

ワークライフバランス研修

対象 一般職
 ◎ オンライン研修の場合、内容変更
 ◎ eラーニング置き換えが可能



研修の目標観

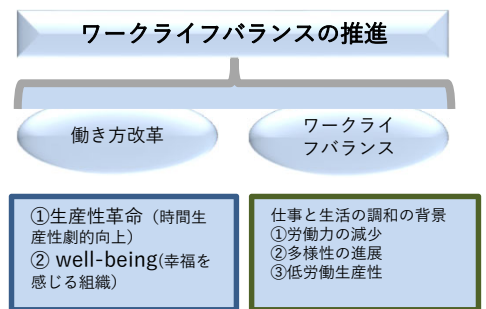
「働き方改革」や「ワーク・ライフ・バランス」実践の取り組みについての考え方や手法を習得する。

- 1 働き方改革・ワークライフバランスの重要性と正しい知識を理解する。
- 2 ワークライフバランスの実践度合を振り返り課題を明確にする。
- 3 ワークライフバランスをさらに職場で推進するための取り組みについて検討する。



研修のポイント

- ・行動科学の理論と手法を活用して、「働き方改革」と「ワークライフバランス」の考え方と手法を習得します。
- ・ワークライフバランスの推進のために
 - 1 働き方改革
 - ①生産性革命（時間生産性を劇的向上）
 - ②well-being(幸福を感じる組織)
 - 2 ワークライフバランス・仕事と生活の調和の考え方と推進に必要な具体的な手法を紹介します。



※下記プログラムは一例です。貴組織のご要望に合わせてプログラムをご提案させていただきます。

	研修の内容・タイムスケジュール	進め方・手法
午前	「環境変化と働き方改革の必要性」 ・働き方改革（生産性革命、well-being）	講義・個人演習
	「他組織における事例」	講義・個人演習
	「働き方改革の推進と期待役割」 ・働き方改革推進に向けて期待役割の検討	講義・グループ演習
午後	「ワークライフバランスとは」 ・仕事と生活の調和（必要性和背景）	講義
	「ワークライフバランスの現状点検」	グループ演習・発表
	「イクメン・イクボスとは」	講義
	「イクメン・イクボス考え方点検」	グループ演習・発表
	「ワークライフバランスの支援策」	講義
	「研修の振り返り」	個人演習・発表