

# コミュニケーション研修

次世代のリーダーシップを育成する



IRODORI  
株式会社 IRODORI

## 企業の守りと攻めを担う人材育成

社員のメンタル不調予防やハラスメント予防をしながら、ダイバーシティ&インクルージョン時代の経営戦略をどのように進めるか。

必要なのはそれらを担う人材ではないでしょうか？

変化を恐れず未来を想い描き、周りを巻き込みながら行動する。

多様な人材が活躍できる土壤を作り、成長を促すリーダーシップ。

コミュニケーション研修を通して意識改革・行動変容を促すことで、貴社のダイバーシティ経営を後押しします。

◆コミュニケーションは一生の財産

◆即実践に使える参加型の研修コンテンツ

◆良好な人間関係がメンタル不調の予防になる

## 会社情報

株式会社 IRODORI

代表取締役 江崎智代

〒810-0003

福岡市中央区春吉2丁目18-8-601

TEL: 092-260-5483

MAIL: info@irodori-fukuoka.co.jp

WEB: <https://irodori-fukuoka.co.jp>



## 研修を通して想い描く未来

### 次世代のリーダーシップを育成するとは・・・

私たちの動機は「メンタル不調になる前にできることがある」との想いです。その実現のために、コミュニケーションを軸に研修を開催しています。

多様性を尊重することで生産性を向上していく時代に変化した今。この変化においてコミュニケーションがますます重要になってきていますが、大切なのは

#### 『どんな未来を想い描いているか』

という目的意識です。

希望ある未来を目指せば自然と個人と社会はありたい姿に向かいます。これまで個人に任せていたコミュニケーション能力を組織で構築していくことで、共創的思考で多様性を活かし未来に続く会社になります。そのリーダーシップを育成します。

円滑な人間関係・対人関係がメンタル不調の予防になるため、私たちはここに向き合い取り組みます。



**変化を受け入れ、変わる勇気を。  
恐れを手放しその先にある喜びの未来へ。  
希望体験の創出で  
日本社会の健康に寄与します！**

## IRODORI 研修の特徴

### 1. 即ちえる実践的ワークショップ



IRODORI の研修は全て参加型研修です。多くのワークとシェアで実践と練習を繰り返し、伝えることの苦手意識を克服し喜びに変えます。心理的安全性を体感することで、自分の組織でも家庭でも循環がおこります。

