



各研修、30ページ程度の「研修ノート」を使用します。
この研修ノートは、**課長候補者向け「No.2研修」**です。

第1章 管理職の役割

時間の目安
15分

左の画像をクリックすると「管理職の役割（3分）」に関する映像が再生されます。映像を視聴し、以下の質問にお答えください。

質問の枠が青色の場合は、映像を通して学んだことを記入してください。
質問の枠が緑色の場合は、自分の考えを記入してください。

Q.1

映像では、管理職の重要な役割が3つ紹介されていました。以下の（ ）に当てはまる文字を入れてください。

第一章 管理職の役割

・部下の（モチベーション）を上げる *モチベーション*
・自分たちで（）できるチームを作る *考えて行動*
・（4-4）を良い状態に保つ *4-4*

Q.2

部下のポテンシャルを引き出すには、どのような方法があるでしょうか。

> 適切なコミュニケーションをとる

Q.3

意欲的なメンバーが丸となって活動することで、管理職の手を離れても何を達成できるようになるでしょうか。

> 組織目標

Q.4

以下の（ ）に当てはまる文字を入れてください。

② 自分たちで考えて行動できるチームを作る

チームが自発性を持つようになると、管理職はその（）務にあてることができるようになります。 *時間*

Q.5

モチベーションを引き出す以外に、管理職の重要な役割として、何が挙げられますか。

引き出したものを4-4全体の力でまとめあげること。

Q.6

組織目標を達成するチームを作るために、今あなたが実践すべきことを挙げてみましょう。

自ら考えて行動する4-4になるために、行動する姿勢をスタッフの力を引き出していく。

最初は、穴埋め問題。
動画の内容を確認する。

次に、少しずつ
自分の考えを書く

考えないと進めないよう
に設計されている

動画で基本を学ぶ

自分の経験を振り返る

徐々に文章が
書けるようになる

3



3分の動画を視聴し、12分間で「設問」に答えていきます。
「考える筋トレ」が行動する確率を高めます

第2章 信頼関係の築き方
1. 信頼関係が第一

この動画をワンクッションして「信頼関係の築き方」(15分)に関する動画が再生されます。動画を視聴し、以下の設問に答えください。

Q.7 以下の()に当てはまる文字を入れてください。
信頼関係の築き方は、信頼関係の第一である「**信頼**」です。

Q.8 以下の()に当てはまる文字を入れてください。
信頼関係の築き方は、信頼関係の第一である「**信頼**」です。

Q.9 信頼関係が第一である。信頼関係の第一である「**信頼**」です。

Q.10 信頼関係が第一である。信頼関係の第一である「**信頼**」です。

2. 心構え

この動画をワンクッションして「心構え」(15分)に関する動画が再生されます。動画を視聴し、以下の設問に答えください。

Q.11 以下の()に当てはまる文字を入れてください。
信頼関係の築き方は、信頼関係の第一である「**信頼**」です。

Q.12 以下の()に当てはまる文字を入れてください。
信頼関係の築き方は、信頼関係の第一である「**信頼**」です。

Q.13 以下の()に当てはまる文字を入れてください。
信頼関係の築き方は、信頼関係の第一である「**信頼**」です。

Q.14 以下の()に当てはまる文字を入れてください。
信頼関係の築き方は、信頼関係の第一である「**信頼**」です。

Q.15 以下の()に当てはまる文字を入れてください。
信頼関係の築き方は、信頼関係の第一である「**信頼**」です。

4. 部下の興味があることを知る

この動画をワンクッションして「部下の興味があることを知る」(15分)に関する動画が再生されます。動画を視聴し、以下の設問に答えください。

Q.16 以下の()に当てはまる文字を入れてください。
信頼関係の築き方は、信頼関係の第一である「**信頼**」です。

Q.17 以下の()に当てはまる文字を入れてください。
信頼関係の築き方は、信頼関係の第一である「**信頼**」です。

Q.18 以下の()に当てはまる文字を入れてください。
信頼関係の築き方は、信頼関係の第一である「**信頼**」です。

Q.19 以下の()に当てはまる文字を入れてください。
信頼関係の築き方は、信頼関係の第一である「**信頼**」です。

Q.20 以下の()に当てはまる文字を入れてください。
信頼関係の築き方は、信頼関係の第一である「**信頼**」です。

