

2026年度 新入社員研修

心を整え、自分で考える力を磨く 「禅×キャリア」新人研修

変化の時代に求められる「自立型人材」を育てる



本研修は、心華寺道場長と国家資格キャリアコンサルタントが共同で実施する「禅×キャリア」新人研修です。心華寺という非日常の環境で、坐禅・呼吸・所作を通じて心身を整え、落ち着いて物事を捉える土台をつくります。さらに自己理解と言語化のワークを重ね、自分の強み・価値観・仕事観を掘り下げて言語化し、仕事への向き合い方や自分軸を明確にします。そのうえで、現場で求められる主体性・コミュニケーション力を高め、社会の変化に対応できる自立型人材の育成につなげます。

本研修の3つのポイント

- ## 1. 心を整え、“利他”的姿勢を身につける（心華寺道場長による禅の実践）

坐禅・呼吸・所作を通じて心身を整え、落ち着いて周囲と向き合える状態をつくります。心華寺研修道場が大切にする「慈悲=育てようとする心」を土台に、相手を思いやり支える“心配り・気配り”を実践へつなげます。

2. 自分と向き合い、主体性を引き出す（キャリアコンサルタントによる自己理解・言語化）

自分の強み・価値観・ものの捉え方を整理し、自分軸を明確にします。自ら考え、選び、行動へつなげる主体性を引き出し、仕事への向き合い方を具体化します。

- ### 3. 社会人として求められる自立型人材へ（3ヶ月後にフォロー面談実施）

研修の最後に、現場で活かすためのアクションプランを作成し、具体的な行動（いつ・何を・どうやるか）まで落とし込みます。さらに、3ヶ月後にフォロー面談を実施し、実践状況の振り返りと次の行動を明確にします。

主催 株式会社キャリアクリエイティブ

代表取締役 河原哲史

代表取締役 河原吉文
国家資格キャリアコンサルタント

HP <https://career-ct.com/>

E-mail: t_kawahara@career-ct.com

元450-0002

愛知県名古屋市中村区名駅3-4-10

アルティメイト名駅1st 2階

TEL. 052-728-6181

お申込み
お問合せは
こちらから



社会人として求められる「自立型人材」になるために

2026年度新入社員研修「禅×キャリア」新人研修要綱

禅で整え、キャリア思考で言語化し、行動へ。

岡田道顕道場長による坐禅・作務で集中と他者視点を体感し、心を整える土台をつくります。

キャリアワークで仕事への向き合い方と「自分軸」を明確化し、依存型から一歩抜ける視点を得ます。

最後にアクションプランと行動宣言まで落とし込み、職場で活躍できる“自立型人材”につなげます。

■ 対象 新入社員・第二新卒・中途入社社員

■ 会場 心華寺

〒611-0025 京都府宇治市神明石塚66

■ 持参物 トレーニングウェアなど坐禅や運動ができる
身軽な服装、筆記用具

■ 受講費 44,000円（税込）/1名
1名からでも承ります

※昼食代、坐禅指導料、法話/禅話指導料、研修テキスト、
3ヶ月後フォローフォローアップ（現地またはZoom）を含みます。

■ 導入の流れ

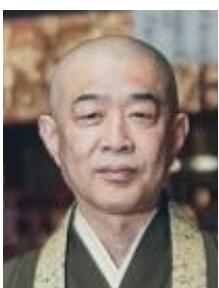
- ①お問合せ 下記のお申込みフォームより
↓
- ②ヒアリング 研修内容についてご相談・お打合せ
↓
- ③日程調整 研修開催日・参加人数の決定
↓
- ④研修実施 研修の実施
↓
- ⑤3ヶ月後フォローフォローアップ 研修後の状況をフォロー

※研修内容は企業様の要望に応じて調整可能です

※ご要望に応じて、一泊二日の合宿研修も承ります

■ 講師紹介

岡田道顕（おかだどうげん）道場長



心華寺・愛宕寺住職。京都・宇治を拠点に「生きている人のために仏法を説く」を軸として、宗教の枠を超えた学びの場をひらく。比叡山より「不滅の法灯」を継承。僧俗一貫の精神で、企業経営者や社会人に向け、禅と仏教の知恵を用いた心の整え方、対人理解、意思決定、リーダーシップ、組織風土づくりをテーマに研修・講話を多数実施。日常と仕事に落とし込める実践的な語りが好評で、多くの支持を集め。信条は「心華照十方刹」。一人ひとりの心に華を咲かせ、周囲を照らす人を育む。

研修スケジュール

時間	内容
9:00	集合・受付
9:15	オリエンテーション 入山の心得／1日の流れ
9:45	坐禅体験 岡田道場長 ①法話「禅」とは ②坐禅体験 ③振り返り
11:00	キャリア講座＆ワーク（1） 「社会人としての心構えと行動指針」 価値観・自分軸の言語化（自己理解）
12:00	昼食
13:00	キャリア講座＆ワーク（2） 社会人として求められる「自立型人材」とは 依存型からの脱却
14:00	作務体験 岡田道場長 ①法話「作務」とは ②作務実践体験 ③振り返り
15:00	キャリア講座＆ワーク（3） 「自立型人材」への第一歩 実践に移す為のアクションプラン作成
16:30	行動宣言 一人ずつ発表・相互フィードバック
17:15	全体総括・質疑応答
17:30	終了

河原哲史（かわはらてつし）講師



株式会社キャリアクリエイティブ代表取締役／国家資格キャリアコンサルタント。愛知県岡崎市出身。株式会社デンソー13年勤務後、外資系メーカー・ドイツ勤務を経て2017年起業。企業研修（新人～管理職）、採用・組織改革、人材育成に伴走し、大学等でのキャリア授業・講演も行う。実践重視、現場で活かせる内容に定評。2019年より愛知働き方改革推進センター専門家相談員。著書『読むだけで人生が変わる「すぐやる」思考術』（白夜書房）は紀伊国屋週間2位（2週連続）。

お問合せ・お申し込みは、下記のQRコードからお願いします。お気軽にご相談ください。

主催 株式会社キャリアクリエイティブ

代表取締役 河原哲史

国家資格キャリアコンサルタント

HP <https://career-ct.com/>

E-mail t.kawahara@career-ct.com

〒450-0002

愛知県名古屋市中村区名駅3-4-10

アルティメイト名駅1st 2階

TEL 052-728-6181

お申込み

お問合せは
こちらから

