

2026年2月版 学習テーマLINEUP

ロクゼロ[®]

・リリーステーマおよび配信予定月は変更する可能性があります。あらかじめご了承ください

・新テーマがリリースしましたら、ロクゼロコンテンツ閲覧専用サイト「直近の更新履歴」にてお知らせいたします

対象	テーマ名	ねらい	カテゴリー
1 新人	ビジネスメールの書き方	社会人として押さえておくべき、正しいビジネスメールの書き方を理解する	ベーシック
2 新人	自己分析の仕方	自分の現状を把握するために、自己分析の仕方を知る	その他
3 新人	年上の人とのコミュニケーション	職場の上司や先輩とより良い人間関係を築くために、年上の人とのコミュニケーション技術を知る	コミュニケーション
4 新人	「学生」と「社会人」の違い	社会人と学生の違いについて考え、社会人にふさわしいあり方を理解する	マインド
5 新人	入社1年目のるべき姿	入社1年目の「るべき姿」を知り、周囲から信用を得る方法を理解する	マインド
6 新人	会社の顔になる電話応対	電話応対の重要性を知り、お客様の信頼獲得に役立てる	ベーシック
7 新人	スラスラ書ける議事録のコツ	議事録の基礎を振り返り、実務でスラスラ書くためのコツを理解する	ベーシック
8 新人	ザ・コンプライアンス	組織人に求められるコンプライアンスの重要性と、それに伴う意識・行動を理解する	ベーシック
9 新人	ダイバーシティ（基本的な考え方）	ダイバーシティの基本的な考え方および多様性の意味と重要性を理解する	その他
10 新人	ロジカルシンキング（論理の軸）	ロジカルシンキングを活用するために、論理の軸を理解する	ビジネススキル
11 新人	仕事を任せてもらえる「報告・連絡・相談」	上司・先輩から仕事を任せてもらうために、的確な「報告・連絡・相談」の方法を知る	ベーシック
12 新人	ケーススタディ「仕事を任せてもらえる報告・連絡・相談」	ケーススタディを通じて、信頼を得られる報告・連絡・相談の方法を学び、仕事を任せてもらえるようになる	ベーシック
13 新人	収益と費用を読み解く	収益・費用の概念を知り、数字の感覚を持つことの重要性を理解する	ベーシック
14 新人	PDCAサイクルと自己成長	着実な自己成長を実現するために、PDCAサイクルの活用方法を知る	ベーシック
15 新人	グローバルで活躍するために	グローバル化に適応し、グローバルに活躍するために必要となる素養を知る	その他
16 新人	時は金なり！超・時間管理術	限られた時間を有効活用するために、時間管理の必要性と技術を学ぶ	ビジネススキル
17 新人	情報感度を高める“自己アンテナ”的張り方	有益な情報を入手し、活用していくために「自己アンテナ」の張り方について学習する	ベーシック
18 新人	自ら考・動！主体性を向上させる秘訣	望ましい主体性のあり方を学習し、その向上の方法を知る	マインド
19 新人	社会人基礎力で高める3つの力	社会人基礎力を学び、今後の自己研鑽の方向性を決める一助とする	ベーシック
20 新人	失敗を恐れないレジリエンスの鍛え方	失敗や落ち込みから素早くリカバリーできる、レジリエンスの鍛え方を知る	その他
21 新人	ケーススタディ「学生と社会人の違い」	ケーススタディを通じて、社会人らしい行動とは何かを考える	マインド
22 新人	デキる人のビジネスマナー「身だしなみ」「立ち居振舞い」編	自分に求められる「身だしなみ」と「立ち居振舞い」を知り、デキル人になる	ベーシック
23 新人	デキる人のビジネスマナー「言葉遣い」「挨拶」「お辞儀」編	デキる人になるために「言葉遣い」「挨拶」「お辞儀」について学習し、自分に求められる言動・立ち居振る舞いを知る	ベーシック
24 新人	デキる人のビジネスマナー「オンラインでの振る舞い方」編	オンラインコミュニケーションの特徴を認識した上で、デキる人になるために「オンラインでの振る舞い方」を理解する	ベーシック
25 新人	来客・訪問で魅せる！スマートな対応術	来客対応、社外訪問時のマナーを知りスムーズに来客対応・社外訪問ができるようになる	ベーシック
