

2025年 新入社員研修 プログラム

EMPLOYEE
TRAINING



お申込みはこちらをClick!

コミュニケーション重視の実践型研修プログラム
対面形式(東京)とオンラインのハイブリッド開催!

 Tenmaru

【Tenmaru公開講座】研修ラインナップ

入社前の会社・仕事理解促進やマインドセット、入社後に配属された組織で、新しい業務へ取り組む姿勢・やる気を高め、チャレンジする意欲を継続させるサポートがとても重要です。定期的なフォローを行い、早期成長を加速させ、会社のエンゲージメントを高めます。

日程	時間	テーマ	内容	価格(税別)	定員
2025年 2/13(木)	13:00 ~16:20 (午後)	オンライン プレ新入社員 内定者フォロー研修	■ 社会人になるにあたって必要とされる仕事に対する姿勢や考え方を学ぶ ① 学生と社会人との違いについて考える ② 選ばれる仕事をするために必要な姿勢や考え方を学ぶ ③ 仕事における業務と職務の違いを学ぶ	1.8万円 ※新入社員研修と セット受講で 1.5万円	15名 ~ 50名
4/1(火)	13:00 ~17:30 (午後)	東京 社会人の基本 導入編 ビジネスマナー研修	■ 社会人としての心構えと日常的に使う所作を学ぶ ① 相手に快く受け入れてもらえる第一印象を学ぶ~挨拶・身だしなみ~ ② 正しい言葉のつかい方：社会人としての基本用語を学ぶ ③ 訪問・来客時の接遇を学ぶ：席次・名刺交換 ④ 時間を守る重要性、公私のけじめについて学ぶ	対面形式 (東京) 30名 ~ 80名 4日間 6万円 3日間 5万円 オンライン 15名 ~ 50名	単日 1.8万円
4/2(水)	10:00 ~17:30	オンライン 東京 社会人の基本 基礎編 ビジネスマナー研修	■ 社会人として必要なビジネスマナーの基本を学ぶ ① 正しい言葉のつかい方：敬語、謙譲語、丁寧語を学ぶ ② 電話応対の基本を学ぶ ③ 報・連・相の基本を学ぶ ④ コミュニケーションゲームを通じて、相互理解するために必要なことを学ぶ ⑤ コンセンサスゲームを通じて、集団で物事を決める時に大事なことを学ぶ		
4/3(木)	10:00 ~17:30	オンライン 東京 社会人の基本 実践編 問題対応力研修	■ 自立した若手社員となるために、問題に直面した時にどのように対応すればいいのかを学ぶ ① インバスケト演習を通して、問題に直面した時の対応方法を学ぶ ② 相互アドバイスを通して、強みと弱みを把握する ③ 強みと弱みを踏まえて、行動指針を作成する		
4/4(金)	10:00 ~13:00 (午前)	オンライン 東京 ビジネスマナー 応用 I ストレスマネジメント研修	■ 社会人として必要な主体性向上のために必要とされる考え方について学ぶ ① ストレスマネジメントの手法を学ぶ ② 相手を尊重して自己主張をするアサーティブコミュニケーションを学ぶ		
	14:00 ~17:30 (午後)	オンライン 東京 ビジネスマナー 応用 II 対人スキル向上研修	■ 社会人として必要な対人対応スキルを習得する ① ソーシャルスタイル理論を学ぶ ② ソーシャルスタイル理論をビジネス交渉に应用する ③ ビジネス演習を通して理解を深める		
10/9(木)	13:00 ~17:10 (午後)	オンライン 入社半年後 フォローアップ研修	■ 新入社員としての自らの役割を認識し自分を支援してくれる人を増やすために必要なことを学ぶ ① 半年間の体験を振り返り共有する ② 職場における自らの課題を認識する ③ 支援者を増やすために必要な、「理解してから理解される。」ということをロールプレイ演習をやグループワークを通じて学ぶ	1.8万円 ※新入社員育成パック 1.5万円	15名 ~ 50名
2026年 3/5(木)	9:30 ~17:30	オンライン 2年目に向けた 行動指針策定研修	■ 今の自分と向き合い、自己理解を深め、強みや課題を整理した上で、更に成長するための行動指針を策定する。 ① 成功・失敗体験を共有する ② 自分が直面している課題を整理することで自分に向き合う ③ 自分の価値観を把握する ④ 周囲からの期待を知る ※先輩・上司コメントをいただきます ⑤ 相互アドバイスシートを交換する ⑥ 今日一日を振り返り、今後の行動計画を策定する	2.2万円 ※新入社員育成パック 2万円	15名 ~ 50名
6回コース (月1回)	60分/回	個別 オンライン 定期フォロー面談	定期的な個別面談を通じて、目標設定の作成や目標達成に向けた振り返りを行い、状況に応じた課題の発見、成長を促すためのスキルアップを目指します。 ※面談レポートの提出 ※日程は個社と相談の上決定	9万円	15名迄
3回コース (2ヶ月1回)	60分/回	個別 オンライン 定期フォロー面談	定期的な個別面談を通じて、目標設定の作成や目標達成に向けた振り返りを行い、状況に応じた課題の発見、成長を促すためのスキルアップを目指します。 ※面談レポートの提出 ※日程は個社と相談の上決定	5万円	20名迄

