

プロジェクトマネジメント研修概要

— 階層別プロジェクトマネジメント —

<プロジェクト管理（入門編）>

講座日数：2日

講座時間：9：00～18：00または20：00

対象者：・プロジェクトリーダー
・プロジェクトリーダー候補生
・プロジェクトメンバー

コース概要：・プロジェクト管理の定義を学び QCD と顧客満足のバランスによりプロジェクトの成功と失敗を学びます。
・プロジェクトマネジメントの世界標準である PMBOK ガイド第4版に沿って、プロジェクトマネジメントの基本を学びます。
・プロジェクトメンバーとしての基本的な心得を学びます。

到達目標：プロジェクトの定義とプロジェクトの成功と失敗、を身に付ける事ができる。
プロジェクトマネジメントの標準的な考え方を理解できる。
プロジェクトメンバーとしての役割とコミュニケーションの重要性を理解できる。

コース詳細：

1日目	2日目
<p>I. プロジェクトとは何か プロジェクトの定義の前にそもそも“業務”とは？ 1. プロジェクトの定義（プロジェクトの特性） 個人課題1 プロジェクトの成功の定義は 2. プロジェクトの成功と失敗 プロジェクトの成功：QCD と 顧客満足のバランス 個人課題2 研修の目標を SMART 基準でたてる 3. プロジェクト管理の進め方 (1) プロジェクト計画の策定 (2) 納期・コスト管理の進め方 (3) 品質管理の進め方 プロジェクトの成功の12の黄金律 演習課題1. プロジェクトの経験で失敗したこと 演習課題2. 個人対応 (会議室の椅子をすべて片付ける)</p>	<p>II. プロジェクトマネジメントの基本 1. プロジェクトマネジメントとは (1) プロジェクトマネジメントの定義 (2) プロジェクトマネジメントとは プロジェクトマネジメントの必要性 プロジェクト・ライフサイクルの流れ 2. PMBOK の解説 3. P2M の解説 演習課題3. 個人対応・グループ内発表 演習課題4. 個人対応 III. プロジェクトメンバーとしての基本的な心得 1. リーダーとメンバーの役割の違い プロジェクトリーダーの役割(1)(2) プロジェクトメンバーの役割 (1)(2)(3) 2. コミュニケーションの重要性 演習課題5 グループ演習(グループ対応・発表)</p>

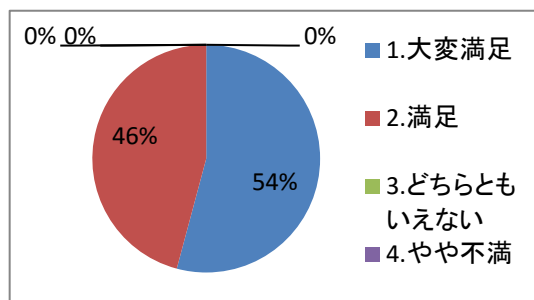
既存社員技術教育 プロジェクト管理(入門編)研修

受講者アンケート集計結果と感想

1.研修を受講して、どのようにお感じですか？

研修日数	1日目	2日目
1.大変満足	6	7
2.満足	6	5
3.どちらともいえない	0	0
4.やや不満	0	0
5.不満	0	0

※右のグラフは2日間の集計結果



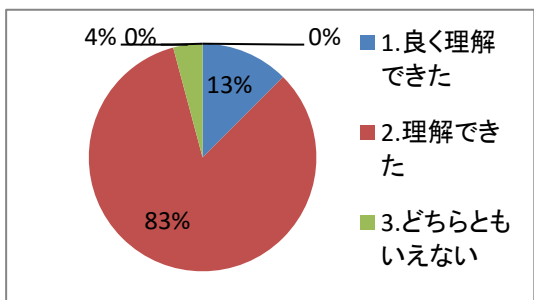
【回答理由】

プロジェクトに対する意識を持つことの重要性を理解した。
プロジェクトマネジメントの観点での思考が持てるようになった。
グループディスカッションを通して、色々な考え方を学べた。
プロジェクトマネジメントの基礎から詳しく学ぶことが出来たため、有意義だった。
グループ演習が多く、他の人の意見が多く聞けてよかった。