26 新人	一人で抱え込まない「周囲に助けを求めるアラートスキル」	アラートスキルについて学習し、適切なアラートをあげられるようになる	ビジネススキル
27 新人	受講効果を上げる「研修の正しい受け方」	研修で学習した内容を身につけ、着実に実践できるようになるために正しい研修の受け方を知る	マインド
28 若手	入社2年目のるべき姿	入社2年目の「るべき姿」を知り、周囲から信頼を得る方法を理解する	マインド
29 若手	入社3年目のるべき姿	社会人3年目として、自分の仕事の質を向上させ、後輩を指導するための方法を学ぶ	マインド
30 若手	20代でもそれっぽいことが言える話術	相手からスムーズに信頼を得るために、説得力をもった会話を演出する方法を理解する	ビジネススキル
31 若手	周囲の巻き込み方	上司や先輩からスムーズに協力を得られるように、周囲の巻き込み方を知る	コミュニケーション
32 若手	ケーススタディ「周囲の巻き込み方」	ケーススタディを通じ、周囲のサポートを活用し、任されたタスクを全うする方法を知る	コミュニケーション
33 若手	フォロワーシップ	フォロワーシップを理解して、上司や組織への貢献に役立てる	コミュニケーション
34 若手	損益分岐点って何だろう？	利益を創出するために必要な、売上高と生産・販売数量の算出方法を知る	ビジネススキル
35 若手	若手のうちに知っておきたいリーダーシップとマネジメントの違い	リーダーシップとマネジメントの違いを知り、日々の仕事に対する意識を変える	コミュニケーション
36 若手	次世代ビジネスメソッド“OODAループ”	OODAループを学び、素早く臨機応変に行動できるビジネスパーソンになる	ビジネススキル
37 若手	無意識の偏見“アンコンシャスバイアス”を知る	アンコンシャスバイアスを知ることで、非効率的・非合理的な思い込みに気付けるようになる	その他
38 若手	相互成長のためのフィードバックのやり方・受け取り方	フィードバックをする、あるいは受けける際のコツや注意点を知ることで、相手や自分にポジティブな変化を引き起こせるようになる	ビジネススキル
39 若手	上司が思わず納得してしまう「なぜ」を言語化する力	意見や想いを伝える「言語化能力」の高め方を学習し、上司や同僚を納得・説得できるようになる	ビジネススキル
40 若手	ケーススタディ「ポスマネジメント」	ケーススタディを通じて、自分の仕事を進めるために「上司をマネジメントする方法」を習得する	マネジメント
41 若手	意外と知らない「相手に瞬時に伝わるメール・チャットのコツ」	瞬時に伝わるチャット・メールのコツを知り、コミュニケーションの効率を高めて生産性を向上させる	ビジネススキル
42 若手	ケーススタディシリーズ「インバスケット思考で仕事を効率化」	ケーススタディを通して、インバスケット思考の理解を深め業務効率の向上に役立てる	ビジネススキル
43 若手	仕事にやりがいを見出す「ジョブクラフティング」の考え方	ジョブクラフティングについて学習し、仕事に対するやりがいを主体的に見出し、高められるようになる	マインド
44 若手	考えや文章を分かりやすくする「図解化スキル」	複雑な文章・概念などを分かりやすく解説できるようになるために図解化スキルについて学習する	ビジネススキル
45 若手	感動を呼び込むワンランク上のプレゼンテーション	聞き手に感動・納得をもたらし行動を促す、ワンランク上のプレゼンテーション技術を知る	ビジネススキル
46 中堅	新人・後輩を育てる－指導者の心構え－	指導者としての心構えを認識し、新人・後輩の成長に役立てる	マインド
47 中堅	新人・後輩を育てる－ウソや誤った報告をなくす－	ウソや誤った報告をする原因を知り、新人・後輩指導に役立てる	コミュニケーション
48 中堅	新人・後輩を育てる－ハラスメントを知る－	ハラスメントの意味を理解し、新人や後輩を正しく指導するためのポイントを知る	コミュニケーション

