

実施目的：いつもと異なる場所で、地域の方々との交流を通じ、社員の意欲向上・新たな学び・心身の健康増進など、ワークライフバランスの充実を図る

【函 館（地域課題解決型）】

令和2年11月17日（火）～20日（金）

1日目 羽田⇒⇒函館

公立はこだて未来大学視察

はこだてベイエリア（函館大学サテライト）

コワーキングスペースでのワーク

2日目 コワーキングスペースでのワーク、市内視察

夜 はこだて学びのワーケーション・ワークショップ

公立はこだて未来大学 田柳・岡本教授による講義

3日目 コワーキングスペースでのワーク、市内視察

公立はこだて未来大学 飯野講師による講義・

ワークショップ

4日目 コワーキングスペースでのワーク

函館⇒⇒羽田

【阿 蘇（チームビルディング型）】

令和2年11月24日（火）～27日（金）

1日目 羽田⇒⇒熊本

阿蘇草原保全活動センターコワーキングスペース

でのワークと集中議論

2日目 「復興支援ツアー」熊本地震の復旧状況および新阿

蘇大橋、JR九州豊肥本線、震災ミュージアム視察

ホテルコワーキングスペースでのワーク

3日目 ホテルコワーキングスペースでのワーク

阿蘇観光の中心、阿蘇中岳火口、草千里ヶ浜、大観
峰など視察

4日目 ホテルコワーキングスペースでのワーク

熊本⇒⇒羽田



【地域課題解決型ワーケーション】

ワーケーション会場で公立はこだて未来大学教授、講師によるワークショップを実施。地域住民、地元大学生も参加することでより議論が活発化。



【チームビルディング型ワーケーション】

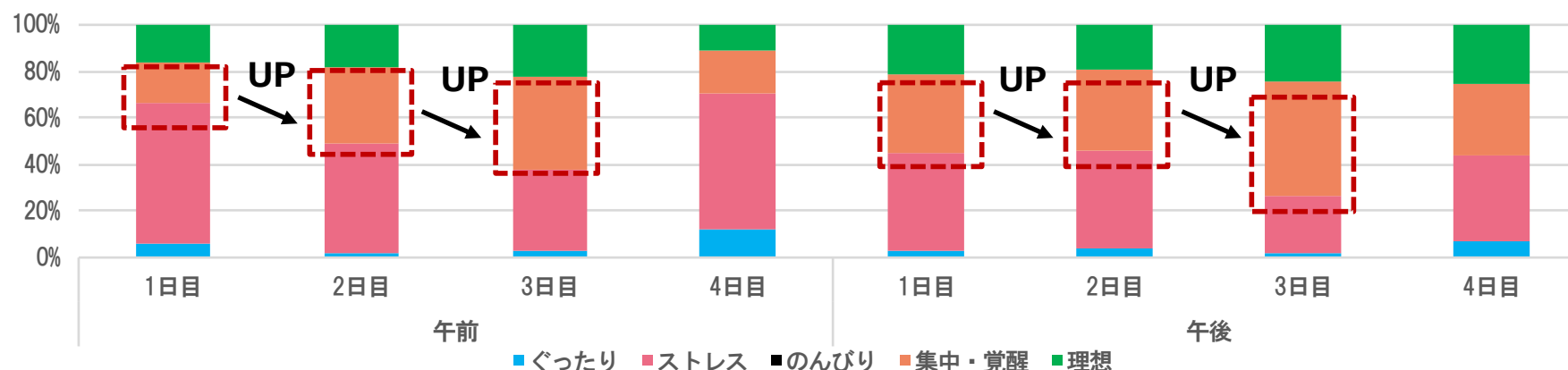
地震や豪雨災害に見舞われた阿蘇の復旧状況や観光地を視察し、今後の復興と地域活性について議論。

