

異業種交流型新入社員研修

in 信州・信濃町癒しの森

第1回 令和2年6月25日(木)～27日(土)

第2回 令和2年11月13日(金)～15日(日)

定員 各回20名

たった一人の
新入社員にも
同期のような仲間を
持ってもらいたい…

異分野の人にも
自社の説明ができる
コミュニケーション力を
伸ばしたい…

ストレスや
心身の健康を
自己管理する力を
身に付けてほしい…

外部の目で
社員の様子を見守り
フィードバックをくれる
仕組みがあれば…

…そんな企業のみなさまにご提案いたします!

いま、世界中で「森の力」が注目されています。

脳の前頭前野の活動が沈静化し、頭が冴えた状態になる。
自律神経のバランスが整い、血圧が下がり、ストレスが軽減する。
免疫細胞の活性が高まり、がんや病気にかかりにくくなる。

そんな森の効果にいち早く注目し、世界に先駆けて研究を進め、
森林セラピーの先進地となっているのが信州・信濃町です。

森の力を活かしたプログラムで、励ましあえる仲間の絆を作り、
降りかかるストレスも森の力で緩和する方法を学んでいただき、
健康な心身で社会を担う人材を育てるお手伝いをしたい。

そんな想いで、多様な企業から入社1～3年目の社員が集まる
異業種交流型新入社員研修をご提案します。



年間約20本の企業・学校研修受け入れ実績!

社員研修を実施している企業様からは
こんな嬉しい声 をいただいています

仲間に相談できるようになり、
離職率が下がった!

仕事ではない、お互いの人となりを知る
プログラムを通して、困りごとや悩みを
気軽に相談できる仲間ができます。

癒しの森でのワークショップで
新しい**アイディアが生まれた!**

自然の中では脳が活性化することが
知られています。研修のワークショップで
自社への提案が生まれた事例もあります。

担当トレーナーと田舎の親戚のような
人間関係ができた!

「ナナメの関係」は人を支え、伸ばします。
「遊びに」「悩み相談に」「結婚の報告に」と
信濃町を訪れる社員さんも多くいます。

研修スケジュール(予定)

<1日目>

13:00 黒姫駅集合
午後 コミュニケーションワーク
ハイロープでチームビルディング
夜 夕食後、ナイトハイク

<2日目>

朝 朝ヨガ体験
午前 森林セラピー①
午後 森の効果について講義
アロマセラピー
夕方 野外炊飯、焚き火と懇親会

<3日目>

午前 森林セラピー②
研修の振り返り
午後 お土産タイム(道の駅)
14:00 黒姫駅解散



癒しの森の研修内容

※研修内容は変更になる場合がございます。

コミュニケーションワーク

初対面の人に心を開き、自分の意思を伝えます。みんなで協力して課題を解決したり、話し合いの成果をまとめプレゼンテーションしたりします。



ハイロープ

樹上5~7mに設置されたロープを、協力しながら渡るアクティビティです。相手を信頼し思いやる心が育まれ、達成感が自己肯定感に繋がります。



森林セラピー

全国トップレベルの経験豊富な信濃町認定 森林メディカルトレーナーが、五感を開く楽しみ方、森歩きの効果、ストレス管理の方法などを伝えます。



アロマセラピー

香りは脳や体に大きな影響力があります。香りの効果を学びながらアロマウォーターを手作りし、日々の生活に香りを取り入れることを提案します。



焚き火

暗闇で焚火を囲むと、なぜか昼間は話せないようなことも話せてしまう。炎の揺らぎが気分をリラックスさせ、特別な仲間との時間を演出します。



宿泊先:ラポランドくろひめ

森に囲まれた、広大なロッジ形式の宿泊施設。自然との出会いを通して新しい自分を発見する憩いの場です。長野県上水内郡信濃町野尻1848 ※男女別相部屋



開催日程

第1回 令和2年6月25日(木)~27日(土)

第2回 令和2年11月13日(金)~15日(日)

※2回とも同様の内容です。 ※日程は可能な限りご相談に応じます。

募集対象

入社1年目~3年目の社員の方 定員:各回20名

※最少催行人数 各回4名

※過去に信濃町での研修に参加した方、参加できなかった方も歓迎します。

集合・解散

しなの鉄道北しなの線 黒姫駅

参加費

45,000円/人(税込)

※各プログラム体験料、保険代、宿泊料、食事代及び消費税等諸税。

※集合場所までの交通費やプログラム以外の飲食、お土産代等個人的費用は含みません。



お申込みは、下記にご記入の上FAXでお送りいただくか、下記内容をメールにてお送りください。
メール、電話でのお問合せもお気軽にお寄せください。

信州・信濃町癒しの森 異業種交流型新入社員研修 お申込書

企業名		希望回	第 回
参加者氏名(全員)	参加者1	入社__年目	所属部署
	参加者2	入社__年目	所属部署
	参加者3	入社__年目	所属部署
ご連絡先(ご担当者)	お名前	部署・担当	
	電話番号	緊急連絡先電話番号	
	Email		

お申込・お問合せ

しなの町Woods-Life Community 〒389-1316長野県上水内郡信濃町大字大井2742-2041

TEL: 026-255-5925 FAX: 026-254-8082

Email: shinanomachi.wlc@gmail.com (担当:小菅)

