り返りシート提出

参加をご希望の企業様は下記WEBフォームもしくは、QRコードよりお申込みください。

【研修企画・運営会社】



株式会社Tenmaru  
<https://www.ten-maru.co.jp/>  
 研修運営に関するお問合せ ▶  
 MAIL | [event@ten-maru.co.jp](mailto:event@ten-maru.co.jp)  
 担当 | 諸戸・長束

下記ボタンをクリックしていただくとフォームに移ります



お申し込みフォームはこちら



1on1で“本音を引き出す力”を高める実践演習

面談スキル向上研修 | 関係性と成果をつくる面談力

2026年11月19日(木)13:00~17:30 | 東京開催(詳細は後日ご案内)



1on1の質は、管理職の「関わり方」で大きく変わります。

本研修では相互理解や共感、質問力といった面談の基本スキルを学びながら、部下の本音を引き出す関わり方を習得します。実践演習を通じて、信頼関係の構築と成果創出につながる面談力を高めます。

重点習得スキル・演習内容

対話を活用した1on1面談をやり方を学ぶ

- ①相互理解セッションで自分の言動がどのような影響を周囲に与えているのかを把握する
- ②共感の技法を学ぶ
- ③5つの質問語法を活用した1on1ミーティングのやり方を学ぶ
- ④学んだことをロールプレイ演習を通して実践する

受講対象者

部下を持つ管理職・リーダー層・育成担当者  
1on1面談が形骸化している/本音を引き出せていないと感じている方

研修で活用するフレームワーク

相互理解シート

メンバー名	役職	所属	担当	備考
1. 経歴(年次・職歴)				
2. 得意な事・得意なスキル				
3. 苦手な事・苦手なスキル				
4. その他(趣味、家族、ペット)				

1on1ミーティング 5つの質問語法

スケジュールとポイント ※GW=グループワーク

時間	所要時間	概要
13:00	0:15	全体ガイダンス 研修の目的について 自己紹介
13:15	1:00	相互理解セッション 解説15分 個人10分 GW15分×2セット
14:15	0:25	相互理解セッション 振り返り 個人7分 GW13分 共有5分
14:40	0:10	休憩
14:50	0:20	共感の技法 聴き方を身につける 解説5分 GW5分 2セット 解説5分
15:10	0:40	1on1ミーティング 5つの質問語法 解説10分 部下役準備10分 見本ロールプレイ10分 質疑応答10分
15:50	0:10	休憩
16:00	1:00	1on1ミーティング ロールプレイ 準備2分+ロールプレイ10分+振り返り8分 3セット
17:00	0:30	振り返り 17:30 総括、質疑応答とアンケート記入

¥ 研修費用 料金(1名あたり) 20,000円(税込22,000円)

シリーズで受講いただくと特別価格 18,000円(税込19,800円)

- 自料金に含まれるもの
- ✓ 研修受講料
  - ✓ オリジナルテキスト・資料一式
  - ✓ フォローアップ資料
  - ✓ 研修効果測定シート
  - ✓ 振り返りシート提出

参加をご希望の企業様は下記WEBフォームもしくは、QRコードよりお申込みください。

【研修企画・運営会社】



株式会社Tenmaru  
<https://www.ten-maru.co.jp/>  
 研修運営に関するお問合せ ▶  
 MAIL | [event@ten-maru.co.jp](mailto:event@ten-maru.co.jp)  
 担当 | 諸戸・長束

下記ボタンをクリックしていただくとフォームに移ります

お申し込みフォームはこちら

