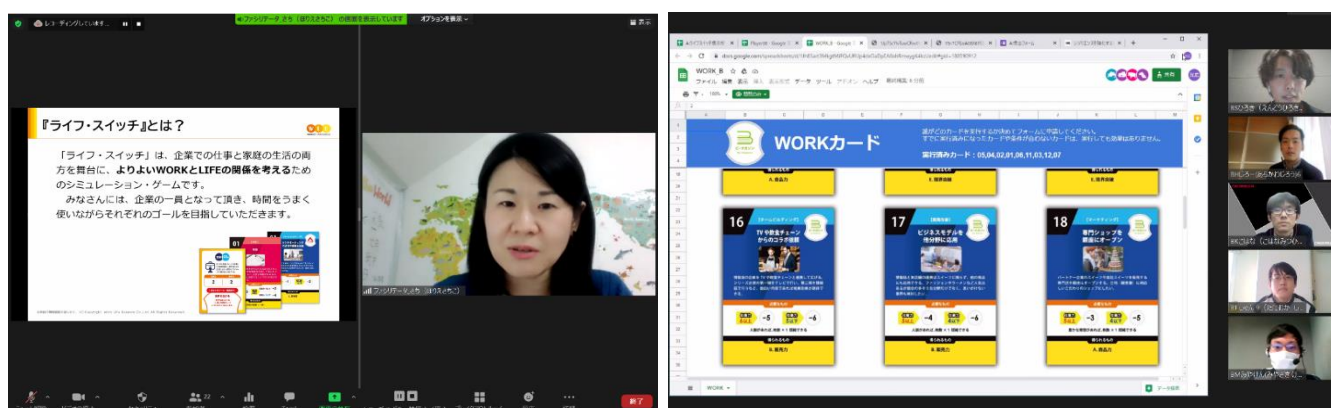


2021年1月14日

株式会社ワーク・ライフバランス

全国の労働組合で初、オンラインカードゲーム「ライフ・スイッチオンライン」を導入
遠隔地の従業員の対話促進でチームビルディングを強化、全国支部の働き方改革をけん引
～新型コロナウイルスによる働き方の変化・価値観の多様化を学び、ビジネスに活かす～

2006年創業以来、1,000社以上の働き方改革に携わってきた株式会社ワーク・ライフバランス(本社：東京都港区、代表取締役：小室淑恵)が提供する、オンラインカードゲーム「ライフ・スイッチオンライン」を、2020年12月17日にオフィス家具メーカー株式会社オカムラの労働組合であるオカムラ労働組合(所在地：神奈川県横浜市、中央執行委員長：老川忠臣)が実施しました。オカムラ労働組合は、対面の交流が困難な状況下であっても遠隔地をつなぎ、従業員間のコミュニケーションや一体感の醸成をサポートするとともに、ダイバーシティやタイムマネジメント、心理的安全性を学べる研修の場を提供することで、より多様性を活かし生産性の高い組織を目指します。



▲ZoomとGoogleスプレッドシートを利用した「ライフ・スイッチ」の様子▲

【ライフ・スイッチオンラインとは】

職場の生産性を阻害している大きな要因である「世代間ギャップや価値観の違いから起こるコミュニケーションギャップ」の解消と、コロナ禍におけるリモートワーク浸透に伴うオンライン型研修へのニーズの高まりにより、2020年6月より株式会社ワーク・ライフバランスが提供開始したオンラインカードゲーム型研修です。

