

全社共通									
有料/無料	形式	研修名	標準学習時間	有料/無料	形式	研修名	標準学習時間		
	テ	内部統制入門講座	1.5時間	映					
[3]	ア	個人情報保護 教育プログラム	1.5時間	映		30分で学ぶ 女性のための健康セルフマネジメント	0.5時間		
	テ	5つのキーワードで学ぶコンプライアンス	6分間	映		仕事を上げて生産性UP！睡眠マネジメント講座入門編	1.5時間		
[3]	テ	ビジネスコプラ キホンから	3時間	映		～あなたらしい未来にするために～ 社会人にならなくておけい これからのお金とキャリア	0.5時間		
	ア	基礎から学ぶコンプライアンス	0.5時間	映		技術者のためのデジタルスキル講座 ～デジタル変革時代に活躍できる技術者になろう！～	1.5時間		
	ア	事例から学ぶコンプライアンス	1時間	映		「仕事がサガッて進む人」がやっていること 前編	0.5時間		
	テ	知的財産基礎講座	3.5時間	映		「仕事がサガッて進む人」がやっていること 後編	1時間		
	ア	ケースで学ぶメンタルヘルス セルフケア編	3時間	映		確定拠出年金&NISAの活用講座①	1時間		
	ア	事務系派遣スタッフのための安全衛生	0.5時間	映		確定拠出年金&NISAの活用講座②	1時間		
[8]	映	個人情報保護法	1.5時間	ア		確定拠出年金&NISAの活用講座③	1時間		
[19]	映	公証役場公正証書活用術	10分間	ア		レジリエンス	0.5時間		
[16]	映	契約書の結び方	4.8時間	ア		会議の進め方	0.5時間		
[19]	映	内容証明郵便の書き方	9.1時間	ア		課題解決ファシリテーション	0.5時間		
[5]	テ	情報セキュリティで企業を守る！事例で学ぶ組織のセキュリティ	3時間	映		ラテラルシンキング	1時間		
[5]	テ	全社員必修！メディアリテラシー	3時間	映		初めてのOKR入門～シリコンバレー式最新目標達成管理制度～1	1時間		
[3]	テ	～事例とセルフチェックで学ぶ～ セカンドステップ 実践マニュアル	3時間	映		初めてのOKR入門～シリコンバレー式最新目標達成管理制度～2	1時間		
[3]	テ	ハロハロ・モラハラゼロの職場づくり講座	3時間	映		初めてのOKR入門～シリコンバレー式最新目標達成管理制度～3	1時間		
	ア	自分の価値観・他人の価値観	2時間	[5]	映	基礎から学ぶエンゲージメント講座	1時間		
	ア	モチベーションコントロール入門 ～自分の心の動きを知る～	4時間	映		転機のキャリアデザイン	0.5時間		
	ア	話し方・聞き方のポイント	0.5時間	映		～イキイキ仕事をするために～ 30歳で気づきたいお金のこと	1時間		
	ア	発声発音	0.5時間	映		実践ヘルスケアコース	3.5時間		
	ア	ケースで学ぶ 情報セキュリティ研修	1時間	映		中高年齢層の人材活用～会社にとって有益な人材～ (前編)	1時間		
	映	ストレスマネジメント基礎講座 ～メンタルヘルスを知る	1時間	映		中高年齢層の人材活用～会社にとって有益な人材～ (後編)	1時間		
	映	ストレスマネジメント講座 ～セルフケアによる気づきと対処	0.5時間	映		男性社員の育休取得が企業を変える～組織の持続的発展のために～ (前編)	0.5時間		
[5]	ア	知って役立つ！アサーション講座	1時間	映		男性社員の育休取得が企業を変える～組織の持続的発展のために～ (後編)	0.5時間		
[5]	ア	知って役立つ！アサーションコミュニケーション講座	1時間	映		自分が多様な視点や価値観を得るための研修～相手の個性を尊重したコミュニケーション～ (前編)	0.5時間		
有料	ア	働き方改革 チームで取り組む長時間労働の是正	0.5時間	映		自分が多様な視点や価値観を得るための研修～相手の個性を尊重したコミュニケーション～ (後編)	1時間		
有料	ア	働き方改革 タバコで意識を高めるはばこハラスメント	1時間	映		レジリエンスを使って自分成長～逆境や試練を自分のチャンスに変える～	0.5時間		
有料	ア	職場のケア 職場のセクハラハラスメント	1時間	映		エンゲージメントを利用した働き方～自分がより意欲的に働くことには～	1時間		
有料	ア	職場のケア 職場のハラスメント	1時間	映		テレワークに対応するストレスマネジメント	0.5時間		
	テ	反社会的勢力との取引管理 入門講座	0.5時間	映		ワーキングマザーのためのライフキャリア講座	1時間		
	映	ケースで学ぶ ハラスメント研修	1.5時間	映		在宅勤務の方のための身体メンテナンス講座 (前編)	0.5時間		
	映	ハラスメント防止研修 ～組織としての対策	0.5時間	映		在宅勤務の方のための身体メンテナンス講座 (後編)	1時間		
	映	キャリアデザイン研修 ～職業人生の構想設計	0.5時間	映		オンライン時代の疲労回復講座	1時間		