2026年2月版 学習テーマLINEUP

ロクゼロ

・リリーステーマおよび配信予定月は変更する可能性があります。あらかじめご了承ください

・新テーマがリリースしましたら、ロクゼロコンテンツ閲覧専用サイト「直近の更新履歴」にてお知らせいたします

対象	テーマ名	ねらい	カテゴリー
49 中堅	Win-Win交渉術	Win-Winの考え方を理解し、交渉を上手く進める方法を知る	ビジネススキル
50 中堅	ダイバーシティ（マネジメント）	他者の個性をうまく活かすために、ダイバーシティマネジメントのしくみを知る	その他
51 中堅	クリティカルシンキング	物事をより良くするために、疑うことの重要性を理解する	ビジネススキル
52 中堅	ファシリテーター養成（場のデザインスキル）	場のデザインスキルを知り、効率的な会議・ミーティングの準備ができるようになる	ビジネススキル
53 中堅	ファシリテーター養成（対人関係スキル）	対人関係スキルを学び、会議参加者の意見を上手に引き出せるようになる	ビジネススキル
54 中堅	ファシリテーター養成（構造化スキル）	構造化スキルを学び、会議で挙がった意見を分類・整理するための技術を習得する	ビジネススキル
55 中堅	ファシリテーター養成（合意形成スキル）	合意形成スキルを学び、会議において最終的な結論を導き出し、合意するための技術を習得する	ビジネススキル
56 中堅	イノベーションの為のデザイン思考	デザイン思考について学習し、イノベーションの生み出し方を身につける	ビジネススキル
57 中堅	ケーススタディ「部下の考えを引き出すコーチング」	ケーススタディを通じて、部下の考えを引き出すコーチング手法を理解する	マネジメント
58 中堅	営業活動に役立てるB/S・P/L	B/S・P/Lを営業に役立てる方法を学び、実際の営業活動で活用する	セールス
59 中堅	営業活動で活かす「仮説思考」	お客様の情報から仮説を立て、より良い営業活動に繋げる方法を学ぶ	セールス
60 中堅	課題設定で役立つ「イシューの特定」	イシューについて学習し、最適なイシューを特定して課題設定に活用できるようになる	ビジネススキル
61 中堅	自由な発想で考えるアート思考	アート思考を知り、自らの興味から画期的なアイデアを生み出せるようになる	ビジネススキル
62 中堅	ケーススタディ「真因を見極める問題解決」	ケーススタディを通して、真因を見極める技術を身につけ問題解決能力を高める	ビジネススキル
63 中堅	全体像から捉える「システム思考」	課題の全体像を把握して、最適な解決策を導き出せるようにシステム思考の基礎と実践方法を学習する	ビジネススキル
64 中堅	チームの生産性を向上させる「業務の見える化」	業務を見る化するための技術を習得し、職場で実践できるようになる	ビジネススキル
65 管理職	部下の成長を促すフィードバック法	効果的なフィードバックの手法を理解して活用することで、部下の成長を促進させる	マネジメント
66 管理職	ケーススタディ「若手の早期離職を防ぐ方法」	ケーススタディを通じて、若手の早期離職を防ぐためにどのような対策をするべきか学ぶ	マネジメント
67 管理職	ケーススタディ「部下をやる気にさせる目標設定のプロセスデザイン」	ケーススタディを通じて、部下のモチベーションアップにつながる目標設定の方法を学ぶ	マネジメント
68 管理職	ケーススタディ「正しい評価面談のやり方」	ケーススタディを通じて、評価面談の最適な実施方法について学習する	マネジメント
69 管理職	ケーススタディ「営業プロセスマネジメント」	ケーススタディを通じて、営業プロセスを「見える化」し部下育成に活用する方法を理解する	セールス
70 管理職	ケーススタディ「部下を育てる営業同行」	ケーススタディを通じて、「営業同行」を活用した部下育成の方法を理解する	セールス
71 管理職	ケーススタディ「組織で取り組む部下へのメンタルヘルスケア」	ケーススタディを通じて、メンタルヘルス不調の部下に対する適切な対応方法を知る	マネジメント
72 管理職	ケーススタディ「自分ではわからないセクハラのセーフとアウト」	ケーススタディを通じて、自覚が難しいセクハラの境界線を知る	コミュニケーション