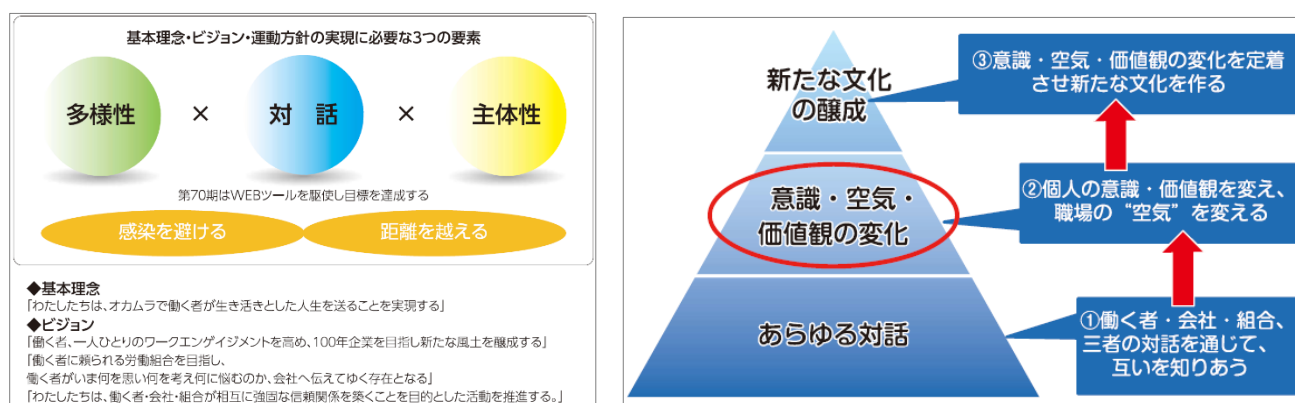
本サービスは、研修参加者が数人でチームを組み、カードゲームを通して、立場や価値観が異なる他人の人生を疑似体験しながら、子育て・介護などが、会社や個人にどう影響するかを「当事者」として理解することができる研修です。働き方の見直しができる点が最大の特長で、ゲーム後には、専門のファシリテーター養成講座を受講した公認ファシリテーターと共に振り返りのディスカッションを行います。

【実施の背景】

オカムラ労働組合は、「オカムラで働く者が生き生きとした人生を送ることを実現する」という基本理念のもと、4年にわたり活動を続けており、組合員は約3,400名にのぼります（2020年12月時点）。2020年度は、COVID-19（新型コロナウイルス）への対応をふまえ、「新たな空気を作り出し、新たな文化の醸成へ」というスローガンを掲げ、「職場の課題を会社へ伝えられる人財となる」「対話機会を数多く創出する」「ひとりひとりが積極的に仕事、職場改善、勉強、趣味、育児、介護、健康増進、社会貢献に取り組める“空気”を作り出し、従来に捉われない新たな価値観を養う」ことを運動方針としています。

COVID-19の影響により直接対話の機会創出が困難となったほか、従来型のワークスタイルの継続ではなく新たな働き方への変革が急がれたため、オンラインでの従業員同士の対話や新たな働き方の体感・多様な価値観のヒントの獲得が可能なことから、「ライフ・スイッチオンライン」の採用を決定しました。

▼オカムラ労働組合基本理念等▼



【取組内容について】

研修には組合員19名が参加、「ライフ・スイッチオンライン」上で架空の企業4社に分かれ、企業目標である「売上」とそれぞれに割り当てられた「個人目標」の達成を目指しました。同じ企業となったメンバーと議論しながらビジネスにまつわるアクションを選択し企業活動を行うワークタイム、ペアになったパートナーと議論しながらプライベートにまつわるアクションを選択し個人活動を行うライフタイムに区切りながら進行了ました。

ゲーム終了後には、講師よりゲーム体験での気づきに関する“問い”が投げかけられ、「ワークとライフの時間の配分を考え直すきっかけになった」「ワークとライフは切り離せないと気づけた」「お互いの得意・不得意を話し合えたので協力して仕事カードを選択できた」といったコメントが寄せられ、参加者全員で気づきの共有および深化を行いました。

本研修の満足度は100%と高く、参加者からは「ゲーム感覚でできるので理解しやすく、話し合いながらできたことが良かった」「先行きが見えないからこそ、チームワークで乗り越えることが重要だと気づいた」「自分のワークとライフの見直しになった」「仕事と家庭のバランスについて考えさせられた」といった声があがりました。

今後もダイバーシティを考えるきっかけの醸成やチームコミュニケーションの増大を通じ、ともに働く従業員・組合員間の強み・弱みやライフで抱える事情についての理解を深めることを目指します。

【オカムラ労働組合中央執行委員長 老川忠臣氏のコメント】

オカムラ労働組合では、活動の柱として「対話・多様性・主体性」を大切にしておりますが、この「ライフ・スイッチオンライン」は、互いの「多様性」をメンバーとの「対話」を通じて理解し合うことができる、とても興味深い内容でした。

