

連合群馬の『組合役員人材育成講座』でスキルアップ！

J. union College

受講料無料

受講料は連合群馬が負担します！

すべてオンライン学習

1講座1組合3名まで申し込みます

申し込みは開催日の2週間前まで

受講したい講座を選んで、お気軽にお申し込みください
申し込みは組合を通じて**連合群馬**まで

info@gunma.jtuc-rengo.jp

受講申込書

申込日 月 日

産別・地協名

労働組合名

ご記入者名

連絡先 電話番号

連絡先 メールアドレス

【受講希望者】

受講希望講座	受講日	講座名
(ふりがな) 氏名		性別
役職		
受講用メールアドレス		

■複数お申し込みの場合は、コピーしてご使用ください。(1組合1講座3名まで申し込み可能)

■お申し込み後の受講者への連絡(オンライン会議アドレス・資料等)は、連合群馬より発信します。

6月

6/3 18:30-20:30 【申し込み〆切：5/20(水)】

もっと上手なほめ方・しかり方

～人財育成はキツすぎても、ゆるすぎてもダメ～

ワーク

対話型

No.25

■ 講座概要

今日多くの組織で「人財育成」がうまくいかず、「若手を育てるのは難しい」と言われています。「パワハラを指摘されることを警戒し、部下や後輩を指導できず、仕事を任せられず中間管理職や中堅社員ばかりが苦勞している」、部下や後輩からは「方針や指示が不明確で上司や先輩を頼りにできない」という声も聞かれます。当講座では「なぜ、若手の指導が難しくなってきたのか?」、「どのようにすれば指導がうまくいくのか?」について、部下や後輩に対する「日常の関わり方」から「良い・悪い」の指導の仕方までを具体的に学ぶことができます。近年増えている年上の部下への関わり方にも活かせる内容です。ほめ方・しかり方の作法を身に付けて、「人財づくり」のスキルを高めましょう。

■ ポイント

- ・ 部下や後輩の指導法がよくわかる/組合の役員育成に役立つ/家庭内教育にも活用できる
- ・ 現場・家庭などあらゆるシーンですぐに使える、すぐに役立つ
- ・ 理論と体系を学ぶことであらゆる対象者に応用できる

■ カリキュラム

1. 事例研究
2. キツイ職場とゆるい職場
3. しっかりしかってしっかりほめよう
4. 成長を促す「しかり方」の作法
5. 「緊張と緩和」はパフォーマンス向上と成長に不可欠
6. 「ほめること」と「しかること」の重要ポイント
7. やる気を高める「ほめ方」の作法



大川 守 (おおかわ まもる)

j.union株式会社 講師：東京オフィス勤務

「働くことを“喜び”に変える」を合言葉に、たくさんのセミナーをお届けしています。組合役員のみならず笑顔とやる気を。組合員が「組合活動って、ちょっと面白いかも…」と思えるように、全力で応援します！

©j.union Inc. All rights reserved.

6月

6/10 18:30-20:30 【申し込み〆切：5/27(水)】

変化の時代、「らしさ」を活かす生活設計と人生の送り方

ライブ

個人型

No.26

■ 講座概要

様々な環境変化や多様化が叫ばれる時代、各人が自主的に自律して送れるよう、これから起こるライフイベントやそれに伴うお金など生活設計について学びます。それぞれ価値観別に持っている漠然とした不安を解消し、実際に行動に移せるための具体的なアクション・プランを見だし、整理することを目的としています。選択肢の多い時代だからこそ、自分にとって大切なことを認識できるかが鍵となります。働くことの意味・豊かさに気づき、経済的にも精神的にも自律して人生を前向きに取り組めるように、3,000件の相談を受けてきたFPがナビゲートします。

■ ポイント

- ・ クイズやワークを盛り込んで、参加者の主体性を促す
- ・ 中長期的にこれからの人生設計を描くヒントを得る
- ・ 価値観診断なども活用し、互いの多様性を認め、尊重し合う意識を高める

■ カリキュラム

1. あなたらしい人生設計・生活設計って何?
2. あなたの人生設計、選択肢は多い! 変化に適応していくために必要なポイント
3. 攻めと守りのバランスよいマネー術とは?
4. あなたの人生を輝かせるためのアクションプラン



吹田 朝子 (すいた ともこ)

STコンサルティング株式会社 代表取締役

お金は一人ひとりの価値観に合わせた人生設計の手段。主役のあなたが本当に大切なことにお金を回して幸せを感じるための鍵、「キャッシュフロー」と精神的な充実度の改善をナビゲートしています。金融商品の販売や仲介は一切せず、クライアントさんの環境や立場、価値観に合わせた情報提供&コンサルティング、勉強会主催などで活動。

©j.union Inc. All rights reserved.

