



社員研修等に森でのセラピーウォークを導入

社員の交流とリフレッシュを目的に、山村地域での社員研修を行っており、森林の中で五感を開くセラピーウォーク等のプログラムや焚き火を囲んだ仲間との交流、町職員とのディスカッションを実施。若手のグループディスカッション、経営方針発表会など、様々な場面で小海町を活用。

導入の経緯と決め手

働きやすい企業を目指し、社員の健康増進も求めて、自然豊かな地域の地方自治体との連携を検討していたところ、小海町と偶然に出会った。自然豊かな地域であるとともに、非日常を味わえる適度な距離間であることと、小海町の人々が世話好き気質であることといった、ハード面、ソフト面で揃っている地域だと感じた。非日常の中で、社員同士交流を深めることや、地域のことを知ることは重要であると考えている。

取組内容とその効果

<実施地域：森林サービス産業推進地域「長野県小海町地域」>

社員研修では、仲間意識の醸成、健康経営、人間力・社会力の研鑽を目的として、森林内でのセラピーウォークやヨガ、町職員とのディスカッション、焚き火を囲んだ仲間との交流などを実施。これまでに延べ170名程度（全社員の約7割）が体験。全国の拠点にいる社員も含め、社員共通の話題ができたことで仲間意識の醸成につながった。ガイドの存在によって、地域の自然について深く知れ、リフレッシュ感が得られた。人材採用面でも他社と差別化。



従業員の声

日頃、仕事のことでばかり考えてしまい、気持ちが休まる感じがしていなかったけれど、小海町に来て自然と触れ合ったことで五感が研ぎ澄まされ、普段の生活で忘れかけている感覚を沢山思い出し、心身共にリラックスした状態になる事ができました。コンセプト「わたしがわたしになれるまち」という言葉がぴったりの研修でした。

役割分担と参加促進に向けた取組

継続的に取り組むために、小海町との関わりを考えるワーキンググループを社内に組織し、主担当を決めて取り組みを進めている。企業から地域に新しいプログラムの提案も実施。研修等としての訪問であり、基本的に全員参加。経営方針発表会などで小海町の取り組みも発表し、社内外に公表している。

■プログラム構築：

企業が、地域で提供されているプログラムの中から選定するとともに、新しいプログラムも提案

■導入形態：

参加必須の研修（日帰り・宿泊）

■対象者：

全社員が対象

■費用負担：

企業が全額負担

目的

- 心と体の健康づくり
- チームビルディング・社内コミュニケーション強化
- 地域貢献・社会貢献

結果（企業の声）

- 社員同士の共通の話題ができたことで、仲間意識の醸成につながった
- 人材採用の面で、同業他社との差別化になる