73 管理職	ケーススタディ「パワハラにならないための正しい部下指導」	ケーススタディを通じて、パワハラと指導の線引きを理解し指導に役立てる	コミュニケーション
74 管理職	リモートワークで活かす部下マネジメントの基本	リモートワーク時における、効果的な部下マネジメントの方法を理解する	マネジメント
75 管理職	エンゲージメント向上のための関係構築	部下のエンゲージメントを向上させ、モチベーションを高めるための関係構築術を学ぶ	コミュニケーション
76 管理職	あなたも目指せる！イクボス	イクボスについて学び、部下と自分のワークライフバランスを高められるようになる	その他
77 管理職	心理的安全性の観点から考える「働きやすい職場の作り方」	「働きやすい職場」を作るために、心理的安全性確保の重要性とその高め方を学ぶ	マネジメント
78 管理職	ケーススタディ「効果的な1on1の進め方」	ケーススタディを通じて、効果的に1on1を進める方法について考える	マネジメント
79 管理職	部下育成で役立つ知識「人の発達メカニズム」	成人発達理論を知り、部下の知性発達を促すアプローチがとれるようになる	マネジメント
80 管理職	OKRを活用した挑戦的な目標管理	OKRについて学習し、部署やメンバーの挑戦・成長を促す目標管理方式について理解する	マネジメント
81 管理職	NG行動から学ぶ「年上部下への接し方」	年上部下と良好な関係を築き戦力として活躍してもらうために、年上部下に対するNG行動を知り、接し方を改善する	コミュニケーション
82 管理職	ケーススタディシリーズ「リスクマネジメント」	ケーススタディを通して、リスクマネジメントについて学習し、担当業務におけるリスクマネジメントの質を高める	マネジメント
83 管理職	多様な個々の強みを活かす「インクルーシブ・リーダーシップ」	インクルーシブ・リーダーシップについて学習し、メンバーの個性や強みを活かしたチーム運営ができるようになる	マネジメント
84 管理職	部下の成長を支援する「キャリアマネジメント」	部下のキャリア形成を支援する技術を習得・活用することで組織の人材育成を促進させ、部下のモチベーション向上を助ける	マネジメント
85 管理職	組織に一体感をもたらす「理念浸透」	理念によって一体感を高めながら、会社をあるべき姿に変化させられるよう理念浸透について学習する	マネジメント
86 管理職	対立を建設的に解決する「コンフリクトマネジメント」	対立の効果的な解決法を学習することで、対立による負の効果を抑え、生産性向上や信頼関係構築に活かせるようになる	マネジメント
87 管理職	リーダーに求められる「セルフケアウェアネス」	リーダー・管理職の視点からセルフケアウェアネスの必要性と深め方を学び、自分がどのような人物か、認識を深めていくようになる	マインド
88 全階層	マインドフルネス	集中力を高め、メンタルヘルスケアを促進するために、マインドフルネスの技法を学ぶ	その他
89 全階層	LIFE SHIFTから学ぶ人生100年時代	人生100年時代について知り、人生設計に役立てる	その他
90 全階層	リモートワークで活かすオンライン営業の基本	オンライン営業の基本と効果的な手法を学び、訪問営業との違いを理解する	セールス
91 全階層	リモートワークで活かすセルフコントロール	仕事との向き合い方を考え、自ら常に高いモチベーションをキープする手法を学ぶ	その他
92 全階層	デジタルマーケティングの基礎	IT技術の進展によって登場した、新しいマーケティングの方法を知る	その他
93 全階層	ソーシャルメディアマーケティングの活用法	SNSアプリを中心としたソーシャルメディアを、マーケティングに活用する方法を学ぶ	その他
94 全階層	ケーススタディ「相手本位」	ケーススタディを通じ、「相手本位」に考え、行動するためのコツを学習する	マインド
95 全階層	最高のチームの作り方	チームワークの向上技法を学習し、チームの生産性を高められるようになる	コミュニケーション
96 全階層	ケーススタディ「情報セキュリティ」	情報セキュリティに関するケーススタディを通じて、問題発生時の対処法を学習する	その他

