

～時間を管理して、仕事をもっとスマートに！～

# No. 20 業務効率向上のための 時間管理

コースの  
ねらい

限られた人員で最大限の成果を上げることによる労働生産性の向上をめざして、客観的に仕事の進め方を分析することで、仕事が進まない原因を取り除き、業務の効率化・スピード化を促進できる仕組みづくりを行うための知識を習得する

令和8年

10月13日(火) 9:30～16:30

【会場】 ポリテクセンター香川

【対象者】 中堅層

【定員】 16名

【申込締切】 令和8年9月29日(火)

受講料 1名につき

3,300円(税込)

## －講師紹介－

株式会社インソース

山本 武史

大手製薬会社の営業として15年従事。常に前年対比100%以上を達成し続ける。東北エリアの責任者、その後、四国エリアの責任者を担当し、2か月連続全国No1を含め、販売実績の向上と市場シェアの拡大に貢献。

中四国エリアの企業様を中心に登壇し、講師として10年目を迎える。

## －コースの特長－

限られた時間の中で業務効率を高め最大限の成果を上げるための方法を、PDCAサイクルに沿って習得する研修です。1日のスケジュールを振り返ることで自身のワークスタイルを分析し、現在の課題をご認識いただきます。そして業務を効率的に遂行するための計画の立て方、優先順位のつけ方、効率の良い仕事の仕方を習得いただきます。

## －コース内容－

### ■タイムマネジメントの手法

- (1)タイムマネジメント手法 ～押さえるべきの原則
  - ①原則1：「時間」そのものは、現実には管理できない
  - ②原則2：管理できるのは、仕事や行動
  - ③原則3：仕事管理＝考え方と行動を変えること
  - ④原則4：PDCAサイクルで仕事をすすめる

### ■時間管理とタスク管理

- (1)時間管理
  - ①自分の仕事を洗い出す
  - ②自分のワークスタイルを知る
- (2)タスク管理①
  - ①仕事・行動は4つに分類できる
  - ②組織的視点で自分の仕事かどうかを考える
- (3)タスク管理②
  - ①仕事の目的を明確にする
  - ②仕事のゴール(QCDR)を明確にする
- (4)タスク管理③
  - ①優先順位をつけることが仕事の成果をあげる
  - ②優先順位のつけ方～比較による図解化
  - ③優先順位を意識して仕事を進める
- (5)管理だけではなく、仕事のやり方も工夫する
  - ①できそうな工夫を持ちよる
  - ②よくある時間の無駄遣いを減らす
  - ③目標設定



