

— 40歳以上現場中高年の働き方・意識改革 —

対象者

40歳以上の現場従業員の方

募集人員：15名/回

最少催行人数：8名

参加費（研修日の宿泊費、食費含）

74,000円/円（消費税別）

期日（1泊2日、合宿研修）

第1回 11/1(火)～11/2(水)

研修・宿泊場所

京都（滋賀・大阪）（2カ月前に決定予定）

※募集案内は3カ月前、参加案内は2カ月前に発送。

宿泊場所と禅寺は2カ月前に決定（予定）し、それ以降キャンセルが発生した場合はその実費をいただきます。

背景

中国鉄鋼業の巨大化や品質向上に伴い、現場の競争は激しくなり、安全の確保と作業の効率化や生産性の向上の両立がますます求められています。また、定年の延長に伴う職場の高齢化や女性の職場進出も進む一方で現場の退職者が増大しています。さらには、働き方改革の一つとして、役職の若返り化も進みつつあります。

これらの諸課題解決の鍵が40歳以上の中高年現場従業員のストレスを高めています。

ねらい

- ① この研修では、様々な悩みや問題意識を持つ者が集まり、“ワイワイガヤガヤ”と同じ目線でグループ討議（対話）する中で、共感し合い、自らの気づきを得ていただきます。
- ② 気づきを得るためのグループ討議を促進するため、研修の参加前に、課題小冊子“禅の知恵に学ぶ”（NHK“こころの時代”テキスト）を精読し学びを深めていただきます。

- ③ 頭だけでなく、体全体で“生活と人生”を体得していただきます。

研修内容

3回にわたるグループ討議を中心に据え、課題小冊子からの知識の獲得と、京都（滋賀）ならではの大本山での坐禅や高僧の法話もおりませ、次の方法で進めます。

- ① グループ討議（アプローチ）
参加者全員の持つ経験や背景の共有と共感
- ② 課題小冊子“禅の知恵に学ぶ”の精読
- ③ 大本山クラスの禅寺等での坐禅と法話
- ④ “人生100年時代”を見据え、現在の職場に於いての役割・仕事理解と決意表明



岩の上に生えた松は、自分なりに精一杯生きています。私たち人間も、与えられた場所で、全身全霊で生きれば良い。“禅の知恵に学ぶ”（NHK）より

カリキュラム

	第1日目	第2日目
8:30	9:00 受付開始 9:30 オリエンテーション 「坐禅と法話」 京都（滋賀）の大本山クラスの禅寺	自己開示とフィードバック 自己理解（自分をみつめよう） ○第2回Gr討議：今の職場での問題点 「私の職場の概要」
13:00	「坐禅と法話」 ○第1回Gr討議：“禅の知恵に学ぶ”を読 んで	○第3回Gr討議： ・会社の中で40歳～55歳以上層として感じる事 ・“人生100年時代”の到来と地域社会で感じる事 相互アドバイス（一筆啓上） 職場と家族（ありがとうシート） 決意表明
18:00		(16:00頃 解散)