

企画・プロデュース: エラマ合同会社 × 旅行手配: 名鉄観光サービス株式会社

# AI時代の個人と組織の自律的な働き方を フィンランドで描く研修プログラム

スタディ&リトリートツアー  
2026年10月17日(土)～10月25日(日)

## AI時代に、人間らしい働き方の本質を問い直す7日間

### 01 こんな課題はありませんか？

組織課題	こんな方にお勧めです
<ul style="list-style-type: none"><li>AI導入後に、組織文化やチームワークが変化している</li><li>管理職・リーダーの疲弊や燃え尽きが心配</li><li>心理的安全性や対話文化を醸成したい</li><li>海外視点で組織改革のヒントを探している</li><li>次世代リーダーに「本物の学び」を提供したい</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>人事担当者・HRBP・コンサルタントなど人材開発に携わる方</li><li>経営層や役員で組織変革を考えている方</li><li>管理職・リーダー層の方</li><li>キャリアの転換期や停滞感がある中堅の方</li><li>ウェルビーイングな組織文化改革を推進したい方</li></ul>

### 02 AI活用・AI疲れへの効果

課題	このプログラムで得られる変化
AI導入で、かえって情報過多・判断疲労が増した	「デジタルデトックス」と「意思決定の本質」を問い直し、AIとの健全な距離感を再設定できる
人間にしかできない価値が社内で見えにくくなっている	「レジリエンス」「対話」「自律性」という人間固有の強みを体験的に再発見
管理職がAI導入変化に対応しきれず、チームのモチベーションが低下している	心理的安全性・フラットな対話の現場を体感し、AI時代のリーダーシップモデルを体得できる
生成AIの使用促進で、社員が「考えること」を外注し始めている	「自分で問いを立てる力」を自然や対話の中で回復。AIに使われるのではなく、AIを使いこなす人材を育てる

## 03 なぜフィンランドなのか

フィンランドは、IT先進国として高い生産性と幸福度を両立しています。

- 一人当たりGDPは日本の約1.75倍
- 世界幸福度ランキング9年連続1位
- Nokiaショック後に「失敗から学ぶ力」を国家戦略へ
- 教育制度×ウェルビーイング先進国
- 「仕事と休息」の質的再定義



## 04 その他 5つの研修効果

研修効果	ビジネスへの還元イメージ
1 <b>【管理職育成】次世代リーダーシップ開発</b>	フィンランド式「対話型リーダーシップ」を現地で体感。メンバーが自律的に動くチームづくりを実践的に学べる
2 <b>【燃え尽き防止】管理職やコア人材の持続性</b>	「持続可能な働き方」を体感するリトリートが、高パフォーマンス人材の持続的な活躍を支える
3 <b>【リテンション】優秀人材の離職防止</b>	「この会社は自分のキャリアに本気で投資してくれる」という実感が長期的なエンゲージメントを生む
4 <b>【心理的安全性】組織風土改革の起点に</b>	サウナ・森など非日常の場での深い対話が参加者間の信頼関係を築き、職場に持ち帰る文化変容の核となる
5 <b>【採用ブランディング】 「人を大切にする企業」の可視化</b>	海外研修への投資は求職者・社員双方に「この会社はちがう」というシグナルを発信する強力な採用ツールになる

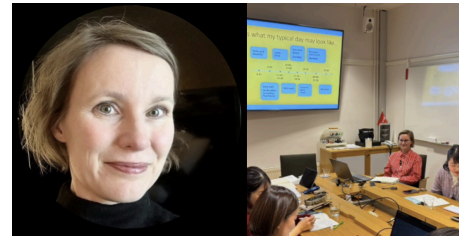
## 05



## 現地専門家による働き方研修(モニカ・ルーッコネン氏)

Nokia社員として日本駐在経験あり  
現在はオウル大学のアカウントマネージャー 兼博士課程  
フィンランドに関する書籍を日本で3冊出版

ウェルビーイングやレジリエンスを取り入れたワークマインドを実践。自律的な働き方や個人・会社の在り方を解説。



01

## 最先端の教育現場「OSAO」(職業専門学校)視察

フィンランド最大規模の職業教育機関の一つ。

アントレプレナーシップ教育を視察・体験。  
「自律的に学ぶ文化」「失敗を恐れない組織風土」に触れ、  
自社の人材育成に活かせるヒントを得る。実際の学生・教員との対話セッションも実施。



02

## 大人のための「森林自然学校 (Forest Nature School)」セッション

Naturest Finland Oyの創業者兼CEO  
ソリューション・フォーカスの神経精神コーチ

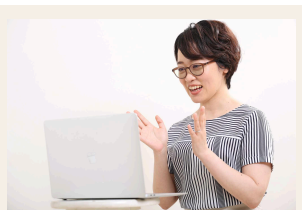
ハイテク都市オウルにおいてフィンランド企業への研修を実施。政府観光局よりサステナブルな旅行認定企業。

