

世界で5本の指に入る沖縄県の長寿の秘訣は「ストレスフリー」！？

会社の仲間と共に、仕事も遊びも楽しむ令和の新常識！

補助金が適用されるワーケーションで秘訣を体験！

沖縄県が「ブルーゾーン」と呼ばれているのをご存知ですか？「ブルーゾーン」とは世界に5箇所ある「長寿領域」のこと。美しい自然と大らかな県民性、そして魅力的な文化が生み出す沖縄の風土は、都会のストレスに疲弊した人々にとってまさに「オアシス」。そんな沖縄で仕事と余暇のリフレッシュを両立する新しいワークスタイルには企業も注目しており、沖縄県が実施した「令和5年度沖縄ワーケーション促進事業モニターツアー」には、期間中18回の開催（2/16時点）で大小の企業担当者39名が参加し、高い評価をいただいています。今回は、ツアーの様子をご紹介しますながら“よく働き、よく遊ぶ”を実践できる沖縄での新しいワークスタイルをご紹介します。

■アジア唯一、世界で五つしかない長寿領域「ブルーゾーン」



「ブルーゾーン」とは世界5大長寿地域のことで、『ナショナルジオグラフィック』誌のライターである冒険家のダン・ビュイトナーは人口統計などをもとに、イタリアのサルディーニャ島、アメリカカリフォルニア州のロマ・リンダ、コスタリカのニコヤ、ギリシャのイカリア島と並び、日本の沖縄を「世界5大長寿地域」に選定しました。

長寿を支える生活様式、美しく豊かな自然環境と健康で輝きある生き方を体現する沖縄の人々が生み出す地域文化は「ウェルネス長寿資源」という他の地域にはない価値を生み出しています。この価値は、肉体的にも、精神的にも、そして社会的にもすべてが満たされた幸福を指す「ウェルビーイング」な新しい働き方を実現するために不可欠なものです。

■沖縄だから実現できる、新しいワークスタイル

厚生労働省の「労働安全衛生調査（実態調査）」によると、仕事や職業生活に関することで強い不安や悩み、ストレスを感じている人は、令和4年は82.2%と非常に高い水準にあります。多くの事業所は社員に対するストレスチェックの実施やメンタルヘルスが不調な社員に対する配慮、職場環境の改善などに取り組んでいますが、労働者の不安やストレスは大きく改善していないのが現状の課題です。

そこで提案したいのが、沖縄を舞台とした「ウェルビーイングワーケーション」というこれまでにない新しい働き方です。沖縄の豊かな自然や緩やかな時間が流れる風土がストレスフルな気分をリフレッシュしてくれて、余暇には大自然を遊び尽くせるアクティビティをいっぱい楽しむことができます。そして地元沖縄の企業や人と交流しながらこれからのビジネスにつながる新しいネットワークを構築してビジネス成長のきっかけを生み出します。自分らしく、のびのびと仕事をすることでビジネスの感性も高まり、アイデアの発想や仕事の生産性など、より高い効果のワークスタイルを実現します。



■新しいワークスタイルを気軽に体験していただくために



沖縄で実現することができる新しい働き方「ウェルビーイングワーケーション」を気軽に体験していただくために、沖縄旅行費用の一部を補助する「沖縄ワーケーション促進事業モニターツアー」を展開しています。都会では巡り会えない沖縄ならではのリラックスした空間でよく働き、余暇は思う存分沖縄の自然や文化を体験する。そんなツアーを多くの皆さまにご体験いただきました。

【体験者の声】

「沖縄にはより良く生きている地元の人のおおらかさを感じられ、現代社会に不足している“つながり”がある。社会のニーズである、well-Beingは沖縄が聖地だと言っても過言ではない。」
(40代管理職男性)

「プログラム全体を通して、Personal Well-beingに資するものとして、自分に向き合うことによって得られるもの、他者との対話により得られるものがあると気が付いた。沖縄は両方を体感することができ、とても有意義だった。」 (30代女性会社員)

■令和5年度 沖縄ワーケーション促進事業 概要

■モニターツアー 概要

本モニターツアーは、ご参加いただく企業ごとにご希望の滞在期間や内容をお伺いして、ニーズにあったモニターツアープランを構築・ご提案するものです。

■支援の内容

- ・モニターツアーの支援対象等となる費用は、航空機・鉄道・バス・船等運賃（交通費）及び宿泊に要する経費の他、ワーケーション等を通じた沖縄ならではのプログラムに要する経費として、協議のうえ、認められた費用となります。尚、既にワーケーションプランとして、旅行会社等が活用した旅行商品も活用することも可能です。
- ・参加企業様のご負担費用は、ツアー費用の1/2となります。
- ・1人あたりの費用上限は、50,000円です。
- ・1社あたりの参加人数は1名からで上限は原則6人以内となります。
(法人企業が対象のため個人・個人事業主は対象外。6人を超える場合は応相談)
- ・モニターツアーは、原則3泊以上の日程とします。
- ・事業趣旨に基づいたモニターツアーを実行するため、対象企業の審査がございます。

■モニターツアー支援期間

- ・2023年5月中旬～7月中旬
- ・2023年10月下旬～11月下旬
- ・2024年1月中旬～2月中旬

※令和6年度（2024年4月以降）についても実施予定です。