2.研修の内容は、ご理解いただけましたか？

研修日数	1日目	2日目
1.良く理解できた	0	3
2.理解できた	11	9
3.どちらともいえない	1	0
4.やや理解できなかった	0	0
5.全く理解できなかった	0	0

※右のグラフは2日間の集計結果



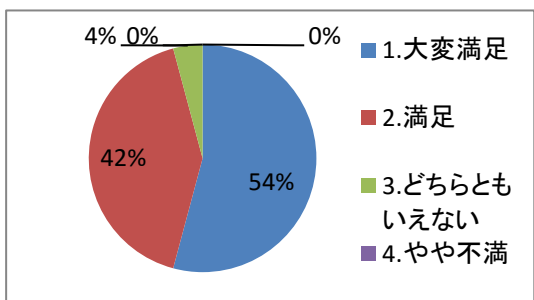
【回答理由】

プロジェクトを進める上で、必要な成果物に関してもっと勉強が必要だと思う。
最後の演習で2日前の自分とは違う考え方であるのを実感できた。
演習を通して、身にしみて理解できた。
プロジェクト管理の目的、考え方について、丁寧に解説してもらえた。
特にプロジェクトリーダーとメンバーの役割と心構えについて理解を深められた。

3.講師の研修の進め方、考え方はいかがでしたか？

研修日数	1日目	2日目
1.大変満足	6	7
2.満足	6	4
3.どちらともいえない	0	1
4.やや不満	0	0
5.不満	0	0

※右のグラフは2日間の集計結果

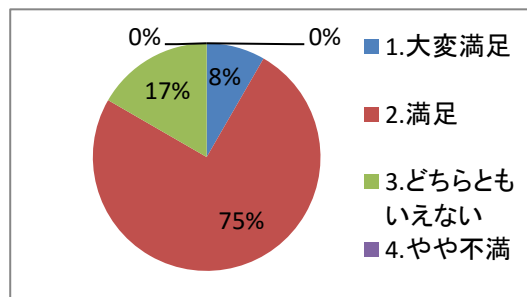


【回答理由】

疑問点に対する具体的な解答がわかりやすかった。
実体験をもとにした話がおもしろかった。不明点等いつでも聞ける空気作りがよかった。
要所について、繰り返し説明していただくことで、理解が深まった。
どんな事象や質問にも的確なアドバイスをいただけた。
時間配分も良く、内容の補足も適切でわかりやすかった。

4.本プログラムの教材・ワークシート等はいかがでしたか？

研修日数	1日目	2日目
1.大変満足	1	1
2.満足	8	10
3.どちらともいえない	3	1
4.やや不満	0	0
5.不満	0	0



※右のグラフは2日間の集計結果

【回答理由】

初歩的な部分から学習できるようになっており、理解しやすかった。
メモを直接書き込むことができ、かつ資料の転記の手間がなく、研修に集中できた。
テキストに加え、細かい部分を市販本で補っていたので、理解が深まった。
研修で必要と思われる用語や図も多く、見やすい内容であった。
プロジェクト・ライフサイクルの流れが特に見易かった。

5.本プログラムの中で、特に印象に残った点がありましたらご記入ください。

【回答理由】

リスクをいかに回避するか、リスクの考え方が印象的でした。要件定義がプロジェクト成功のためにいかに大切かがわかった。
何事にも目的や、リスク等のことを考えながら、今後の作業にいかしたい。マネジメントの立ち上げから完了まで、やらなきゃいけないこと、考えなければいけないことが多いが、やりがいのあることだと思う。
自分が今まで捉えたことのない観点や意見を聞くことが出来、様々な人と交流を持つことが出来たので良かった。リスク分析、管理の重要性や作業プロセスの改善の重要性を知った。