6月

6/17 18:30-20:30

【申し込み〆切：6/3(水)】

組合
応用

個人型

No.27

「LGBT」「SOGI」に関する 基礎と取り組み

講座概要

改正労働施策推進法が施行され、「SOGIハラ（※1）」「アウティング（※2）」がパワハラ対策の一貫として義務付けられることになりました。

LGBT理解増進法も制定され、取り組みは加速的に進むことが考えられます。しかし、まだまだ無理解な発言や対応が問題となり、訴訟になるケースもあります。本講座では「LGBT」や「SOGI」に関する基礎知識から、当事者たちが何に課題を感じ、「ALLY（※3）」として支援者は何をすべきかをワークを交えながら学びます。

※1 SOGI：性的指向・性自認

※2 アウティング：本人の性的指向を、同意なく第三者に暴露してしまうこと

※3 ALLY：アライ。LGBTを積極的に支援する人

ポイント

- LGBTについての基礎的な知識から解決策までを学ぶことができます。
- 当事者の事例や対応例などが多く含まれ、法律を踏まえ、学術的にも裏付けられた内容です。
- 労働組合が「LGBT」「SOGI」について取り組む理由を知ることできます。

カリキュラム

1. LGBT・SOGIに関する基礎知識
2. SOGIに関わる困難事例と統計データ
3. ワーク「当事者の日常を体感してみよう」
4. 事例検討
5. 法制度の動向
6. 労働組合として必要な対応と好事例



神谷 悠一（かみや ゆういち）

LGBT 法連合会 理事・事務局長

早稲田大学教育学部卒業、一橋大学大学院修士課程修了。一般社団法人 性的指向および性自認等により困難を抱えている当事者等に対する法整備のための全国連合会（LGBT法連合会）理事・事務局長。これまでに一橋大学大学院社会学研究科客員准教授や、内閣府ジェンダー統計の観点からの性別欄検討ワーキング・グループ構成員などを歴任。

©j.union Inc. All rights reserved.

6月

6/24 18:30-20:30

【申し込み〆切：6/10(水)】

ライフ

個人型

No.28

生活習慣から考えるこころの健康

講座概要

生活習慣によって体調に変化が起こるように、こころの調子にも変化が起こります。こころの病などストレスが原因とされる不調の中身を見てみると、知らず知らずのうちに心身にダメージをため込む生活習慣に起因するものが少なくありません。身体の健康だけでなく、こころの健康をセルフケアする第一歩は自身の生活習慣に目を向け、無理なく取り組めることから始めてみることです。本講座では、身近なデータや事例をもとに生活習慣がこころの状態へ与える影響を知り、心身ともに健康な生活に向かう一歩を踏み出す一助になることを目的とします。

ポイント

- 正しく知識をインプットすることで、メンタルヘルス対策を身近に感じることができる講座です
- 生活習慣とこころの健康の密接さに気づくことができる
- 注意すべき生活習慣のポイントがわかる

カリキュラム

1. こころの健康と脳の働き
—こころの変化には脳が関わっている—
2. こころの健康と睡眠 —睡眠は脳を休息させ修復する—
3. こころの健康と食べ物 —こころも食べたものでつくられる—
4. こころの健康と運動 —運動で呼吸が変わる—
5. こころの健康とは —メンタルヘルスの基礎—



星野 伸明（ほしの のぶあき）

心理カウンセラー／人材教育トレーナー

企業の管理職・人事・労組の面接法やストレスマネジメント・メンタルヘルス等の研修、対人援助職養成講座等にて講師を行うほか、カウンセラー養成講座のスーパーバイザー・勉強会開催等により人材育成を行う。スクールカウンセリング・健康保険組合・求所等にて個人カウンセリングも行い、現場力に強い講師として定評がある。

©j.union Inc. All rights reserved.

