

## ニューノーマル処方箋(第5回)

# 日本版ワーケーション成功の合言葉は「ワクワク感」

2021.07.14

ワーケーションは日本企業の働き方や雇用形態を変えるきっかけになるのか。日本ワーケーション協会 代表理事の入江真太郎氏と特別顧問の鈴木幹一氏にお話を伺いました。



### <目次>

- ・「休暇」と「仕事」が同時に成り立つワケ
- ・なぜ外資企業は「カーリング場」で研修をするのか
- ・入念な議論・準備より「1回のトライアル」
- ・ワーケーション実践の第一歩は「自社の課題を見つめ直すこと」

## 「休暇」と「仕事」が同時に成り立つワケ

働き方改革の取り組みやコロナ禍によるリモートワークの普及に伴い、今「ワーケーション」という言葉がにわかに注目を集めています。ワーケーションとは、「ワーク(仕事)」と「バケーション(休暇)」を組み合わせた造語で、例えば旅行を楽しみながら、その旅先で仕事も行うといった新しい働き方・生き方です。

このような働き方だと分かんると、中には「バケーションを楽しみながら仕事が成り立つはずがない」「プライベートの時間と曖昧になり、仕事の生産性が下がってしまうのでは」と感じる方もいるかもしれません。しかし、こうした先入観を「誤り」だと指摘しつつ、ワーケーションの普及と啓発に務めるのが、日本ワーケーション協会 代表理事 入江真太郎氏です。

「ワーケーションにデメリットがあるとしたら、移動や宿泊のコストくらい。ワーケーションは、それほどポジティブな効果が得られるのです。働き方の多様性が重視される今、企業が従業員一人ひとりの豊かなライフスタイルの実現を後押しする上で、ワーケーションは重要な手段だと考えています」



一般社団法人日本ワーケーション協会  
代表理事  
入江 真太郎氏

具体的にワーケーションにはどのような効果があるのでしょうか。入江氏はNTTデータ経営研究所、JTB、日本航空の3社が慶應義塾大学島津明人教授の監修の下に行った実証実験の例を示します。この実証実験では、各社の参加者にリゾート宿泊施設で業務を行ってもらい、参加者のウェアラブルデバイスから収集されたバイタルデータや参加者からのアンケート調査データを分析して、ワーケーションがどれだけ業務へのパフォーマンスやエンゲージメントに影響があるかを調査したものです。

「ワーケーションという、公私が曖昧になってしまうのではと思われがちですが、この調査からは、むしろ仕事とプライベートの切り分けの促進が明らかになったのです。そのほか、実証実験中の業務生産性や自社への帰属意識、心身のストレス軽減度合いがすべてプラスの結果になりました。また活動量(運動量)が増え、身体的な健康にも寄与しています。この実証実験に限らず、多くの企業からワーケーションを実施して生産性が上がったという声を聞いています」(入江氏)

同じく日本ワーケーション協会で特別顧問を務める鈴木幹一氏は、次のように語ります。

「ワーケーションの効果は生産性だけではありません。創造性やコミュニケーション面でも効果を発揮できるのです。例えばあるIT企業では、東京拠点の会議室でもできる会議を、わざわざ軽井沢の施設に集まって実施しているといいます。軽井沢で行ったほうが、議論が活発になってアイデアがたくさん出てくるため、わざわざ交通費や宿泊費をかけてまでやる価値があると実証できているからです。

あるコンサルティング会社は、金曜日の役員会を軽井沢で行って、翌日にゴルフをするワーケーションを実践しています。そのほうが議論も盛り上がり、コミュニケーションが活発になるそうです」(鈴木氏)



国立大学法人信州大学経済学部社会基盤研究所 特任教授 兼  
一般社団法人日本ワーケーション協会 特別顧問  
鈴木 幹一氏

## なぜ外資企業は「カーリング場」で研修をするのか

現在、在宅勤務やリモートワークを導入している企業は多いものの、ワーケーションを正式な社内制度としてすぐに定めるとするのは簡単ではありません。まずは会議や研修などに「余暇」の要素を取り入れて、効果を試してみるとよいでしょう。その際に重要になるのがワーケーションを行う候補地の選定です。

「研修にワーケーションを取り入れる場合、離島や秘境のような『非日常』の空間で行うと効果があると明らかになっています。特に外資系企業でその傾向がありますね。面白い例としては、カーリング場の氷の上で行う研修を取り入れている企業でしょう。寒さと緊張感で研修がガラガラせず、受講者の集中力が高まります。今、カーリング場は注目されていて、軽井沢には研修型ワーケーションの用途だけで年間6000人以上が利用している施設もあります」(鈴木氏)

日本ワーケーション協会に

よると、軽井沢ではリモートワーク移行に伴う移住者やノマドワーカー※

の滞在が急激に増加しているといいます。このほか、長野県や新潟県などのスキーリゾートがワーケーションの候補地として注目を集めており、自治体側も「リゾートテレワーク」と銘打ってワーケーションを推奨するPR活動を行っています。

※…特定の場所に縛られず、カフェやコワーキングスペースなどを転々と移りながら仕事をする人

「諸説ありますが、標高1000メートルにある軽井沢の気圧は、胎児が感じている気圧と同じで、人にとって居心地がいいという主張もあります。いずれにしても非日常的な空間には大きな効果があります。もう1つ付け加えると候補地の選定には気分転換になる要素があるとよいですね。仕事の合間に美術館に行ったり、温泉に入ったり、野鳥の声を聞いたりするのも創造性を高めるのにおすすめです。施設の一部をワークスペースにする美術館も計画されているそうです」(鈴木氏)

ただし、「ワーケーションを強制すると期待する効果が得られなくなってしまう」と鈴木氏は指摘します。

「企業による参加強制は、かえって社員のストレスになることがあります。ある企業でワーケーションを強制的に実施しましたが、参加者の中に前向きではない人がいたそうで、案の定、その参加者だけパフォーマンスが低下したと聞きます。ワーケーションは『ワクワク感』が一番重要であると言っても過言ではありません。ワーケーションの『ワ』はワクワクの『ワ』なのです。ワクワクしないワーケーションはむしろ実施する意味がないと言ってもいいでしょう。その意味でワーケーションは、参加者の人選も重要な要素になると考えています」(鈴木氏)

入念な議論・準備より「1回のトライアル」… 続きを読む