

チーム活性化に効果的な1on1の実践方法

研修のねらい

近年「1on1ミーティング」(上司と部下が1対1で行う対話)に注目が集まっています。1on1を実践することで、
「職場の雰囲気改善され、組織のパフォーマンスが向上する」
「社員が企業に定着しやすくなり、離職率が低下する」
といった効果が期待されており、多くの企業が人材育成の一環として取り入れています。

本研修ではサイボウズの社内取り組みを例として、導入・定着しやすい1on1の実践方法を解説します。これから1on1に取り組んでみたい方や、1on1の質を高めたい方におすすめの講座です。

対象者

経営者・管理職・マネージャー・リーダーなどの方

<以下のような課題でお悩みの方におすすめです！>

- ✓ 職場の雰囲気を改善したい
- ✓ 部下に対する適切なコミュニケーション手法を身につけたい
- ✓ 自らの組織のチームワークを高めたい
- ✓ 1on1を導入したものの、いつも何を話せばよいのか悩んでしまう

実施方法・受講に必要なもの

オンライン開催 (Zoom)

以下の物が受講に必要となりますのでご準備ください。

- ①パソコン(インターネットに接続)
※Zoomアプリのインストールをお願いします。
- ②WEBカメラ(パソコン内蔵型の場合は不要)
- ③ヘッドセット(またはマイク付イヤホンなど)

○お申込み時にWEBセミナープラットフォーム「Deliveru」への会員登録が必要になります。

○オンライン研修に適した環境(インターネット回線が整い、雑音の入りにくい場所)でご受講ください。

○本研修は、一方的に講義をお聴きいただくだけでなく、受講者にご発言いただくこともあります。受講者同士のディスカッションの時間もありますので、ぜひ積極的なご発言をお願いいたします。

○ビデオをオンにしてのご参加をお願いします。

講師



サイボウズ株式会社
チームワーク総研 コンサルタント
なかむら アサミ

教育、IT企業で人事を担当し、2006年サイボウズに入社。
人事、広報、ブランディングを担当し、現在は小学生から社会人まで幅広い層にチームワークを教える活動をしている。

著書(共著)

『わたしからはじまる心理的安全性 リーダーでもメンバーでもできる「働きやすさ」をつくる方法70』(2023年、翔泳社)

日時

Aコース: 2025年4月16日(水) 13:45~15:45

Bコース: 2025年6月12日(木) 13:45~15:45

※13:45~14:00は事務局からの事務連絡となります。

※各コースの講義内容は同一ですので、いずれかご都合の良い日時をお選びください。

研修の特色

- 1on1を実施する目的や、よくある「1on1が失敗しやすい例」を踏まえた上で、実践しやすい1on1の手法について、サイボウズの社内取り組み「ザツダン」を例に解説します。
- 研修後半のディスカッションでは、理想的な1on1や部下とのコミュニケーションについて、参加者間で意見交換を行っていただきます。

カリキュラム

※時間は目安となります。

月日	時間	内容
Aコース 4/16 (水)	13:45 ~ 14:00	事務連絡
	14:00 ~ 15:00	【講義】 ・1on1ミーティングとは？ ・サイボウズの慣習「ザツダン」 ・昨今の1on1で大事なこと ・「チームワーク」を良くするために ・1on1を楽しく実践するカンタンなスキル
	又は	
Bコース 6/12 (木)	15:00 ~ 15:35	【ディスカッション】 効果的な1on1の実現に向けて
	15:35 ~ 15:45	演習の振り返り、まとめ

* 休憩時間はございません。予めご了承ください。

受講料

1名様あたり2,000円(税込)

定員

各コース 25名

お申込み(オンライン研修一覧)

WEBサイト(2次元コード)よりお申込みください。
キャンセルポリシー等の留意事項もご確認ください。

<https://www.smrj.go.jp/institute/manabeecampus/sme/rvuad10000024rs1.html>



【1社から複数の方がご受講いただく場合のご注意点】

- (1)多くの企業の方にご受講いただけるよう、各コースごとに最大3名程度までのお申込み受付とさせていただきます。
※Aコース・Bコースでそれぞれ3名ずつご受講いただくことは可能です。
- (2)オンラインでディスカッションを行いますので、音声トラブル防止のため別々の場所で、または十分に距離をとった状態でご受講ください。

お問い合わせ先

独立行政法人中小企業基盤整備機構 中小企業大学校web校

メール: jinzai-web@smrj.go.jp (担当:三井)