

講師プロフィール

上前 拓也 (かみまえ たくや) <http://s-hkd.com>

1975年11月10日生まれ 蠍座 A型

合同会社友歩 代表

日本実務能力開発協会 理事長



- ・一般社団法人日本集中力育成協会認定 集中力トレーナー
- ・日本プロフェッショナルキャリアカウンセリング協会認定 エグゼクティブコーチ
- ・コミュニケーション講師

【経歴】

- 1975年 北海道小樽市生まれ 幼少期から学生時代までは北海道釧路市で過ごす
- 1996年 国立釧路工業高等専門学校（釧路高専） 機械工学科卒業
北海道内大手企業にてシステム開発・新入社員研修・社員教育等、多くの業務に携わる
- 2008年 営業職でコーチングや心理学、コミュニケーション手法を用い、12ヶ月連続新規開拓成績トップの成績を残す（年間新規契約件数450軒）
- 2009年 合同会社友歩設立 コーチング業・研修講師・講演活動等、幅広く活動
- 2011年 日本実務能力開発協会設立 コーチの育成を行う（2017年現在 550名のコーチを輩出）
- 2012年 書籍「幸せに生きる人の考え方・歩み方 ～自分も周りも幸せに生きる55の方法～」出版
- 2014年 対談CD「夢を叶える語りあげ ど・らいふ ～幸せに生きる7つの法則～」出版
- 2015年 書籍「あなたの可能性を最大限に引き出す！心理テクニック」出版
- 2016年 コーチの活動と並行して研究を重ねてきた「集中力」に関する講演活動や研修を行う
- 2018年 書籍「集中力を高める本 ～気が散る人・あきっぽい人・ずぼらな人・続かない人～」出版

北海道内大手企業に勤務する傍ら、2005年よりインターネットを中心としたカウンセリングやライブトーク活動などを行なう。

2009年に会社設立。企業向けのコーチングやコミュニケーションに関する研修・講演、コーチの育成などに携わりと同時に、人の持つ可能性を最大限に引き出すべく「集中力」に関する研究を行う。現在は社員や学生の集中力の向上を題材とした講演活動や企業研修等を行っている。

【出版物】

- ・著書
幸せに生きる
人の考え方・歩み方
～自分も周りも幸せに生きる55の方法～
(ゴマブックス株式会社・北海道 IT 出版)



- ・著書
あなたの可能性を最大限に引き出す！心理テクニック
(ゴマブックス株式会社)



- ・著書
集中力を高める本
～気が散る人・あきっぽい人・ずぼらな人・続かない人～
(エイチエス)



【メディア出演等】

- ・物流産業新聞社 物流ウィークリー「北の土業より」
- ・朝日新聞「えるむ通り ういーくりーらいふ」
- ・HBC ラジオ「カーナビラジオ午後一番」
- ・マイナビU17進学「言葉の専門家に聞いた」
- ・HBC ラジオ「朝ドキッ」
- ・エンファクトリー「専門家プロフィール」
- ・北海道新聞生活情報誌「札歩路」
- ・札幌商工会議所「さっぽろ経済」
- ・北海道新聞生活情報誌「札幌シティライフ」
- ・地域新聞 ふりっばー「まちトピ」
- 他

【 集中力に関する主な講演・研修 テーマ 】

～企業・団体向け講演～

- ・社員の皆様の集中力を上げ、仕事の効率が良くなるコツ
 - ・リラックス状態の作り方と集中状態の作り方
 - ・気持ちに余裕を持って仕事に取り組める方法
 - ・心と体を軽くして、社員の結束力を上げよう
 - ・社員一人一人が自分に自信を持てる集中力
- 他

～安全大会等講演～

- ・集中力で事故は無くなる
 - ・周辺視野を広げ安全に仕事を行う秘訣
 - ・日々の仕事を安全に行うためになぜ集中力が必要か
 - ・状況把握力の向上で仕事を効率良く行う
 - ・社員の団結力を上げて安全に仕事を行う
- 他

～各種学校向け講演～

- ・授業を真剣に受けられる時と受けられない時、その秘密
 - ・集中して勉強に取り組む簡単な方法
 - ・勉強と「一目惚れ」は同じ原理だった？！
 - ・学力や運動能力を伸ばす集中力
 - ・前向きな気持ちや自信が持てる、その秘訣
- 他

～営業担当者向け研修～

- ・成績を伸ばすために、なぜ集中力が必要か
 - ・お客様の元へ訪問する前にリラックスできる方法
 - ・お客様との会話で緊張を解く方法
 - ・お客様との会話は受信力&発信力
 - ・自社商品に「一目惚れ」で、営業に集中出来る
- 他

