

NEWS LETTER

今週のオススメコンテンツ＆ニュース動画をお届け!!

ビズアップ総研が厳選した、いま旬なコンテンツをピックアップ！

研修に、自己研鑽にお役立てください。

成果を増やす、働く時間は減らす「高密度仕事術」

トップ > 自己研鑽研修 > ビジネススキル



習慣化コンサルティング株式会社 代表取締役 https://www.ejinzai.jp/categories/brainstorming/business_skill/?service=business
習慣化コンサルタント 古川 武士 先生

- ◎ 業務が効率化しない原因（残業が減らない原因／非効率を招く原因／なぜ、高密度化するのか？）
- ◎ ケーススタディ（感想共有）
- ◎ 成果を最大化する視点（田中さんの時間簿から／生産性を高める2つの視点／高密度仕事術の全体系図）
- ◎ 高密度化への3原則（制限時間を設けて緊張感を生み出す／激しく集中できるエネルギーを充電する／完璧主義をやめ最善主義で考える）
- ◎ 効率を高める5つの習慣（シングルモードで徹底的に集中する／最重要の仕事を朝一番に片づける／先延ばしをなくす）
- ◎ 高密度仕事術の習慣化（モチベーションカーブ／高密度PDCAとは？／習慣化するために）
- ◎ 研修の内容の問題および解説

TOTAL

122min.

心身の健康を保つための「健康管理～予防と対策～」

トップ > 時流テーマ研修 > 健康管理



一般社団法人 日本栄養睡眠改善協会 理事長
株式会社 ワークスプランニング 代表取締役 村井 美月 先生

<https://www.ejinzai.jp/categories/current/healthmanagement/?service=business>

サクッと学べる!
マイクロ
ラーニング

- ◎ がんの予防 ◎ 片頭痛・頭痛 ◎ 肩こり・腰痛
- ◎ 眼の健康 ◎ 歯と口の健康 ◎ メタボ対策
- ◎ 感染症対策 ◎ 転倒予防 ◎ たばこ ◎ 花粉症

TOTAL

80min.

THIS WEEK

NEWS 動画 毎週^{毎週}曜日更新



経済・金融 | 金融指標分析

1 マーケットの潮流を“つかむ”金融指標アリナリシス
(2025年12月)

株式会社マネキ CEO・経済アナリスト 森永 康平 先生

経済・金融 | マーケットニュース解説

2 マーケットニュースから学ぶ金融経済のキホン 第90回

ライフアセットコンサルティング株式会社 代表取締役
CFP 1級FP技能士・1級DCプランナー 菅田 雅生 先生

ビズアップ総研の公開講座【対面研修orオンライン研修】

ビジネスシーンに必須のベーシックテーマや階層別など、多数の研修をご用意！

少人数のため自組織へ講師を呼ぶことが難しいという法人様でも、研修コストを抑えて効果的な研修を受けることができます。また、ご来場いただいた他組織の皆さんや講師との情報交換・交流も可能です。
多人数・複数講座のお申し込みも受け付けておりますので、お気軽にご相談ください。

<https://www.bmc-net.jp/seminar/extension.php>



お問い合わせ

株式会社ビズアップ総研 www.bmc-net.jp

TEL : 03-3569-0968

E-mail : eigyo@bmc-net.jp

 BizUP