

コース名	信頼でつながり助け合う職場づくり ～メンバーそれぞれが活躍するチームをつくる基本～				
研修のねらい	組織の成果を発揮するためには、職場やチームでお互いに助け合える土壌が必要です。メンバー同士が信頼し合い、一人で抱え込まずに円滑に業務を進められるチームづくりが不可欠となります。 本研修では、安心して働ける職場づくりの基本を学び、信頼関係を深めるコミュニケーションや、やる気を引き出す工夫を体験します。チームとして成果を上げるコツを演習を通じて体得し、自社での具体的な取り組みにつなげることを目指します。				
研修の特長	・お互いに信頼関係を構築するポイントを学びます ・多様な人材が活躍できる職場づくりのポイントを学びます ・予期せぬ事態にチームで対応するためのチームワークづくりを学びます ◆本コースでの学習と併せて、下記コースをご活用ください。 ・「No.26 チーム力を引出す！リーダーシップ強化研修」 2026年12月15日(火曜)～2026年12月17日(木曜) 〈3日間〉 ・「No.27 チームで成果をあげるマネジメント術」 2027年1月13日(水曜)～2027年1月15日(金曜) 〈3日間〉 ・「No.29 リーダーが学ぶ！モチベーションアップ術」 2027年2月25日(木曜)～2027年2月26日(金曜) 〈2日間〉				
研修期間	2026年12 月3 日（木曜）～12月4日（金曜）〈2日間〉				
対象者	管理者、新任管理者、管理者候補 ・上司や部下と良好な信頼関係を構築したい方 ・職場やチームの風通しを良くしたい方 ・いざという時に、お互いが助け合えるチームを作りたい方	定員	20 名	受講料	22,000 円

日付	時間	科目	内容	講師
12/3 (木)	9時20分～9時40分	オリエンテーション		中小企業大学校担当職員
	9時40分～11時00分	職場づくりの基本的な考え方	■ 職場づくりに必要な基本的な考え方、基礎知識を習得します。 ・現代における働き方の変化 ・助け合える職場づくりの必要性 ・「信頼」は、どうすれば築けるのか ・職場づくりの理想的な姿 ・演習	小沼 梨沙 合同会社ロータステーブル 代表社員
	11時00分～12時20分	心理的安全性の意義と構築	■ 職場に安心感をもたらすことの意義と従業員パフォーマンスへの影響について学びます。 ・健全な職場のあり方 ・心理的安全性とは何か ・従業員のパフォーマンスと働きやすさの関係 ・ケース演習	
	13時20分～14時00分	信頼を生むコミュニケーション術 ～個々の力を伸ばす①	■ コミュニケーションに欠かせない聴く力、伝える力を養うために演習を通じて学びます。 ・マネージャーとしてのコミュニケーション術 ・伝わる話し方の構造を知る ・印象良く伝えるには ・アサーティブ・コミュニケーションとは ・自分のコミュニケーションタイプを知る	
	14時00分～15時00分	従業員のモチベーションを考える ～個々の力を伸ばす②	■ 従業員のモチベーションを丁寧にみること、働きやすい環境とは何かを考えていきます。 ・モチベーションとは何か ・モチベーションアップのコツ ・ひとを励ます声かけ ・従業員の価値観にフォーカスする	
	15時00分～16時40分	信頼関係構築に向けた スキル活用演習	■ 従業員の能力を引き出すコミュニケーション、対話の技法を実践演習で体得します。 ・実践的な技法を学ぶロールプレイ演習（シナリオ設定、評価、レビュー） ・従業員を生かす職場を築く	
12/4 (金)	9時20分～11時20分	チームとしての ワークエンゲージメント ～チームの成果につなげる①	■ 働く環境の整え方、お互いに助け合えるチームを作るヒントを学びます。 ・受け身体質になりがちなチームの傾向 ・「ほど良いストレス」とは ・仕事の負荷と裁量の関係	小沼 梨沙 合同会社ロータステーブル 代表社員
	11時20分～14時50分 （昼休 12時20分 ～13時20分）	多様な人材と共に働くために ～チームの成果につなげる②	■ 多様な人材活用のメリットと課題を整理し、企業内での生かし方を学びます。 ・人材の多様性（ダイバーシティ）とは ・多様性を生かした組織づくりのメリット ・中小企業管理者と従業員の課題、行動指針	
	14時50分～16時20分	メンバーが活躍できる職場づくりを 目指して	■ 従業員にとって働きやすい職場づくりのために何をすべきかを考えます。 ・一日目、二日目の研修を振り返る ・研修を踏まえ、自社で取り組みたいことをまとめる ・グループ、全体で共有し、行動につなげる	
	16時20分～16時30分	修了証書の授与		中小企業大学校担当職員

※カリキュラムは都合により変更する場合がありますので予めご了承ください。

※研修初日終了後から交流会を開催する予定です。

講師氏名	略歴
小沼 梨沙 （おぬまりさ） 合同会社ロータステーブル 代表社員	大手宅配会社にて治療食開発や、管理栄養士として栄養相談業務を行う。相談業務を通じてカウンセリング技術を習得後、医療情報系企業に転職し、事業開発、コンサルティング業務に従事。入社2年目でマネージャー職に就任し、部下の育成やチームマネジメントに関わる。会社員生活を経て、2012年に個人事務所で独立。2021年に法人化した。以降、業種・地域を問わず経営コンサルティングや人材育成を行っている。小売店、飲食店における店舗マネジメント、接客・販売研修での登壇実績も多数。アパレル企業やインテリアメーカーの管理職研修では、組織やチーム作りに関する登壇実績がある。中小企業大学校では、経営指導員向けの伴走支援研修を担当した他、金融機関向けの面談技法研修、専門職大学院では、客員教員としてコミュニケーションに関わる授業を担当している。これまでの経営相談は1,500件以上、講師として450回以上登壇実績あり。中小企業診断士、MBA。