～幹部社員向け研修～

- ・幹部社員の集中力アップが部下のやる気を引き出す
 - ・部下の話を正しく受信し、自分の話を正しく発信する
 - ・発想力や独創性豊かな組織を作る
 - ・部下の魅力を引き出すコミュニケーション
 - ・仕事に集中できる部下の育成方法
- 他

～新入社員向け研修～

- ・集中力を向上させ、仕事を早く覚える
 - ・上司とのコミュニケーションを円滑にする考え方
 - ・仕事の効率を劇的に向上させる方法
 - ・コントロールできるものに絞って集中する
 - ・今後の仕事や会社に対する不安を解く不思議なカード
- 他

～各種学校向け研修～

- ・集中力を向上させ、学力アップ！
 - ・スポーツがうまくなる体の動かし方・心のあり方
 - ・暗記力が高くなる集中方法
 - ・学校生活が楽しくなる考え方・行動の仕方
 - ・勉強の効率を上げる集中力&リラックス力
- 他

【 講演・研修 実績 】

- ・あさひかわ縁結びネットワーク様
- ・ミスユニバースジャパン北海道大会実行委員会 様
- ・自治労北海道 石狩地方本部 様
- ・自治労北海道 後志地方本部 様
- ・札幌市教育委員会 様
- ・北海道教育庁留萌教育局 様
- ・北海道教育庁宗谷教育局 様
- ・公益財団法人 労働介護安定センター 様
- ・公益社団法人 北海道栄養士会 様
- ・公益財団法人 札幌市芸術文化財団 様
- ・公益財団法人 札幌アジア冬季競技大会組織委員会 様
- ・全国農業協同組合連合会青森県本部 様
- ・医療法人 重仁会 様
- ・医療法人社団 鈴木内科医院 様
- ・医療法人徳洲会 札幌南徳洲会病院 様
- ・北・北海道知的障がい福祉協会 様
- ・社会福祉法人 厚仁会 様
- ・一般社団法人 北海道医療ソーシャルワーカー協会 様
- ・一般社団法人 北海道助産師会 様
- ・一般社団法人 北海道中小企業家同友会 様
- ・税理士法人 すずらん会計事務所 様
- ・特定非営利活動法人 PCNET 様
- ・札幌医科大学 附属病院 様
- ・北海道労働金庫 様
- ・苫小牧信用金庫 様
- ・札幌学院大学 様
- ・釧路工業高等専門学校 様(釧路高専)
- ・栃木県私立青藍泰斗高等学校 様
- ・八戸工業大学第一高等学校 様
- ・北海道当別高校 様
- ・北海道札幌あすかぜ高校 様
- ・北海道室蘭栄高等学校 様
- ・泊村立泊小学校・中学校 様(泊村教育研究会様)
- ・羽幌町立羽幌中学校 様
- ・北斗市立上磯中学校 様
- ・増毛町立増毛中学校 様
- ・学校法人経専学園 経専医療事務薬業専門学校 様
- ・学校法人経専学園 経専北海道観光専門学校 様
- ・学校法人経専学園 経専北海道どうぶつ専門学校 様
- ・学校法人北工学園 札幌福祉医薬専門学校 様
- ・学校法人北工学園 札幌福祉医薬専門学校職員 様
- ・株式会社 KG情報 様
- ・株式会社 JCB 様
- ・株式会社 ウイングル 様
- ・株式会社 エンパイアー 様
- ・株式会社 三慶 様 (三慶グループ様)
- ・株式会社 三新 様
- ・株式会社 システック 様
- ・株式会社 新成工業 様
- ・株式会社 スカパーカスタマーリレーションズ 様
- ・株式会社 ストラール 様
- ・株式会社 スリーエー 様
- ・株式会社 ダスキン 様
- ・株式会社 トータルネットワーク 様
- ・株式会社 苫食 様
- ・株式会社 ニチレイフーズ 様
- ・株式会社 日本政策金融公庫 様
- ・株式会社 ピーアンドピー 様
- ・株式会社 フジタコーポレーション 様
- ・株式会社 BECK 様
- ・株式会社 北海道銀行 様
- ・株式会社 マッシモ 様
- ・イオンクレジットサービス 株式会社 様
- ・池田暖房工業 株式会社 様
- ・カラカミ観光 株式会社 様
- ・建装工業 株式会社 様
- ・斎久工業 株式会社 様
- ・サッポロ不動産開発 株式会社 様
- ・サントリー酒類 株式会社 様
- ・第一法規 株式会社 様
- ・ドーピー建設工業 株式会社 様
- ・日本建設 株式会社 様
- ・日本道路 株式会社 様
- ・ネクセリア東日本 株式会社 様
- ・日立コンシューマ・マーケティング 株式会社 様
- ・ヒューマンアカデミー 株式会社 様
- ・豊栄建設 株式会社 様
- ・北海道テレビ放送 株式会社 様
- ・北海道特殊清掃クラブ 様
- ・雪印種苗株式会社 様