6.その他、感想など、何でも自由にご記入ください。

【回答理由】

もっと早く参加したかった。3年目あたりで必須にすべき。
普段あまりディスカッションを行う機会がなかったので、色々な人の意見、考え方が見えて面白かった。
参加したことがない人は参加するべき。→意見をぶつけることで新たな観点を学ぶため。
受講の目的、目標を達成したという点において、非常に効果のある研修だった。
今後の作業にいかせるよう、復習もおこなっていかようと考えている。

<プロジェクトマネジメントの基本>

研修期間：全2日間

研修時間：9：00～18：00または20：00

対象者：・主任クラス（プロジェクト管理入門編受講済み）

狙い：PMBOK®の基礎知識を習得する

- ・PMBOK®のプロセス群と知識エリアを理解する。
- ・PMBOK®の主なプロセスについて理解する。

特徴：PMBOK®の知識をケースによる演習によって習得する

- ・PMBOK®の主なプロセスをケースによるグループ演習にて習得し、かつチームビルディングを体験する。

効果：プロジェクトマネジメントを理解し、マネジメントが効果的になる

- ・PMBOK®の主なプロセスを理解することで、プロジェクトマネジメントへの理解が進む。
- ・それぞれのプロジェクトに適した、効果的なプロジェクトマネジメントができるようになる。

コース詳細：

1日目（10時間）	2日目（10時間）
<p>1. プロジェクトマネジメントと PMBOK®の概要</p> <ul style="list-style-type: none">・プロジェクトとプロジェクトマネジメント・5つのプロセス群と10の知識エリア <p>2. プロジェクトの立上げ</p> <ul style="list-style-type: none">・プロジェクト憲章、ステークホルダー分析 <p>【演習】ステークホルダー分析</p> <p>3. プロジェクトの計画</p> <ul style="list-style-type: none">・スコープ定義・WBS	<p>3. プロジェクトの計画（続き）</p> <ul style="list-style-type: none">・要員計画・スケジュール作成・リスク管理・予算作成・コミュニケーション計画 <p>【演習】計画作成（WBS、スケジュール、予算、コミュニケーション、リスク）</p> <p>4. プロジェクトのコントロール・実行・終結</p> <ul style="list-style-type: none">・進捗管理・チーム育成・振り返り <p>【演習】EVM</p>

<プロジェクトの計画と実行>

研修期間：全2日間

研修時間：9：00～18：00または20：00

対象者：・主任クラス（プロジェクト管理入門編受講済み）

狙い：プロジェクトマネジメントの流れとポイントを理解する
・プロジェクトの定義、計画、実行とコントロール、振返りの流れを講義で理解し、演習にて知識の理解を確認し、気づきを得ることでポイントを理解する。

特徴：演習にて、プロジェクトマネジメントを体験する
・LEGO®を使ったプロジェクトの演習を交え、理論を体験し、実践的な知識として習得することを目指す。

効果：習得した知識の適用で、プロジェクトをマネジメントできる
・ビジネスケースを作成することで、プロジェクトの背景、目的を考えたプロジェクト計画を作成できる。
・単なる知識だけではなく、流れや仕組みを理解することで、実務に適用できるようになる。

コース詳細：

1日目（10時間）	2日目（10時間）
<p>1. プロジェクトとプロジェクトマネジメント</p> <ul style="list-style-type: none">・プロジェクトのライフサイクル・プロジェクトマネジメントの視点・PMBOK®の概要 <p>2. プロジェクトの定義</p> <ul style="list-style-type: none">・ビジネスケース・プロジェクト憲章・商品ビジョンボックス・ステークホルダー分析 <p>【演習】社会課題やビジネス課題を解決するドローンの開発プロジェクトの定義</p>	<p>3. プロジェクトの計画</p> <ul style="list-style-type: none">・WBS・スケジュール作成・予算作成・コミュニケーション計画・リスク計画 <p>【演習】計画作成（WBS、スケジュール、予算、コミュニケーション、リスク）</p> <p>4. プロジェクトの実行とコントロール、振返り</p> <ul style="list-style-type: none">・チーム育成・進捗管理・振返り <p>【演習】プロジェクト実行、振返り</p>