E-mail : kagawa-seisan@jeed.go.jp FAX : 087-867-6713

ポリテクセンター香川 生産性向上支援訓練 担当 行

受講申込書

生産性向上支援訓練(オープンコース) 申込書

法人(企業)名			事業所(支店)名		
法人番号※1			※1 法人番号を持たない個人事業主や団体は記入不要です。		
TEL			FAX		
所在地	〒				
企業規模	<input type="checkbox"/> A 1~29人 <input type="checkbox"/> B 30~99人 <input type="checkbox"/> C 100~299人 <input type="checkbox"/> D 300~499人 <input type="checkbox"/> E 500~999人 <input type="checkbox"/> F 1,000人~				
産業分類	産業分類は、以下の20種のうち該当するものを1つ選んでください。 A 農業、林業 B 漁業 C 鉱業、採石業、砂利採取業 D 建設業 E 製造業 F 電気・ガス・熱供給・水道業 G 情報通信業 H 運輸業、郵便業 I 卸売業、小売業 J 金融業、保険業 K 不動産業、物品賃貸 L 学術研究、専門・技術サービス業 M 宿泊業、飲食サービス業 N 生活関連サービス業、娯楽業 O 教育、学習支援業 P 医療、福祉 Q 複合サービス事業 R サービス業 S 公務 T 分類不能の産業				
(ふりがな) 申込担当者氏名			部署等	連絡先	
				TEL	
				E-mail	
(ふりがな) 受講者氏名			受講希望コースNo. ( No.20 )		
			生年月日(西暦/月/日) : ( )	性別(任意) : <input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	
			就業状況※2 : <input type="checkbox"/> 正社員 <input type="checkbox"/> 非正規雇用 <input type="checkbox"/> その他(自営業等)		
(ふりがな) 受講者氏名			受講希望コースNo. ( No.20 )		
			生年月日(西暦/月/日) : ( )	性別(任意) : <input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	
			就業状況※2 : <input type="checkbox"/> 正社員 <input type="checkbox"/> 非正規雇用 <input type="checkbox"/> その他(自営業等)		
(ふりがな) 受講者氏名			受講希望コースNo. ( No.20 )		
			生年月日(西暦/月/日) : ( )	性別(任意) : <input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	
			就業状況※2 : <input type="checkbox"/> 正社員 <input type="checkbox"/> 非正規雇用 <input type="checkbox"/> その他(自営業等)		
(ふりがな) 受講者氏名			受講希望コースNo. ( No.20 )		
			生年月日(西暦/月/日) : ( )	性別(任意) : <input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	
			就業状況※2 : <input type="checkbox"/> 正社員 <input type="checkbox"/> 非正規雇用 <input type="checkbox"/> その他(自営業等)		
(ふりがな) 受講者氏名			受講希望コースNo. ( No.20 )		
			生年月日(西暦/月/日) : ( )	性別(任意) : <input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	
			就業状況※2 : <input type="checkbox"/> 正社員 <input type="checkbox"/> 非正規雇用 <input type="checkbox"/> その他(自営業等)		

※2 受講者の方の就業状況を選択してください。なお、非正規雇用とは、パート、アルバイト、契約社員などが該当しますが、様々な呼称があるため、貴社の判断で差し支えありません。

お申し込みのきっかけ	本訓練をどのように知りましたか？(複数回答可)					
	<input type="checkbox"/> ①当センターからのダイレクトメール	<input type="checkbox"/> ②当センターのホームページ	<input type="checkbox"/> ③当センター職員からの紹介	<input type="checkbox"/> ④県内自治体広報誌の情報	<input type="checkbox"/> ⑤各商工会議所・商工会からの紹介	<input type="checkbox"/> ⑥その他( )

【当機構の保有個人情報保護方針、利用目的】

- (1) 独立行政法人高齢・障害・求職者雇用支援機構は「個人情報の保護に関する法律」(平成15年法律第57号)を遵守し、保有個人情報を適切に管理し、個人の権利利益を保護いたします。
- (2) ご記入いただいた個人情報については、訓練の実施に関する事務処理(訓練実施機関への提供、本訓練に関する各種連絡、訓練終了後のアンケート送付等)及び業務統計に使用するものであり、それ以外に使用することはありません。

【注意事項】

- (1) 個人での受講はできません。企業等(事業主)からの指示による申込に限ります。
  - (2) 実施機関(本訓練の実施を担当する企業)の関係会社(親会社、子会社、関連会社等)の方は受講できません。
  - (3) 本申込書が到着後2営業日以内に、当センター職員が申込担当者あて申込内容確認の連絡をいたします。(振込手数料については、申込者負担とさせていただきます。)
  - (4) 振込締切日以降のキャンセルについては、受講料を全額ご負担いただきます。(返金はできません。)
- なお、申込者の変更・受講キャンセルの場合は、当センターまでご連絡の上、キャンセル期限までに受講者変更届又は受講者取消届をメール又はFAXにてお送りください。
- (5) 申込期限において申込者が6名を下回る場合は、コースを中止または延期させていただきます。
  - (6) 訓練実施状況の確認のため、訓練中に当センター職員が写真撮影を行う場合がありますので、あらかじめご了承ください。

【実施会場】

ポリテクセンター香川 (無料駐車場有)  
 香川県高松市花ノ宮町2丁目4番3号  
 ことでん栗林公園駅下車600m (徒歩7分)



【お申込み～訓練受講までの流れ】

