

# コミュニケーション研修

～ よりよい人間関係を築くために ～

## 目的

職場や住民など周りとの人間関係を築き、職場や仕事、毎日を明るく、さらに充実したものにするため、コミュニケーションの知識や方法、そして心構えを学び合います。

## 内容

### コミュニケーション

【本田 幹枝】

- コミュニケーションとは
  - ・良好な人間関係の構築
- 伝える、伝わるコミュニケーション技法
  - ・表情と立ち居振る舞い、言葉遣いと話し方
  - ・傾聴と質問
- 自己理解と他者理解
  - ・自分や相手の動機と行動

## 準備物

特にありません。

## 研修PR

職場の内外において、職務を円滑に遂行し、組織として成果を上げるためにコミュニケーション能力は不可欠です。

本研修では、「コミュニケーションとは何か」を共有し、人間関係を築くための心構え、具体的な手法など、理論や実践を通して互いに考え学んでいきます。

相手を理解し受け入れるために、自身の特長をもっと活かしませんか。

## 対象・日程等

対象者：市町村長等の推薦、希望職員

日程：令和7年10月16日(木)～10月17日(金)

定員数：36人

場所：東北自治総合研修センター

受付時間：午前8時50分～9時20分

## 講師

ほんだ みきえ  
本田 幹枝

宮城県市町村職員研修所 調査研究員



## 経歴

昭和60年塩竈市奉職。令和5年より現職。

平成7年、現在の東北自治総合研修センター設立に際し、研修科目開発・研修企画運営に関わる。以来、CS接遇・マナー、職場の人間関係、職員としての心構えなど実践者の立場で、同研修所、官公庁、病院、学校などで研修講師、職場指導者育成支援などを担う。

### ○資格

- ・宮城県市町村職員研修所認定指導者（「CS理論と接遇」、「公務員としての使命」）
- ・日本エンアグラム学会会員・同認定アドバイザー
- ・JADPキャリアカウンセラー、同シニアキャリアカウンセラー、GCS認定コーチ

### ○地域活動

- ・公益財団法人菅野美術館評議員

## タイムスケジュール

	9:00	9:30	10:00	12:00	13:00	16:00	16:30
1日目		開講式 オリエンテーション	研修	休憩	研修		宿泊オリエンテーション
2日目	研修			休憩	研修	閉講	