

自らの時間の使い方を分析し、改善する

# タイムマネジメントセミナー

## 日時

2018年7月19日(木) 10:00~16:30

## 場所

とちぎ男女共同参画センター  
「パルティ」

## 講師

内藤 悟 氏 (株インソース 講師)

## 参加費

会員:8,100円 一般:11,800円

## 定員

30名

## プログラム

- 1.時間管理について考える
- 2.タイムマネジメントの原則
- 3.自分のワークスタイルを知る
- 4.自分の仕事を検証し改善する  
仕事・行動は4つに分類できる  
考える仕事とこなす仕事のポイント 等
- 5.仕事のゴール(QCDR)を明確にする
- 6.優先順位を明確にする  
優先順位づけが成果をあげる  
優先順位のつけ方 等
- 7.仕事のやり方を工夫する
- 8.目標設定

## 昨年のアンケート(一部抜粋)

- 考え方を变えれば、時間を上手に使えることがわかり、勉強になりました。先生の話し方が早すぎず遅すぎず、とても聞きやすかったです。
- 日々のルーティンワークで、常に時間管理を考え、業務効率・改善につなげていきたい。
- 時間の使い方を見直し、効率よく作業していきたい。今後の仕事に活かしていきます。
- 職種によって重要度や緊急度が異なるので、グループ討議で他業種のお話を聞けてよかったです。私の職場では想定外のことが多いので、時間配分が難しいのですが、今日のセミナーを参考に取り組んでいきます。

主催 : 一般社団法人 栃木県経営者協会

日 時 7月19日(木) 10:00~16:30

会 場 とちぎ男女共同参画センター「パルティ」 研修室 302 (無料駐車場あり) 宇都宮市野沢町 4-1

講 師 内藤 悟 氏 (株)インソース 講師)  
 旅行会社で、管理運営や社員教育に携わり、オーストラリアのクイーンズランド州支配人として観光地開発や人材開発を担当。  
 経験を生かした部下指導、タイムマネジメント研修、ビジネスマナー研修、OJT 研修は好評を得ている。

参 加 費 会員:8,100円・一般:11,800円(資料代・消費税等含む)  
 ※ 昼食は、各自ご用意ください。

定 員 30名 ※ 最小催行人数は10名とさせていただきます

申 込 方 法 参加申込書にご記入のうえ、FAXにてお申込みください。  
 ホームページ (<http://www.tochikei.jp/seminar2018.htm>) からの申込みも可能です。

締 切 日 7月12日(木)。定員になり次第、締切ります。ご注意ください。

そ の 他 参加費は、7月12日(木)までに銀行振込にてご納入ください。  
 締切日以降の参加取消：参加費の返還は出来ませんので代理の方をご配慮ください。

振込先 

足利銀行宇都宮支店	普通口座	230853
栃木銀行馬場長支店	普通口座	1978052

 (社)栃木県経営者協会  
 ※ 恐れ入りますが、振込手数料は貴社にてご負担ください

問 合 先 一般社団法人 栃木県経営者協会  
 〒320-0806 宇都宮市中央 3-1-4 栃木県産業会館 4階  
 T E L : 028-611-3226 E-mail : info@tochikei.jp

<FAX : 028-611-1601>

## 7/19 タイムマネジメントセミナー 参加申込書

\_\_\_\_月 \_\_\_\_日 申込

会社名	窓口担当者	
所在地 〒	お 名 前	
	部署・役職名	
T E L:	F A X:	e-mail:
受講者名	所属部署・役職	
(フリガナ)		
(フリガナ)		
(フリガナ)		
(フリガナ)		
上記の通り参加費 ____名分 ____円を添えて申し込みます		申込書においてお預かりした個人情報は、当会の個人情報保護管理に基づき、安全かつ適性に管理いたします
参加費支払い方法:銀行振込(____月 ____日 ____銀行 ____支店振込予定)		