滞在日毎の生体情報傾向

ワーケーションの滞在日毎の生体情報傾向は以下の通り

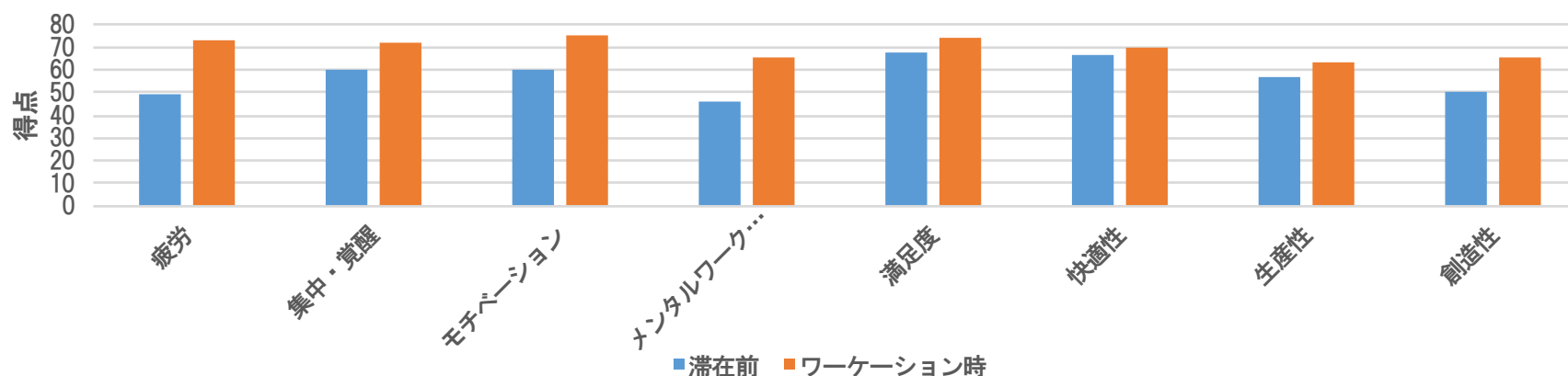
初日は午前、午後ともに集中・覚醒の割合が低く、ストレスの割合が高いが、日を追うごとに集中・覚醒の割合が高まり、**滞在3日目が最も集中・覚醒の割合が高い傾向**がみられた。

（4日目は集中・覚醒の割合が低下する傾向がみられたが、帰路の移動による影響等も要因として考えられる）



アンケート情報傾向

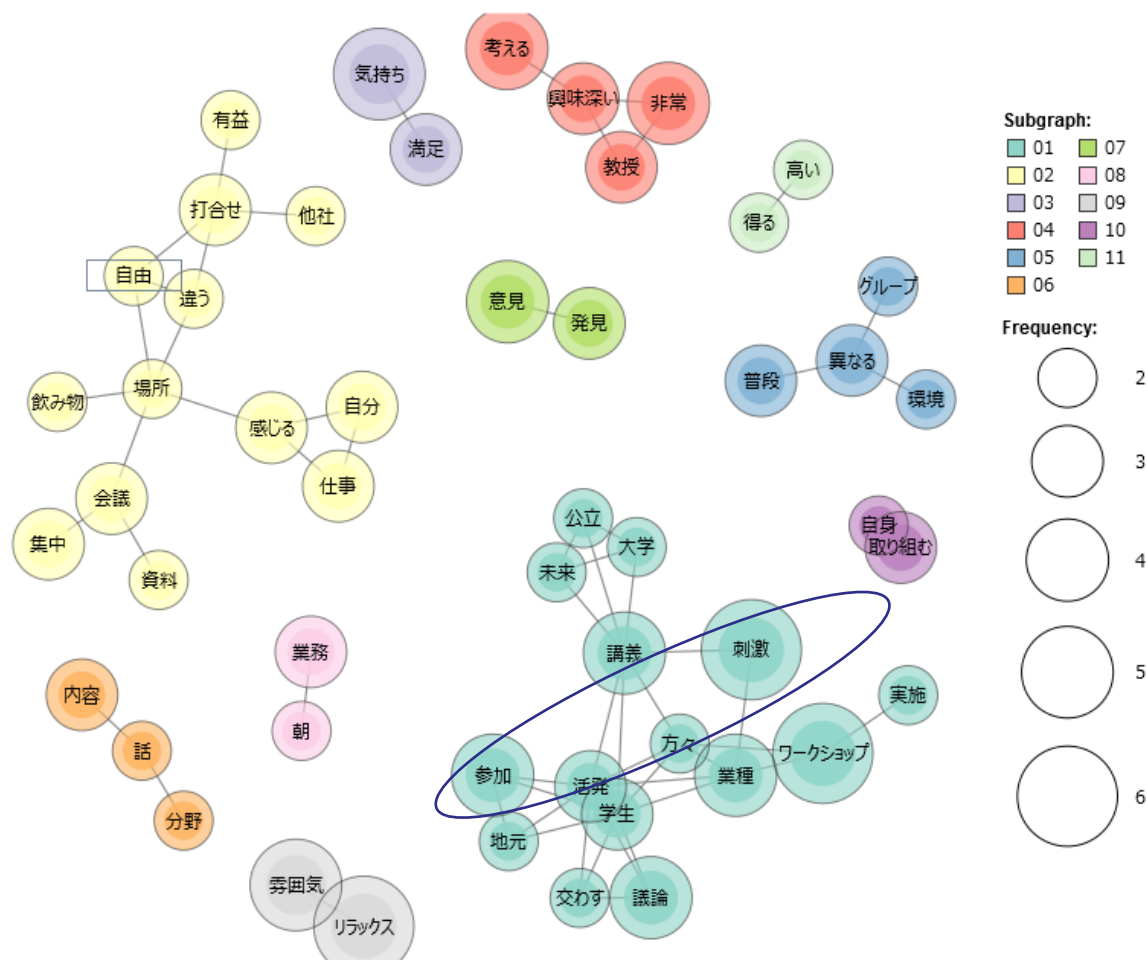
滞在前（通常時）とワーケーション時での主観のキモチの傾向を示す。特に、「**集中・覚醒**」、「**モチベーション**」、「**創造性**」がワーケーション時に高まる傾向がみられた。また、普段と異なる環境であったことなどから、「**疲労**」、「**メンタルワークロード（作業の心理的負担）**」もワーケーション時に高まる傾向にみられた。