考えた量に比例して、
行動につながる

「良いやり方」を
覚えても、行動しない

6. 会社の批判をする部下への対応

この動画をワンクッションして「会社の批判をする部下への対応」(15分)に関する動画が再生されます。動画を視聴し、以下の設問に答えください。

Q.21 以下の()に当てはまる文字を入れてください。
信頼関係の築き方は、信頼関係の第一である「**信頼**」です。

Q.22 以下の()に当てはまる文字を入れてください。
信頼関係の築き方は、信頼関係の第一である「**信頼**」です。

Q.23 以下の()に当てはまる文字を入れてください。
信頼関係の築き方は、信頼関係の第一である「**信頼**」です。

Q.24 以下の()に当てはまる文字を入れてください。
信頼関係の築き方は、信頼関係の第一である「**信頼**」です。

Q.25 以下の()に当てはまる文字を入れてください。
信頼関係の築き方は、信頼関係の第一である「**信頼**」です。

7. 部下から進捗報告がないとき

この動画をワンクッションして「部下から進捗報告がないとき」(15分)に関する動画が再生されます。動画を視聴し、以下の設問に答えください。

Q.26 以下の()に当てはまる文字を入れてください。
信頼関係の築き方は、信頼関係の第一である「**信頼**」です。

Q.27 以下の()に当てはまる文字を入れてください。
信頼関係の築き方は、信頼関係の第一である「**信頼**」です。

Q.28 以下の()に当てはまる文字を入れてください。
信頼関係の築き方は、信頼関係の第一である「**信頼**」です。

Q.29 以下の()に当てはまる文字を入れてください。
信頼関係の築き方は、信頼関係の第一である「**信頼**」です。

Q.30 以下の()に当てはまる文字を入れてください。
信頼関係の築き方は、信頼関係の第一である「**信頼**」です。

8. 部下が思うように行動してくれない時

この動画をワンクッションして「部下が思うように行動してくれない時」(15分)に関する動画が再生されます。動画を視聴し、以下の設問に答えください。

Q.31 以下の()に当てはまる文字を入れてください。
信頼関係の築き方は、信頼関係の第一である「**信頼**」です。

Q.32 以下の()に当てはまる文字を入れてください。
信頼関係の築き方は、信頼関係の第一である「**信頼**」です。

Q.33 以下の()に当てはまる文字を入れてください。
信頼関係の築き方は、信頼関係の第一である「**信頼**」です。

Q.34 以下の()に当てはまる文字を入れてください。
信頼関係の築き方は、信頼関係の第一である「**信頼**」です。

Q.35 以下の()に当てはまる文字を入れてください。
信頼関係の築き方は、信頼関係の第一である「**信頼**」です。

具体的にどう行動するか
を、自分で決める

自分の考えを、
テーマ毎に書き出す

第3章 考えて行動できる部下の育成
1. 自分のやり方を教え込まない

この動画をワンクッションして「自分のやり方を教え込まない」(15分)に関する動画が再生されます。動画を視聴し、以下の設問に答えください。

Q.36 以下の()に当てはまる文字を入れてください。
信頼関係の築き方は、信頼関係の第一である「**信頼**」です。

Q.37 以下の()に当てはまる文字を入れてください。
信頼関係の築き方は、信頼関係の第一である「**信頼**」です。

Q.38 以下の()に当てはまる文字を入れてください。
信頼関係の築き方は、信頼関係の第一である「**信頼**」です。

Q.39 以下の()に当てはまる文字を入れてください。
信頼関係の築き方は、信頼関係の第一である「**信頼**」です。

Q.40 以下の()に当てはまる文字を入れてください。
信頼関係の築き方は、信頼関係の第一である「**信頼**」です。

3. 部下の特徴を見つける

この動画をワンクッションして「部下の特徴を見つける」(15分)に関する動画が再生されます。動画を視聴し、以下の設問に答えください。

Q.41 以下の()に当てはまる文字を入れてください。
信頼関係の築き方は、信頼関係の第一である「**信頼**」です。

Q.42 以下の()に当てはまる文字を入れてください。
信頼関係の築き方は、信頼関係の第一である「**信頼**」です。

Q.43 以下の()に当てはまる文字を入れてください。
信頼関係の築き方は、信頼関係の第一である「**信頼**」です。

