

## プロフィールシート



名前: リソースナビ代表/オフィス環境最適化パートナー

山口 香央里(やまぐち かおり)

住所: 〒331-0802 埼玉県さいたま市北区本郷町 57-1-101

Mobile 090-1778-0171 fax 050-3730-5778

Email info@officekataduke.biz

HP 「ゆるいかたづけ.com(片づけ講座)」 <http://yuruikataduke.com/>

HP 「オフィス片づけ 110 番(法人・事業主向け)」 <http://officekataduke.biz/>

### 【得意なセミナーのテーマ例】 ※テーマはご相談に応じます

- ・ 小さなオフィスのためのオフィス環境整備(オフィス・PC データの整理術)
- ・ 利き脳を活かしてもっとラクに！仕事に活かせる整理術
- ・ 小さなお店でもできる！チリツモ節約術(在庫管理・経費削減)
- ・ 歯科医院向け院内整備研修
- ・ アメリカ発整理術(ライフオーガナイズ)の基本
- ・ 女性活躍推進とコミュニケーション, OJT の進め方

### 【略歴】

オフィス環境最適化パートナーとして、社員定着率にお困りの小規模事業主向けに、社員が辞めたくなくなるオフィス環境構築サポートをコンセプトに活動中。1974年10月3日生まれ。浦和第一女子高校卒業、上智大学外国語学部ロシア語学科卒業。行政機関・企業・各種団体からのご依頼、自主開催によるセミナー実績 150 件以上、オフィス&PC データ整理術・個人宅片づけ術講座を中心にのべ 3000 名以上受講。オフィス空間・データ整理をメインに現場 100 件以上に従事。

会社員時代に半導体・医療機器メーカー計 3 社で 10 年間、各社で 300 種類以上の製品部品の在庫管理・処理を担当。スタッフの棚卸を主導し社員の OJT にも携わる。職場での気づきを活かし自らも片付けられない人を卒業。2010 年さいたま市初のライフオーガナイザー®(アメリカ発片づけコンサルタント)資格を取得、2011 年講師活動を開始。趣味は合気道(三段)。高 1・小 4、2 人の男子の母。

### 【セミナー実績】

行政機関・公的機関・企業・各種団体主催、または自主開催によりセミナー実績 160 件以上(オンライン含) オフィス&PC データ整理術、個人宅片づけ術系の講座を中心にのべ 3000 名以上受講

「埼玉県ひとり親家庭等ステップアップ就労プログラム」「埼玉県公募型共催事業」にてキャリア系講座実績 7 件  
埼玉県行政書士会朝霞支部様ご依頼にて「小さなオフィスの整理術」  
埼玉県経由 (株)とんでん様にて「組織・人の成長を促すメンター制度」研修講師を担当  
埼玉県商業・サービス支援課様主催の POS システム導入・活用セミナーにて在庫整理の講師を担当

さいたま商工会議所様主催・(株)アストン様共催にて、業務効率化セミナー(書類・在庫)の講師を担当  
 (株)アストン様経由 戸田市役所様にて OJT リーダー研修講師を担当(2017~22年)  
 東京商工会議所 足立支部にて、業務効率化セミナー講師を担当  
 東京都・女性しごと応援テラス様主催にて、「もう一度働くために役立つ片付けセミナー」講師を担当  
 東京商工会議所 労働組合員様向け「机周りスッキリセミナー」講師担当  
 AGS 株式会社様ビジネススクールにて「利き脳でもっとラクに！仕事に活かせる整理術」講師を担当  
 埼玉県鴻巣市役所 職員様向け男女共同参画セミナー(机周りスッキリセミナー)講師を担当  
 東京商工会議所 北支部 オフィス整理術セミナー講師を担当  
 東京商工会議所 板橋支部 オフィス整理術セミナー講師を担当  
 武蔵野ジャイロ様主催にて、オフィス整理術セミナー講師を担当  
 株式会社 FirstDream 様主催にて、PC データ整理術セミナー講師を担当  
 株式会社セコム(住まいの情報館)様主催にて、暮らし整理術講座の講師を4回担当  
 東京都中野区・女性しごと応援テラス様主催にて、再就職希望の女性向け片づけセミナー講師を担当  
 株式会社キャリアマム様主催にて、PC データ整理術セミナー講師を担当(オンライン)  
 香川県商工会議所 県内会議所職員様向けに PC データ整理術講座を担当(2回)  
 伊勢商工会議所様 PC データ整理術講座を担当(リアル+オンライン)  
 広島商工会議所様 PC データ整理術講座を担当(オンライン)  
 徳島県中小企業団体中央会様 机周りスッキリ改革セミナー講師を担当(オンライン)  
 ちばぎん総研様「机周りスッキリ改革セミナー(オフィス&PC 一体型・ハイブリッドセミナー)」講師担当  
 西東京市「在宅ワークがはかどる！PC データ整理で仕事効率化」zoom セミナー講師を担当  
 北社市商工会様「机周りスッキリ改革+PC データ整理セミナー」講師を担当  
 株式会社ブレン様「オンデマンドセミナー」オフィス&PC データ整理セミナー講師担当。5-6 団体 200 名超参加  
 熊本法人会様「机周りスッキリ改革+PC データ整理セミナー」講師を担当  
 仙台市内 E 歯科医院様向け「院内整備セミナー」(オンライン)を担当  
 三菱重環境システムズ労働組合様「PC データ整理で仕事効率化(ハイブリッドセミナー)」講師担当  
 たましん様「PC データ整理で仕事効率化セミナー」講師担当  
 安城市商工会議所様「机周りスッキリ改革+PC データ整理セミナー」講師を担当  
 埼玉県川口市内 H 歯科医院様向け「院内整備セミナー」(リアル)を担当  
 熊谷法人会様「PC データ整理で仕事効率化セミナー」講師担当  
 株式会社ブレン様「小さな店のためのチリツモ節約術(オンライン)」講師担当

