

レボ系ワーケーションツアーへのお誘い

～事業創生のマインドセットと人とのつながり～

2023年12月吉日
ワーケーションまちづくりラボ
(長野県千曲市発)

問い合わせ先：株式会社ふろしきや 田村 英彦 tam@furoshiki-ya.co.jp

日本で進化するワーケーションの現在地



+



「WORK × VACATION」の原義
の通り、非日常の観光地やリゾート地で
リラックスして働くこと

ダイナミックな環境と新しい出会い・交流を
最大限活かした**学びと成長の場**

私たちが用意する最も刺激的で価値の高いワーケーション



'REVOLUTION' & 'WORKATION'

レボ系ワーケーション

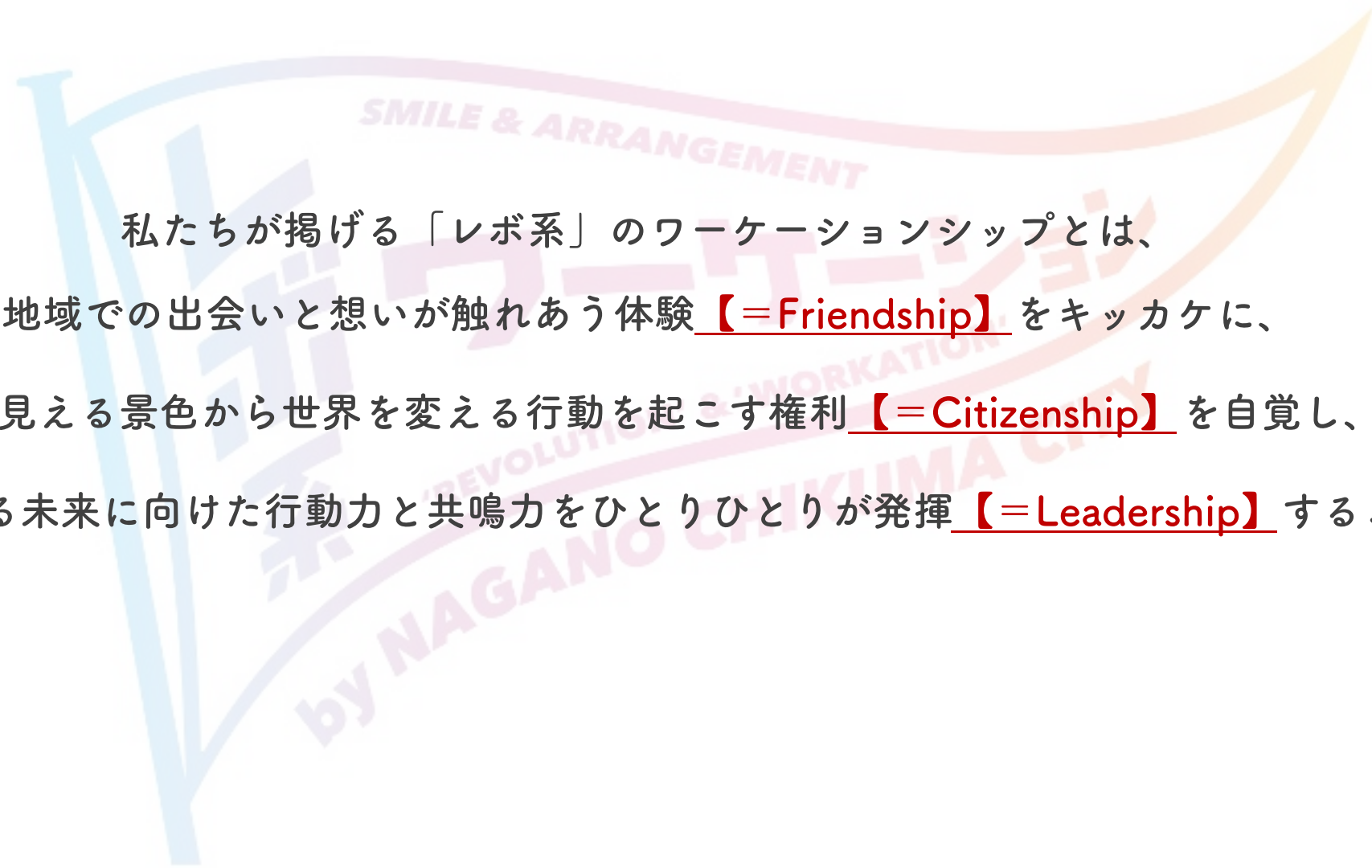
by NAGANO CHIKUMA CITY

「レボ」＝「レボリューション」＝「これまでのやり方を大きく変える」

「レボ系ワーケーション」は

地域を超えた出会いと対話が双方の価値観や行動を変えながら

インパクトあるプロジェクトや事業を生み出す入口となるワーケーション



私たちが掲げる「レボ系」のワーケーションシップとは、
地域での出会いと想いが触れあう体験【=Friendship】をキッカケに、
目に見える景色から世界を変える行動を起こす権利【=Citizenship】を自覚し、
希望ある未来に向けた行動力と共鳴力をひとりひとりが発揮【=Leadership】すること

レボ系ワーケーションツアー企画： 2024年1月22日(月)-2024年1月26日(金)

- ツアー期間：2024年1月22日(月)～1月26日(金)のべ60名程度募集
- 開催場所：長野県千曲市から軽井沢町までのしなの鉄道沿線地域（地域選択式）
- 申込期間：2023年12月1日(金)～1月17日(水)
- 参加料金(税込) ＊初日の昼食以外の飲食費、宿泊費は別途となります。
 - ・レボ系ワーケーションツアー(フル：5日間)： 60,000円
 - ・レボ系ワーケーションツアー(ハーフ：3日間、前半後半パターン)： 40,000円
 - ・地域Meet-up&フィールドワーク限定プラン： 6,000円 (Meet-up飲食代3000円-6000円別途)
 - ・トレインワーケーション①(SR-1車両、1/23のみ)： 8,000円
 - ・トレインワーケーション②(観光列車ろくもん、1/24のみ)： 16,000円
 - ・トレインワーケーション③(SR-1車両、1/25のみ)： 8,000円

＊本ツアーは信州千曲観光局(第2種旅行業登録)の募集型企画旅行への申込となります。

＊12/27(水)、12/28(木)、1/5(金)18:30-19:30に無料オンライン説明会を開催します。

(末尾に申込ページをご覧ください)

こんな方やチームにオススメ



<こんな方にオススメします>

- ・ 自社のノウハウ、自分のスキルなどを活かして社会課題の解決に役立てたいと考えている人
- ・ チームで長野の地域に深い繋がりを持つ機会を効率良く設けたい人
- ・ 新規事業を創るミッションを負っている人
- ・ 新人や若手で成長の機会や社会に向けた事業アイデアを考える機会を求めている人
- ・ いまの現状に満足せず新しい刺激を求めているビジネスパーソン

など、もっと先を見て未来に投資したい、人の役に立ちたいと考えている人
全てにおすすめします。

全体コンテンツイメージ →5日間のコンテンツを参加スタイルに合わせて有効活用

1日目→千曲市に集合/オリエン
2-3日目→トレインコワーキング&地域訪問
4-5日目→トレインコワーキング&地域訪問
5日目：軽井沢でクロージング

	1/22(月)			1/23(火)			1/24(水)			1/25(木)			1/26(金)		
	AM	PM	夜	AM	PM	夜	AM	PM	夜	AM	PM	夜	AM	PM	夜
千曲市		オリエンテーション/ワークショップ ちくまウェルカムナイト(OFFタイム)								専用列車内で交流、 他の市町訪問可能					
トレイン				コワーキング貸切列車運行 (SR-1車両)			コワーキング貸切列車運行 (観光列車ろくもん車両)			コワーキング貸切列車運行 (SR-1車両)					
周辺市町							地域Meet-upナイト(OFFタイム) 地域フィールドワーク * 3地域から選択						地域Meet-upナイト(OFFタイム) 地域フィールドワーク * 3地域から選択		
軽井沢町	ワーク時間多数、 全コンテンツ選択制。 自分のリズムや業務量に応じ て直前で変更可能						しなの鉄道乗り放題デ ジタルフリーパス付与 (全日)						ワークショップ 軽井沢クロージングナイト (OFFタイム)		

千曲市初日コンテンツ&軽井沢町最終日コンテンツイメージ



1/22(月)初日には、ワーケーション・まちづくりラボメンバーとワーケーション・コーチャーを中心に、レボ系ワーケーションツアーを最大限有効活用する過ごし方を一緒に考える時間を持ちます。その後、ゲストハウス昭和の寅やで人と信州素材との出会いを楽しむ場を持ちます。注目の取組、NEOネオンも体験できます。