※上記の価格はおひとり様あたりの金額になります。※最少催行人員に満たない場合は、やむをえず研修実施を中止させていただく場合がございます。
 ※リアル研修実施の開催は東京都内で予定しています。詳細は改めてお知らせしますのでお問い合わせください。

2月13日(木) | プレ新入社員(内定者)フォロー研修

1 研修の目的

■ 社会人になるにあたって必要とされる仕事に対する姿勢や考え方を学ぶ

- ① 学生と社会人との違いについて考える
- ② 選ばれる仕事をするために必要な姿勢や考え方を学ぶ
- ③ 仕事における業務と職務の違いを学ぶ

2 研修で活用するフレームワーク

選ばれる仕事とは

■演習3/1 選ばれる仕事とは

1. これまで、あなたが取り組むことやサービスを受けた中で、下記に当てはまる「業務」のワークシートを記入してください。

① あなたが得意なこととして、お客様に伝える「業務」のワークシート
それはどのようなワークシートでしょうか

② あなたが得意なこととして、お客様に伝える「業務」のワークシート
それはどのようなワークシートでしょうか

③ このワークシートから学ぶことはどんなことでしょうか

④ このワークシートから学ぶことはどんなことでしょうか

業務と職務

■演習3/2 選ばれる仕事をする人は、お客様に対してどんなことや、

■演習3/3 「業務」と「職務」

1. あなたが得意とする業務は何でしょうか？

2. 上記、得意があなたに期待する「職務」とはどんなものだと感じますか？

3. あなたが得意なサービスは、お客様に「職務(会社内の役割・行動)」は何でしょうか？

3 スケジュールとポイント ※GW=グループワーク

時間	分	概要
13:00	0:20	全体ガイダンス ■研修の目的と自己紹介
13:20	0:45	演習 学生と社会人との違い 解説5分 個人5分 GW10分 共有5分 2セット
14:05	0:10	休憩
14:15	0:55	演習 選ばれる理由 解説5分 個人15分 GW25分 共有10分
15:10	0:10	休憩
15:20	0:50	演習 会社と私 業務と職務の違い 解説5分 個人10分 GW25分 共有10分
16:10	0:10	振り返り 16:20 本日学んだことのポイントを整理します

4月1日(火) | 社会人の基本 ~導入編~ ビジネスマナー研修

1 研修の目的

■ 社会人としての心構えと日常的に使う所作を学ぶ

- ① 相手に快く受け入れてもらえる第一印象を学ぶ~挨拶・身だしなみ~
- ② 正しい言葉のつかい方:社会人としての基本用語を学ぶ
- ③ 訪問・来客時の接遇を学ぶ:席次・名刺交換
- ④ 時間を守る重要性、公私のけじめについて学ぶ

