

このWEBサイトは、あなたに合った ジョブ・クラフティングを 身に着けるのに役立ちます。

ジョブ・クラフティングとは、仕事をより楽しくやりがいのあるものにするためにお仕事に少し工夫を加える手法です。

ジョブ	=	仕事
クラフティング	=	工作をする

例えば、こんな工夫も

ジョブ・クラフティングです

忙しい中でも、自分の好きな仕事をする時間を少し確保することで、仕事を楽しくする工夫



仕事に向かうときに「この仕事は自分にとってどんなメリットがあるか？」を考えることで仕事のやる気を高める工夫

進め方

4つのステップを達成することが目標です。まずはステップ1から始めてください。
*その後は、どの順番で進めてもOKです。

1

ジョブ・ クラフティングを 学ぶ

Part.1 「ジョブ・クラフティングとは
なにか？」

お仕事のイキイキ感?
お仕事への工夫?
効果はあるの?

2

事例を見る

事例
優先順位に沿った最小限の目標設定をする

実現している人の声
仕事に取り組むいきがいなど、一度立ち止まって、優先順位を決めてこと、最初に何をや
く、何をやめてしまう。

ここに書かって
○手始めに取り組みたいこと
○仕事の色を引き出したいこと
Let's Try!
「優先順位に沿った目標設定」を実践してみては？

3

計画を立てる

計画
迷いつかない場合は、あなたの取り扱い事務でできる人を真似してみましょう

どのくらいの時間ですか？
○社員登録や会員登録
○新規入力などの入力
○考え方の工夫

何をするか
同じことを繰り返して、充実感を得る

見てみる時間と実行時間
1~2週間程度で結論でそうなはれてしまいましょう。

本日から 本/月/日 まで
※この期間 21:55:00-01:30:00 - 21:55:00-01:30:58:58
どれくらいの時間でありますか？

何をするか
同じことを繰り返す

実現度
何が何にどのようにやっていますか。
いつどこでどちらにどちらをやめると実現できくなります。
何が何にいるか、何につづいて、今何に、仕事の目標達成を見直し、今日の目標を立てる

どうしたらやさしくないですか？
このジョブ・クラフティングを試すには、どこでどこにやればいいでしょうか
何でカレンダーのマインド地図を使う

立てた計画を落とさないように、専門のメモや手帳に書き込みましょう

4

計画を振り返る

完了済みの計画
優先順位に沿った最小限の目標設定をする

計画
優先順位に沿った最小限の目標設定をする
いつまでに
2025-06-28 00:00:00
実現度(予定)
過去の実績
どのようになりますか
月次会報、メールチェックの後、丁寧な計画と目標を立てる
計画実行のための工夫
カレンダーのマインド地図を使い、目標を目に見えるところにメモしていく
完了した日
2025-06-21 00:00:00
実現度(実際)
過去の実績
うまく実行できたか
どちらともいえない
実現度が得られたか
やや適足
動作方針(良い結果があったか)
良い実績があった
毎回反省して、次回も実現度を上げよう
計画部分を見直し、実行するのに躊躇があったので、余裕を持った計画を立てる。

所要
時間

3～5分×5回

5つの動画（1回約3～5分）の閲覧と理解度チェックに回答すれば達成

所要
時間

5分×3回

3つのカテゴリーのジョブ・クラフティング事例集を閲覧すれば達成

所要
時間

5分×3回

3つのジョブ・クラフティング計画を入力すれば達成

所要
時間

3分×3回

計画実行後に振り返りを
入力すれば達成

計画を実行する

上記を達成すれば、ジョブ・クラフティングマスターです！

その後も、事例集を見たり、新たな計画を立てたり色々なジョブ・クラフティングを試してみましょう。

