

『ゆめ』カナエル5カ年計画講座 4年目 第1回

# 夢・実現化計画づくりと 時間管理術から 習慣化まで



人生110歳時代を迎えるにあたり、個々人の自己実現を現実化するためのアウトラインを学びます。  
大分市の「夢かたり人」を応援し、夢から起業に向けた活動をサポート!

第1回

5月18日 水

「夢づくり」から「夢実現化」  
「行動計画づくり」、「時間管理術」までのおさらい

講師

株式会社 あいるコンサルティングファーム  
代表取締役 シニアコンサルタント

第2回

5月25日 水

夢実現化の時間管理術から習慣化

首藤 浩 氏 Shutou Hiroshi

時間	18:30~20:30 (18:00開場)
当日 スケジュール	[開 場] 18:00 [講 座] 18:30~20:30 [閉 場] 20:40
定員・ 対象	30名(先着順) テーマに興味のある方 <small>大分市に居住、 または勤務の方優先</small>

会場	J:COM ホルトホール大分 2F セミナールーム
参加費	無料 <small>用意 するもの</small> 筆記具とノート
申込 方法	FAXまたはEメールに住所、氏名、勤務地、電話番号を記入し、4月1日(金)~5月16日(月)までに下記お申し込み先へお送りください。ホームページからも申込みいただけます。

※下記URLのホームページからも申込みできます。※大分市産業活性化プラザへ直接お持ちになっても結構です。※募集期間中でも途中で募集を終了する場合があります。

**新型コロナウイルス感染予防のため以下のお願いをご了承の上受講申込みをしてください。**

- 当日体調がすぐれない方は受講を控えてください。 ●会場内では不織布マスクを持参の上、着用してください。 ●入室時に体温測定と備え付けの消毒液での手指消毒にご協力ください。
- 着席できる位置が決まっていますので、それ以外の場所に座らないでください。 ●開催形式によってはフェイスシールド等を着用いただく場合があります。(主催者が用意します)
- 状況によっては中止する場合があります。 ●その他、記載事項以外にお願いする場合がありますのでご協力願います。

●支援ルームをご利用ください

大分市産業活性化プラザでは、創業や新たな事業活動に関する相談が無料で出来ます。事前に、電話にて予約下さい。

TEL 097-576-8879

お申し込み・お問い合わせ

大分市産業活性化プラザ

TEL 097-576-8879 FAX 097-544-3011

〒870-0839 大分県大分市金池南一丁目5番1号 ホルトホール大分2F  
✉ plaza-event@horutohall.jp

セミナー情報・受講申込みサイト

https://sangyo.horutohall-oita.jp/



『ゆめ』カナエル5カ年計画講座 4年目 第1回

## 夢・実現化計画づくりと時間管理術から習慣化まで



【講師】

株式会社あいるコンサルティングファーム  
代表取締役 シニアコンサルタント

首藤 浩氏

Shutou Hiroshi

## 【プロフィール】

1961年8月 大分市に生まれる  
 1985年3月 立命館大学経済学部経済学科卒  
 1986年～2012年 大分県内で企業経営に携わる  
 1996年～2010年 自社の新入社員採用責任者を兼務  
 1999年～2012年10月 企業経営の傍ら、県内他社の経営コンサルタントとして活動  
 2002年～2012年 3KMインストラクター  
 2010年～2012年 別府大学臨時講師  
 2012年11月 株式会社あいるコンサルティングファームを設立し、  
 経営コンサルタントとして独立

## 内容

各2時間のワークショップ形式でのセミナーを開催します。  
(状況によっては、形式が変更になる可能性があります。)

## プログラム(1日目)

「夢づくり」から「夢実現化」、「行動計画づくり」、  
「時間管理術」までのおさらい

- ①「夢」とは
- ②「夢」づくりとは
- ③「夢づくり」の高度化
- ④夢実現化に向けて
- ⑤実現化計画づくり
- ⑥実行の詳細計画と計画を実行するための時間管理術

## プログラム(2日目)

夢実現化の時間管理術から習慣化

- ①実行の詳細計画と計画を実行するための時間管理術
- ②実行計画から実行での諸問題とその解決
- ③「時間管理」は行動管理である
- ④「時間管理」は習慣である
- ⑤時間管理術の実践

## 大分市産業活性化プラザ主催セミナー申込書

大分市産業活性化プラザ 行き

FAX.097-544-3011

MAIL:plaza-event@horutohall.jp

〒		
住所		
ふりがな	勤務地	どちらかに○
氏名		大分市内 ・ 市外
電話番号	どちらかに○ 「感染防止のための受講者へのお願い」について	承諾する ・ 承諾しない
FAX番号		※承諾いただけない場合は受講できません。
メールアドレス		
はじめて大分市産業活性化プラザ共催セミナーに申し込まれる方へ 今後、セミナー開催案内をメール等で お知らせしてよろしいでしょうか		このセミナーをどちらでお知りになりましたか  はい ・ いいえ

●必要事項をご記入の上、4月1日(金)～5月16日(月)までにFAX・メールにてお申し込みください。  
 ●大分市産業活性化プラザへ直接お持ちになっても結構です。

●ご記入いただいた内容は、セミナー開催業務に必要な範囲に限定して使用させていただきます。  
 ●募集期間中でも途中で募集を終了する場合があります。予めご了承ください。