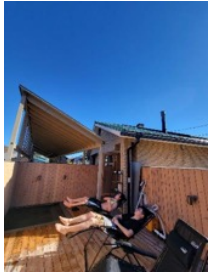
1/26(金)最終日には、同じくワーケーション・まちづくりラボと共に、滞在中の体験をもとにした事業やプロジェクトの可能性をまとめ、話し合う時間を持つ、レボ系ワーケーションの最もコラボが生まれる場となります。軽井沢の関係者もホスト役として参加します。軽井沢のテレワークやコワーキングの拠点をフル活用します。

各地域でのMeet-UP & フィールドワークテーマイメージ(1/23-24：前半3地域)

【詳細：地域コンテンツ】1/24(水)：上田市フィールドワークコンテンツ

トトノイから生まれるイノベーションはあるのか？

サウナセッション



上司：「仕事中にサウナ入るなんて、そんな仕事じゃない」
俺（私）：「サウナでトトノえば、すげー仕事はかどっちゃうんですよ！ほんとだってー（泣）」

会社に理解されない、そんなサウナービジネスマンに捧ぐ

上田市のワーケーション事業で新たに着手した

サウナ × ワーケーション

サ旅が業務として認められる日も近い！

を体験



テーマ：ワーケーションにおけるサウナの有用性quest（探求）

フィールドワークホスト：伊藤 正道

場所：hyvasauna（ヒュバサウナ）

※完全貸切、アウフグースサービス付き

時間：9:00-12:00 サウナタイム9:30-11:30（2h）

※サウナ前後は隣接コワーキングスペース利用可。

住所：長野県上田市秋和1110-8



【詳細：地域コンテンツ】1/24(水)：立科町フィールドワークコンテンツ



テーマ：古民家活用ミニミニアイデアソン

場所：まちかどオフィス フィールドワークホスト：T.A.R.P代表 永田 賢一郎

時間：1/24(水)9:00-12:15(昼食込) ※終了後 田中駅まで送迎いたします。(12:40 田中駅着予定)

住所：長野県北佐久郡芦田2615-1

※本プランは23日&24日の宿泊込みのセットプランとなります。

立科町の課題である「空き家問題」に取り組む建築家の活動内容聞き、「地域課題」を解決視点で、自社の商材・サービスを考察する機会を作ります。実際に町を歩いて感じ、空き家の活用方法のミニミニアイデアソンを行います。難しく考えずに、視野を広げる視座を高める気持ちで気楽に参加できます。お昼は立科町が誇るブランド牛「夢科牛」の豪華お弁当付。

上州屋
JOSHUYA

FIELD WORK CONTENTS

1/24 WED 9:00~12:00

東御市 海野宿一棟貸し宿 上州屋

午後以降、コワーキングとして利用可能

（サウナ利用可能〈要予約〉）¥4,500/2.5時間）

フィールドワークホスト：上州屋 浅川達也 ...他



「伝統と革新の融合」 新しい宿場町のアイデアソン



東御市海野宿は伝統的建造物群保存地区として江戸末期の風景を今に残す宿場町です。
しかし、主たるコンテンツが乏しく知名度も低いため、観光客も少なく、さらには地元住民も立ち寄ることもない状況にあります。逆を言えば「静けさ」によって「タイムスリップした感覚」は、どこかの宿場町より味わえるかもしれません。また、高齢化が進み空き家も今後増える状況にあり、後世にこの風景を残し継承していくことが危ぶまれる可能性もあります。
海野宿に残る「伝統」と現代におけるデジタルやクリエイティブなどの「革新」を融合させ、経済的にも潤い魅力あふれる新しい宿場町をつくるためのアイデアと学びをシェアするアイデアソンです。



前半は「上田市」「東御市」「立科町」の3地域からコンテンツを用意しています。

【各地域のメインホスト】

●上田市：伊藤 正道(上田市役所)

●東御市：浅川 達也(上州屋)

●立科町：渡邊 岳志(信州たてしな観光協会)

各地域でのMeet-UP & フィールドワークテーマイメージ(1/25-26：後半3地域)

【詳細：地域コンテンツ】1/26(金)：千曲市フィールドワークコンテンツ



テーマ：グローバルに誇れる観光地づくりアイデアソン

場所：コワーキングGorori フィールドワークホスト：(一社)信州千曲観光局 専務理事 小沼 浩栄
時間：1/26(金)9:00-12:00 *午後以降、コワーキングとしての利用も可能
住所：長野県千曲市上山田温泉2丁目12-10 (千曲市総合観光会館内、戸倉上山田温泉街内)

信州千曲観光局は、レボ系ワーケーションと一緒に取り組むパートナーの1人。地元で愛される温泉と魅力的なスナックなどが軒を連ねる昭和レトロな戸倉上山田温泉街、日本遺産にも認定される焼杉棚田など、地域の大事な資源を活用した観光事業に取り組んでいます。R5年度よりグローバル基準も取り入れた持続的な観光地づくりに取り組み、GSTC(グローバル・サステナブル・ツーリズム協議会)認定基準の観光地を新しく目指しています。(参考指標：A) 持続可能な経営 (B) 社会経済への影響 (C) 文化への影響 (D) 環境への影響)
景観、温泉、お酒、夜景、音楽、人情など大事にしたい千曲市の「文化」を環境配慮をしながらも経済的にも支えていく、地元もそうでない皆さんも、一緒になって取り組めるアイデアを共に学び考えあうアイデアソンです。
*信州千曲観光局HP：HP：<https://chikuma-kanko.com> *代表的な取組：NEOネオン <https://neoneon.jp>

【詳細：地域コンテンツ】1/26(金)：佐久市フィールドワークコンテンツ



テーマ：ローカル線「JR小海線」をサムい佐久でアツく盛り上げる！！アイデアソン

場所：佐久平駅、ワークテラス佐久ほか フィールドワークホスト：株式会社MoSAKU
時間：1/26(金)9:30-12:00 *午後以降、コワーキングとしての利用も可能 (別途料金)
集合場所：9:30にJR佐久平駅を予定

ワークテラス佐久は長野県内最大規模のコワーキングスペース。当日は施設の見学を行ったのち、株式会社MoSAKUがとりくむ「超まちづくり」のワークショップを行います。テーマは赤字路線としてもニュースになっている「JR小海線」を盛り上げる。赤字ローカル路線としてたびたび話題にあがる小海線について、MoSAKUや参加者の皆様のアセットを総動員して、盛り上げるためのアイデアソンを行います！！

*ワークテラス佐久HP：HP：<https://www.3saku.com> *株式会社MoSAKU <https://mosaku.co.jp>

【詳細：地域コンテンツ】1/26(金)：御代田町フィールドワークコンテンツ



テーマ：カタチになっていない考えや想いに向き合うワークショップ (仮)

場所：コワーキングスペースのような研究所 Gokalab (ゴカラボ)
時間：1/26(金)9:00-12:00 *午後以降、コワーキングとしての利用も可能
住所：長野県北佐久郡御代田町1207-23

コロナ禍を経て、御代田町では移住者がコンスタントに増えています。都心からのアクセスの良さ、教育環境、気候の良さなどが主な理由です。「人生をより豊かにするための生活拠点」として選ばれているこのエリアに、2022年11月に誕生したのがGokalabです。コンセプトは「はたらくが広がる研究所」。コミュニティを中心に、地域との接点を作りながら、未来の「はたらく」を考えるさまざまな探究が日々行われています。
LEGO® SERIOUS PLAY®メソッドを活用したワークショップを開催予定です。LEGO®ブロックを使って作品を創り、その作品をメタファーを使って語ることで、自分の中にあるまだ言葉になっていない考えや想いを引き出すことができます。



前半は「千曲市」「佐久市」「御代田町」の3地域からコンテンツを用意しています。

【各地域のメインホスト】

- 千曲市：小沼 浩栄(信州千曲観光局)
- 佐久市：柳澤 拓道(MoSAKU)
- 御代田町：小平 佳伸/木村 圭佑(御代田町役場)

移動時間を「交流・意見交換」促進の場に変える、列車空間の活用(1/23-25連続貸切運行)

1日2往復、千曲市～軽井沢町を専用列車(ワーケーショントレイン)として運行

1/24(水)運行

移動するつながり案内所兼コワーキングスペースとして運行

観光列車「ろくもん」貸切列車のご案内



貸切列車では、観光列車「ろくもん」3両1編成を貸し切ってご利用いただくことができます。「ろくもん」自慢のコース料理やお弁当などご予算に応じてお食事や地酒など飲み物の手配も可能です。
客室乗務員のおもてなしとともに、地域イベント、社員旅行、修学旅行をはじめウェディングなど「ハレ日」イベントで自然豊かな沿線の景色と「ろくもん」の旅をお楽しみください。