	映	ハバハフォーメーションを発揮するためのタイムマネジメント講座	0.5時間	映		新しい働き方にあわせた睡眠マネジメント講座	1時間		
	ア	基礎から学ぶISO9001講座	2時間	映		セルフ・コーチング研修	1時間		
	ア	ストレスコピング	0.5時間	映		価値観を明確にする	0.5時間		
	ア	ワークライフバランス	0.5時間	映		LINEを活用したオンライン採用のコツ	1時間		
	ア	タイパ・シティ (基礎編)	0.5時間	映		YouTubeを活用して売上をアップさせる方法	1時間		
	ア	フォローアップ	0.5時間	映		限界集落再生から考えるSDGsを自社ビジネスに落とし込む方法 (Part 1)	1時間		
	映	短時間で相手の心をつかむ！話し方講座	1時間	映		限界集落再生から考えるSDGsを自社ビジネスに落とし込む方法 (Part 2)	0.5時間		
	映	「一緒にいて疲れる人」への付き合い方	1時間	映		限界集落再生から考えるSDGsを自社ビジネスに落とし込む方法 (Part 3)	0.5時間		
	映	～本番で高いパフォーマンスを出すために～ 超実践プレゼン・スピーチ実践講座 (前編)	1時間	映		魅せ方・在り方・伝え方～声で魅せる編～	0.5時間		
	映	～本番で高いパフォーマンスを出すために～ 超実践プレゼン・スピーチ実践講座 (後編)	1時間	映		魅せ方・在り方・伝え方～コミュニケーション編～	0.5時間		
	映	「段取り上手」になる条件	0.5時間	映		誰も教えてくれなかった！売れる人は全てマスターしている『売上と顧客』の作り方	1.5時間		
	映	紐むかないコミュニケーションスキル	0.5時間	映		はじめてのVR/AR/VR/AR講座	0.5時間		
	映	相手の心を開く瞬間	1時間	映		予測不能なVUCA (ブーカ) の時代 決断に必要な道徳力講座	0.5時間		
	映	フカ (仕事) モラハラ (プライベート) も楽しい女性のための健康セルフマネジメント	1時間	映		問題解決アイデア発想法	0.5時間		
	映	理系出身者へ理解しやすいビジネス理論～簡単な計算で意思決定する方法～ (前編)	1時間	ア		障害者雇用アイデア発想法	0.5時間		
	映	理系出身者へ理解しやすいビジネス理論～簡単な計算で意思決定する方法～ (後編)	1時間	ア		STOP！マハラ～働きやすい職場づくりのために～	0.5時間		
	映	組織人への情報セキュリティ入門 (前編)	1時間	ア		STOP！ハラスメント～職場のハラスメントの基礎知識～	0.5時間		
	映	組織人への情報セキュリティ入門 (中編)	1時間	ア		STOP！ハラスメント～職場のハラスメントの基礎知識～ (英語版)	0.5時間		
	映	組織人への情報セキュリティ入門 (後編)	1時間	映		ストレスマネジメント講座～セルフケアによる気づきと対処 (2021年度配)	1.5時間		
	映	情報セキュリティコンプライアンス入門	1時間	映		ケースで学ぶ ハラスメント講座 (2021年度配)	1時間		
	映	はじめてのロジカルシンキング	1時間	映		テレワーク勤務者必見！テレワークで業務効率をアップさせるポイント講座 (2021年度配)	2時間		
	映	P D C A入門	1時間	[4]	映	ハバハフォーメーションを発揮するためのタイムマネジメント講座 (2021年度配)	1.5時間		
	映	明日の会議からすぐに使えるプレゼンテーションテクニック	0.5時間	映		基礎から学ぶDQ講座	1時間		
	映	誤解しないさせないコミュニケーション講座	1時間	映		20代のためのライフシフト講座	0.5時間		
	映	すざわ仕事に集中！マインドフルネス脳トレ講座	0.5時間	映		30代・40代のためのライフシフト講座	1時間		
	映	自らが望む社内キャリアを実現するためのキャリアデザイン講座	1時間	映		50代のためのライフシフト講座	1時間		
	映	メンタルダウを見逃さない～大事な人財を育てるための睡眠～	1時間	映		60代のためのライフシフト講座	1時間		
	映	リモートワークでのメンタルケア講座	0.5時間	映		ざわわ、モヤモヤする心の整え方	0.5時間		
	映	レジリエンスでモチベーションアップ講座	1時間	映		子育て期、介護期のワークライフバランス講座	0.5時間		
	映	はじめての統計講座	0.5時間	映		時短勤務者のための働き方講座	1時間		
	映	アカウンティング入門	1時間	映		脳の働きを活用した目標達成の手法	0.5時間		
	ア	企業で取り組む情報セキュリティ対策の基礎	0.5時間	映		ウェルシームインによる豊かな人生への断捨離方法	0.5時間		
	ア	企業で取り組む情報セキュリティ対策の基礎 (英語版)	0.5時間	映		障害者差別解消法 (最新改正版)	0.5時間		