2 研修で活用するフレームワーク

名刺交換

名刺交換

1. 名刺交換の目的

2. 名刺の取り扱い上の注意

- 名刺は相手の分厚。丁寧な取り扱いが必要
- 名刺、名刺入れの持ち方
- テーブルについて商談をする時の置き場所
- やってはいけないNG行為

3. 名刺交換の基本

- ▶ 交際の姿勢は？
- ▶ どちらから先に名乗る？
- ▶ 名乗りは？
- ▶ 目線の先はどこ？
- ▶ 受け取ったらなんと言う？
- ▶ 確認することは？

お辞儀

お辞儀

1. お辞儀は気持ちや挨拶を目に見える形にしたもの

2. 基本のお辞儀

3. 4拍のリズムで

- ①きれいな立ち姿勢で
- ②笑顔でアイコンタクト
- ③膝から上体を倒す (1)
- ④ピタッと止める (2)
- ⑤ゆっくり上体を起こす (3, 4)
- ⑥再度、笑顔でアイコンタクト

4. 大切なのは【心】

●手を大切に思う心をお辞儀で伝えるためにどんなことに気を付けますか？

お辞儀の練習をしてみましょう！

3 スケジュールとポイント ※GW=グループワーク

時間	分	概要
13:00	0:25	全体ガイダンス ■インストラクション 自己紹介 アイスブレイク
13:25	0:25	社会人としての心構え 個人ワーク GW・発表 まとめ
13:50	0:05	休憩
13:55	0:15	第一印象を決める要素 個人ワーク GW・発表 まとめ
14:10	0:25	ビジネスマナー 挨拶はコミュニケーションの始まり 挨拶・解説 お辞儀 ロールプレイ まとめ
14:35	0:15	ビジネスマナー 印象な身だしなみ 個人ワーク① 解説 個人ワーク② まとめ
14:50	0:10	休憩
15:00	0:25	正しい言葉の使い方:社会人としての基本用語 個人ワーク 解説 ロールプレイ
15:25	0:20	ビジネスマナー 訪問・来客時の接遇 個人ワーク GW・発表 まとめ
15:45	0:15	ビジネスマナー 席次 GW(クイズ) 解説・まとめ
16:00	0:10	休憩
16:10	0:30	ビジネスマナー 名刺交換 解説 ロールプレイ まとめ
16:40	0:15	ビジネスマナー 時間を守る GW・発表 まとめ
16:55	0:15	ビジネスマナー 公私のけじめ 解説 GW・発表 まとめ
17:10	0:05	休憩
17:15	0:15	振り返り 17:30 まとめ・アンケート

4月4日(金) | ビジスマナー 応用 I ~ ストレスマネジメント研修

1 研修の目的

■ 社会人として必要な主体性向上のために必要とされる考え方について学ぶ

- ① ストレスマネジメントの手法を学ぶ
- ② 相手を尊重して自己主張をする
アサーティブコミュニケーションを学ぶ

2 研修で活用するフレームワーク

ABC理論

■ ストレスの原因

ABC理論(論理療法)

- 出来事が原因で感情が起こるのではなく、出来事をどう受け止めたかによって感情が起こる。
- ストレス反応としての様々な感情の原因は私たちの信念・思い込みによる部分が大きい。

A (Activating event 出来事) → B (Belief 信念・思い込み) → C (Consequence 結果としての感情・行動)

アサーティブ コミュニケーション

- アサーティブ・コミュニケーションとは、相手も尊重した上で、誠実に、率直に、対等に、自分の要望や意見を相手に伝えるコミュニケーションの方法論のことで、感情を伴うと言いつづくなる時への対処法として有効です。

非主張型 (Passive) アサーティブ (Assertive) 攻撃型 (Aggressive)

3 スケジュールとポイント ※GW=グループワーク

時間	分	概要
10:00	0:15	全体ガイダンス ■インストラクションと自己紹介
10:15	1:00	ストレスマネジメント(ストレスの原因はなにか) : 解説10分 個人20分 GW20分 共有10分
11:15	0:10	休憩
11:25	0:50	相手を尊重して自己主張する(アサーティブコミュニケーション) : 解説15分 個人20分 GW15分
12:15	0:40	アサーティブ演習(ケーススタディ演習) : 個人7分+GW8分+共有5分 2セット
12:55	0:05	振り返り 13:00 : 今日学んだことのポイントを整理します