<ビジネスのマネジメント>

研修期間：全1日間

研修時間：9：00～18：00（最大18：00または20：00）

対象者：・課長クラス（プロジェクト管理入門編受講済み）

狙い：必要なビジネススキルの習得

- ・プロジェクトをマネジメントするために必要なビジネススキル全般を習得する。

特徴：事業、プログラム、プロジェクトの流れを解説する

- ・事業戦略からプログラム、プロジェクトの流れ、ベネフィットを達成するためのコストマネジメント、ベンダーマネジメントを解説する。
- ・ケースシナリオによる解説とグループ演習、ロールプレイにより、講義内容への理解が深まり、納得感を得ることができる。

効果：プロジェクトの成果がビジネスに、より適したものになる

- ・ビジネスとプログラム、プロジェクトの関連を理解することによって、プロジェクトマネジメントにおいて、意思決定がより適切になる。
- ・ベネフィットを考慮したマネジメントを行うことができる。

コース詳細：

前半（3時間）	後半（5時間）
<p>1. ビジネスのライフサイクルとプログラム</p> <ul style="list-style-type: none">・プロジェクト・システムライフサイクルと開発／運用・プロジェクトの立上げ・ベネフィットをプログラムで管理する・プログラムマネジメント	<p>2. コストマネジメント</p> <ul style="list-style-type: none">・プロジェクトにおける原価計算・プロジェクトコスト・投資コスト・見積もりとコストコントロール・プロジェクトにおける コストコントロールの進め方 <p>【演習】コストコントロール計画策定</p> <p>3. ベンダーマネジメント</p> <ul style="list-style-type: none">・調達計画の策定とベンダー選定準備・PFPと提案書の評価・ベンダー決定と契約・ベンダーコントロール <p>【ロールプレイ】ベンダーのコントロール</p>

<要求と顧客のマネジメント>

研修期間：全1日間

研修時間：9：00～18：00（最大18：00または20：00）

対象者：・課長クラス（プロジェクト管理入門編受講済み）

狙い：顧客満足を達成するためのマネジメントを理解する

- ・ステークホルダーマネジメント全般を理解する。
- ・顧客満足を達成するために必要な段階的詳細化と顧客中心プロジェクトマネジメントを理解する。
- ・段階的詳細化計画、ステークホルダーマネジメント計画、コミュニケーションマネジメント計画を作成できる。

特徴：相手の世界を理解することから顧客の求めるものを洞察する

- ・相手の世界を理解し、内部顧客、外部顧客が求めているものを、洞察し、それらを実現するための流れを解説する。
- ・ケースシナリオによる解説とグループ演習、ロールプレイにより、講義内容への理解が深まり、納得感を得ることができる。

効果：顧客が求めているものを理解し、それらを提供できる

- ・要求マネジメント計画を作成することができるようになる。
- ・要求収集を、適切なステークホルダーから行えるようになる。
- ・顧客がプロジェクトに対して求めているものを理解する。
- ・顧客中心プロジェクトマネジメントとコミュニケーションマネジメントにより、顧客満足を達成する。

コース詳細：

前半（4時間）	後半（4時間）
<p>1. ステークホルダーマネジメント</p> <ul style="list-style-type: none">・ステークホルダー分析・ステークホルダーはプロジェクトに対して何を求めているか・チームのマネジメント <p>【演習】ステークホルダーマトリクス作成</p> <p>2. プロジェクト要求マネジメント</p> <ul style="list-style-type: none">・要求マネジメントの計画・要求マネジメントの手法・要求の分類・要求の収集 <p>【ロールプレイ】要求実現のための追加予算の交渉</p>	<p>3. 顧客満足を達成する</p> <ul style="list-style-type: none">・プロジェクトにおける顧客の位置づけ・顧客がプロジェクトマネジメントに対して求めるもの・顧客中心プロジェクトマネジメント <p>【演習】顧客満足を高めるプロジェクト計画</p> <p>4. コミュニケーションマネジメント</p> <ul style="list-style-type: none">・プロジェクトにおけるコミュニケーション・コミュニケーションの問題によるプロジェクトの失敗・プロジェクトマネジャーのコミュニケーションに関する役割・コミュニケーションマネジメント・コミュニケーション計画の作り方 <p>【演習】コミュニケーション計画作成</p>

