

レジリエンス研修

逆境下で実力を発揮する!



コロナ渦を経て、私たちのライフスタイル、事業環境も大きく変化し、様々なストレスやプレッシャーがのしかかっています。そのような状況下でもパフォーマンスを発揮し続けることのできる人材育成が求められています。その中で注目を集めるのが「レジリエンス」です。『重圧が高く変化の早い状況でも柔軟に対応し、失敗や困難を成長へと導く力』と定義されるレジリエンスを育成する研修は、メンタル問題の一次予防、プレッシャーに強い社員の育成として、新人研修～リーダー研修、ストレス下でも成果をあげつづけられる営業社員の強化などに広く活用されています。ポジティブ心理学の手法を取り入れたレジリエンス研修は、研修後の参加者の満足度も高く、前向きな印象を与えるため参加率も高い傾向があります。本研修は、レジリエンスを高める技術を学ぶ貴重な機会です。

Program

- オリエンテーション
(研修の目的、3つのよいこと)
- レジリエンスとは
(レジリエンスとは、ストレスが起こるプロセス)
- ネガティブ思考からの脱却
(感情のコントロール、姿勢と呼吸：ヨガ)
- プラス思考へ変換
(強み発見ワーク、感謝、ソーシャルサポート)
- 研修振り返り
(レジリエンス方略)

開催日時・場所

2026年
11月13日 金
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

開催方法 対面 1 回

対象 若手社員、中堅社員、管理職

定員 20名

Profile ● CNGWAY パートナー アンドウ マドカ 安藤 円香 氏

【略歴】

早稲田大学人間科学部にて教育学・認知心理学・インストラクショナルデザインを学ぶ。ANA(全日本空輸株式会社)に客室乗務員として入社し、チーフパーサーとして後輩育成にも従事。退職後は企業研修講師として国内外の企業・官公庁の人材育成に携わり、延べ受講者数は25,000名を超える。教育学や学習科学の知見を活用した研修設計を強みとし、「教育が未来をつくる」をミッションに、理論と実践を融合した人材育成に取り組む。

2014年 株式会社インターナショナルフォワード 代表取締役就任

2021年 IFTインストラクショナルデザイナー養成講座 開校

2025年 日本建築学会大会発表「建築実務者における評価グリッド法研修の効果」

2026年 IFTレジリエンストレーナー養成講座 開校

2026年 掛川市役所・早稲田大学共同で、AIアバターを活用した行政窓口支援の実証研究を実施

現在、早稲田大学大学院修士課程在籍。生成AIを活用した人材育成・研修システムを研究



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)

レジリエンス研修 ～逆境下で実力を発揮する!～

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

- ☐ 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。

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、CNGWAY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。

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)