

# 研修オフィス SAKURA

代表 櫻井 悦子

ホームページ <http://kensyu-sakura.jp>

TEL 077-548-6010

Mail sakurai@kensyu-sakura.jp



官公庁・企業・大学・専門学校等でコミュニケーションやマナーの研修を行うと共に、キャリアカウンセラー、パーソナルコーチとして支援活動も行っています。2003年より中学生や高校生を対象としたマナー講座、面接対策講座などを実施。実技を中心にした授業は実践的で分かり易いと、リピーターも多く好評を頂いています。

## ■実施講座

- ◆マナー講座 〈対象：小学生・中学生・高校生・一般〉  
良い関係作りは思いやりから。その気持ちを表したマナーを分かり易く実技を入れながら学びます。感じの良い挨拶、訪問マナー、電話対応などの実践力を付けていきます。
- ◆面接対策講座 〈対象：中学3年・高校生〉  
面接を上手くこなすのではなく、いかに自分らしさを伝えるか。面接の心得やポイントを押さえ、自信を持って臨むための土台をつくります。
- ◆コミュニケーション講座 〈対象：小学生・中学生・高校生・一般〉  
お互いを大切にした心地よい関係性が作れるよう、コミュニケーションの力を付けていきます。接し方や話し方、言葉の選び方などの基本から、アサーションやプレゼンテーションなどワークを中心に行います。
- ◆キャリア講座 〈対象：小学生・中学生・高校生〉  
肯定的自己理解、他者理解、多様性の理解を促進し、課題発見、アクションプランを作成します。またSPトランプを使って、タイプ別特性から職業への理解を深めます。



SPトランプ

- ◆子どもを伸ばすコーチング講座 〈対象：一般〉  
関わり方を少し変えるだけで子どもは大きく変化します。子どもの能力を引き出しやる気高めるコーチングスキルを習得し、親子の関わり方やコミュニケーションの幅を広げる講座です。
- ◆折れない心を育てるレジリエンス講座 〈対象：一般・小学生・中学生・高校生〉  
壁にぶつかってもへこたれずにピンチをチャンスと捉える、強い心を育てるトレーニングです。レジリエンスを活用すると考え方や行動が変わり適応力があがります。

## ■実績（学校関係 順不同）

県立守山中学校・守山中学校・守山南中学校・守山北中学校・明富中学校・中主中学校  
南郷中学校・八幡東中学校・八幡西中学校・野洲北中学校・聖徳中学校・竜王中学校  
甲西北中学校・笠置中学校・長浜高等養護学校・彦根東高校・大津高校・日野高校  
甲南高校・近江高校・箕面高校・西乙訓高校・洛水高校・京都すばる高校・郡山高校  
京都西山高校・大淀高校・篠原小学校・能登川北小学校・祇王小学校・教職2年次研  
修講演（滋賀県教育センター）・京都大学・京都産業大学・立命館大学・龍谷大学 他

## ■ 受講者の声 (職業体験マナー講座より)

- 職業体験は楽しみだったけど、不安でした。でも、どうやったらいいか、分かり易く教えてもらったので安心しました。自信を持って頑張ってきたと思います。
- どんな怖い先生かとドキドキしていたけれど、とっても楽しくて勉強になった。教えてもらったことをドンドンやってみようと思う。先生の笑顔がすてきだった。
- 始めは「マナー」と聞いてちょっと堅苦しいのかな・・・と思っていたのですが、実際にお話を聞いていると、とっても楽しかったです。ペアで練習して、やってみて初めて難しさが分かりました。お辞儀や姿勢、あいさつなどもちょっとのことを意識するだけで全然違って見えるんだなと思いました。やっぱりキッチリ丁寧な方が気持ちがいいので今日から毎日練習していこうと思います。私はこの授業で職場体験に行きたいという気持ちをもっと強まりました。本当にありがとうございました！！
- 事前打ち合わせ、初日の挨拶に至るまでマナーについて教えて下さり「中学生の校外学習だからといって社会は手加減してくれないんだな」と改めて感じました。実際に練習してみたり、櫻井先生の体験談を交えた授業はおもしろくてためになりました。一番カッコイイ！と思ったのはあいさつです。大きな声、ハキハキした発音、堂々とした雰囲気にもソクソクしました。僕も職場で同じようなあいさつをしたいと思います。

### <先生方より>

- 中学生の発達段階に即した内容で、テンポも良く分かり易く、良い授業だ。職業体験に向けて生徒の意識がグッと上がる。実技もあり実践的。こちらの勉強にもなる。
- 毎年お願いしている。どんな生徒にも対応してもらえ、安心して任せられる。
- 学校側の意図を十分に理解してくださり、理想的な授業を行っていただきました。事前にご準備いただいた資料は量的にも内容的にも希望に沿うものでした。何よりも講師のお人柄と語り口調など、本校の生徒にぴったりと合っている感じがあり、事後のアンケートにおいても非常に好意的な内容がほとんどでした。

## ■ 授業風景