ツアーではメンタルエクササイズ・グリーンケア体験を実施。森林でのワークショップを通じて、AI時代の企業に不可欠なレジリエンスや創造性、自律的な働き方を養う。



03

## 同行者(プログラムや翻訳をサポート)



平田 萌  
プログラムディレクター

### エラマ認定講師 / 対話人事合同会社 代表

- 企業の人事職として4社で十数年のキャリアを経て、フリーランス人事となり、その後会社設立。スタートアップ、中小企業、上場企業など幅広い企業で人材・組織支援を行う。
- 英語力に自信がない場合もサポートさせていただきます

✓ プログラム品質管理  
学習効果の最大化

✓ 文化の翻訳者  
フィンランド文化の補完

✓ メンタリング  
心理的安全性の設計

## 06 スケジュール概要

日程	主な内容
10/17(土)	羽田空港 →フィンランドへ移動
10/18(日)	首都ヘルシンキ → オウル市へ移動 → ホテルチェックイン・自由行動
10/19(月)	フィンランド入門講座(PD) + 働き方研修①(モニカ・ルーッコネン氏)
10/20(火)	レジリエンス研修②③(モニカ氏)終日 + モニカ氏と懇親ディナー
10/21(水)	OSAO職業専門学校 & 起業家教育施設 視察 + 学生・教員との対話交流
10/22(木)	森林自然学校(Naturest)終日プログラム + 森林での夕食
10/23(金)	自由行動 → 午後:プログラム振り返りセッション + 貸切サウナで夕食
10/24(土)	オウル市 → ヘルシンキ空港 → 日本へ移動
10/25(日)	羽田空港 着 → 解散

## 07 開催概要

開催期間	2026年10月17日(土)～ 10月25日(日) 全9日間(7泊)
開催地	フィンランド・オウル(ヘルシンキ経由)
宿泊ホテル	Lapland Hotels Oulu(ラップランドホテルズ・オウル)
定員・最少催行	定員16名 / 最少催行10名 (法人様:2～5名単位でのお申し込み可)
企画監修	エラマ合同会社 石原侑美 平田萌(エラマ認定講師・対話人事合同会社)
旅行実施	名鉄観光サービス株式会社
旅行代金目安	旅行代金:847,000円/人(2名1室利用時) ※上記に加え、燃油サーチャージ・諸税が別途必要です(2026年3月時点の目安:約73,150円。航空会社の改定により変動します)
募集期間	2026年4月1日(水)～ 7月1日(水)

## 08 過去プログラム参加者の声

<p>「フィンランドの自律的な働き方は、AI時代にこそ必要だと実感しました。森での時間は最高の贅沢でした」</p> <p>メーカー・開発リーダー(30代男性)</p>	<p>「自分の『いま』を客観的に見つけることができ、職場に戻ってからの部下への接し方が変わりました」</p> <p>IT企業・人事マネージャー(40代女性)</p>
<p>「研修や森林自然学校での体験を通じて、日々の生活の中にある『小さな機微』を大切にすること、そして自分自身が『何がしたいか』という意志を持つことの重要性を再確認しました」</p> <p>— Y.T さん(男性)</p>	<p>「職業専門学校で学ぶ学生たちが、自分のキャリアを『自分で選び』、学ぶことを心から楽しんでいる姿がとても印象的でした。自分の人生を選択することの豊かさを学び、私自身の視野も大きく広がりました」</p> <p>— M.M さん(女性)</p>

## 09 法人対応のご案内

本プログラムは、企業研修・人材育成の一環としてご活用いただけます。

2019年より累計4社の企業研修としてご導入いただいたほか、勤務先の研修補助金制度を活用して参加された方もいらっしゃいます。

### 経費計上の参考区分

旅行代金・プログラム費用は、「研修費」「教育研修費」「福利厚生費」等での計上が想定されます。企業の研修補助金・自己啓発支援制度の対象となる場合もございますので、貴社の制度もぜひご確認ください。

※実際の勘定科目・処理方法は、貴社の経理ご担当者・顧問税理士にご確認ください。

### 法人向けサポート

- ・研修目的の記載がある見積書・請求書の発行
- ・稟議書に添付可能なプログラム概要資料のご用意
- ・研修報告書テンプレートのご提供(参加後)

## まずは個別相談会へお越しください(30分・無料)

「うちの組織に合うか確認したい」「参加人数・費用の相談をしたい」疑問に直接お答えします。

### お問い合わせ先

Mail: [yumi.ishihara@elama.be](mailto:yumi.ishihara@elama.be)

HP: <https://elama.be>

Tel: 070-4207-0904 (石原侑美・直通)

### 個別相談会申込フォーム



<https://ws.formzu.net/fgen/S989856553/>