<プロジェクトのマネジメント>

研修期間：全1日間

研修時間：9：00～18：00（最大18：00または20：00）

対象者：・課長クラス（プロジェクト管理入門編受講済み）

狙い：基本方針の重要性と、リスク、品質マネジメントを理解する

- ・プロジェクトマネジメントの基本方針（グランドデザイン）を明確にすることの重要性を理解する。
- ・プロジェクトの目標を定義する品質マネジメントを理解する。
- ・プロジェクト目標を達成するためのリスクマネジメントを理解する。

特徴：プロジェクト品質を4つの視点から解説し、ツールを習得する

- ・プロジェクト品質を4つの視点から解説し、プロジェクト品質を達成するためのツールの解説・演習を行う。
- ・リスクマネジメントをケースシナリオに沿って、プロセスを解説し、演習を行う。
- ・ケースシナリオによる解説とグループ演習、ロールプレイにより、講義内容への理解が深まり、納得感を得ることができる。

効果：プロジェクト期間を通じて、ぶれない意思決定を行う

- ・基本方針を決めることで、プロジェクト期間を通じて、ぶれない意思決定を行うことができる。
- ・プロジェクトインフラストラクチャーを主要ステークホルダーで共有することにより、ステークホルダーの協力を引き出すことができる。
- ・プロジェクト目標を達成するための、適切な品質マネジメント、リスクマネジメントを行うことができる。

コース詳細：

前半（3時間）	後半（5時間）
<p>1. プロジェクトインフラストラクチャー</p> <ul style="list-style-type: none">・プロジェクトインフラストラクチャーとは・プロジェクト立ち上げに関する PI・プロジェクト計画に関する PI・プロジェクト実行と統制に関する PI・プロジェクト終結に関する PI <p>【演習】プロジェクトインフラストラクチャー</p>	<p>2. プロジェクトリスクマネジメント</p> <ul style="list-style-type: none">・リスクの共通認識を作る・リスクに対して当事者意識を植え付ける・リスクに早期に対応する <p>【演習】リスク特定</p> <p>【ディスカッション】チームのリスク感度を上げるには</p> <p>3. プロジェクト品質マネジメント</p> <ul style="list-style-type: none">・成果物のクオリティとプロジェクトのクオリティ・プロジェクトのクオリティの向上の方法 <p>【演習】プロジェクト品質の家の作成</p>

<管理者のためのプロジェクト管理講座>

研修期間：全1日間

研修時間：9：00～18：00（最大18：00または20：00）

対象者：・部長クラス（プロジェクト管理入門編受講済み）

狙い：プロジェクトにおける管理者の役割と責任を知る
・プロジェクトの上位管理者として、プロジェクトの指導／支援の方法を知ると同時に、プロジェクトの成果を経営的に最大化する方法を考える。

特徴：コンサルティングから生まれた実践的な講義内容と演習
・プロジェクトの成功させるために、上位管理者がすべき活動を網羅的に学ぶことができる。
・マネジメントは理論、リーダーシップは持論を中心に構成されている。

効果：自身のリーダーシップを育成する
・プロジェクトに対して上位管理者がすべき活動を知り、自身の活動の振り返りを行い、不足しているものを知ることができる。
・他のマネジャーのリーダーシップについて知り、また、プロジェクトリーダーが望んでいるリーダーシップについて知り、自身のリーダーシップ育成の参考にすることができる。

