研修仕様書

研修名	レジリエンス研修（令和8年度新規採用職員研修）
当該研修の目的	困難な状況に立ち向かう強さや、出来事を柔軟に受け止める考え方、自らメンタルを立て直す方法を習得する
受講対象者	令和8年度　新規採用職員
受講予定人数	約140名 ※35名程度×4回
実施日程	令和8年6月18日（木）、19日（金） ※各日AM(9:00～12:00)とPM(14:15～17:15)に実施 ※上記時間には、担当者の事務連絡（10分程度、最後に実施）を含む
実施場所	神戸市職員研修所　研修室 （神戸市東灘区向洋町中6－9　神戸ファッションマート9階）
研修方法	講義、演習
研修受講後の状態（目標・ゴール）	ストレス・プレッシャー・環境変化を柔軟に受け止め、自らのメンタルを立て直す方法を身に付けている。
研修内容(※)	・レジリエンスとは何か、その必要性とは ・ネガティブ感情からの脱出方法 ・自分の「強み」を把握し、活用するには ・「回復力」と「緩衝力」「適応力」の鍛え方
研修内容の詳細（依頼事項等）	・初めての就職や転職等、直近に大きな環境変化があった新規採用職員が対象者であることを前提とした内容にしてください。 ・受講者同士がそれぞれ配属後に感じたこと（ストレス・プレッシャー等）を共有できるグループワークを設けてください。 ・講師急病等の緊急時対応等を明示し、キャンセルポリシーを明示してください。
上限金額	400,000円（税込）
費用分担	研修の実施にあたり必要となる経費は契約金額に含まれるものとし、市は、契約金額以外の費用を負担しません。
企画提案書等の提出期限	令和8年4月16日(木)　17時
契約締結日	本市より後日通知します。

※研修内容については、研修目的、目標・ゴールに沿って、より良い内容があれば積極的に提案してください。