加えて、今期は「感染を避け、距離を超える」という活動コンセプトにも当てはまり、オンラインで遠隔地にいる仲間と体験できることも魅力に感じました。対面での交流が困難な状況では、WEB 会議システムの操作に慣れ、オンラインでの意見交換や意思を伝えるスキルを身につけることは、会社業務のみならず普段の生活においても必要とされるものと考え、今回、研修開催を依頼させていただきました。



【オカムラ労働組合 副中央執行委員長 小花光広氏のコメント】

企業に分かれて売上を競うというゲームの勝敗、個人のライフでの目標という2種類のゴールが存在し、両方を達成する事の難しさを感じました。終盤、ゲームの勝敗か個人の目標かを選択せざるを得ない場面になってしまった時に、ゲームの勝敗を選択したにも関わらず、ゲームにも勝てませんでした。結果としては、勝者チームは個人の目標も達成している人も多く完敗でした。ゲームなので“完敗でした”と言えますが、人生に置き換えると簡単にそうは言えません。どうすれば良かったのか考える事は今後の仕事、プライベート両方を含めた自分の人生にとってとても有意義であり、気づきの多いゲームでした。



【担当講師のコメント】

ワーク・ライフバランスコンサルタント

／ライフ・スイッチ公認ファシリテーター 堀江咲智子

「ライフ・スイッチオンライン」は普段の自分とは違う人物に入れ替わって（スイッチして）ゲームを進め、所属する企業では売り上げを、個人では自分自身の目標達成を目指していただきますが、今回参加頂いたオカムラ労働組合の皆さんは、ライフ・スイッチの中で「企業の一員として売り上げを追う」ということ自体に新鮮さを感じられたのではないのでしょうか。いつもとは異なるミッションであってもワークとライフ双方で成果を上げるため、オンライン上で対話を繰り返していただきました。「ライフ・スイッチオンライン」を通して、普段の生活で見落としがちな“気づき”や“貴重な経験”を大切にしようと思われた人が多く、日々の生活に活かしていただきたいと思います。



◆オカムラ労働組合での「ライフ・スイッチオンライン」実施概要

- ・日時：2020年12月16日（水）14時～16時30分（約2.5時間）
- ・参加者：19名
- ・講師：株式会社ワーク・ライフバランス ワーク・ライフバランスコンサルタント／ライフ・スイッチオンライン公認ファシリテーター 堀江咲智子
- ・主な内容：
 - 「ライフ・スイッチオンライン」のルール説明
 - ゲーム実施（ライフタイム→ワークタイムの順で全3ターム）
 - ゲーム勝敗発表
 - ゲームによる気づきの共有および振り返り
- ・主な感想：
 - ライフとワークでそれぞれ異なるパートナーと協力しながら目標達成を目指すというルールが現実を模しており面白かったです。（女性）
 - オンラインでのコミュニケーションを取る、相手との距離を縮める、チーム内での役割がゲームを通してできたと感じる。（男性・20代）
 - 最初は何をやっているのか戸惑いましたが、そこも含めて他の方と話し、交流をより深められたと思いました。（女性・40代）

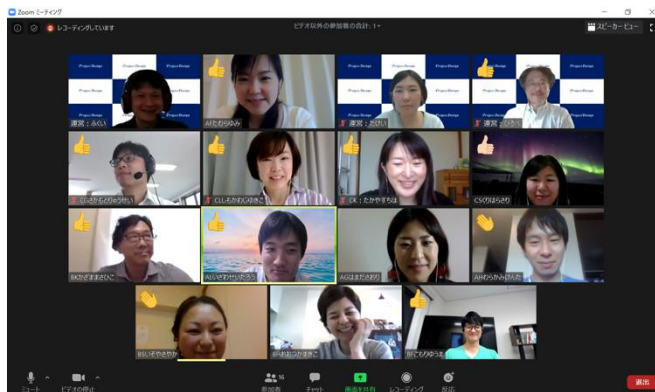
◆「ライフ・スイッチオンライン」概要

コロナ禍に伴う生活様式の変化から、在宅環境等においても継続的な気づきや学びを提供することを目的に、2019年秋に開発した働き方カードゲーム「ライフ・スイッチ」をオンライン化し、オンラインカードゲームを活用した研修サービスとして新たに提供。

