

上司を支援・補佐する「部下力」向上セミナー

～上司との協働を円滑にし、活躍する機会を自ら創出～

これまでの仕事経験や日々の行動を振り返りながら、自分自身の強みや課題を整理し、自分らしい「フォロワーシップ」の発揮の仕方を考えます。その上で、職場で求められる「セルフマネジメント力」「交渉力」「さばき力」の3つの力について、ワーク・演習・ケーススタディを通じて実践的に学びます。

日時 2026. 10/16 (金)

定員 60名

9:30～16:30 (受付開始 9:00)

会場

アゴラ静岡 7階 大会議室
(静岡銀行 呉服町支店ビル)

静岡市葵区追手町 1-13 (JR静岡駅から徒歩約8分)
駐車場の用意はございません。
(公共交通機関をご利用ください)

会場マップ



「言われたことだけやる」
部下になっていませんか?



ふじい ゆかり
藤井 由香里 氏

対象

- ・上司の意向を理解し、期待に応えたい若手社員の方
- ・主体的な言動をチームの成果に繋げたい若手リーダーの方

プログラム (抜粋)

※詳細はHPを
ご覧ください



- 1 これからの時代に求められる部下力とは
- ・変化する職場環境と求められる働き方
 - ・部下力とは何か
 - ・フォロワーの5つのタイプ

- 2 期待される役割を考える
- ・職場で期待される4つの役割
 - ・先読みして行動する力

- 3 最高のパフォーマンスを発揮するための「セルフマネジメント力」
- ・自分を活かすために自分を知る
 - ・レジリエンス力を高める

- 4 上司の協力を取り付ける「交渉力」
- ・タイプ別に見る上司との関わり方
 - ・効果的な後輩支援・上司補佐とは

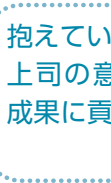
- 5 上司の効果的補佐を行う「さばき力」
- ・仕事の優先順位づけと段取り力
 - ・未来への投資時間をつくる
- ～自ら考え、主体的に行動するための実行宣言～

※本セミナーはディスカッション、ワークを取り入れながら進めてまいります。
※休憩は、途中で適宜取ってまいります。

受講者の声



上司との関わり方やセルフマネジメントを具体的に学べる有意義なセミナー。学んだことを自部署で共有し実践したい。(30代 飲食店・宿泊業)



抱えていた悩みが解消できた。今後は、上司の意向を正しく理解し、組織の成果に貢献していきたい。(20代 金融・保険業)



自分とはまったく異なる視点や判断基準があることを知り、ものの見方が大きく変わった。(20代 製造業)

セミナーの様子



講師

(株)ビジネスプラスサポート 人材育成プロデューサー

ふじ い ゆ か り
藤井 由香里 氏

短期大学卒業後、電設資材の総合商社で受付事務・専務秘書を経て、JR西日本大阪支社総合受付業務にて対面応対スキルを磨く。
人間形成の基礎を培う重要な乳児期の、成長・発達過程を学び保育士として5年の実務経験を積んだ後、再度企業に戻り、人材育成会社の社長秘書 兼 育成人事として第一線の顧客対応にあたる。
接遇研修・新入社員研修・電話応対研修など社内育成を担うほか、人事担当として、採用活動、キャリア面談・メンタルヘルス対応・ハラスメント相談窓口を担当。
2014年から大学でのキャリア支援にも関わるようになり2016年にキャリアカウンセラーとして独立する。
大学生や若年層のキャリア開発を中心に活動している。

事務局より

セルフマネジメント力や交渉力、さばき力といった“現場で本当に使える力”を、ワーク形式で楽しみながら習得できます！自分の強みを活かしながら、上司やチームを支える動き方を身につけませんか？

受講料 (一人あたり：資料代、消費税を含む)

申込人数	1～2名	3名以上
会員区分		
維持会員	15,400 円 /人	13,200 円 /人
賛助会員	29,700 円 /人	26,400 円 /人
非会員	44,000 円 /人	40,150 円 /人

※開催日前日の正午までにキャンセルのご連絡をいただけない場合、ご入金の有無にかかわらず受講料をいただきます。

お申込み要項 WEB申込受付中！ 静岡経済研究所 経営セミナー 検索

- ①当所HPのセミナーページまたは下のFAX用「参加申込書」にてお申込みください。4名以上の場合は、複数にわけてお申込みいただくかHPの専用フォーマットをご利用ください。お申込み後、2営業日までに連絡担当者様のメールアドレス宛に当所から受付完了メールをお送りします。万一、届かない場合は、お手数ですが当所までご一報ください。
- ②開催日の2週間前をめぐりに、連絡担当者様のメールアドレス宛に『**invoice**』より「参加証」と「請求書」をお送りします。

※郵送をご希望の方はセミナー担当までご連絡ください。

★諸般の事情により、日程・内容が変更または開催が中止となる場合がございます。



★メール到着後の「請求書」「参加証」ダウンロード方法はこちら▼



check!

参加申込書(10/16 部下力向上)

貴社名	業種		電話
ご住所	〒		FAX
会員区分 (いずれかに○)	維持会員	賛助会員	非会員
連絡 ご担当者	(所属・氏名)		
連絡ご担当者 メールアドレス (必須)			
ご参加者氏名	(フリガナ)	(所属・役職)	
	(フリガナ)	(所属・役職)	
	(フリガナ)	(所属・役職)	

・ICレコーダーなど、録音機器のお持ち込み、講義中のパソコン等のご使用はご遠慮ください。
・当所では、個人情報の保護に関する法律（2003年5月30日法律第57号）に基づき、セミナーにお申し込んだお客様の個人情報を取り扱っております。詳細につきましては、当所ホームページ（<http://www.seri.or.jp>）「プライバシーポリシー」にてご確認ください。

参加申込書送信先 FAX 054-250-8770

お問い合わせ先

一般財団法人静岡経済研究所
静岡市葵区追手町1-13 アゴラ静岡5階

セミナー担当

TEL 054-250-8750