コース詳細：

前半（4時間）	後半（4時間）
<ol style="list-style-type: none">1. 管理者からみたプロジェクト活動の位置づけ<ul style="list-style-type: none">・事業とプロジェクト活動・業務とプロジェクト活動・管理者にとってのプロジェクトマネジメント2. プロジェクトに対する管理者の役割と責任<ul style="list-style-type: none">・プロジェクトにおける管理者の位置づけ・プロジェクトガバナンスとプロジェクトリーダーシップ・ビジネスリーダーとしてプロジェクトの成功を促進する・プロジェクトを立ち上げ、戦略を実行する・プロジェクト管理とプロジェクトマネジメント・プロジェクトマネジャーの指導・育成3. 組織の方針をプロジェクトにより実現する<ul style="list-style-type: none">・経営ビジョンや戦略を読み取る・経営ビジョンや戦略と整合したプロジェクトを仕立てる・経営ビジョンとの整合・戦略との整合・組織プロセスとの整合	<ol style="list-style-type: none">4. 管理下のすべてのプロジェクトを成功させるために<ul style="list-style-type: none">・ビジネスケースによる複数プロジェクトの管理・プロジェクト目標の達成を促進する・プロジェクトの収益を管理する・複数のプロジェクト間でのリソースの調整・複数のプロジェクト間でのスコープの調整・問題プロジェクトへのテコ入れ・陣頭指揮を執るべきプロジェクトの見極め5. ビジネスの成果が上がるプロジェクト実行環境の構築<ul style="list-style-type: none">・プロジェクト管理の3つの視点・技術戦略の立案と推進6. 人材育成と風土づくり<ul style="list-style-type: none">・プロジェクトリーダーの育成・プロジェクト活動に適した風土をつくる7. プロジェクトスポンサーシップを身につける<ul style="list-style-type: none">・プロジェクト活動全体の推進（プロジェクトリーダーシップ）・プロジェクトの遂行に有用な人的ネットワークの提供・効果的なステークホルダとの関係構築支援・事例

<ステークホルダーマネジメント>

研修期間：全2日間

研修時間：9：00～18：00または20：00

対象者：・課長クラス（プロジェクト管理入門編受講済み）

狙い：ステークホルダーマネジメントを広い範囲で学ぶ

- ・ステークホルダーマネジメントを体系的に学ぶ。
- ・プロジェクトで使える具体的な手法やツールを習得する。

特徴：期待のマネジメントについて解説する

- ・ステークホルダーの期待を把握し、マネジメントする手法やツールについて、解説し、演習にて理解を補完する。
- ・ロールプレイにて、期待についての気づきを得る。

効果：ステークホルダーの協力によって、期待以上の成果をあげる

- ・ステークホルダーの期待をマネジメントすることで、ステークホルダーの協力を引き出すことができる。
- ・期待以上の成果を上げる。

コース詳細：

1日目（10時間）	2日目（10時間）
<p>1. ステークホルダーマネジメントとは何か</p> <ul style="list-style-type: none">・ステークホルダーマネジメントの必要性・達成すべきこと <p>2. ステークホルダー分析の手法</p> <ul style="list-style-type: none">・ステークホルダーを特定する・ステークホルダー可能性マトリクスで分析する <p>【演習】ステークホルダー登録簿</p> <p>3. ステークホルダーの期待をマネジメントする</p> <ul style="list-style-type: none">・ステークホルダーの期待の把握・要求に応える計画 <p>【ロールプレイ】ステークホルダーの期待</p> <p>4. ステークホルダーのプロジェクトへの協力を得る</p> <ul style="list-style-type: none">・協力が必要なステークホルダー・プロジェクトステークホルダーの世界を理解する <p>【演習】ステークホルダーキューブ</p>	<p>5. ステークホルダーと交渉する</p> <ul style="list-style-type: none">・交渉のポイント・交渉の進め方 <p>【ロールプレイ】交渉</p> <p>6. ステークホルダーマネジメントを計画する</p> <ul style="list-style-type: none">・何を決めておけばよいか・ステークホルダーマネジメント計画の作成手順 <p>【演習】ステークホルダーマネジメント計画</p> <p>7. ケース</p> <ul style="list-style-type: none">・顧客と良い関係を作る・上位組織を動かす・チームを結束させる <p>【ロールプレイ】上位者との話し合い</p> <p>8. ステークホルダーマネジメントの難しさ</p>