### 2. ニーズに応える研修コンテンツ



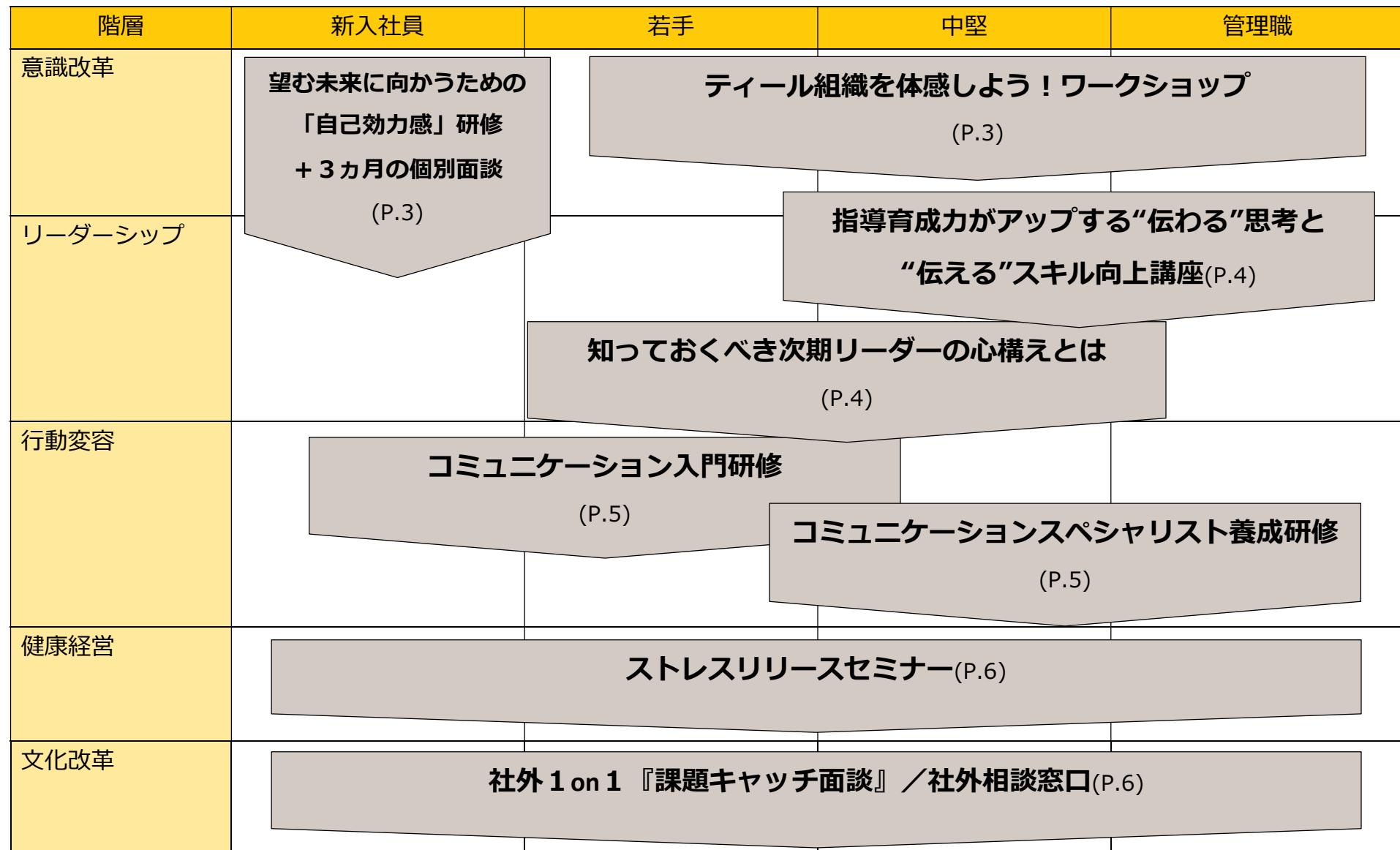
現状把握からリーダー研修まで。  
フィジカルからメンタルまで。  
幅広いコンテンツで貴社の悩みと理想に応えます。

### 3. 1 on 1 から集団研修まで手段も豊富



目的のために手段を考える。  
経営者のサポートであり、  
社員のサポートであるように私たちは行動します。

## テーマ別階層別研修マップ



## 意識改革 | 自律型人材

**単発**

中堅 管理職 多様性 主体性 次世代 メンタル

進化型組織から感じ考える！

### ティール組織を体感しよう！ワークショップ

■ねらい■

新しい組織モデルとして注目を浴びる「ティール組織」を、研修として多くの社員が体感・共感することで、理解が深まり自律した組織への土台となります。世代や役割に関係なく取り組める内容です。

■効果■

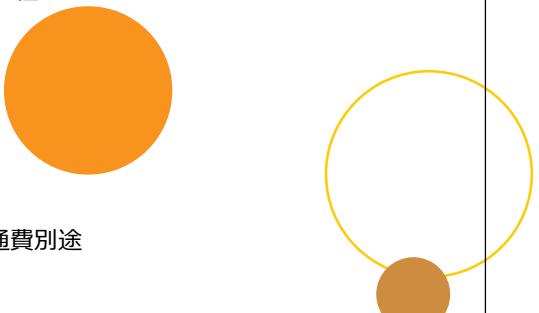
- 参加型研修で体験することにより理解が深まる
- コミュニケーションが活性化する
- 様々な役割を疑似体験することで主体的に関わる人材が増える！

■カリキュラム■

- 激しく変化する社会と理想の社会
- これまでのパラダイムと進化の過程
- 今日の MyMission を探そう！
- ティール組織の3つの特徴
- ティール組織を作ろう

■研修概要■

2.5時間／30名まで／資料代込／交通費別途  
30名以上は別途ご相談ください。



## 意識改革 | キャリア教育

**単発**

新人 若手 主体性 離職防止 キャリア メンタル

3年後に差がつく！

### 望む未来に向かうための「自己効力感」研修

■ねらい■

働き続けるために重要なコミュニケーションと行動変容を生み出す先行要因の「自己効力感」を高めます。メンタルヘルスにも重きを置いた若手のキャリア教育研修です。

■効果■

- 自分を活かす心構えと、目的に向かう行動が取れるようになる
- 「やり方」より「あり方」に着目した内容で自己啓発が持続する
- 社外に相談相手がいることで離職防止に繋がる！