- ・特長：

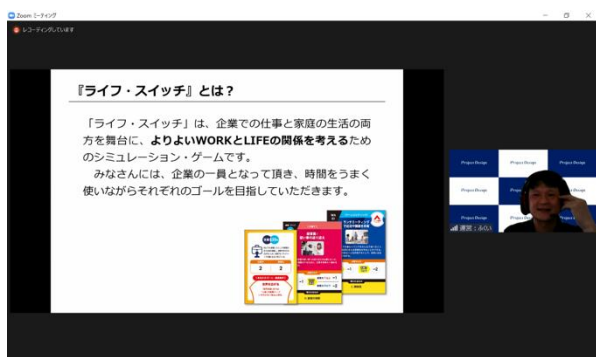
オンラインで研修参加者・ファシリテーターをつなぎ、ゲームを通して、立場や価値観が異なる他人の人生を疑似体験することで、多様性への理解促進をはかり、社員同士の世代間ギャップや価値観の違いから起こるコミュニケーションギャップを解消。
- ・提供開始日：2020年6月23日
- ・対象：企業や教育機関、自治体など、多様な価値観の理解促進を目指す組織
- ・人数：12人～25人
- ・時間：2時間半～3時間
- ・料金：30万円（税抜）～
- ・活用シーン例：
 - 部下とのコミュニケーション向上を目的とした管理職向け研修
 - 仕事と私生活の両立について考えるアクティブラーニング
 - 心理的安全性の構築につながるチームビルディング研修
 - 世代間ギャップをイノベーションにつなげたい企業向け研修
 - オンライン研修で熱中する新しい学び体験を提供するワークショップ

- ダイバーシティ研修における初期プログラム
- 新入社員研修におけるキャリア形成研修
- 夫婦感チームワーク創造のためのワークショップ
- 教育機関（中高大）でのキャリア教育授業



▲オンラインカードのイメージ（プレイヤーカード）

▲参加者全員で研修結果の確認と振り返りをしている様子



▲オンラインでライフ・スイッチの解説をしている様子



▲オンラインカードのイメージ（LIFEカード）

※参考：2019年10月発表プレスリリース

国内初、人生100年時代の働き方カードゲーム「ライフ・スイッチ」を開発 1,000社以上の働き方改革実績をもとに、カード・シミュレーション型研修サービスを開始

https://work-life-b.co.jp/20191019_4124.html

◆株式会社ワーク・ライフバランスについて

2006年創業、以来14年にわたり企業の働き方改革により業績と従業員のモチベーションの双方を向上させることにこだわり、働き方改革コンサルティング事業を中心に展開。これまでに自治体・官公庁も含め企業1,000社以上を支援。残業30%削減に成功し、営業利益18%増加した企業や、残業81%削減し有給取得率4倍、利益率3倍になった企業など、長時間労働体質の企業への組織改革が強み。

会社名：株式会社ワーク・ライフバランス

代表者：代表取締役社長 小室 淑恵

サイト：<https://work-life-b.co.jp/>

創立年月：2006年7月

資本金：1,000万円

主な事業内容：

働き方改革コンサルティング事業・講演・研修事業

コンテンツビジネス事業・コンサルタント養成事業

働き方改革支援のためのITサービス開発・提供

「朝メール.com」「ワーク・ライフバランス組織診断」「介護と仕事の両立ナビ」

カードゲーム体験型研修「ライフ・スイッチ」

実績：1,000社以上（国土交通省、鹿島建設中部支店、住友生命保険相互会社、アイシン精機株式会社、内閣府、三重県、埼玉県教育委員会など）



・代表 小室 淑恵プロフィール

2014年9月より安倍内閣「産業競争力会議」民間議員を務め、働き方改革関連法案施行に向けて活動し、2019年の国会審議で答弁。2019年4月の施行に貢献。国政とビジネスサイドの両面から働き方改革を推進している。年間200回の講演依頼を受けながら、自身も残業ゼロ、二児の母として両立している。

<本件に関する報道関係者様からのお問合せ先>

株式会社ワーク・ライフバランス 広報 高安（たかやす）・三山（みやま）

TEL：03-5730-3081 / Mobile：080-5974-7825（たかやす） / Email：media@work-life-b.com