## 【保有資格・肩書】

ミラサポ登録専門家(H29~)  
 埼玉県女性活躍推進アドバイザー(H26~)  
 埼玉県働く女性応援メンター(H26~)  
 埼玉県生活サポート産業成長支援事業 対象事業所(H28)

マスターライフオーガナイザー®(講師有資格)、整理収納アドバイザー2 級、行政書士(有資格者)

【マスコミ掲載実績】



- ・NHK さいたま局ラジオ「ひるどき！さいたま〜ず」内  
暮らしの知恵を紹介する「すっきりさいたま〜ず」コーナーに定期出演(2021年～)
- ・株式会社ダイオーズ配布フリーペーパー「Dmail」にて  
書類整理の紹介記事掲載(2021年3月号)
- ・地域新聞「埼玉よみうり」に川島町男女共同参画センターでのセミナー掲載 (2019年3月)
- ・地域新聞「ショッパー」埼玉県内、4種類の地域誌の1面掲載  
(2016年11月25日号)

## オフィス整理／PC データ整理 セミナー企画書

### セミナータイトル

超時短！机周りスッキリ改革セミナー  
見違えるほど仕事がはかどる！PC データ整理の絶対法則

### ターゲット・セミナー内容

日常業務で手いっぱい、集客・既存顧客フォローまでなかなかおいつけないと悩む経営者・事業主  
オフィス整理を任せたい秘書・スタッフ、デスク周りの整理や、書類整理にお悩みの方  
スペース不足、ムダな出費、販売チャンスの喪失に頭を痛めている事業主  
探し物や時間不足に悩んでいるビジネスパーソン 等

### 差別化要因

6社15年、一般企業での実務経験あり。3社10年で各社300種以上の部品製品の在庫管理に携わり、伝票処理・実物の棚卸も経験。

オフィス効率化、PC データ整理について話せる講師はまだ少ない。個人事業主・経営者と個別に話をすることも多いため、仕事効率を妨げる要因やお悩みも熟知。実践的なノウハウをお伝えできる。

### コンテンツ案 ※構成はご相談に応じます

#### 案1) デスク周りから始めるオフィスの仕事効率化

- ・時間・お金・メンタル・コミュニケーションのゆとりを生み出すデスク周り整理⇒ 働き方改革
- ・あなたがオフィス整理で捻出できるコストは？
- ・長期保存の書類をすぐに見つけ出せる仕組み
- ・事例紹介(個人事業主・小オフィス等)

#### 案2) 利き脳を活かせばもっとラクに！仕事に役立つ整理術

- ・デスク周りスッキリ: 整理術の基本
- ・脳と整理の意外な関係。利き脳タイプ別・傾向と対策
- ・整理で磨かれる6つのビジネススキル

#### 案3) PC データ整理の絶対法則

- ・デスクトップごちゃごちゃから卒業できるルール作り
- ・すぐにデータが見つかるフォルダ構成のコツとネーミング
- ・(ワーク)フォルダ設計図作成

▽書類のみ、書類+PC データ などの構成も可能です。ご希望の時間と内容をお知らせください。  
▽フリーアドレス制のメリット、移行準備の講座も可能です(実績あり)

