

2025

日程①

4/2(水)・3(木)

日程②

4/7(月)・8(火)

基本習得プログラム

社会人の基礎を身につける

※こちらの講座は日程①か日程②のどちらかをお選びください。

● 入社直後の新入社員の特徵

入社直後の新入社員の特徵として、過度に不安を抱えたり、些細なミスで落ち込んだりしやすいという傾向があります。SWITCH WORKSで4年間、新社員500名以上に対して「入社直後に感じている不安」を調査したところ、4年間変わらず選ばれた内容が「仕事についていけるか」、続いて2番目に「先輩・同僚とうまくやっていけるか」が挙げられました。

この背景として、頑張ろうと張り切った結果『できる人と思われるべき・完璧にできるべき』と、完璧主義に陥るといった心理傾向が影響していると推測されます。

● 入社直後に必要な育成

仕事の本質を理解する

社会人として仕事をするにはバイトとちがひ、学生だった新社員には未知の世界です。そのため、主体性を育てるために仕事とは誰かに貢献することだという本質を理解して、どのように自分でキャリアを描きたいか考えさせることが重要です。

学生と社会人との違いの理解

学生と社会人とのちがひは多くありますが、新社員にとっては全くの未知の世界です。そのため事前に心の準備できるかの有無は、今後のモチベーション維持に大きく影響します。

ビジネスマナーの理解と練習

近年の若者は「正解を教えてもらいたい」という不安意識が強いです。そのため、最初に基本的なビジネスマナーの正しい型と、なぜそれが必要なのかを整理して学ばせることが効果的です。

登壇講師



山口 陽平 やまぐち ようへい

大学卒業後、東京の環境企業のコンサルタント課に配属、国会議員への政策提言・各省庁の環境案件など、主に国の事業に従事、その後新規案件をいくつか立上げた後、研修講師として独立。若手社員向け研修をメインに全国で実施。



河上 美夏 かわかみ みか

おもてなし・組織開発コンサルタント
軍師アカデミー®認定1級コンサルタント/
PHP研究所認定「ビジネスコーチ」/PHP研究所認定
チームコーチ/アンガーマネジメントファシリテーター/
CDA (キャリア・デベロップメント・アドバイザー)



西崎 真由美 にしざき まゆみ

オフィス ステップワン 代表
NPO法人サービスマナー協会 認定講師
(社)コミュニケーションクォーシェント協会 認定アドバイザー

時間

各日程 9:30 - 17:00

定員

各日程 47名

料金

30,000円/名 (税込30,000円)

本研修の注意事項

・日程①②は、プログラムの内容に重複がございます。どちらか1日程を選択し、ご参加ください。

・日程①②ともに、昼食は弊社で用意いたします。事前にアレルギーのある方はお申し付けください。

・プログラムの内容は、状況により一部変更になる場合がございますので、ご了承下さい。

● 日程① 2025/4/2 (水) ・ 4/3 (木) 9:30 - 17:00 (昼休憩 1 時間)

日程	時間	講師	タイトル	プログラム内容
2025/4/2(水)	9:30 ～ 12:00	山口 陽平	社会人を始めるための キャリアデザイン研修	①ビジネス・セットアップ ・学ぶ姿勢・学んだ後の行動・社会の常識 ②ビジネス・スタートダッシュ ・人生の時間軸・キャリアを描く・新社会人に求められる要素 ③ビジネス・キャリアビジョン ・4つのマネジメント ・自分の内なる動機づけ ・キャリアビジョンの描き方
	13:00 ～ 17:00	河上 美夏	社会人になるって どういうこと？	①社会人としての心構え ・学生と社会人との違いを学び、脱・学生気分へ。 ②仕事への取り組み方 ・「仕事をする」ということは、どんな意味があるのかをグループワークを通じて体感しながら学びます。 ③社会人としての「コミュニケーション力」 ・実際に起こりうるシーンについてリアルに想像し、グループワークを通じて学びます。
2025/4/3(木)	9:30 ～ 12:00 13:00 ～ 17:00	河上 美夏	社会人として、これだけは！ 基本的なビジネスマナーを 身につける	④社会人としての「常識力」 ・身だしなみ、言葉遣い、電話応対、携帯電話のマナー ⑤社会人としての「あいさつ力」 ・声の出し方、おじぎの仕方。ゲームやグループワークを通じて即現場で活かすことができるレベルを目指します。 ⑥報連相の仕方 ⑦名刺交換、酒席マナー ⑧振り返りと目標設定 ・半年後、1年後の「目指す姿」を明確にし、達成のために必要なことは何か？をシートに記入し、宣言します。

● 日程② 2025/4/7 (月) ・ 4/8 (火) 9:30 - 17:00 (昼休憩 1 時間)

日程	時間	講師	タイトル	プログラム内容
2025/4/7(月)	9:30 ～ 12:00	山口 陽平	社会人を始めるための キャリアデザイン研修	①ビジネス・セットアップ ・学ぶ姿勢 ・学んだ後の行動 ・社会の常識 ②ビジネス・スタートダッシュ ・人生の時間軸 ・キャリアを描く ・新社会人に求められる要素 ③ビジネス・キャリアビジョン ・4つのマネジメント ・自分の内なる動機づけ ・キャリアビジョンの描き方
	13:00 ～ 17:00	西崎 真由美	基本から身につける ビジネスマナー研修	①社会人としての心構え ・組織で働くための意識・スタンスを理解します。 ・オフィスでのルール ②第一印象で好印象を与える基本5原則 ・見だしなみ、表情、挨拶、態度、言葉遣いを学びます。 ③ビジネスコミュニケーション ・メール、オンライン等ツールの使い分けや組み合わせ、電話応対、名刺交換の仕方を学びます。
2025/4/8(火)	9:30 ～ 12:00 13:00 ～ 17:00	西崎 真由美	基本から身につける ビジネスマナー研修	④仕事の進め方 ・報連相の仕方など、新人の仕事の進め方を具体的な事例を挙げながら学びます。 ⑤良好な人間関係を築くために ・コミュニケーションとは ・信頼を作る傾聴の仕方と示すべき反応 ⑥訪問・来客応対 ⑦自分の強み弱みに向き合う／セルフケア ⑧振り返りと目標設定