4月4日(金) | ビジスマナー 応用 II ~ 対人スキル向上研修

1 研修の目的

■ 社会人として必要な対人スキルを習得する

- ① ソーシャルスタイル理論を学ぶ
- ② ソーシャルスタイル理論をビジネス交渉に応用する
- ③ ビジネス演習を通して理解を深める

2 研修で活用するフレームワーク

4つのソーシャルスタイル

■ 4つのソーシャルスタイル

人間は以下のように4つのタイプに分類され、その行動傾向や志向に違いがあります

感情表現度 低 ← → 感情表現度 高

行動タイプ (コントロール) ↑ ↓ 行動タイプ (プロモーター)

分析タイプ (アナライザー) 直感タイプ (プロモーター)

ビジネスへの応用

■ スタイル別交渉時対応法一覧

行動タイプ(コントロール)の相手に対して

1. 会話の内容
 - 「遠慮と要件どちらの強が、その相手とどの程度共有しているか」
2. 時間に対する配慮
 - 「話し合いを始める前、アポイントの必要性」「アポイントがない場合の必要事項」を事前に確認すること
3. 会話の切り方
 - 「議題解決を導きたい」「×リフト、×リフトの話題の仕方」を事前に確認すること

3 スケジュールとポイント ※GW=グループワーク

時間	分	概要
14:00	0:15	全体ガイダンス ■ガイダンスと自己紹介
14:15	0:20	ソーシャルスタイル理論 : 解説20分
14:35	0:20	グループセッション1 有名人マッピングゲーム : GW10分 共有10分
14:55	0:10	ソーシャルスタイルセルフチェック : 解説5分 個人5分
15:05	0:10	休憩
15:15	0:25	グループセッション2 行動タイプへの対応策 : 個人5分 GW7分 共有13分
15:40	0:25	グループセッション3 直感タイプへの対応策 : 個人5分 GW7分 共有13分
16:05	0:10	休憩
16:15	0:25	グループセッション4 分析タイプへの対応策 : 個人5分 GW7分 共有13分
16:40	0:25	グループセッション5 温和タイプへの対応策 : 個人5分 GW7分 共有13分
17:05	0:10	弱点の抑え方 : 解説10分
17:15	0:15	振り返りと質疑応答 17:30 : 今日学んだことのポイントを整理します

10月9日(木) | 入社半年後フォローアップ研修 (振り返り・課題設定)

1 研修の目的

■ 新入社員としての自らの役割を認識し自分を支援してくれる人を増やすために必要なことを学ぶ

- ①半年間の体験を振り返り共有する
- ②職場における自らの課題を認識する
- ③支援者を増やすために必要な、「理解してから理解される。」ということ、ロールプレイ演習やグループワーク演習を通じて学ぶ

2 研修で活用するフレームワーク

セルフチェックシート

4つの機能自己診断

3 スケジュールとポイント ※GW=グループワーク

時間	分	概要
13:00	0:15	全体ガイダンス ■研修の目的について 自己紹介
13:15	1:05	半年間の体験の共有 解説5分 個人20分 GW40分
14:20	0:10	休憩
14:30	1:05	新入社員に求められていること 解説10分 個人15分 GW40分
15:35	0:10	休憩
15:45	0:30	交渉力向上演習1 解説5分 個人10分 ロールプレイ7分 振り返り8分
16:15	0:40	交渉力向上演習2 個人10分 GW15分 共有15分
16:55	0:15	振り返り アンケート記入 17:10 今日一日を振り返ります



入社後、半年間での体験を振り返り、他者と共有することで自らの課題に気づき、改めて自分自身の新入社員としての役割を認識し、周囲を巻き込んで仕事するためのスキル習得やモチベーションアップを図ります。