<コミュニケーションマネジメント>

研修期間：全2日間

研修時間：9：00～18：00または20：00

対象者：・課長クラス（プロジェクト管理入門編受講済み）

狙い：プロジェクトにおけるコミュニケーションを理解する

- ・コミュニケーションマネジメントによって、プロジェクトがどのように変わるかを理解する。
- ・コミュニケーションマネジメント計画作成手順を理解する。

特徴：演習にてコミュニケーションマネジメントの難しさを体感する

- ・教育玩具を使った演習により、コミュニケーションのポイントを体感する。
- ・ロールプレイにより、プロジェクトにおける進捗報告のポイントを理解する。
- ・チームマネジメントのポイントをエクササイズで体感する。

効果：コミュニケーションミスが減り、パフォーマンスが向上する

- ・コミュニケーションミスを起こさないようなマネジメントができる。
- ・ステークホルダーの協力が得られ、チームビルディングができ、プロジェクトパフォーマンスが向上する。

コース詳細：

1日目（10時間）	2日目（10時間）
<p>1. コミュニケーションとは何か</p> <ul style="list-style-type: none">・コミュニケーションの定義・コミュニケーションモデル・コミュニケーションの原理（ドラッカー）	<p>4. コミュニケーションマネジメント計画</p> <ul style="list-style-type: none">・コミュニケーションマネジメントの視点・コミュニケーションマネジメント計画作成手順 <p>【演習】コミュニケーションマネジメント計画</p>
<p>2. コミュニケーションの難しさ</p> <ul style="list-style-type: none">・コミュニケーションの難しさを体感する演習 <p>【演習】コミュニケーションマネジメントの重要性</p>	<p>5. 進捗報告</p> <ul style="list-style-type: none">・進捗報告とは何か・進捗報告の内容と進捗管理・アード・バリューによる進捗報告 <p>【ロールプレイ】進捗報告</p>
<p>3. プロジェクトにおけるコミュニケーションとコミュニケーションマネジメント</p> <ul style="list-style-type: none">・コミュニケーションマネジメントの目的・コミュニケーションに起因するプロジェクトの失敗・コミュニケーションの基本とマネジメント	<p>6. チームコミュニケーション</p> <ul style="list-style-type: none">・チームビルディングの進め方・チームコミュニケーションの留意点 <p>【エクササイズ】チームコミュニケーション</p>

<プロジェクトリスクマネジメント>

研修期間：全2日間

研修時間：9：00～18：00または20：00

対象者：・課長クラス（プロジェクト管理入門編受講済み）

狙い：リスクマネジメントをやり抜くマインドを作る

- ・リスクマネジメントをプロジェクト関係者全体の問題としてとらえ、リスクマネジメントを確実にやり抜く環境とリスクに対するマインドを作り上げる。
- ・リスクマインドの土台となる PMBOK®プロジェクトマネジメントを理解する。

特徴：リスクマインドのアセスメントと対策を具体的に解説

- ・プロジェクトやプロジェクトマネジャー、プロジェクトメンバーのアセスメントを行う。
- ・リスクマインドを具体的に指標化し、指標を上げるための対策を解説する。
- ・演習シナリオに沿って、PMBOK®のリスクマネジメントプロセスを体験する。

効果：リスクマインドの向上

- ・リスクをとることで、挑戦的、かつ戦略的なプロジェクトマネジメントができるようになる。
- ・それぞれのプロジェクトのリスクマネジメントの必要性和リスクマインドのレベルを知ること、対策が効果的になる。

コース詳細：

1日目（10時間）	2日目（10時間）
1. リスクに対する正しい知識を身につける	5. リスク対応計画 【演習】リスク対応計画
2. リスクマネジメントの概要 ・リスクマネジメントとは ・リスクマネジメント計画 【演習】リスクドリル	6. リスクの監視と管理 【演習】リスクドリル
3. リスク特定 【演習】リスク特定	7. リスクの分類とパターン化、ナレッジマネジメント 【エクササイズ】リスクパターン作成演習
4. リスク分析 ・定性的リスク分析 ・定量的リスク分析 【演習】リスク分析	8. プロジェクトのリスクマインドを高めるための施策 【エクササイズ】施策検討

