

新講座

上司を支援・補佐する「部下力」向上セミナー

開催日時

2026年9月30日(水) 9:30 ~ 16:30 (受付開始は開講の30分前を目安とします)

会場

富山：北陸経済研究所(4Fセミナールーム) + Zoom配信

セミナーのねらい

仕事は、上司・同僚・後輩・社外関係者など、さまざまな立場の人との協働によって成り立っています。特に、上司の意図を理解し、状況に応じて機転のきいた支援ができることは、仕事を円滑に進めるだけでなく、職場全体の成果や生産性向上にもつながります。

本セミナーでは、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。

講師

株式会社 ビジネスプラスサポート
人財育成プロデューサーふじい ゆかり
藤井 由香里氏

保育士、社長秘書、企業人事、大学でのキャリア支援など、20年以上にわたり「人の成長」に向き合ってきた。現場での経験とMBAで学んだマネジメントの視点を活かし、自分らしい働き方を見つめ直す実践的であたたかみのある学びの場づくりを大切にしている。人と仕事との出逢いを通して“機会”を生み出してきた体験から、「笑顔で働く人を増やす」をモットーに、納得感と行動変容につながるキャリア支援・研修を行っている。

2025年4月より、京都芸術大学 情報デザイン学科 准教授に着任。

2025年7月 株式会社キャリアラインプラス設立 代表取締役を務める。



セミナーの主な内容

【1】「部下力(上司支援力)とは何か

1. リーダーシップとフォロワーシップ
2. フォロワーの5つのタイプ

【2】今期待されている役割とは何か

1. 持つべき3つの視点から考える
2. 機転のきいた先読み仕事とは? 【チェックリスト】

【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”

1. 自分を活かすために自分を知る
 - ①自分が大事にしていることを知る 【個人ワーク】
 - ②レジリエンス力を高める 【ペアワーク】

【4】上司の協力を取り付ける“交渉力”

1. 上司を理解するための3つの力
2. タイプ別にみる上司と自身の関わり方
3. 上司と円滑なコミュニケーションを図る 【ケーススタディ】
4. 自他ともに肯定すること ~4つのライフポジション~
5. アサーティブなコミュニケーション 【ペアワーク】

【5】上司の効果的補佐を行う“さばき力”

1. 上司の指示を正しく理解する
2. 仕事の効率を高める改善力
3. 仕事の優先順位づけと段取り力 【ケーススタディ】
4. 周りを巻き込みながら仕事を行うコツ

【6】未来の自分を描く

1. 明日から実践することを「見える化」する
2. 自ら考え、主体的に行動するための「実行宣言」



■参加申込方法

北陸経済研究所 HP の「セミナー・講演会」⇒ 各セミナー ⇒ 「Web でのお申込み」

■参加費(税込)

会 員	1名	19,800円
非会員	1名	39,600円

※賛助会員にお申込みいただければ、会員価格でご受講いただけます。

お申込み・詳細はこちらから



■お申込みにあたって

※北陸経済研究所HPの「セミナー・講演会」の「▶お申し込みの前に必ずご確認ください」をご一読ください。

- ①キャンセルのお申し出は5営業日前までをお願いいたします。以降のキャンセルはご返金致しかねますので、予めご了承ください。ただし当研究所主催の別セミナーへの振り替え受講のお申込みをお受けいたします。
- ②詳細は受講証、受講案内メールにてご確認ください。
- ③都合により開催の中止、または延期させていただく場合がございます。