2026年2月版 学習テーマLINEUP

ロクゼロ[®]

・リリーステーマおよび配信予定月は変更する可能性があります。あらかじめご了承ください

・新テーマがリリースしたら、ロクゼロコンテンツ閲覧専用サイト「直近の更新履歴」にてお知らせいたします

対象	テーマ名	ねらい	カテゴリー
97 全階層	LGBTsを理解する	誰にとっても働きやすい職場づくりのために最低限知っておくべきLGBTsについての知識を身につける	その他
98 全階層	ストレングスファインダー診断結果の上手な見方	ストレングスファインダーをどのように有効利用するのか、受診結果のチェック法と活用法を知る	その他
99 全階層	ビジネスで活かす「色彩の効果」	様々な「色」の心理効果を知り、ビジネスシーンで適切に活用できるようになる	その他
100 全階層	「リスクリング」で実現する自己アップデート	変化をとらえ、組織に必要とされる人材になる	マインド
101 全階層	徳川家康から学ぶ「組織を強固にするリーダーシップ」	徳川家康の逸話や行動を知り、自分のリーダーシップ形成に活かす	コミュニケーション
102 全階層	会社員でもできる節税対策	会社員の納める税について学習し、どのような節税が可能か知る	その他
103 全階層	ビジネスで活躍するための「地頭の鍛え方」	地頭の良さについて学習し、地頭を鍛える習慣をつける	その他
104 全階層	ビジネスパーソンとして知っておきたい「正しい本の読み方」	本の読み方に関する知識を深め、自分に適した読み方や読書習慣を身につける	その他
105 全階層	仕事の生産性を上げる「チャットGPT活用術」	チャットGPTの強み・弱みについて理解を深め、適切に活用して生産性を向上できるようになる	その他
106 全階層	一人ひとりが学び育む「ビロンギング」の文化	ビロンギングについて理解を深め、自分と周囲のビロンギングを高められるようになる	その他
107 全階層	学び合いを実現する「社内勉強会の在り方」	社内勉強会の在り方を学び、自社の社内勉強会をどのように構築・運営していくべきかを知る	その他
108 全階層	ロクゼロを使った「社内勉強会での学び方」	社内勉強会での学び方を知り、勉強会で1つでも多くの気づきや学びを得られるようになる	その他
109 全階層	仕事の生産性を高める「ショートカットキーの基本」	生産性を高めるために、ショートカットキーについて学習する	その他
110 全階層	知らないでは済まされない著作権侵害にならないための「引用・転載」の注意点	著作権と引用・転載について学習することで著作権侵害を未然に防止し、著作物を適切に活用できるようになる	その他
111 全階層	サブスク時代を駆け抜ける「カスタマーサクセスの新常識」	カスタマーサクセスを学習し、サブスク型ビジネスの成功要因を理解する	その他
112 全階層	将来への漠然とした不安を解消する「未来を描く力」の身に付け方	「未来を描く」ことで、漠然とした不安を解消できるようになる	その他
113 全階層	インサイドセールスを確実に立ち上げる方法	インサイドセールスを始める前に、検討・決定すべきポイントを理解する	セールス
114 全階層	統計や調査手法の罠から抜け出す「データを読み解く力」の身に付け方	統計や調査手法に潜む「罠」について学習し、データを正しく読み解けるようになる	その他
115 全階層	人が組織に根付く「職場でできるオンボーディング施策」	新たに加入したメンバーの定着を支援できるよう、職場で実施可能なオンボーディングの施策を学習する	その他
116 全階層	変化に即し成長を続けるための「アンラーニング」	継続的な成長を実現するため、アンラーニングについて学習し、考え方・価値観・スキル等を適切に取捨選択できるようになる	マインド
117 全階層	正しい手順を知る「カスタマーハラスマント対応」	カスタマーハラスマントの基礎的な対応手順を学習し、適切なカスタマーハラスマント対応ができるようになる	その他
118 全階層	市場のニーズを捉える「マーケット志向」	マーケット志向の学習を通して市場のニーズを捉え、ニーズに応えるために何をすべきか理解する	その他
119 全階層	初動が決め手「効果的なクレーム対応」	クレーム対応の質と効率を向上させるために、クレームの初動対応の技法を学ぶ	その他
120 全階層	チームで実践する「対話の技術」	対話の技術を学び実践することで、メンバー相互の理解を深め、チームの生産性を高める	コミュニケーション
121 全階層	女性活躍推進（リーダーシップ編）	女性がリーダーシップを発揮しやすい職場を作るための基礎知識を身につけ、自社の女性活躍推進に貢献できるようになる	その他
122 全階層	女性活躍推進（キャリア編）	男女のキャリア格差の実情や、女性のキャリア形成支援について学習し、自社のキャリア格差改善の取り組みに貢献できるようになる	その他