— 概要 —

- ◆最大72名様にご利用いただけます。
(フルコースでの食事提供は50名様まで)
- ◆軽井沢～黒姫の区間で、ご希望に合わせて乗車区間が設定できます。
- ◆定期列車の合間で時刻を設定しますが、お客様のご希望に合わせて時刻や停車駅、停車時間の設定ができます。
- ◆通常運行で提供している「洋食コース料理」、「創作和食料理」をはじめ、駅弁や沿線の銘店が手掛けるお弁当など、ご予算に応じたお食事をお選びいただけます。
- ◆貸切列車の乗車区間(距離)により料金を設定しております。
- ◆乗車日の6カ月前から申し込みが可能です。
- ◆貸切列車は、通常運行日に指定されていない日に設定できます。
- ◆貸切列車の料金等詳しくは、ろくもん予約センターまでお問い合わせください。



ウェディング



ワーケーショントレイン



1号車(定員24名)



2号車(定員28名)

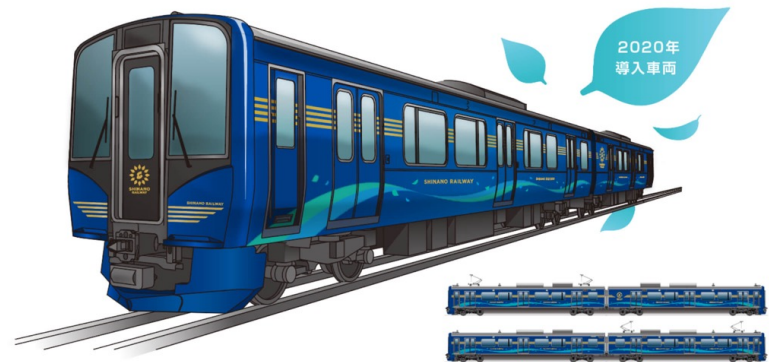


3号車(定員20名)

1/23(火)、1/25(木)運行

移動するワークタイム重視のコワーキングスペースとして運行

沿線に爽やかな新風を



2020年
導入車両



- ・電源コンセント
- ・ドリンクホルダー
- ・無料Wi-Fi
- ・テーブル
- ・軽食サービス

<https://www.shinanoorailway.co.jp/sr1/>

ワーケーション来訪者や長野側のキーマンが乗車した交流・意見交換の場

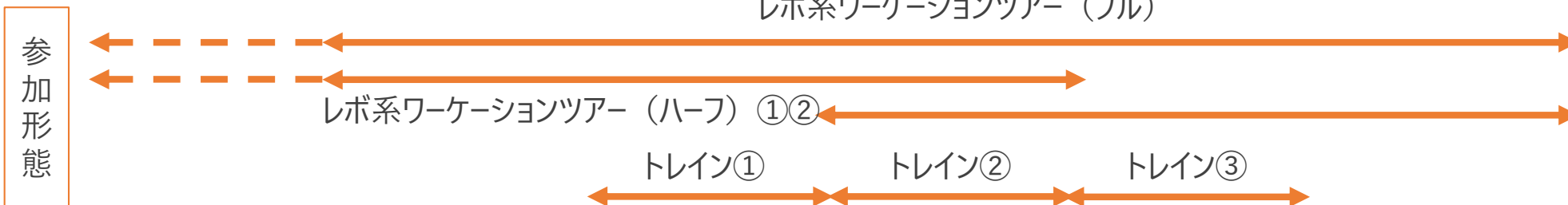
(例) 地域交流・課題発見コース →目的や滞在の期間似合わせてコンテンツを活用

	1/22(月)			1/23(火)			1/24(水)			1/25(木)			1/26(金)			
	A M	P M	夜	A M	P M	夜	A M	P M	夜	A M	P M	夜	A M	P M	夜	
レボ系 ワーケーションツアー (フル)	オリエンテーション ワークショップ ちくまウェルカムナイト トレインワーケーション			SR-1貸切			地域Meet-upナイト 地域フィールドワーク * 3地域から選択 観光列車ろくもん貸切			SR-1貸切			地域Meet-upナイト 地域フィールドワーク * 3地域から選択 ワークショップ 軽井沢 クロージングナイト			全コンテンツに参加して、レボ系のマインドセットとプロジェクトの種だけでなく東信州に居場所を作るコース。6万+夜交流会(1.2-1.5万)+宿泊費。
レボ系 ワーケーションツアー (前半 HALF)	オリエンテーション ワークショップ ちくまウェルカムナイト トレインワーケーション			SR-1貸切			地域Meet-upナイト 地域フィールドワーク * 3地域から選択 観光列車ろくもん貸切									前半コンテンツに参加して、レボ系のマインドセットとプロジェクトの種を考える HALF コース。4万+夜交流会(0.6-0.9万)+宿泊費。
レボ系 ワーケーションツアー (後半 HALF)							観光列車ろくもん貸切			SR-1貸切			地域Meet-upナイト 地域フィールドワーク * 3地域から選択 ワークショップ 軽井沢 クロージングナイト			後半コンテンツに参加して、レボ系のマインドセットとプロジェクトの種を考える HALF コース。4万+夜交流会(0.6-0.7万)+宿泊費。
地域Meet-up & フィールドワーク 限定プラン							地域Meet-upナイト 地域フィールドワーク * 3地域から選択						地域Meet-upナイト 地域フィールドワーク * 3地域から選択			前半もしくは後半の地域コンテンツのみに参加して、人とのつながりとプロジェクトの種を考えるショートコース。0.6万+夜交流会(0.3-0.6万)+宿泊費。

日程詳細

	1/21(日)	1/22(月)	1/23(火)	1/24(水)	1/25(木)	1/26(金)
	オプション滞在	千曲	各所	各所	各所	各所&軽井沢
午前	軽井沢 千曲までぶらり周遊	11:00-12:00 オリエンテーション @Gorori	9:00-17:00頃 トレインワークショップ SR-1貸切運行 屋代駅-軽井沢駅 ・つながり拠点、兼ワーキング案内	9:00頃-12:00頃 地域フィールドワーク 上田市、東御市、立科町 9:00-17:00頃 観光列車ろくもんトレインワークショップ運行 ・つながり拠点、兼ワーキング案内	9:00-17:00頃 トレインワークショップ SR-1貸切運行 屋代駅-軽井沢駅 ・つながり拠点、兼ワーキング案内	9:00-12:00頃 地域フィールドワーク 御代田町、佐久市、千曲市 15:00-17:30 クロージングWS @軽井沢 テーマ：妄想/構想 プロジェクト発表会 (オンラインもあり)
昼食		12:00-13:00 ランチ交流会 @Gorori				
午後		13:00-16:00 自由ワーク 16:00-17:50 オープニングWS テーマ：ワークショップ 目的発表会 @Gorori				
夕食		18:00-20:00 ちくまウェルカムナイト @昭和の寅や	18:00頃- 地域Meet-upナイト 上田市、東御市、立科町		18:00頃- 地域Meet-upナイト 御代田町、佐久市、千曲市	18:00頃- 軽井沢クロージングナイト @軽井沢
備考	宿泊任意	21:00- NEOネオン希望者案内 宿泊自由 月の都フリーパス付属	宿泊自由 月の都フリーパス付属	宿泊自由 月の都フリーパス付属	宿泊自由 月の都フリーパス付属	宿泊自由 月の都フリーパス付属

レボ系ワークショップツアー（フル）



モデルコース：地域交流・課題発見（2泊3日）

■ 対象

- ・ 新規ビジネス創出、地域課題の発掘、社外交流による人材育成など
- ・ 千曲市ワーケーションで起こっている地域創生・まちづくりの実態を視察したい
- ・ 非日常（温泉、スナック、トレインワーケーション、地域交流）で新しいアイデアのヒントを得たい

■ 費用見積

1人あたり 63,200～73,200円

費用内訳

- ・ 交通費（東京～戸倉往復：13,200円）
- ・ 参加費（ハーフ前半：40,000円）※ランチ交流会・ちくまウェルカムナイト、スナック体験別途
- ・ 宿泊費（2泊：10,000～20,000円）

