

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

フィンランドに学ぶ サステイナブルな生き方を描く 研修プログラム

スタディ&リトリートツアー

2026年9月19日（土）～ 9月27日（日） 全9日間

Tour No. ELM20260901

フィンランドのサステイナブルな社会の本質を、
現地での体験と対話を通して問い直す、変容の旅です。

01 こんな課題はありませんか？

組織課題

- サステナビリティ推進が「掛け声」で止まり、社員の行動変容につながらない
- ESGやSDGsの担当者が孤立しがちで、組織全体への浸透が難しい
- 自社のサステナビリティの方向性に確信が持てない
- 社員が地球環境・社会課題に無関心で、当事者意識が育たない
- グローバルな視点での先進事例・ベンチマークが不足している

こんな方にお勧めです

- CSR・サステナビリティ担当者・責任者
- 経営企画・人事・広報で社会価値戦略を担う方
- 次世代リーダー・役員候補として視野を広げたい方
- 「なぜサステナビリティか」を腹落ちさせたい管理職
- エシカルな事業・組織づくりを本気で推進したい方

02 サステナビリティ推進への効果

課題	このプログラムで得られる変化
サステナビリティの方針が浸透せず、取り組みが形骸化している	ヘルシンキのスマートシティ視察やエシカルショップ巡りを通じ、「日常に溶け込む持続可能な選択」を体感。自社施策のリデザインのヒントを得る
社員の当事者意識・エコロジーへの関心が薄く、行動変容が起きない	現地の人々の暮らしや価値観に触れることで、「なぜそうするか」という内発的動機を呼び覚ます体験型研修
グローバルなESG潮流への対応が後手に回っている	北欧先進事例（ゼロウェイストレストラン・ムーミンブランディング・公共インフラ）を肌で知り、自社のESG戦略の「翻訳」力を強化
サステナビリティ担当者が孤軍奮闘し、経営・現場との対話が生まれない	フラットな対話文化のフィンランドで「対話型リーダーシップ」を体感。帰国後の社内推進力と共感を広げるコミュニケーションを培う

03 なぜフィンランドなのか

フィンランドは、サステナビリティが「理念」ではなく「日常」として機能している国です。

- ヘルシンキは「世界で最も持続可能な都市」の一つに選ばれ、ゼロウェイスト・スマートシティが日常に溶け込む先進都市
- 一人当たりGDPは日本の約1.75倍 - 高生産性と高幸福度を両立する国家モデル
- 世界幸福度ランキング 9年連続1位 - ウェルビーイングを国家戦略として実装
- エシカル消費・循環型経済が文化として根付いており、企業・市民・行政が協働するエコシステムを視察できる
- 「暮らし」「教育」「公共」「自然」が有機的につながるサステナブルな社会設計の本質を肌で感じられる

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	【視野拡大】サステナビリティ担当者の構想力強化	スマートシティ・ゼロウェイスト・エシカル消費の現場を体感し、自社の持続可能性戦略を「外から見る」視点と語彙を獲得
2	【組織文化】エシカルな企業文化醸成の起点に	現地の暮らしと対話の中で、社員自身が「なぜそうするか」の内発的動機を育む。帰国後の職場への波及効果が期待できる
3	【リテンション】「この会社は本気だ」と感じさせる人材投資	エシカルな価値観を持つ中堅・次世代リーダーに響く研修投資は、長期的なエンゲージメントと離職防止に直結する
4	【ウェルビーイング】心身のリセットと内省の時間	森歩き・貸切サウナ・少人数対話により、日常の業務から距離を置き、持続可能な働き方・生き方を自分ごととして問い直す
5	【採用ブランディング】「エシカルな会社」の可視化	海外エシカル研修への投資は、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・定着ツールになる

05 プログラムの独自性

01	<p>ヘルシンキ スマートシティ視察（専門家ガイド付き）</p> <p>サステナビリティが日常に溶け込むヘルシンキの街を、専門家の解説付きで歩く。エシカルなショップ・公共インフラ・ゼロウェイストの実践現場を「体験」として見る視察ツアー。</p>
02	<p>ゼロウェイストレストランでの体験ディナー</p> <p>廃棄物ゼロを実践するレストランで夕食。「食」から始まる循環型経済のモデルを、味と空間で体感。帰国後の社内啓発・対話の素材になるリアルな体験。</p>
03	<p>一般家庭訪問・シナモンロール作り</p> <p>現地のフィンランド家庭を訪問し、暮らしの価値観に直接触れる。「なぜ持続可能な生き方を選ぶのか」を、家庭の空気の中で感じ取る唯一無二のコンテンツ。</p>
04	<p>森歩き&貸切サウナでの振り返りセッション</p> <p>フィンランドの自然（森・湖）の中で行うグリーンケア体験と、貸切サウナでの内省セッション。日常から距離を置き、自分の「ありたい姿」を問い直す時間を、プログラムディレクターがファシリテート。</p>