参考：業務記録のテキストデータ分析 函館組 n=9（分析対象コメント21件）

- 普段とは異なる環境—知識習得と人とのつながりへの満足が高いことが読み取れる。
- 大学の講義やワークショップで新たな知見を得たり、大学生や他社員との人と交流を通して、刺激や発見を得た、考えるきっかけになったという声が複数挙がっていた。

1	リラックス	サ変名詞	6
2	ワークショップ	名詞	6
3	刺激	サ変名詞	6
4	気持ち	名詞	5
5	雰囲気	名詞	5
6	意見	サ変名詞	4
7	議論	サ変名詞	4
8	業種	名詞	4
9	考える	動詞	4
10	行う	動詞	4
11	講義	サ変名詞	4
12	参加	サ変名詞	4
13	非常	形容動詞	4
14	メンバー	名詞	3
15	異なる	動詞	3
16	会議	サ変名詞	3
17	学生	名詞	3
18	活発	形容動詞	3
19	感じる	動詞	3
20	教授	名詞	3
21	興味深い	形容詞	3
22	業務	名詞	3
23	作業	サ変名詞	3
24	仕事	サ変名詞	3
25	自分	名詞	3
26	取り組む	動詞	3
27	集中	サ変名詞	3
28	打合せ	サ変名詞	3
29	内容	名詞	3
30	発見	サ変名詞	3



参考：業務記録のテキストデータ分析 阿蘇組 n=5（分析対象コメント16件）

- 地元の視察や人との交流による刺激、気づきに対して、通常では得られない経験への満足がみられます。
- 阿蘇の景色や温泉によりリラックスや普段より集中して業務ができた実感する声も挙がっていました。

1	阿蘇	地名	4
2	ホテル	名詞	3
3	ワーケーション	未知語	3
4	移動	サ変名詞	3
5	感じ	名詞	3
6	業務	名詞	3
7	行える	動詞	3
8	視察	サ変名詞	3
9	時間	副詞可能	3
10	アウトプット	名詞	2
11	インプット	サ変名詞	2
12	ミーティング	サ変名詞	2
13	メンバー	名詞	2
14	リラックス	サ変名詞	2
15	ワーク	名詞	2
16	意見	サ変名詞	2
17	温泉	名詞	2
18	会議	サ変名詞	2
19	観光	サ変名詞	2
20	気持ち	名詞	2
21	気分	名詞	2
22	景色	名詞	2
23	午後	副詞可能	2
24	午前	副詞可能	2
25	作業	サ変名詞	2
26	少し	副詞	2
27	状態	名詞	2
28	人	名詞C	2
29	知る	動詞	2
30	地元	名詞	2