	ア	個人情報保護法 2017年改正のポイント	0.5時間	映		心理的安全な組織を創るには？～基本を学ぼう！	0.5時間		
	ア	個人情報保護法 2020年改正のポイント	0.5時間	映		社会人として最低限知っておきたい！ITリテラシー (2022年度配)	1.5時間		
	ア	企業で取り組むコンプライアンス対策 <基礎知識編>	0.5時間	[4]	映	基礎から学ぶITリテラシー-取引	1時間		
	ア	企業で取り組むコンプライアンス対策 <基礎知識編> (英語版)	0.5時間	[2]	ア	基礎から学ぶITリテラシー-管理 (基礎編)	1時間		
	ア	企業で取り組むコンプライアンス対策 <事例編>	0.5時間	ア		基礎から学ぶITリテラシー-総合版	1.5時間		
	ア	企業で取り組むコンプライアンス対策 <基礎知識編> (中国語版)	0.5時間	[2]	ア	基礎から学ぶITリテラシー-業務編	0.5時間		
	ア	企業で取り組むコンプライアンス対策 <事例編> (英語版)	0.5時間	[4]	ア	基礎から学ぶITリテラシー-日常業務に潜むリスク	1時間		
	ア	企業で取り組むコンプライアンス対策 <事例編> (中国語版)	0.5時間	映		社会人なら知っておきたい著作権講座	1時間		
	ア	企業で取り組む情報セキュリティ対策の基礎 (中国語版)	0.5時間	映		さあ、最初の一歩を踏み出そう！～ランニングの勧め (初心者向け)～	1時間		
	ア	STOP！ハラスメント～職場のハラスメントの基礎知識～ (中国語版)	0.5時間	映		業務改善講座～昨日よりワンランク上の仕事をしよう～	1時間		
	ア	STOP！マハラ～働きやすい職場づくりのために～ (英語版)	0.5時間	映		ロジカルライティング講座～正確に伝える文章とは～	1時間		
	ア	STOP！マハラ～働きやすい職場づくりのために～ (中国語版)	0.5時間	映		メンタルヘルス (セルフケア) 講座～心身ともに健康で明るく過ごすために～	1時間		
	映	最新ITトレンド丸わかり 2021年版～DX時代を生き抜くビジネスの作り方～	5.5時間	映		テレワーク・オフイスワークの効率アップ！ワークライフバランスを確保！日の脳活用時間術。	0.5時間		
	映	最新ITトレンド丸わかり 2022年版～デジタル時代を戦う武器として知っておきたいITの常識～	6時間	映		介護離脱防止！30代から知っておくべき介護の情報と仕事の両立～知識編～	1時間		
有料	映	DXファーストステップ～踏み出すための変革のポイントとテクノロジー概要～	1.5時間	映		介護離脱防止！30代から知っておくべき介護の情報と仕事の両立～予防編～	1時間		
有料	ア	サステナブル経営のためのSDGs講座	1時間	映		職場のキャリアでわかるアサーションの方法	0.5時間		
	映	元記者が教える「取材したくなる」プレスリリース1	0.5時間	映		アサーションを活用して「断る」「依頼」をスムーズに伝える方法	0.5時間		
	映	元記者が教える「取材したくなる」プレスリリース2	0.5時間	映		しなやかに生きる～自分の強み発見術～	0.5時間		
	映	元記者が教える「取材したくなる」プレスリリース3	0.5時間	映		スムーズに引き継ぎ～素人マニュアル作成のコツ～	0.5時間		
[4]	ア	事例で学ぶ独占禁止法～コンプライアンス遵守のために～	0.5時間	映		50代からのライフシフト～自分の無形資産を考える～	1時間		
	ア	障害者雇用初級研修 1.障害者雇用の理念	0.5時間	映		20代から始めるライフシフト～自分の生産性資産を考える～	0.5時間		
	ア	障害者雇用初級研修 2.障害者雇用関連法令	1時間	映		正解のない時代の子育て～未来の活躍人材の育て方～	0.5時間		
	ア	障害者雇用初級研修 3.障害者に関する基礎知識	1.5時間	映		なりたい自分になる～1年後・3年後・5年後の自分～	0.5時間		
	映	リモートワークで成果をあげる「オンライン営業」	0.5時間	映		売れるWebサイトの作り方	0.5時間		
	映	リモートワークで自律する「セルフコントロール」	0.5時間	映		仕事で活かせる「色彩の効果」	0.5時間		
	映	職場の生産性を高める「チーム作り」	0.5時間	映		自身の価値を高める「リスクリング」	0.5時間		
	映	心を落ち着かせる「マインドfulness」	0.5時間	映		ハラスメント研修1	0.5時間		
	映	正しく知ろう「LGBT」	0.5時間	映		ハラスメント研修2	0.5時間		
	映	誰もがこれだけは知っておきたい！妊娠、出産、育児	1時間	映		ハラスメント研修3	0.5時間		
				映		ハバハフォーメーションを発揮するタイムマネジメント (2022年度配)	1.5時間		
				映		メンタルヘルス不調を防止する ストレスマネジメント (2022年度配)	1.5時間		