同行者・安心サポート体制



和田 直子
プログラムディレクター

エラマ認定講師 / (一社) plant the WHY 副代表

- 「コーチングと対話は社会を変える」をテーマに、一人ひとりの内側にある力を社会へ循環させるサポートをしている。元スターバックスコーヒー勤務。対話を軸とした人材育成や地域活動に携わり、人が自分の可能性に気づく瞬間に立ち会ってきた。エラマのフィンランドプログラムに参加し現地の暮らしや社会のあり方に触れた経験が人生の分岐点となり、現在はゴミを出さないレストラン運営にも携わる。
- 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

企画プロデューサー

石原 侑美 (いしはら ゆみ)

【エラマ合同会社 代表】 【フィンランド生涯教育研究家】

フィンランドの生涯教育・ウェルビーイング・サステナビリティを長年研究し、日本への普及活動が続けている。エラマプロジェクトを主宰し、フィンランドとの深いネットワークと専門知識を活かして本プログラムをプロデュース。学術的知見と現地人脈に裏付けられたコンテンツの監修を担う。

- プログラム全体の監修・コンテンツ設計
- フィンランド現地専門家・機関との連携
- 学術・教育的視点からのコンテンツ品質保証

※石原は同行しません。

旅程管理者 (添乗員)

名鉄観光サービス株式会社 派遣スタッフ

【国内・海外旅行取扱管理者】 【旅行業法に基づく正規添乗員】

旅行手配のプロとして、移動・宿泊・緊急時対応など旅程全体を管理します。フライトの変更やトラブルにもその場で対応できる安心の体制です。プログラムの学びに集中できるよう、後方支援を万全に整えます。

- 旅程管理・スケジュール調整・緊急時対応
- 交通・宿泊手配の現地確認と調整
- 参加者の安全確保と体調サポート

✓ 専任PD × フィンランド専門家のプロデュース × 名鉄観光添乗員の3体制で、安心・充実のプログラムをお届けします

06 スケジュール概要

日程	主な内容
9/19 (土)	羽田空港 → フィンランドへ移動
9/20 (日)	ヘルシンキ到着 → ホテルチェックイン・自由行動（希望者：スーパー・セカンドハンドショップ巡り）
9/21 (月)	フィンランド入門講座（PD） + エシカルショップ街歩き
9/22 (火)	ヘルシンキ スマートシティ視察ツアー + ゼロウェイストレストランにて夕食
9/23 (水)	ヘルシンキ → タンペレへ移動 + ムーミン美術館ミュージアムガイドツアー
9/24 (木)	タンペレ近郊 森歩き + 一般家庭訪問・シナモンロール作り
9/25 (金)	午前：自由行動 → 夕方：貸切サウナにてプログラム振り返り + 夕食
9/26 (土)	タンペレ → ヘルシンキ空港 → 日本へ移動
9/27 (日)	羽田空港 着 → 解散

07 開催概要

開催期間	2026年9月19日（土）～ 9月27日（日） 全9日間（7泊）
開催地	フィンランド・ヘルシンキ / タンペレ
宿泊ホテル	ヘルシンキ：Original Sokos Hotel Presidentti / タンペレ：Lapland Hotels Arena
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 / 和田 直子（エラマ認定講師）
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：781,000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3月23日（月）～ 6月12日（金）

08 過去プログラム参加者の声

「フィンランドの『点と線』が結びつく、深い学びの旅でした。現地の教育者や生活者とじっくり対話することで、フィンランド流のウェルビーイングの本質を少し理解できた気がします。大人の知的好奇心を存分に満たしてくれるプログラムです。」

- M.Tさん (男性)

「仕事の戦略を補強し、自らの行動を変える投資になりました。単なる観光ではなく、自分の行動を自ら変え、仕事の戦略を補強するための「気づき」を得る旅になりました。」

- Y.Tさん (女性)

「会社を辞め、自分の『ありたい姿』に踏み出すきっかけになりました。フィンランドのスマートな社会システムや教育の根底にある価値観に触れ、心が動く体験ができました。」

- N.Wさん (女性)

「少人数だからこそその柔軟な対応と、街と自然のバランスが絶妙なプログラムに大満足です。現地施設の視察や現地の家庭訪問を通じて、フィンランドの素晴らしさを肌で感じました。」

- C.Oさん (女性)

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

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/>