

# 研修活用促進ステップアップシートについて

## 【中堅 研修】

### 1 ステップアップシート提出方法

メールにより、このPDFファイルを送付してください。  
(3ページあります。そのまま送ってください)

研修活用促進の“専用”アドレスです。

区 分	留意点等
宛 先	stepup@pref.hiroshima.jp
件 名	中堅 研修 (第__回) の広島一郎
本 文	なし
ファイル名	中堅 I 研修 (第〇回) の広島一郎.pdf

受講した研修名・回次を  
記入してください。

広島一郎の箇所を受講者の名前にしてください。

### 2 ステップアップシート提出期限

令和4年2月28日(月)

### 3 科目名・ねらい・内容

3ページ目に一覧表があります。  
参照しながら、ステップアップシートを作成してください。



ひろしま自治人材開発機構  
広島県自治総合研修センター



令和3年4月

## 令和3年度 研修活用促進ステップアップシート

研修名 \_\_\_\_\_ 研修〔研修コード〕120 \_\_\_\_\_ 回次 \_\_\_\_\_

所属 \_\_\_\_\_ 〔所属コード5桁〕 \_\_\_\_\_

受講者〔職名〕 \_\_\_\_\_ 〔氏名〕 \_\_\_\_\_ 〔職員番号6桁〕 \_\_\_\_\_

上司(管理者)〔職名〕 \_\_\_\_\_ 〔氏名〕 \_\_\_\_\_

**ステップ1** 受講前に記入

ステップ1を記入・印刷し、研修当日、手元に用意してください

受講に当たり学びたいこと	上司記入欄（受講者に期待すること等）

研修期間中の業務状況及び要引継事項 ~ 研修に集中する環境を整えましょう ~

**ステップ2** 受講後に記入（概ね1週間以内）

学んだ内容を活用して取り組みたいこと	上司記入欄（上司として支援すること等）
活用する 科目名	

**ステップ3** 9月に記入（適宜）（上司との面談のタイミングなどを活用してください）

の進捗状況	上司記入欄（取組内容や進捗へのアドバイス）

取り組みたい内容が変わったら、ステップ2 を上書き修正しても構いません。

若手, 中堅（7~10回次）, 中堅 , 主査級（3~5回次）研修は実施時期が遅いため、このステップは省略します。

**ステップ4** 2月1日（火）~28日（月）に記入

取り組んだ結果	上司記入欄（今後、受講者に期待すること）

ステップ4まで記入したらメールで提出（2/28（月）~~火~~）してください

## 中堅 研修

科目名	ねらい	内容（予定）
行動理念	「広島県職員の行動理念」 「3つの心掛け」などを学ぶ。	事前課題あり 「広島県職員の行動理念」「3つの心掛け」、実践に向けた演習 など
メンタルヘルス	ストレスへの気付きや基本的な対処方法の習得により、主にセルフケア能力を高める。	1メンタルヘルスの現状 ・メンタルヘルスについて考える ・メンタルヘルスに関する調査結果 ・ストレスチェック制度とは ・メンタルヘルスに取り組む際の心構え ・メンタルヘルスへの取り組みの3ステップ 2ストレスの要因とストレス反応 ・ストレスの要因 ・自分にとってのストレス要因を整理する ・ストレス反応 ・自分の思考のクセを知る ～ストレスに発展しないために ・誰にでもある「思考のクセ」 3ストレスへの対処（セルフケア）を考える ・ストレスをどう捉えるか ・様々なストレス対処法と身体に及ぼす好影響 ・ストレスへの対処を考える 4ストレスを一人で抱え込まない ・エンロール・マネジメント ～他者を巻き込む ・話すことの効果 ・自分も相手の話を聴く ～傾聴のポイント ・ポジティブな言葉を使うことのメリット 5まとめ
人事評価	コンピテンシー、目標申告制度などを学ぶ。	コンピテンシー、目標申告制度 など
リーダーシップ	職員に求められるリーダーシップについて学ぶ。	1リーダーシップとは 2すべての階層で求められるリーダーシップ 3中堅 研修階層（入庁3年目）が発揮すべきリーダーシップ
経営学 中堅 受講者向け（1日）	身近な例を用いて、基本的な考え方を定着させるとともに、実務への活用イメージを高める。	事前課題あり 1課題解決とは（問題と課題/課題解決の基本3ステップ） 2問題の発見 ・あるべき姿と現状のギャップをおさえる ・担当業務の問題を洗い出す 3調査・分析 （フレームワークと環境分析/調査のすすめ方/相関と因果） 4原因の探求 ・原因分析のポイント ・担当業務の問題の原因を分析する 5課題設定と施策立案 ・原因（真因）と課題の関連性 ・今後のアクションプラン
経営学 中堅（若手コース）受講者向け（2日）	身近な例を用いて、基本的な考え方を定着させるとともに、実務への活用イメージを高める。 事業計画策定に必要な基礎知識を網羅的に学び、一連の流れをつかむ。	1事業計画を策定する目的と基本ステップ 2課題解決思考 ・課題解決のプロセス（問題発見 原因分析 課題設定と解決策立案） ・課題解決の事例 3論理的思考の基本を身につける、情報の収集 ・論理的思考とは何か ・ピラミッド構造（論点・結論・根拠・事実）を理解する ・演繹法と帰納法 ・論理的に結論を導く ・プライマリーデータ、セカンダリーデータ
ダイバーシティ・キャリアデザイン	自らありたい姿を描き、その実現に向けて自ら取り組むことを明確にする。	1ダイバーシティ 2キャリアデザイン ・環境の変化と主体的なキャリアデザインの必要性 「志」育成の観点から、県職員として、社会変化を捉えた上で、ありたい姿を描き、その実現に向け、仕事を通じてどう成長するかなど、自ら取り組むことを明確にする。 3キャリアデザイン演習 ワーク（仕事）とライフ（私生活）の両方からアプローチ。 所属での職責の変化や育児・介護などのライフイベントも含む。 4セルフエスティーム 5タイムマネジメント