	1/22(月)	1/23(火)	1/24(水)
	千曲市	千曲市・軽井沢町	トレインワーケーション
午前	お住まい・会社の地域から 長野県千曲市へ移動 11:00-12:00 オリエンテーション@Gorori	トレインワーケーション（SR-1貸切運行） 戸倉駅8:30頃→小諸駅9:30頃	田中駅10:00集合
昼食	12:00-13:00 ランチ交流会 (月の都弁当) @Gorori	小諸市視察 小諸駅11:00頃→上田駅11:30頃	10:00-17:00頃 観光列車ろくもん トレインワーケーションにて
午後	13:00-16:00 ・上山田温泉街視察 16:00-18:00 ・オープニングWS テーマ：ワーケーション 目的発表会 @Gorori	ランチ（上田市） 上田市視察 上田駅14:30頃→軽井沢駅16:00頃 軽井沢町視察	自社ミーティング 参加者・地域関係者との交流 16:00～ 軽井沢駅から帰宅の途へ
夕食	18:00-20:00 ・ちくまウェルカムナイト @昭和の寅や 21:00～ NEOネオン（スナック体験）	18:00頃～ ・地域Meet-upナイト 東御市	
備考	上山田温泉街で宿泊 月の都フリーパス付属	軽井沢町で宿泊 月の都フリーパス付属	月の都フリーパス付属

モデルコース：地域交流・課題発見（2泊3日）

■ 対象

- ・ 新規ビジネス創出、地域課題の発掘、社外交流による人材育成など
- ・ 千曲市ワーケーションで起こっている地域創生・まちづくりの実態を視察したい
- ・ 非日常（温泉、スナック、トレインワーケーション、地域交流）で新しいアイデアのヒントを得たい

■ 費用見積

1人あたり 63,200～73,200円

費用内訳

- ・ 交通費（東京～戸倉往復：13,200円）
- ・ 参加費（ハーフ後半：40,000円）※地域Meet-upナイト、スナック体験別途
- ・ 宿泊費（2泊：10,000～20,000円）

	1/24(水)	1/25(木)	1/26(金)
	トレインワーケーション・千曲市	千曲市・小諸市・御代田町	御代田町・軽井沢町
午前		自社ミーティング	9:00-12:00頃 ・地域フィールドワーク（御代田町）
昼食	お住まい・会社の地域から 長野県軽井沢町へ移動 軽井沢駅10:00集合	12:00-13:00 温泉街でランチ	12:00-13:00 御代田町でランチ
午後	10:00-17:00頃 ・観光列車ろくもん トレインワーケーションにて 自社ミーティング 参加者・地域関係者との交流	トレインワーケーション（SR-1貸切運行） 戸倉駅14:00頃→小諸駅15:00頃 小諸市視察 小諸駅17:30→御代田駅17:40	14:00-16:00 軽井沢町視察 16:00頃～ クローキングWS(軽井沢町) テーマ：妄想/構想 プロジェクト発表会 18:00～ 帰宅の途へ
夕食	18:00-20:00 温泉街で夕食 21:00～ NEOネオン（スナック体験）	18:00頃～ 地域Meet-upナイト 御代田町	
備考	上山田温泉街で宿泊 月の都フリーパス付属	御代田町で宿泊 月の都フリーパス付属	月の都フリーパス付属

モデルコース：オフサイトミーティング（2泊3日）

- 対象
- ・ 経営合宿、新規ビジネス創出、プロジェクトキックオフ、新規チームのチームビルディングなど
 - ・ とにかく集中して自社メンバーで集中ミーティングをしたい
 - ・ 同時に、非日常（温泉、スナック、トレインワーケーション、地域交流）で気分転換や新しいアイデアのヒントを得たい

- 参考費用
- 1人あたり 39,200～49,200円
- 費用内訳
 - ・ 交通費（東京～戸倉往復：13,200円）
 - ・ 参加費（トレインワーケーション：16,000円）※地域Meet-upナイト、スナック体験別途
 - ・ 宿泊費（2泊：10,000～20,000円）

	1/24(水)	1/25(木)	1/26(金)
	トレインワーケーション・千曲市	千曲市	千曲市
午前	お住まい・会社の地域から 長野県軽井沢町へ移動 軽井沢駅10:00集合 10:00-17:00頃 ・観光列車ろくもん トレインワーケーションにて 自社ミーティング	自社ミーティング	自社ミーティング
昼食		12:00-13:00 温泉街でランチ	12:00-13:00 温泉街でランチ
午後		13:00-18:00 自社ミーティング	13:00～17:00 自社ミーティング 17:00～ 帰宅の途へ
夕食	18:00-20:00 温泉街で夕食 21:00～ NEOネオン（スナック体験）	18:00頃～ 地域Meet-upナイト 千曲市 21:00～ NEOネオン（スナック体験）	
備考	上山田温泉街で宿泊 月の都フリーパス付属	上山田温泉街で宿泊 月の都フリーパス付属	月の都フリーパス付属

※赤字部分は、ワーケーション事務局提供イベントに参加

モデルコース：オフサイトミーティング（3泊4日）

- 対象
- ・ 経営合宿、新規ビジネス創出、プロジェクトキックオフ、新規チームのチームビルディングなど
 - ・ とにかく集中して自社メンバーで集中ミーティングをしたい
 - ・ 同時に、非日常（温泉、スナック、トレインワーケーション、地域交流）で気分転換や新しいアイデアのヒントを得たい

- 費用見積
- 1人あたり 44,200～59,200円
- 費用内訳
- ・ 交通費（東京～戸倉往復：13,200円）
 - ・ 参加費（トレインワーケーション：16,000円）※ランチ交流会・ちくまウェルカムナイト、スナック体験別途
 - ・ 宿泊費（3泊：15,000～30,000円）

	1/21(日)	1/22(月)	1/23(火)	1/24(水)
	千曲市	千曲市	千曲市	トレインワーケーション
午前	お住まい・会社の地域から 長野県千曲市へ移動	9:00-11:00 自社ミーティング	自社ミーティング	戸倉駅8:00集合 9:00-16:00頃 観光列車ろくもん トレインワーケーションにて 自社ミーティング 16:00～ 軽井沢駅から帰宅の途へ
昼食		11:00-12:00 オリエンテーション@Gorori		
午後		12:00-13:00 ランチ交流会 (月の都弁当) @Gorori	12:00-13:00 温泉街でランチ	
夕食		13:00-18:00 自社ミーティング	13:00～18:00 自社ミーティング	
夕食		18:00-20:00 ・ちくまウェルカムナイト @昭和の寅や 21:00～ NEOネオン（スナック体験）	18:00-20:00 温泉街で夕食 21:00～ NEOネオン（スナック体験）	
備考	上山田温泉街で宿泊	上山田温泉街で宿泊 月の都フリーパス付属	上山田温泉街で宿泊 月の都フリーパス付属	月の都フリーパス付属

※赤字部分は、ワーケーション事務局提供イベントに参加



株式会社ふるしきや

田村 英彦

代表取締役/ まとめ役

1982年 京都府京都市生まれ。

2007年～ 大学院卒業後、(株)ディー・サインでプロジェクト・マネジャーとして活動。

2016年1月、株式会社ふるしきや創業。

2022年1月、ファイネスト合同会社を創業。

2017年1月より長野県千曲市在住。（妻：長野市出身）

学生時代から文化祭、団体スポーツなどの人が力を合わせ目標に向かう瞬間を愛し、一貫してマネジメントの領域で腕を磨き続けている。(株)ディー・サインでは多くの企業の経営課題・文化・組織と向き合い、ワークスタイルとオフィス空間のディレクションを行う。

「地域×マネジメント」の領域に挑戦するため、ふるしきやを創業。まちづくりの戦略に加え、ソーシャルグッドを生み出し続ける人の関係性/場づくりや人流創生のプラットフォームづくりなど、長野県を中心に、より楽しく前向きに地域課題や社会課題と向き合える社会づくりに関わり続けている。

直近の関わる分野は「まちづくり」「ワーケーション」「MaaS」「ゼロカーボン」



ふるしきや＝まとめる・拡げる

まちづくりやソーシャルビジネスの領域において、ワーケーションやMaaSなど「コレクティブ・インパクト」が生まれる事業に取り組んでいます

HP : <https://furoshiki-ya.co.jp>

ワーケーション体験企画・運営・コーチャー



しなの鉄道株式会社
山崎 哲也

2003年～2019年 千曲市役所
2020年～ 一般社団法人信州千曲観光局
2023年～ しなの鉄道株式会社

千曲市役所就職後、障害者福祉6年、ゴミ焼却施設の建設プロジェクト7年、産業振興課で中心市街地活性化等のプロジェクトに携わり、2020年より信州千曲観光局へ出向。観光局では主に企画を担当。産業振興課時代から立場を変えながらワーケーションの企画に関わる。その他、謎解き街歩き事業、NEOネオンなどエンタメ&フェス系事業も立ち上げる。2023年4月しなの鉄道へ出向、貸切列車「マイレール」、イベント企画など担当。