Q.44 以下の()に当てはまる文字を入れてください。
信頼関係の築き方は、信頼関係の第一である「**信頼**」です。

Q.45 以下の()に当てはまる文字を入れてください。
信頼関係の築き方は、信頼関係の第一である「**信頼**」です。

4. 「これからどうする」を考えさせる

この動画をワンクッションして「これからどうする」を考えさせる」(15分)に関する動画が再生されます。動画を視聴し、以下の設問に答えください。

Q.46 以下の()に当てはまる文字を入れてください。
信頼関係の築き方は、信頼関係の第一である「**信頼**」です。

Q.47 以下の()に当てはまる文字を入れてください。
信頼関係の築き方は、信頼関係の第一である「**信頼**」です。

Q.48 以下の()に当てはまる文字を入れてください。
信頼関係の築き方は、信頼関係の第一である「**信頼**」です。

Q.49 以下の()に当てはまる文字を入れてください。
信頼関係の築き方は、信頼関係の第一である「**信頼**」です。

Q.50 以下の()に当てはまる文字を入れてください。
信頼関係の築き方は、信頼関係の第一である「**信頼**」です。

考えたこと行動しても、
すぐにはうまくいかない

失敗することで、
本当の経験になる



研修後の添削例

回答内容に対して、具体的にアドバイスいたします！

Q38（部下から進捗報告がないとき）

回答例は「土曜正午までに今月のケアプラン実施状況レポートをまとめてください。水曜15時に中間報告を行い、金曜17時までに下書きを共有しましょう。前回同様の詳細さで、特に利用者の満足度と介護度の変化に注目してください。来週の運営会議で使用します。」です。資料の作成をお願いする際は、「この見本のような内容と文章量を参考にしてください」と、**前回の資料などのたたき台を渡すことで、精度が明確になり、互いの認識の誤差が生じにくくなります。**

Q70（答えに気づかせる）

計画書の作成を依頼したにもかかわらず、全く手が付けられていない場合、その原因を整理して把握することが重要です。まず、計画書の作成にはどれくらいの**時間**が必要なのかを明確にします。その上で、その時間を確保するために、部下が現在の業務の中で何を減らせるのかを一緒に考えます。また、計画書の見本がなければ、無駄に時間が過ぎてしまうことがあります。そこで、計画書の見本を用意し、**文章の構成やボリュームなどを参考にできるようにする**ことで、部下が取り組みやすくなります。このように、部下の立場に立って一緒に原因を整理し、具体的な解決策を示すことで、部下自身が答えに気づき、自発的に行動できるようサポートすることが大切です。

Q116（ロジックの重要性）

経営は、人、物、金、時間、情報の最適化です。**コストの考え方においては、経営的な視点からすべての従業員の時間を「給与＝コスト」として捉えることが重要です。**例えば、月160時間労働の場合、時給を算出し、1時間2,000円と仮定すれば、部下との1:1ミーティング15分には双方で30分、すなわち1,000円、さらに準備や前後の時間を含めると1,500～2,000円のコストがかかります。こうした時間コストは、単なる物質的な支出だけでなく、間接的な費用や機会損失も含まれ、企業の効率や生産性に大きく影響します。このように、会議や業務ごとに「どれだけの人件費が発生しているか」を意識することで、無駄な時間やコストを削減し、より合理的な意思決定につなげることができます。時間コストへの意識を持つことは、利用者の利益最大化や組織全体の生産性向上にも直結します。ロジカルな視点でコストを捉え、日々の業務や会議の在り方を見直すことが、経営における重要なポイントとなります。

例えば、「料金値上げ」というテーマでは、説明会の事前準備、配布資料、説明スライドの作成、同意書、当日の準備、説明時間、終了後のサポートが必要です。これにかかる時間を想定し、コストとして算出します。また、この説明を、自分以外の部下が行う場合は、どのような課題があるのかを考えます。その場合、重要なことは、ご家族様からの質問に的確に答えられるのかということです。その対策として、Q&Aシートを事前に作成しておくことで、参加者様と読み合わせながら根拠を共有することができます。

このように、開始から当日、開始後のシチュエーションを書き出し、整理しておくことで、料金値上げに伴う説明会を部下の育成の機会に変えることができます。