■カリキュラム■

- 成長発達 成長の段階
- コミュニケーションの重要性
- 自己効力感を高める
- キャリアプランを考えよう
- 4つのQで望む未来に

■研修概要■

7時間／4名まで／資料代込／交通費別途  
4名以上は別途ご相談ください。

**特典1** 研修後3ヶ月の個別面談フォロー付！

**特典2** 元S EによるP C便利機能を伝授！

**リーダーシップ | チームビルディング**

**単発**

**中堅 管理職 心理的安全性 離職防止 意欲向上**

**もう一段チーム力を上げる！**

## **指導育成力がアップする“伝わる”思考と “伝える”スキル向上講座**

**■ねらい■**

変化の激しい現代のリーダーに必要な要素とは何か。自分を知ること、他者との違いを受け入れることを体験します。“伝わる”思考のコツを掴み、“伝わる”対話のスキルを身に付けます。

**■効果■**

- お互いが協力し合えるチームにするための対話スキルが身につく
- 対話の質が上がりチーム力が高まり意欲が向上する
- 社内コミュニケーションが円滑になり人間関係が良好になる！

**■カリキュラム■**

- 1) 自分の価値観を知るワーク
- 2) 読み取りワーク
- 3) ありたい自分に気づく
- 4) チーム力を上げるミーティング
- 5) 組織で“伝わる”対話のスキルを練習する

**■研修概要■**

4時間／20名まで／資料代込／交通費別途

20名以上は別途ご相談ください。

**リーダーシップ | 対人関係能力**

**単発**

**中堅**    **管理職**    **心理的安全性**    **離職防止**    **パワハラ防止**

新たな時代を切り拓く！

## 知つておくべき次期リーダーの心構えとは

■ねらい■

自覚を促しながら、組織を構成する役割を知り「自分がどのようなリーダーでありたいか」を考えます。次世代のリーダーとして想いを形にする思考や、原理原則を知り、実現するコミュニケーションスキルを習得します。

■効果■

- これから時代変化に適応できるリーダーシップが分かる
- 組織の構成要素・役割を知り、リーダー像を明確にする
- 周囲へ想いを伝えるスキルを身に付ける！

■カリキュラム■

1) 新しい組織のパラダイムを知ろう	4) これからの自分を考えよう
2) これからのリーダー像を考えよう	5) 想いを形にする
3) 脳の休息を体験しよう	コミュニケーション

■研修概要■

6時間／20名まで／資料代込／交通費別途  
20名以上は別途ご相談ください。

## 行動変容 | 自己開示

**連続**

若手 中堅 表現力 主体性 生産性 メンタル

心理的安全性を高め関係の質を上げる！

### コミュニケーション入門研修

■ねらい■

円滑な人間関係を生む心理的安全性の高い環境を創るために、ワークを通して自己開示しながら相手と打ち解け合い警戒心を和らげる場をつくります。自分が大切にしている“想い”を確認することでセルフマネジメントに繋げます。

■効果■

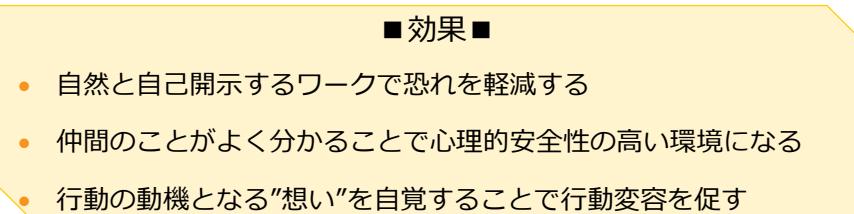
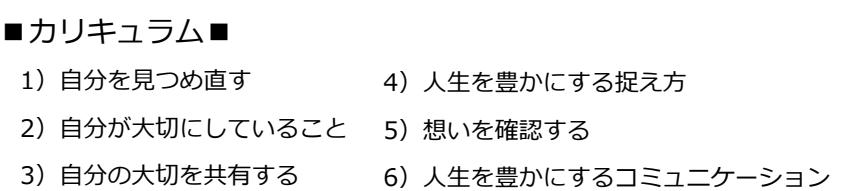
- ・自然と自己開示するワークで恐れを軽減する
- ・仲間のことがよく分かることで心理的安全性の高い環境になる
- ・行動の動機となる“想い”を自覚することで行動変容を促す