<プロジェクト品質マネジメント>

研修期間：全2日間

研修時間：9：00～18：00または20：00

対象者：・課長クラス（プロジェクト管理入門編受講済み）

狙い：プロジェクト品質とは何かを理解する

- ・プロジェクト品質向上のためのプロセスとツールとマインドを学ぶ。
- ・顧客満足を向上させるプロジェクトマネジメントのポイントを理解する。

特徴：4つの視点からプロジェクト品質のマネジメントを解説する

- ・プロジェクト品質向上について、4つの視点での施策をプロセス群ごとに解説する。
- ・顧客の期待からプロジェクトの範囲、プロジェクト品質の基準を決めるためのツールとして、プロジェクト品質の家を演習にて作成する。

効果：顧客満足を向上させるマネジメントを実践できる

- ・プロジェクト品質を向上させるためのプロセスとツールを理解し、実施することで、結果として、成果物の品質が向上する。
- ・顧客満足を向上させるプロジェクトマネジメントを実践できる。

コース詳細：

1日目（10時間）	2日目（10時間）
<p>1. プロジェクト品質と顧客満足</p> <ul style="list-style-type: none">・プロジェクトの品質と成果物の品質・プロジェクト品質向上による顧客満足の達成・プロジェクト品質マネジメントの基本・プロジェクト品質マネジメントの進め方 <p>【演習】品質低下の原因をシステム思考で考える</p>	<p>3. プロジェクトライフサイクルごとのプロジェクト品質の向上</p> <ul style="list-style-type: none">・プロジェクト品質向上の視点・プロセス品質向上へのアプローチ・マネジメント品質向上へのアプローチ <p>【演習】プロジェクト品質の家の作成</p>
<p>2. プロジェクト品質を高め顧客満足を向上させるプロジェクト計画</p> <ul style="list-style-type: none">・高いプロジェクト品質を実現する計画の作り方・顧客中心プロジェクトマネジメント・プロジェクト品質を上げるリスク計画 <p>【演習】プロジェクトマネジメント計画作成</p>	<p>4. 顧客満足を向上させるプロジェクトマネジメントのポイント</p> <ul style="list-style-type: none">・範囲区分の明確化と顧客との共有・顧客のニーズに合致するプロジェクト計画の詳細化・顧客を巻き込んだリスクマネジメント <p>【演習】プロジェクトマネジメント計画の見直し</p>

<ストレスマネジメント>

研修期間：全1日間

研修時間：9：00～18：00または20：00

対象者：・ストレスに対しての対処方法を身に付けたい方
・心身ともに健康に働きたい方

コース概要：ストレスに対しての基本的な知識とその対処法を学びます。とくに身心にストレスによる影響が出るまえにどのように対処して行ったらよいのか（予防すること）を知り元気にする方法を習得します。

自分のストレスのパターンを知ることにより、自分にあった最適な対処法（コーピング）を理解し、そして簡単に出来るいくつかのコーピング術も体験・習得します。

到達目標：当コースの受講後は、次の事項ができるようになることを目標にしています。

- ・ストレスに対しての基本的知識の習得
- ・自分のストレスパターンを知る
- ・アサーションについての基本を知る
- ・コーピング術の習得

コース詳細：

1日目
1. ストレスとは
2. 健康であるためには
3. ストレスコーピングとは
4. 自己認識
(1) エゴグラム
(2) 自分のストレスパターン
(3) 思考のクセ（思い込み、駆り立てるもの）
5. 問題解決力強化
6. 聴く技術、伝える技術
(1) 傾聴
(2) アサーション
(3) DESC法
7. コーピング
(1) 目標の置き換え
(2) テーマソング
(3) 呼吸法
(4) 自律訓練法
(5) そのほかのコーピング