2026年3月5日(木) | 2年目に向けた行動指針策定研修

1 研修の目的

■ 今の自分と向き合い、自己理解を深め、強みや課題を整理した上で、更に成長するための行動指針を策定する。

- ① 成功・失敗体験を共有する
- ② 自分が直面している課題を整理することで自分に向き合う
- ③ 自分の価値観を把握する
- ④ 周囲からの期待を知る ※先輩・上司コメントをいただきます
- ⑤ 相互アドバイスシートを交換する
- ⑥ 今日一日を振り返り、今後の行動計画を策定する

2 研修で活用するフレームワーク

仕事と生活のキーワード

行動計画策定シート

3 スケジュールとポイント ※GW=グループワーク

時間	分	概要
9:30	0:15	全体ガイダンス ■研修の目的について 自己紹介
9:45	1:05	成功体験・失敗体験の共有 解説5分 個人20分 GW40分
10:50	0:10	休憩
11:00	1:20	私が直面する15の課題 解説5分 個人①15分 GW①5分 個人②10分 GW②5分 個人③10分 GW③15分 解説15分
12:20	0:50	昼食休憩
13:10	1:00	仕事と生活のキーワード 解説5分 個人15分 GW20分 個人5分 GW15分
14:10	0:10	休憩
14:20	0:40	周囲からの期待を知る 解説5分 個人15分 GW20分
15:00	0:10	休憩
15:10	1:05	相互アドバイス 解説5分 個人30分 GW30分
16:15	0:10	休憩
16:25	0:50	行動指針の作成 解説5分 個人25分 GW20分
17:15	0:15	振り返り 17:30 学んだことを振り返ります



新入社員を終える3月頃、自分のできていたこと、できていなかったことをふり振り返り、2年目の自分をどのように成長させたいか新たな目標を設け、モチベーションが上がった状態でスタートさせるための研修です。

解説 | コンセンサスゲーム



コンセンサスゲームを通じて、集団で物事を決める時に大事なことを学ぶことで、集団意思決定シーンでの役割の重要性を理解するプログラムです。

コンセンサスゲーム

スペースレスキュー機シデンカイ

22世紀に入り人類は月に移住しはじめ、徐々に地球～月間を往復するようになった。スペース機「ハヤブサ」は東京宇宙空港から、月都ルナのカガヤ宇宙空港へ、毎週火、木、土の3回定期飛行している宇宙機である。定員10名の小型機(他に機長、副機長、各1人、キセキアシスタント1名)であるが、東京～カガヤ間は時間的スピードと、日本人キセキアシスタントのサービスのよさで、いつも満員の盛況である。

西暦1100年の3月4日(水曜日)のことである。朝時に東京宇宙空港を出発した「ハヤブサ」機は、ちょうどカガヤ宇宙空港との中間地点あたりで、突然エンジントラブルを起こし、宇宙空間E-115地点でストップしてしまった。

緊急連絡により、近(いた)スペースレスキュー宇宙船「神の」が救助に向かった。このシデンカイは個人救出用のもので、一度に1人しか救出できない。しかし他の救助機はまだまだ遠隔地にあり、「ハヤブサ」の救助には間に合わない。どうしてもシデンカイで一入ずつ、往復2回分かかる乗客の宇宙基地に運ばなければならぬ。

ところが「ハヤブサ」の機長からの情報によると、同機の故障が危ないとのことである。そこで乗客のうち6~7人は無理にただし乗機の危険性については、まだ被害には及ぼしてはいない。

「ハヤブサ」の機長は、救援に向かっているシデンカイの機長にたがなくて結構と連絡できた。あなたは別添のリストにある乗客名簿を参考に、緊急救出したほうがいい順序で乗客を救出するの？

インストラクション

題目「スペースレスキュー機シデンカイ」のストーリーを説明し、そこに出てくる10人の人物像について理解する。

コンセンサスゲーム

戸澤電雄 (Y ASHIZAWA) 大学教授、46歳、男性
東京文科大学で地政学を教えている。「地球にのみぞ」という自然保護団体の副会長。2人の子供は大学と高校に在学中である。趣味は読書と音楽で古今東西の音楽に詳しい。またあまり馴染みのないが「外国への旅行が好きで、しばしば出かける。彼の家で音楽が「ラゼン」だという。最近ではテレビのラジオ番組でも活躍中で、女子学生人気がある。