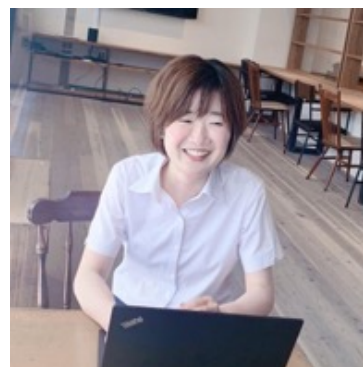
株式会社MaaS Tech Japan
取締役CSO プロダクト開発統括
清水 宏之氏

1999年4月～ (株)JR東日本情報システム 入社、新幹線システム開発に従事
2016年5月～ 日本マイクロソフト株式会社 入社、運輸業界担当
2022年2月～ (株)MaaS Tech Japan 入社、プロダクト開発統括（担当役員）
2022年5月～ MaaSオペレーター事業準備室長（兼務）
2020年11月～ 長野県千曲市のワーケーション企画支援・温泉MaaS構築支援
2022年7月～ 観光庁広域周遊観光促進のための専門家派遣事業（登録専門家）



合同会社KOUYO
代表
坂下 彩花

2010年～2015年
株式会社GENOVA WEBコンサルティング事業部 課長
2016年～2020年
株式会社ローカルワークス 人事・広報 課長
2020年～
合同会社KOUYO設立



長野県庁産業労働部
産業立地・IT振興課 主任
清滝 葵

1992年生まれ 長野県出身・在住
2015年4月～ 長野県庁入庁 福祉・人事分野に携わる。
2021年4月～ ソフトバンク（株）に研修派遣 教育CSR分野に携わる。
2022年4月～ 現所属に異動 信州リゾートテレワーク担当

ワーケーションが初めての方など希望者には、慣れたコーチャーがテレワークや交流の仕方などのアドバイスを聞くことができます。

レボ系ワーケーションツアー詳細

●**イベント期間**：2024年1月22日(月)～1月26日(金)

●**申込期間**：2023年12月1日(金)-1月17日(水)

●**募集人数**：のべ60名程度

*各地フィールドワークコンテンツは参加3日前まで変更可能です。申込時にはその時点での希望を記載ください。

●**参加料金(税込)**

・レボ系ワーケーションツアー(フル)：60,000円

・レボ系ワーケーションツアー(ハーフ、前半後半共)：40,000円

●**料金に含まれる内容** *初日の昼食以外の飲食費、宿泊費は別途となります。

【レボ系ワーケーションツアー(フル)】

全体：ワーケーションコーチング代、全日利用可の月の都フリーパス(しなの鉄道：軽井沢-篠ノ井間、千曲市循環バス乗降自由)

1/22(月)：月の都フリーパス、昼食特別弁当、ワークショップ参加費、コワーキング場所代

1/23(火)：月の都フリーパス、SR-1特別貸切車両乗車費(乗降自由)

1/24(水)：月の都フリーパス、地域フィールドワーク参加費、特別貸切観光列車ろくもん乗車費(乗降自由、コーヒー等2杯付)

1/25(木)：月の都フリーパス、SR-1特別貸切車両乗車費(乗降自由)

1/26(金)：月の都フリーパス、地域フィールドワーク参加費、ワークショップ参加費

*各日の夜に設定されている交流会費用(3000円/会目安)は別途となります。

【レボ系ワーケーションツアー(ハーフ、前半)】

全体：ワーケーションコーチング代、全日利用可の月の都フリーパス(しなの鉄道：軽井沢-篠ノ井間、千曲市循環バス乗降自由)

1/22(月)：月の都フリーパス、昼食特別弁当、ワークショップ参加費、コワーキング場所代

1/23(火)：月の都フリーパス、SR-1特別貸切車両乗車費(乗降自由)

1/24(水)：月の都フリーパス、地域フィールドワーク参加費、特別貸切観光列車ろくもん乗車費(乗降自由、コーヒー等2杯付)

*各日の夜に設定されている交流会費用(3000円/会目安)は別途となります。

【レボ系ワーケーションツアー(ハーフ、後半)】

全体：ワーケーションコーチング代、全日利用可の月の都フリーパス(しなの鉄道：軽井沢-篠ノ井間、千曲市循環バス乗降自由)

1/24(水)：月の都フリーパス、地域フィールドワーク参加費、特別貸切観光列車ろくもん乗車費(乗降自由、コーヒー等2杯付)

1/25(木)：月の都フリーパス、SR-1特別貸切車両乗車費(乗降自由)

1/26(金)：月の都フリーパス、地域フィールドワーク参加費、ワークショップ参加費

*各日の夜に設定されている交流会費用(3000円/会目安)は別途となります

【オプション】

・地域Meet-up&フィールドワーク限定プラン：6,000円 (1箇所選択、Meet-up飲食代3000円-6000円別途)

・トレインワーケーション①(SR-1車両、1/23)：8,000円 ・トレインワーケーション②(観光列車ろくもん、1/24)：16,000円

・トレインワーケーション③(SR-1車両、1/25)：8,000円

*本ツアーは信州千曲観光局(第2種旅行業登録)の募集型企画旅行への申込となります。

事業取組紹介&申込



オンライン無料説明会
申込

レボ系ワーケーションツアー
申込

ワーケーション・まちづくりラボ
事業紹介

ワーケーション実験ノート
(運営/参加者の想いや体験談)



<https://pro.form-mailer.jp/lp/87e7717a303816>



<https://select-type.com/ev/?ev=LT3K1LGVWE0>



<https://furoshiki-ya.co.jp/workationlab>



https://note.com/workation_lab/

問い合わせ先：株式会社ふるしきや 代表取締役 田村 英彦 tam@furoshiki-ya.co.jp

全体コンテンツ詳細

【詳細：全体】 1/22(月)：初日コンテンツ-ビジネスタイム



会場：コワーキングスペースGorori
住所：長野県千曲市上山田温泉2-12-10
(千曲市総合観光会館内、戸倉上山田温泉街内)

11:00-12:00 オリエンテーション
* 9:00からコワーキングとして入場可
12:00-13:00 ランチ交流会(旅館特製弁当)
13:00-16:00 自由ワーク
* 交流も個人でのワークも両方可の時間です
16:00-17:50 オープニングワークショップ

オープニングワークショップ：ワーケーション目的発表会 ファシリテーター：ワーケーション・まちづくりラボ運営メンバー



オープニングワークショップでは、各参加者の滞在時間をより有益な体験とするために行います。ファシリテーターのもと、自分自身の働き方の振り返り、新しく加えたい働き方の要素を洗い出し、このワーケーション期間中に前向きに取り組む内容をアウトプットする時間です。

各テーブルに運営メンバーやワーケーションコーチャーとのサポートを通して行いますので、安心してご参加ください。

【詳細：全体】 1/22(月)：初日コンテンツ-ちくまウェルカムナイト



会場：おせっかいゲストハウス 昭和の寅や HP：<https://toraya.love/guesthouse/>
会場ホスト：清水 則子(昭和の寅やオーナー)/鍛冶 博一(姨捨ゲストハウスなからやオーナー)

時間：1/22(金)18:00-21:00 住所：長野県千曲市上山田温泉2丁目24-6 *Gororiより徒歩5分程度
食事内容：信州厳選の食材を使った特別ビュッフェ
金額：3,000円(税込、ソフトドリンク込み、アルコール別途)

初対面の皆さんが多い、最初の夜の懇親会は、千曲市の誇るおもてなしゲストハウスの2オーナーをホストに、ワーケーションを通じた出会いから生まれたおせっかいゲストハウス「昭和の寅や」で行います。人との出会いを楽しみ方を熟知するオーナー清水さんと、そのゲストハウスの師匠である姨捨ゲストハウスなからやのオーナー鍛冶さんの2人をホストに、料理は千曲市ワーケーションで大人気のフレスコラボさん。信州食材を色々知ってもらえる、特別ビュッフェになります！