### 報酬

予算・目的・講座時間などによりご相談に応じます。

## コミュニケーション術／OJT・メンター研修企画書

### セミナータイトル

部下(子ども)をやる気にさせ、行動を促すコミュニケーションスキル  
効果があがる叱り方・ほめ方・コーチングの基本とロールプレイ

### ターゲット・セミナー内容

これから部下・後輩を教育する予定のある OJT リーダー(先輩)職員  
これからスタッフを教育する予定のある経営者・事業主  
周囲や家族との人間関係をもっとよくしたいと悩んでいる会社員・事業主 等  
少人数～30 名程度まで(ロールプレイを交えるため)、対応可能です。

### 差別化要因

- ・10 年間、3 社で 10 名以上の OJT を担当。非正規雇用時には自分も OJT を受け、教育をする側・受ける側  
双方で豊富な経験と実例がある。
- ・大企業研修・市役所等で OJT リーダー研修等の実績あり。押し付けがましさがなく実践的(主催者)、実践  
してみて後輩のやる気が上がった(受講生)との声も多数。
- ・整理術の業務でも 100 件超の顧客に対してコーチングを実施。講座でも保護者に対して家族への対処方  
法を多く解説。埼玉県働く女性応援メンターとして、働いている女性のリアルなお悩みにも対応中。

### コンテンツ案 ※構成はご相談に応じます

- 毎日
  - ・部下育成、実はスキルアップの大チャンス?!
  - ・「仕事は見て覚えろ」は通じない! 教育以前の心構えとは?
  - ・部下のやる気が自然と高まる、指導の流れとコツ
  - ・同じことでも伝え方が肝心! 辞めさせない叱り方・ほめ方
- 相手の自発性を促すコーチング
  - ・相手のやる気を引き出すコーチング3ステップ
  - ・日常生活で特にやっけてしまいがちな NG 対応
  - ・効果的な質問・ロールプレイ

### 報酬

予算・目的・講座時間などによりご相談に応じます。

## 片づけセミナー企画書

### セミナータイトル

たった〇時間で学べるアメリカ発・片づけの基本  
仕事と家庭の両立がグッとラクになる／もう一度働きたい女性のための片づけセミナー

### ターゲット・セミナー内容

仕事とプライベートの両立に悩んでおり、お部屋の混乱にも悩んでいる会社員  
仕事を始めたいと気になっているものの、仕事と家庭の両立に不安を感じている主婦  
片づけに苦手意識がある女性・男性  
少人数～100名超の講演も可能です。

### 差別化要因

まだ日本で認知度が低いアメリカ発の整理術「ライフオーガナイズ®」を取り入れた手法をご紹介できること。  
もともと片付けが好き・得意な方とは違い、自身が30年片付けられなかったので  
苦手なりに苦しんで得られた教訓を生かし、シンプルな独自ノウハウも提供できること。

片づけは女性にきわめて人気の高いテーマで、B to C 集客には強力  
(主催者・行政から、「普段の3倍の集客」「抽選が必要」だったとのコメントも少なくない)。

### コンテンツ案 ※構成はご相談に応じます

- 捨てるからはじめない整理術の基本を知ろう
  - ・本やインターネットの片づけ記事をいくら読んでも片づかない理由。始める前にまず必要なことは？
  - ・片づけるのも「順番」が決め手 基本的な手順とは？
  - ・捨てるのに困るものの対処方法・収納用品購入のいちばん賢いタイミング
  - ・無意識の思考行動パターンを知れば、もっと片づけがラクに！
  - ・片づけをしないと、人生こんなに損をする
- 片づけを通じて無意識に磨かれていく6つのビジネススキル
- 親子(夫婦・社内)のコミュニケーションを深める片づけ
  - ・他人や家族をうまくまきこみ、時短につなげる方法

### 報酬

予算・目的・講座時間などによりご相談に応じます。

## 講師依頼書

お申込み時点で判明している情報をご記入し、ご返信ください。

【FAX】050-3730-5778

【Email】 [info@officekataduke.biz](mailto:info@officekataduke.biz) （メールに必要事項を記載するか、データにて）

団体名・会社名	
住所	
電話番号	
担当者名	
メールアドレス	
セミナーを予定される時期 例: 1月下旬  候補日が決まっている場合には 具体的に日時もお書きください。	
受講生の対象(年代・条件)	
定員	
どんな目的で企画されていますか？ (詳しく)	
報酬のご予算	

ご協力をありがとうございました。

日程の候補が判明次第お知らせください。複数候補日がある場合、仮押さえ期間は **2週間** で承ります。