

モチベーションアップセミナー

「できない…」が

「できてる！」に

～ 自分をもっと好きになる、特別な120分 ～

ノートを使って「できたこと」を見える化！
自分の強みと行動特性を知る
体験型セミナーだめん！

伊豆の国市商工会青年部ゆるキャラ ぬえ左衛門



ネットマン永谷研一の 「できてる！講座」

企業が求める人材と、現代の若者が求める企業とは

「自分に自信がない」「会社を元気にしたい」そんな悩みを、日々の「できたこと」を見つけるメソッドで解決！
中高生から経営者まで、みんなで楽しく学べる体験型セミナーです。

2026年

9月13日

ペンを
持ってきてめん！
セミナー内で
使うめん！



14:00～16:00 開場 13:30

アクシスかつらぎ 多目的ホール

参加費：無料 / 対象：経営者、従業員、就活生、学生など



ネットマン永谷研一の「できてる!講座」

2/2

企業が求める人材と、現代の若者が求める企業とは

講座詳細

日々のできたを見つめながら、自己肯定感をあげて、次の行動を変えることで成長していこう!

永谷研一の講演会は「できたこと」に焦点を当てた内省、振り返りを通じて、自己肯定感を高め、ありたい姿への行動変容を促します。「自分に自信がない」「会社を元気にしたい」そんな悩みを、日々の「できたこと」を見つけて次の行動を見つめ直すきっかけを楽しく見つけましょう! セミナー内容は以下の5つです。

- ・自己肯定感が低下したときの3つの現象
- ・感情コントロール力をつける「メタ認知」
- ・できたことが見つかる「3つのメガネ」
- ・行動変容力を身につける「内省文」
- ・自分軸とありたい姿を見つける

【白熱のお悩み相談室】永谷メソッド炸裂! 参加企業から事前に募ったリアルな課題に対し、永谷氏が直接回答。弱みを「できた!」に反転させる『できてる転換』を実演し、解決のヒントを全員で共有します。



合言葉は「できてる!できてる!」

講師 永谷研一 / Kenichi Nagaya

行動科学専門家 / 発明家 長崎大学 講師

ネットマン代表取締役社長 情報コミュニケーション学会 評議員

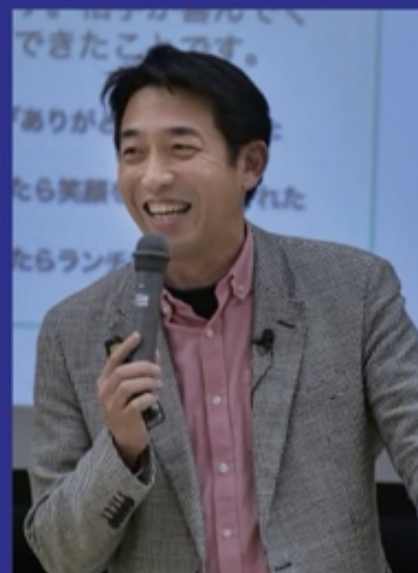
静岡県教育委員会 学習方法改善委員 長泉小学校/市立沼津高校 学校運営協議会委員

NETMAN BAND Vo.

1966年静岡県沼津市生まれ。1999年4月株式会社ネットマンを設立。学校や企業にITを活用した教育サービスを提供するパイオニア。全国の学校の教育DXを推進する。行動科学や認知心理学をベースに、行動変容を促進するITシステムを考案・開発し、日米で特許を取得。米国でその功績が高く評価を受け、O-1ビザ(卓越能力保持者ビザ)が認められる。

行動科学や認知心理学をベースに、15,000人の行動変容データを検証・分析し、目標達成のための行動変容メソッド「PDCFAサイクル」を開発。多くの学校や企業の人材育成に採用されている。

また、自己肯定感を高めてありたい姿を実現するための「できたことノート」を伝える講演活動を精力的に行っている。K-MIXでは自身のコーナーを持ち、人気を博している。4人の子の父。



※FAXは切り取らずにそのままお申し込みください。

講座申込書

- ・開催日 令和8年9月13日(日) ※詳細は表面をご確認ください。
- ・申し込み締切 9月11日(金) ※ただし定員になり次第締切させていただきます。

ふりがな
受講者名

参加
人数 名

住所

事業所名

TEL

FAX



WEB申し込み
QRコード
はこちら
(google フォーム)

いただいた個人情報は、当商工会にて適切に管理し、特段の事情がない限り第三者に開示することはありません。

お申し込み・問い合わせ先

伊豆の国市商工会伊豆長岡支所

TEL 055-948-5333

FAX 055-947-2389

主催：伊豆の国市商工会青年部 / 後援：伊豆の国市



伊豆の国市商工会青年部では
一緒に活動してくれる仲間を募集中!

伊豆の国市で活動する
20代~45歳までの
若手が地域を盛り上げるべく活動中!

活動内容や最新情報はこちら



@izunokunishiseinenbu2025