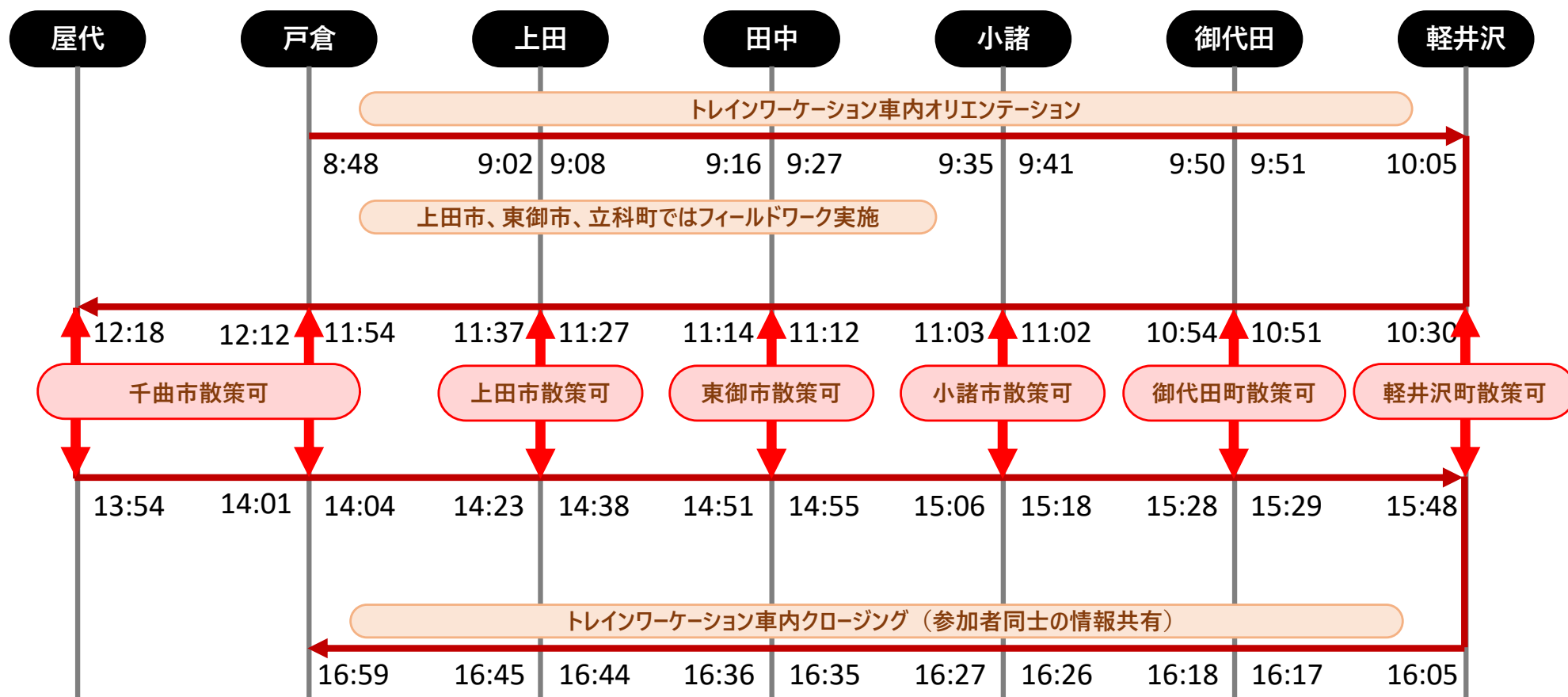
【詳細：ワーケーショントレイン】 1/23(火)新型車両SR1系



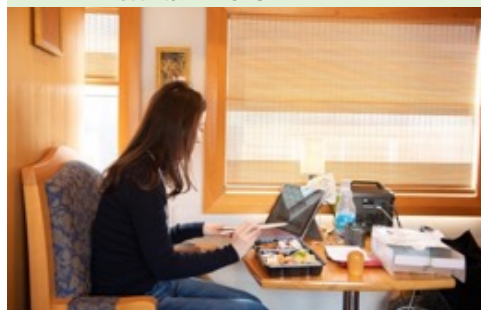
上田市
Meet-upナイト

東御市・立科町
Meet-upナイト

【詳細：ワーケーショントレイン】 1/24(水)観光列車ろくもん



個室スペース
電話会議や集中したいとき



カフェ展望スペース
気分を変えて仕事したいとき



オープンスペース
参加者同士で交流したいとき



【詳細：ワーケーショントレイン】 1/25(木)新型車両SR1系



千曲市
Meet-upナイト

佐久市
Meet-upナイト

御代田町
Meet-upナイト

【詳細：全体】 1/26(金)：最終日コンテンツ-ビジネスタイム



会場：WORK × ation Site 軽井沢

住所：長野県北佐久郡軽井沢町大字軽井沢字
野沢原1323-1387 (軽井沢駅徒歩15分)

会場ホスト：軽井沢観光協会 竜野 茂康(13:00-)

13:00-15:00 自由ワーク&ディスカッション

* 会場は9:00からコワーキングとして利用可。

15:00-17:30 クロージングワークショップ

* 前半 HALF 日程参加者などオンラインで参加可

クロージングワークショップ：妄想/構想プロジェクト発表会

ファシリテーター：ワーケーション・まちづくりラボ運営メンバー



クロージングワークショップは、各参加者の滞在中の体験や出会いを最大限活用し、新しい事業のタネを生み出すワークショップです。活かせる地域資源、参加者同士のスキルなどを捉え直し、未来や社会課題に向けて具体化していく複数人で行うワークショップです。

各テーブルに運営メンバーなど新規事業や社会事業に日常的に生み出しているメンバーも交えて、全体の発想を共に膨らませます。

【詳細：全体】 1/26(金)：最終日コンテンツ-軽井沢クロージングナイト



会場：232 work&hotel HP： <https://hello232.com/work/>

会場ホスト：レボ系ワーケーションツアー事務局と232 work&hotelの皆様

時間：1/26(金)18:00-21:00 住所：長野県北佐久郡軽井沢町軽井沢東23-2 2F ＊軽井沢駅徒歩5分

食事内容：カスターニエ 軽井沢ローストチキン オードブル ＊同一オーナーのローストチキン専門店

金額：3,000円(税込、ソフトドリンク込み、アルコール別途)

最後の夜は軽井沢のワーケーションおすすめ拠点である「232 work&hotel」を特別に貸し切ってクロージングナイトを行います。素敵な空間で人気のローストチキンのオードブルを手に、ワーケーションの事務局や参加者と共に最後の夜を楽しみましょう！！

選択式地域コンテンツ詳細(1/23-24)

【詳細：地域コンテンツ】 1/23(火)：上田市Meet-upナイト



会場：Upmoat 会場ホスト：伊藤 正道(上田市役所)

時間：1/23(水)18:00-21:00

金額：5,000円（2h飲み放題付）

住所：長野県上田市中心2-9-19 ＊しなの鉄道上田駅下車 徒歩10分

食事内容：上田の新名物（になる予定）味噌おでんほか



かつて中央商店街のスーパーであった建物をリノベーション。ランチタイムから2次会、3次会など深夜も楽しめる上田のNEWスポット！独自に開発した“上田味噌おでん”はこの店でしか味わえない。おしゃれな佇まいのように、クレープなどスイーツメニューも豊富。マスターがこだわるラム酒も絶品！

トトノイから生まれるイノベーションはあるのか？

サウナケーション



上司：「仕事中にサウナ入るなんて、そんなの仕事じゃない」
俺（私）：「サウナでトトノえば、すげー仕事はかどっちゃうんですよ！ほんとだってー（泣）」

会社に理解されない、そんなサウナービジネスマンに捧ぐ

上田市のワーケーション事業で新たに着手した

サウナ × ワーケーション

を体験

サ旅が業務として認められる日も近い！



テーマ：ワーケーションにおけるサウナの有用性quest（探求）

フィールドワークホスト：伊藤 正道

場所：hyvasauna（ヒュバサウナ）

※完全貸切、アフグースサービス付き

時間：9:00-12:00 サウナタイム9:30-11:30（2h）

※サウナ前後は隣接コワーキングスペース利用可。

住所：長野県上田市秋和1110-8



【詳細：地域コンテンツ】 1/23(火)：東御市Meet-upナイト

一夜限りの

Meet-up Night

TOMI MAKERS DINNER

上州屋
JOSHUYA

1/23 THU 18:00～21:00

東御市 海野宿一棟貸し宿 上州屋

お一人様 ¥6,000 (ワイン2グラス付)

シェフ：ヴィラデストカフェ 村山 貴臣

提供内容：信州峯村牛 / 東御市産羊肉 / 東御市産ワイン

海野宿の中央ほどの約140年近くなる建物をリノベーションした上州屋で、東御市内で活躍する生産者とシェフをお迎えし交流を交えながら、東御尽くしの料理をお召し上がりいただきます。生産者の想いをダイレクトに感じれる MAKERS DINNER です。



牧者みねむら (信州峯村牛) / SASAKI FARM

ヴィラデストワイナリー / 東御市ワイナリー



上州屋
JOSHUYA

FIELD WORK CONTENTS

1/24 WED 9:00～12:00

東御市 海野宿一棟貸し宿 上州屋

午後以降、コワーキングとして利用可能

(サウナ利用可能〈要予約〉¥4,500/2.5時間)