「大喜利体験」を通して学ぶ 「自然な笑顔づくりコミュニケーション」

ワーク

個人型

No.29

講座概要

ひとが笑う、笑顔になるとは「どのような現象なのか」。科学的な【理解】と同時に、「言ってはいけないNGワード」「自然な笑顔づくりのコツ」などの具体的な【方法論】をお届けします。お題にボケる言葉あそび＝大喜利（おおぎり）活用の専門家による、匿名でも参加できる「大喜利体験ワーク」を通して、信頼関係づくりやモチベーションアップに爆発的な効果がある「自然な笑顔づくりのコミュニケーション術」をお持ち帰りください。

【事前準備】


当日のワークは、スマートフォンやタブレットがあると、より快適かつ楽しくご参加いただけます。お持ちの方は、ぜひご用意ください。（お持ちでなくてもご受講いただけます）

ポイント

- 参加型ワークでの【体験】と、理論・構造を知る【座学】をサンドイッチ構造（繰り返し交互）にして、【納得感のある学びと気づき】を実現
- 「お互いを笑顔にし合う体験」から得られる自己有用性・返報性などの心理学を活用した、【定着の強さ】と【暮らし・仕事への応用性の高さ】
- オンラインでも「参加型の大喜利ワーク」を分け隔てなく実現し、あらゆる場面で【低負荷かつ効果的な参加型学習】を提供

カリキュラム

- ウォーミングアップその1 「自己紹介でシェアしてほしいこと」
- 「自然な笑顔」がチームにもたらすもの、「愛想笑い」「作り笑い」がチームから奪うもの
- ウォーミングアップその2 ふつうに「質問に答えてみる」→「大喜利つぼくしてみる」
- 誰にでも再現可能な【オモシロの科学】を手に入れる
- 脳トレ大喜利ワーク「魔法のコトバを使いこなして、「期待を裏切る」練習？」
- 絶対使うな！「3大NGワード」と「自然な笑顔づくり」のための3つのコツ
- 発信・受信のゲームとしてのお題にボケる「大喜利チャレンジ！」
- 本日のまとめとキーワード確認／セルフリフレクション「言葉にしてみる」



山本 ノブヒロ (やまもと のぶひろ)
大喜利ファシリテーター / オオギリスト / 学習環境デザイナー
1980年山口県生まれ。中学から不登校を経験し、ラジオ投稿で「笑い」の力を実感。大学・大学院で教育社会学を学び教員免許を取得後、人材育成分野で活躍。2018年に日本初の大喜利教室を開講し、メディアでも注目される。法人向けにも展開し、三菱グループや経産省などで実績。現在は教育学者として研究・指導にも従事しており、アクティブ・ラーニングの専門家として活動中。

©j.union Inc. All rights reserved.

パワーポイントがサクサク使えるようになる！ 基本操作から始めるパワーポイント

ワーク

個人型

No.30

講座概要

【参加対象者】：資料作成初心者

パワーポイントはプレゼンテーションを行うアプリケーションとして進化しています。

今ではアニメーションを作成したり動画を編集することも可能です。パワーポイントを使いこなせるようになれば、ビジネスシーンのみならず、様々な用途で使用できます。まずはパワーポイントの基本的な機能を一通り習得しましょう。

▼推奨

- これからパワーポイントを始めたい人
- パワーポイントを使いこなせていないと感じている人

ポイント


- 講師と一緒に操作して、一つ一つ機能を確認しながら進めていくことができる
- パワーポイントの様々な便利機能を習得でき、操作が得意になる

カリキュラム

- パワーポイントのできること
- スライドの操作方法
- 図形について
- 資料を作るにあたり一番重要といっても過言ではない配置機能
- 配置機能の演習
- テキストボックスについて
(左右に余白があるのに勝手に改行されてしまう煩わしさを解消するには？など)
- 表について

【事前準備必須】

PowerPointがインストールされたPCでご参加をお願いいたします。
※タブレットでの参加はご遠慮ください



山橋 美穂 (やまはし みほ)
ビジネスアシストパートナー株式会社代表 / 資料作成コンサルタント
外資系証券会社投資銀行本部にてプレゼンテーション資料作成チームのリーダーとしてオペレーターの育成から資料テンプレートの制作、テンプレートレギュレーションの取り決めなどに携わる一方、社員を対象としたパワーポイント・エクセル・資料作成に関する研修の講師を任せられ、社員育成に貢献する。その後、資料作成の専門家として独立。資料作成代行、研修講師、執筆などを行う。

©j.union Inc. All rights reserved.