船田幸郎 (Y FUNADA) テレビタレント、32歳、男性
「ワエデュエーション」の司会を務め、かなり著名なタレントだが、NHKのタレント好感度調査では毎年ベスト5に入る人気者。最近「リアリティ番組」にも出演し、新境地を開いたと評判になった。昨年来、大定数の乗組員が選ばれた航空機の乗組員になった。本人は「おれは元来、自由人、個人で生きるには慣れているが、シデンカイは想定外だ。

羽鳥純子 (HATORI) 実業家、38歳、女性
7歳の子供が1人いる。趣味はダンスで、教師免許も持っているほど上手。夫は建築士で生活は安定し、部下の1人として住宅に投資。美手好きで友人は多いが、あまり他人の友人は付き合いが浅い。最近、彼女の浮気が原因で離婚騒ぎが持ち上がっているが、本人は一切関係ないで、相変わらず男前な態度でいる。

狩野礼子 (KANO) 中学教員、28歳、女性
生まれ故郷の埼玉で母校の中学校の先生をしている。未婚、読書とクラシック音楽が趣味という物静かな性格だが思いが強く、男人数に愛された経験小説家デビューで注目された。最近では労働運動に関心で、労働者の権利高次に選ばれた。男大生層から支持されているが、文壇の社会的地位の向上には一歩も踏んでいない。

川久保真美 (KAWAKUBO) 歯科医、50歳、女性
夫は中堅企業の課長補佐で、子どもは2人、1人はすでに結婚して独立しているが、もう1人は大学に在学中。治療はうまいが、「妻は事務的モットー」と陰口をたたかれるほどがめつい。脱校で機嫌が悪かったこともある。本人は他人のいうことなどまったく気にしていないところと結構で他の人が嫌がりて大穴をあけて、いらいしている。

ワークシート

1. 下記の表の空欄に、他の人と相談しないであなたのランク付けの順位とその理由を記入して下さい。 15分間
2. 次にグループ内で話し合っ、グループとしての順位とその理由を記入して下さい。 10分間
3. 多数決や強制ではなく、なるべくグループ全員の納得が得られるように話し合っ、最終的にグループとしての順位とその理由を決定して下さい。 10分間

乗客名	あなたの順位付け	理由	グループの順位付け	理由
戸澤電雄				
船田幸郎				
羽鳥純子				
狩野礼子				
川久保真美				
須山 繁				
田代由江				
幸田美希				
菅原光二				
山本祐基				

グループ討議の手順

- 全体で40分間でグループとしての順位付けをする
- 各自の順位を発表しあい、討議をしてグループとしての意見をまとめる
- 多数決や強制ではなく、なるべくグループ全員の納得が得られるようにする
- この順位によって、個人の順位を変更する必要はない

個人ワーク

登場人物10人の中から、そのシーンで重要だと思う人物の順位付けを行い、なぜその人なのか理由も考える。

グループワーク

その後、グループ内で話し合っグループとしての順位とその理由を考える。グループごとに発表形式で共有。

解答発表・解説

ワークシート

集団意思決定 振り返りシート

個人ワーク10分

- あなたはそのような基準で判断する順番を決めましたか
- あなたの判断基準とグループの判断基準との間に、どれくらい共有がありましたか
- グループの決定に際して、どのような言動が効果的かと思いましたか
- グループの決定に際して、どのような言動がマイナスだと感じましたか
- このセッションを通して、あなたやグループメンバーのソーシャルスタイルについて何か気づいたことや感じたことはありませんか

振り返り・グループ共有

ゲーム進行する中で、自分なりに考えた答えや理由がグループの話し合いで、どのように作用していたのかを考えることで、集団で決定するときの自身の役割の重要性を理解する。