フィールドワークホスト：上州屋 浅川達也 ...他

東御市海野宿は伝統的建造物群保存地区として江戸末期の風景を今に残す宿場町です。しかし、主たるコンテンツが乏しく知名度も低いため、観光客も少なく、さらには地元住人も立ち寄ることもない状況にあります。逆を言えば「静けさ」によって「タイムスリップした感覚」は、どこの宿場町より味わえるかもしれません。また、高齢化が進み空き家も今後増える状況にあり、後世にこの風景を残し継承していくことが危ぶまれる可能性もあります。海野宿に残る「伝統」と現代におけるデジタルやクリエイティブなどの「革新」を融合させ、経済的にも潤い魅力あふれる新しい宿場町をつくるためのアイデアと学びをシェアするアイデアソンです。



「伝統と革新の融合」 新しい宿場町のアイデアソン



【詳細：地域コンテンツオプション】1/23(火)：上州屋特別料金宿泊

ご宿泊の御案内

江戸時代には宿場町として活気に溢れ、
明治・大正時代に養蚕が盛んな街へ移り変わった海野宿。
今もなお、当時の建物が軒を連ね、一步足を踏み入れれば、
約400年近く続く海野宿の永い歴史を超え絶えず流れる「とき」を
感じる景観が広がっています。

上州屋は、海野宿で大切にしてきた蚕糸を
私たちの「日常」であると捉え、
気づかず絡まってしまった糸をほどくための空間を創りました。

ここにしかない「とき」が、五感をほどこします。

お一人様 **¥11,000** (サウナ付き・朝食なし)

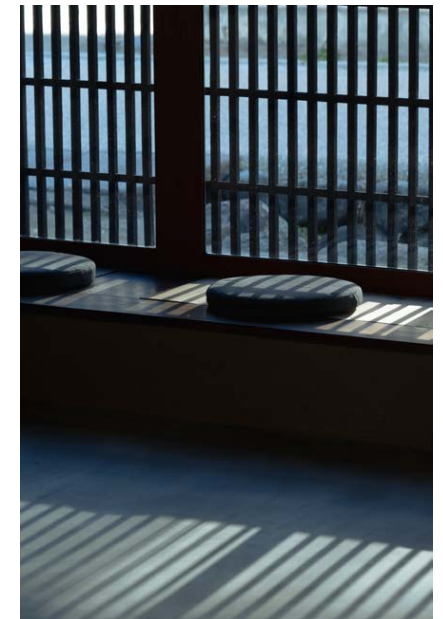
最大8名様 / 男女で別棟

※サウナご利用の方は水着をご持参ください。

※寝衣のご用意はありません。

※申込時に東御市コンテンツを選択の上、
備考に上州屋宿泊希望を記入ください。

ときをほどく。
五感がほどこける。



【詳細：地域コンテンツ】 1/23(火)：立科町Meet-upナイト



会場：あかりや/domasauna 会場ホスト：渡邊 岳志/國澤 慎治

※本プランは23日&24日の宿泊込みのセットプランとなります。

時間：1/23(火)18:00-21:00 ＊田中駅から無料送迎

住所：長野県北佐久郡立科町芦田2798-1他 ＊しなの鉄道田中駅より無料送迎

体験内容：金額：8,000円(税込、宿泊費・24日(昼)ランチ込)

古民家の離れをフィンランドサウナに改装した三和土土間の貸切サウナ。サウナに入れば自然と生まれる会話。水風呂の方が暖かいほどの極寒の立科で外気浴。五右衛門風呂もあります。一棟貸しの宿に泊まりながらワイワイ語り合いましょう。

宿泊先のあかりやは2つの寝室と1つの和室があり、男女別相部屋になります。(素泊まりとなります)
夕食は実費で地元の飲食店で早めの夕ご飯を取る予定です。朝食も実費となります。

【詳細：地域コンテンツ】 1/24(水)：立科町フィールドワークコンテンツ



テーマ：古民家活用ミニミニアイデアソン

場所：まちかどオフィス フィールドワークホスト：T.A.R.P代表 永田 賢一郎

時間：1/24(水)9:00-12:15(昼食込) ※終了後 田中駅まで送迎いたします。(12:40 田中駅着予定)

住所：長野県北佐久郡芦田2615-1

※本プランは23日&24日の宿泊込みのセットプランとなります。

立科町の課題である「空き家問題」に取り組む建築家の活動内容を聞き、「地域課題」を解決視点で、自社の商材・サービスを考察する機会を作ります。実際に町を歩いて感じ、空き家の活用方法のミニミニアイデアソンを行います。難しく考えずに、視野を広げる視座を高める気持ちで気楽に参加できます。お昼は立科町が誇るブランド牛「蓼科牛」の豪華お弁当付。

選択式地域コンテンツ詳細(1/25-26)

【詳細：地域コンテンツ】 1/25(木)：千曲市Meet-upナイト



会場：和かふえ よろづや

会場ホスト：北村 たづる/青木 実里

時間：1/25(木)18:00-21:00 ＊午後以降、コワーキングとしての利用も可能

住所：長野県千曲市桜堂521-1（屋代西沢書店 横）＊しなの鉄道屋代駅

食事内容：シェフ自慢の信州の腸活素材のビュッフェ

金額：3,000円(税込、ソフトドリンク込み、アルコール別途)

和かふえよろづやは、かつて地域の拠り所であった「よろづやホテル」として多くの旅人を迎え入れていた建物を、「和とつながり」をテーマにしたカフェとして生まれ変わらせた、千曲市の繋がり拠点の一つです。人のつながりと健康を大事にしているこの場所で、みんなで語り合いたいと思います！

【詳細：地域コンテンツ】 1/26(金)：千曲市フィールドワークコンテンツ



グローバルに誇れる 持続的な観光地づくりへ アイデアソン



テーマ：グローバルに誇れる観光地づくりアイデアソン

場所：コワーキングGorori **フィールドワークホスト：**(一社)信州千曲観光局 専務理事 小沼 浩栄

時間：1/26(金)9:00-12:00 *午後以降、コワーキングとしての利用も可能

住所：長野県千曲市上山田温泉2丁目12-10 (千曲市総合観光会館内、戸倉上山田温泉街内)

信州千曲観光局は、レボ系ワーケーションと一緒に取り組むパートナーの1人。地元で愛される温泉と魅力的なスナックなどが軒を連ねる昭和レトロな戸倉上山田温泉街、日本遺産にも認定される姨捨棚田など、地域の大事な資源を活用した観光事業に取り組んでいます。R5年度よりグローバル基準も取り入れた持続的な観光地づくりに取り組み、GSTC(グローバル・サステナブル・ツーリズム協議会)認定基準の観光地を新しく目指しています。(参考指標 (A) 持続可能な経営 (B) 社会経済への影響 (C) 文化への影響 (D) 環境への影響)

景観、温泉、お酒、夜景、音楽、人情など大事にしたい千曲市の「文化」を環境配慮をしながらも経済的にも支えていく、地元もそうではない皆さんも、一緒になって取り組めるアイデアを共に学び考えあうアイデアソンです。

*信州千曲観光局HP：HP：<https://chikuma-kanko.com> *代表的な取組：NEOネオン <https://neoneon.jp>

【詳細：地域コンテンツ】 1/25(木)：佐久市Meet-upナイト



会場：中込駅TonaRide 会場ホスト：柳澤拓道／篠塚光

時間：1/25(木)18:00-21:00 ＊時間まで近隣のワークテラス佐久にドロップイン可能（500円～）

住所：長野県佐久市中込絵2021-2中込駅構内 ※JR小海線中込駅

食事内容：地元レストランのビュッフェ

金額：4,000円(税込、ソフトドリンク・浅間コーラ込み、アルコール別途)

中込駅TonaRideは、DIYでリノベーションをした駅構内の超まちづくり拠点！

地元のおいしいものを食べたり、地域のクラフトコーラ「浅間コーラ」を飲んだりしながら、みんなで語り合いたいと思います！

【詳細：地域コンテンツ】 1/26(金)：佐久市フィールドワークコンテンツ



テーマ：ローカル線「JR小海線」をサムい佐久でアツく盛り上げる！！アイデアソン

場所：佐久平駅、ワークテラス佐久ほか フィールドワークホスト：株式会社M○S A K U

時間：1/26(金)9:30-12:00 ＊午後以降、コワーキングとしての利用も可能（別途料金）

集合場所：9:30にJR佐久平駅を予定

ワークテラス佐久は長野県内最大規模のコワーキングスペース。当日は施設の見学を行ったのち、株式会社M○S A K Uがとりくむ「超まちづくり」のワークショップを行います。テーマは赤字路線としてもニュースになっている「JR小海線」を盛り上げる。赤字ローカル路線としてたびたび話題にあがる小海線について、M○S A K Uや参加者の皆様のアセットを総動員して、盛り上げるためのアイデアソンを行います！！

