

成果を 高める タイムマネジメント実践講座

働き方改革や人材不足が進む中、限られた時間で成果を上げる力が、これまで以上に求められています。しかし、「毎日忙しいのに仕事が終わらない」「予定外の依頼や割り込みに追われ、重要な仕事に手が付けられない」と感じる方も少なくありません。本講座では、仕事の進め方診断を通じて自身の傾向を確認し、日々の時間の使い方を「消費・浪費・投資」の視点から見直します。さらに、業務の緊急度と重要度を見極め、集中力や仕事の特性に応じて予定を組み立てる方法を学びます。また、急な依頼や割り込みへの対応、関係者との調整に必要なコミュニケーションについても取り上げます。目の前の仕事に追われる状態から一歩抜け出し、成果を見据えて優先順位を判断し、主体的に行動することが本講座の目標です。残業に頼らず、限られた時間を効果的に使って成果につなげる、実践的なタイムマネジメントを身につけましょう。

Program

- ① 成果につなげるタイムマネジメントの考え方
- ② 仕事の進め方診断と自身の傾向確認
- ③ 時間の「消費・浪費・投資」の棚卸し
- ④ 緊急度・重要度による業務の整理
- ⑤ 集中枠・反応枠・調整枠・作業枠を活用した時間設計
- ⑥ 割り込み対応と調整コミュニケーション
- ⑦ 学びの振り返りと実践ポイントの共有

開催日時・場所

2026年
11月4日 水 13:00～17:00
福岡会場 福岡銀行本店4階
セミナールーム
福岡市中央区天神2-13-1

2026年
11月5日 木 13:00～17:00
オンライン (Zoom)

開催方法 対面1回 / オンライン1回

対象 若手社員・中堅社員

定員 会場開催 30名 / オンライン開催 40名

Profile ● ファルク経営教育研究所 サエグサ レイ コ 三枝 玲子 氏

【略歴】

1964年 生まれ
1987年 関西学院大学法学部 卒業。
住友ビジネスコンサルティング株式会社 (現株日本総合研究所) 入社。コンサルティング・企業内研修・セミナー講師として活動。
2004年 同社退職。
現在、(一社)日本経営協会講師、ファルク経営教育研究所代表として、企業・団体等の人材育成支援に活躍中。
【資格】
PHP認定ビジネス上級コーチ・チームコーチングコーチ、米国認定NLPマスタープラクティショナー
【専門分野】
人事制度の運用支援、目標管理制度における面接指導者育成、グループコーチングによるプロジェクト支援コンサルティング
キャリア開発、コミュニケーション、コーチング研修、ワークショップ・ファシリテーション研修、問題解決研修、リーダーシップ研修 他

受講料

会 員：無料

非会員：1人 16,500円 (税込)

※非会員様は請求書を後日送付いたします。

主催

FFG経営者クラブ、福岡銀行、熊本銀行、十八親和銀行、
FFGビジネスコンサルティング

お申込み人数：全日程を通して1社2名様までの参加申込にてお願いいたします。

下記URLにアクセスの上、該当のセミナーフォームからお申込みください。

<https://www.ffgbc.com/seminar/>

お申込み期限：開催日の5営業日前まで

お申込み
お問い合わせ先

TEL.092-723-2241
FAX.092-721-9258

株式会社FFGビジネスコンサルティング内
FFG経営者クラブ事務局
〒810-0001 福岡市中央区天神2-13-1
受付時間 9:00～17:00 (但し、銀行休業日は除く)

成果を高めるタイムマネジメント実践講座

お申込み方法

1. 下記URLか右記の二次元コードよりアクセスの上、該当のセミナーのフォームからお申込みください。

<https://www.ffgbc.com/seminar/>

2. セミナー開催までにお申込み責任者様に「ご案内メール」をお送りします。



上記のお申込みが難しい場合は、電子メールでも受け付けております。

電子メール 送信先: ffgkcj_2241@fukuoka-fg.com (FFG経営者クラブ事務局)

※2026年5月よりメールアドレスが新しくなりました。

以下の情報をお送りください。

- ① **会員番号** ※ご不明な場合はFFG経営者クラブ事務局までお問合せください。
- ② **貴社名**
- ③ **お申込み責任者様の氏名**
- ④ **ご参加者様の役職**
- ⑤ **ご参加者様の氏名(フリガナ)**
- ⑥ **電話番号**
- ⑦ **住所**
- ⑧ **お申込み責任者様のメールアドレス** ※当日のご案内をお送りするアドレスです。
- ⑨ **ご希望のセミナー日程および参加方法(対面/オンライン)**

ご注意事項

【会場参加の場合】

- ☐ お申込責任者様へ電子メールにて受講票をお送りいたします。
当日、受付まで必ずご持参いただき、ご提出ください。
- ☐ 当日は12時30分より受付を開始いたします。
- ☐ キャンセル・ご変更の場合は、必ずFFG経営者クラブ事務局
(092-723-2241) までご連絡ください。
- ☐ 体調がすぐれない場合は、ご参加をお控えください。

【オンライン参加の場合】

- ☐ 受講者お1人につき、パソコン又はタブレット1台をご用意ください。
- ☐ カメラとマイクを適宜オンにして参加いただく講座です。
- ☐ 1社から複数名ご参加の場合は、それぞれ別室でご受講ください。
(ハウリング等を防止するため)
- ☐ 当日は12時45分までにZoomへの入室を完了ください。
- ☐ キャンセル・ご変更の場合は、必ずFFG経営者クラブ事務局
(092-723-2241) までご連絡ください。

ご留意事項

※ご入力いただきました情報は、FFG経営者クラブ、福岡銀行、熊本銀行、十八親和銀行、FFGビジネスコンサルティング、ファルク経営教育研究所、一般社団法人日本経営協会において、本セミナーの円滑な運営および関連セミナーのご案内などの営業活動のためにのみ利用させていただきます。

※当日のセミナーの入退室管理は、FFGビジネスコンサルティングが行います。

※セミナーの録音、録画は固くお断りいたします。

※セミナーへのご参加が不適当と判断した場合には、セミナーへのご参加をお断りする場合がございます。

※インターネット接続にかかる通信料は受講者の負担となります。

※通信環境は、光回線、かつ有線で接続できるPCと環境を推奨いたします。通信環境によっては、音声・映像が途切れる等、障害が発生する可能性があります。

お申込み
お問い合わせ先

株式会社FFGビジネスコンサルティング内

FFG経営者クラブ事務局

TEL.092-723-2241 FAX.092-721-9258

〒810-0001 福岡市中央区天神2-13-1
受付時間 9:00~17:00 (但し、銀行休業日は除く)