■カリキュラム■

1) 自分を見つめ直す	4) 人生を豊かにする捉え方
2) 自分が大切にしていること	5) 想いを確認する
3) 自分の大切を共有する	6) 人生を豊かにするコミュニケーション

■研修概要■

全6回各2時間・月1開催／20名まで／テキスト代込／交通費別途



## 行動変容 | 成功循環

**連続**

中堅 管理職 活活性化 意欲向上 離職防止 メンタル

あなたの想いが未来を創る！

### コミュニケーションスペシャリスト養成研修

■ねらい■

今いる人材を活かし、お互いが協力し合える関係を作り上げるための思考とスキルを繰り返し練習することで、自分の自信に繋げます。自ら考え、周りに影響を与えるながら行動する人材に必要なコミュニケーションスキルが身に付きます。

■効果■

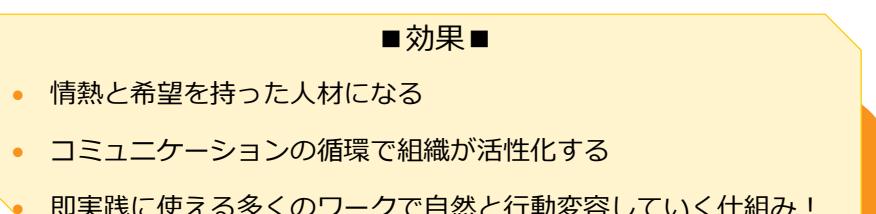
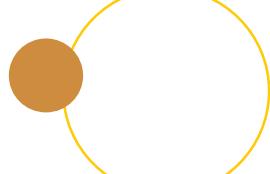
- ・情熱と希望を持った人材になる
- ・コミュニケーションの循環で組織が活性化する
- ・即実践に使える多くのワークで自然と行動変容していく仕組み！

■カリキュラム■

1) 目的を知る	6) 認識の差
2) 違いを受け入れる	7) 課題の分離
3) 矛盾に気づく	8) 心理的安全性
4) 自覚する	9) 目的を意識する
5) ニーズを知る	10) 動機づけ

■研修概要■

全10回各3時間・月2開催(5ヶ月コース)／テキスト代込／交通費別途


## 職場環境の文化改革／健康経営施策

**フィジカル | セルフケア**

連続

健康経営
メンタル
運動
リラクゼーション

**ストレスリリースセミナー**

■ねらい■

社員が健康であることは企業の財産です。就業時間内に集団で行うストレッチなどの軽い運動は、気分転換やリラクゼーションの効果だけでなく、社員同士の交流時間にもなり職場に活気ができます。

■効果■

- ・ スーツのままでも座ったままでもできるリラックス運動
- ・ 普段の生活でも続けられるメソッド
- ・ 瞑想で副交感神経が優位になることでストレスが軽減！

■カリキュラム■

呼吸+ストレッチ+瞑想  
血圧測定・ストレス測定も可能です。

■研修概要■

1クラス 50 分／交通費別途  
御社に出向き指導します。3ヶ月契約から承ります。

**能力発揮 | 社外 1 on 1**

連続

意欲向上
主体性
離職防止
キャリア
メンタル

**課題キヤッチ面談**

■ねらい■

この社外 1 on 1 面談は、第三者に話すことで自分のことを考える機会にし、能力発揮に繋げます。「管理職との 1 on 1 では本音がでにくい」「部下の悩み相談に管理職が悩んでいる」そんな悩みも解決します。

■効果■

- ・ 管理職の負担が軽減する
- ・ 専門家と対話することで自分の課題と組織の課題が見つかる！
- ・ 希望を感じ前向きになることで能力発揮に繋がる！

■カリキュラム■

月に1回アンケートを用いたキャリアコンサルティング面談  
毎月アンケート結果は個人が特定されないよう集計し報告します。

■研修概要■

1人 30 分の個別キャリアコンサルティング／オンライン  
3ヶ月契約から承ります。