＊ワークテラス佐久HP：HP：<https://www.3saku.com> ＊株式会社M○S A K U <https://mosaku.co.jp>

【詳細：地域コンテンツ】 1/25(木)：御代田町Meet-upナイト



会場：やなぎや 会場ホスト：小平佳伸/木村圭佑(御代田町役場)

時間：1/25(木)18:00-20:00

住所：長野県御代田町大字御代田2422-181（御代田駅を出て右、徒歩30秒）＊しなの鉄道御代田駅

食事内容：おかあちゃん自慢のもつ煮、焼き鳥 など

金額：4,000円(税込、ソフトドリンク・アルコール飲み放題)

やなぎやは、御代田に限らず、近隣市町村から訪れるファンもいるほど、長年愛され続ける名店です。店主のおかあちゃんは、少し無愛想なところもありますが、気持ちよくなった我々を閉店後に家まで送り届けてくれるほど、アットホームなお店です。主に2次会会場として、足繁く通い、年間何十回にわたり、ここで他愛のない会話を繰り広げてきたことか。ぜひ、THE・御代田で語り合いましょう！

【詳細：地域コンテンツ】 1/26(金)：御代田町フィールドワークコンテンツ



テーマ：カタチになっていない考えや想いに向き合うワークショップ

場所：コワーキングスペースのような研究所 Gokalab（ゴカラボ）

時間：1/26(金)9:00-12:00 ＊午後以降、コワーキングとしての利用も可能

住所：長野県北佐久郡御代田町1207-23

コロナ禍を経て、御代田町では移住者がコンスタントに増えています。都心からのアクセスの良さ、教育環境、気候の良さなどが主な理由です。「人生をより豊かにするための生活拠点」として選ばれているこのエリアに、2022年11月に誕生したのがGokalabです。コンセプトは「はたらくが広がる研究所」。コミュニティを中心に、地域との接点を作りながら、未来の「はたらく」を考えるさまざまな探究が日々行われています。

LEGO® SERIOUS PLAY®メソッドを活用したワークショップを開催予定です。LEGO®ブロックを使って作品を創り、その作品をメタファーを使って語ることで、自分の中にあるまだ言葉になっていない考えや想いを引き出すことができます。

参考

ワーケーションまちづくりラボでの実績

累計参加者：574名

2021/8 真夏のWWD



2021/10 信越トレインワーケーション



2022/11 信州まるかじりワーケーション



名称	主なイベント内容	開催日	日数	参加人数	宿泊者泊数	温泉MaaS利用者	参加地域
第1回 ワーケーション体験会	棚田ワーク、スナックセッション、城ワーク	R元.10.9(水)~10.11(金)	3日	11名	9泊	—	県外8名、県内3名
第2回 絶景ワーク	長楽寺・棚田ワーク、姨捨夜景ウォーク	R2.7.20(月)~22(水)	3日	16名	9泊	—	県外2名、県内14名
第3回 城ワーク	サイクリング、姨捨夜景ツアー、交流会、瞑想体験	R2.9.23(水)~9.25(金)	3日	28名	22泊	—	県外15名、県内13名
第4回 温泉MaaSアイデアソン	温泉MaaSアイデアソン、瞑想体験、寺ワーク	R2.11.4(水)~11.6(金)	3日	31名	32泊	—	県外21名、県内10名
第5回 トレインワーケーション	ろくもんトレインワーケーション、沿線視察（飯綱、小布施）	R3.2.24(水)~2.26(金) ※温泉MaaSプレ実験	3日	32名	34泊	15名	県外14名、県内17名
第6回 初夏のワーケーション・ウェルカムデイズ	姨捨棚田田植え、ゼロ・カーボンセミナー、月の都撮影会、ヴィーガンBBQ	R3.5.22(土)~5.29(土) 温泉MaaS実証実験①	8日	79名	77泊	15名	県外23名、県内56名
第7回 真夏のワーケーション・ウェルカムデイズ	聖高原キャンプ場自然体験&BBQ/自由研究プログラム、トレインワーケーション	R3.8.7(日)~8.13(金) 温泉MaaS実証実験②	6日	67名	104泊	18名	県外45名、県内22名
第8回 おうちdeワーケーション	千曲市ワーケーション取組紹介、ワークスペース紹介、おしぼりうどん体験	R3.9.29(水)	1日	12名	0泊	0名	県外12名
第9回 地元deワーケーション	千曲市ワーケーション取組紹介、おしぼりうどん体験、テラワーク体験	R3.9.29(水)~10.1(金) 温泉MaaS実証実験③	2日	19名	21泊	19名	県外7名、県内12名
第10回 信越トレインワーケーション	トレインワーケーション、妙高高原旅館・温泉、戸隠体験、戸倉上山田体験	R3.10.13(水)~10.15(金)	3日	14名	14泊	0名	県外5名、県内9名
第11回 秋のワーケーション・ウェルカムデイズ	信州フィールドワーク&アイデアソン、トレインワーケーション、荒砥城お月見撮影会	R3.11.14(日)~11.20(土) 温泉MaaS実証実験④	7日	54名	88泊	42名	県外14名、県内40名
第12回 冬のワーケーション・ウェルカムデイズ	腸活ワーク、トレインワーケーション、輪読会、湯治ワーク、ストレッチ体操	R4.2.21(月)~2.25(金) 温泉MaaS実証実験⑤	5日	41名	45泊	29名	県外12名、県内29名
第13回 越境ワーケーション・ウェルカムデイズ	姨捨棚田田植え、千曲川SUP、腸活ワーク、湯治ワーク、静岡×長野BBQ、防災MaaSアイデアソン	R4.5.22(日)~5.27(金) 温泉MaaS実証実験⑥	6日	45名	60泊	36名	県外16名、県内29名
第14回 WWD真夏のワーケーションシップ	花火鑑賞、リパークリール、湯治ワーク、サンセットリバーBBQ、トレインワーケーション、大池自然の家キャンプ	R4.8.7(日)~8/12(金) 温泉MaaS実証実験⑦	6日	56名	95泊	24名	県外27名、県内29名
第15回 WWD信州まるかじりワーケーション	姨捨絶景交流会、松代・上田・東御・小諸・佐久周遊、旅館メシ交流会、地域づくりアイデアソン	R4.11.6(日)~11/12(土) 温泉MaaS実証実験⑧ バス・鉄道フリーパス	7日	29名	54泊	30名	県外10名、県内19名
第16回 WWD Boot Camp ワーケーション	軽井沢冬キャンプ・カーリング、トレインワーケーション、カクツケディナー、コンディショニングセミナー、チクマソールウルトラキャンプ	R5.2.18(土)~2/24(金) 温泉MaaS実証実験⑧ バス・鉄道フリーパス	7日 (5日)	40名	57泊	14名	県外9名、館内31名

R5年度、観光庁にてワーケーションまちづくりラボ&長野県千曲市がモデル地域として認定

ワーケーションコンテンツの応用活用例

大手商社部門長会 オフサイトミーティング

日本を代表する大手商社の部門長が集まるオフサイトミーティングに、千曲市ワーケーションの交流&学びのコンテンツを取り入れて開催。企業間の壁を超えて情報交換、そして連携することを目的とし、チームビルディングの機会としてワーケーションの非日常の環境と使った交流コンテンツを実施。温泉MaaSなど、地域課題解決に向けた社会実験事業をもとに、意見交換を行いソーシャルビジネスの可能性を模索した。

大手通信会社 新人研修

日本を代表する通信会社の新人研修をワーケーションの地域交流&地域課題解決型アイデアソンのコンテンツを盛り込み、学びと気づき、そしてこれからビジネスフィールドで活かしていくべき地域学習として場をアレンジ。継続して実施。

ワーケーション推進企業&自治体 視察研究会

日本の中でもワーケーションを積極的に推進する企業、自治体の担当者が、千曲市の取り組みをワーケーションの先進地として視察。その際、ただの視察ではなく、ワーケーションでの非日常の交流と古民家ゲストハウスでの意見交換会、モビリティを通した取り組みを体感して地域課題とワーケーションの連携した取り組みを深く考える機会を創出。

地域活性化センター 地域創生実践塾

地域活性の実例として、ワーケーションを通して来訪者とまちづくりをつなげた実例として体幹型の実践塾を実施。行政職員、民間の活動家含めて交流とお互いのアイデア出しのプログラムを経て刺激と気づきの機会を創出。

