

SPECモデル によるカリキュラム

学習者がより能動的／主体的に
学習するための教授法

※野外研修の先進地、米国発祥の研修モデル

- S**tudent-Centered **学習者中心** 主体性を尊重。自ら目標を設定し、自ら解決。
- P**roblem-Based **問題重視** 解決すべき課題を与え、問題解決の過程で、学習者が能力を高める。
- E**xperiential **体験的** 解決するための方法を、体験を分析することで学習し、次の体験に活用。
- C**ollaborative **協働的** 個々の強み弱みを理解し、相乗効果によって集団機能を発揮。



登山研修

自分たちで登山計画を策定。リーダーシップに対し、他のメンバーがフィードバック。リーダーは自らの体験を分析



焚き火トーク

「自己開示」と「他者理解」を図り、強み弱みも理解



チームクッキング

リーダーがメンバーの希望を聞き、段取りを考えて全員で調理。出来栄や満足度がはっきり分かるのも特徴

チームビルディング

- 互いの特性（強み・弱み）の理解
- チームとしての成長

野外での研修

- リーダーを交代で務める
- 他のメンバーからのフィードバック
- 自然の中で予期せぬ出来事に対処
- チームで課題に挑む達成感

リーダーシップ養成

- 自分流のリーダーシップの研鑽
- 自分の特性（強み・弱み）の理解と実践

信濃毎日新聞社主催 信州アウトドア研修

信州の自然環境を生かした新規事業として
2022年4月に本格スタート。
23年10月までに46社301人が受講。

日帰りの「登山研修」や「チームクッキング」「焚き火トーク」などの野外活動を取り入れ、受講者が予期せぬ出来事に遭遇しながら目標達成を目指す過程で、コミュニケーション力やリーダーシップなどを鍛えます。座学とは異なる成果が期待できる研修として長野県内外の企業などに提案しています。



信州アウトドア研修
明日をひらく、その一歩。
produced by 信濃毎日新聞

とうみ 東御市 について



湯の丸高原

- 高山植物の宝庫。「花高原」で知られ、レンゲツツジの大群落は国天然記念物
- 標高2000m近くにあり、高地合宿が盛ん。元マラソン日本記録保持者の大迫傑選手や東京五輪競泳メダリストの大橋悠依選手など、陸上や競泳のトップ選手が合宿
- 南極地域観測隊が冬期総合訓練を実施



特産品

- 長野県有数のワイン産地
ワイナリーが13カ所あり長野県2位（1位は塩尻市の16カ所。）
エッセイストで画家の玉村豊男さんの「ヴィラテストワイナリー」など
- チーズ工房「アトリエ・ド・フロマージュ」
（1982年創業。フランス、スペインの国際コンテストで最高賞）

信州アドベンチャー・エクスペリエンス

信州東御^{とうみ}で記憶に残る研修を



信州の財産である豊かな自然を生かし、「記憶に残る体験」を提供する新しいカタチの企業研修です。

非日常で学ぶ、新たな気づきを見つける企業研修



- 人生で一番刺激を受けた研修です
（輸送機器メーカー人財戦略部担当者）
- 非常に質が高く、時間密度の濃いプログラムでした
（米テック企業日本法人部長）

- チームビルディング
- リーダーシップ養成
- エンゲージメント向上

問い合わせ先 一般社団法人信州とうみ観光協会 長野県東御市田中279 電話0268-62-7701 info@tomikan.jp
信濃毎日新聞社ビジネス開発室 長野県長野市南県町657 電話026-236-3339 outdoor@shinmai.co.jp

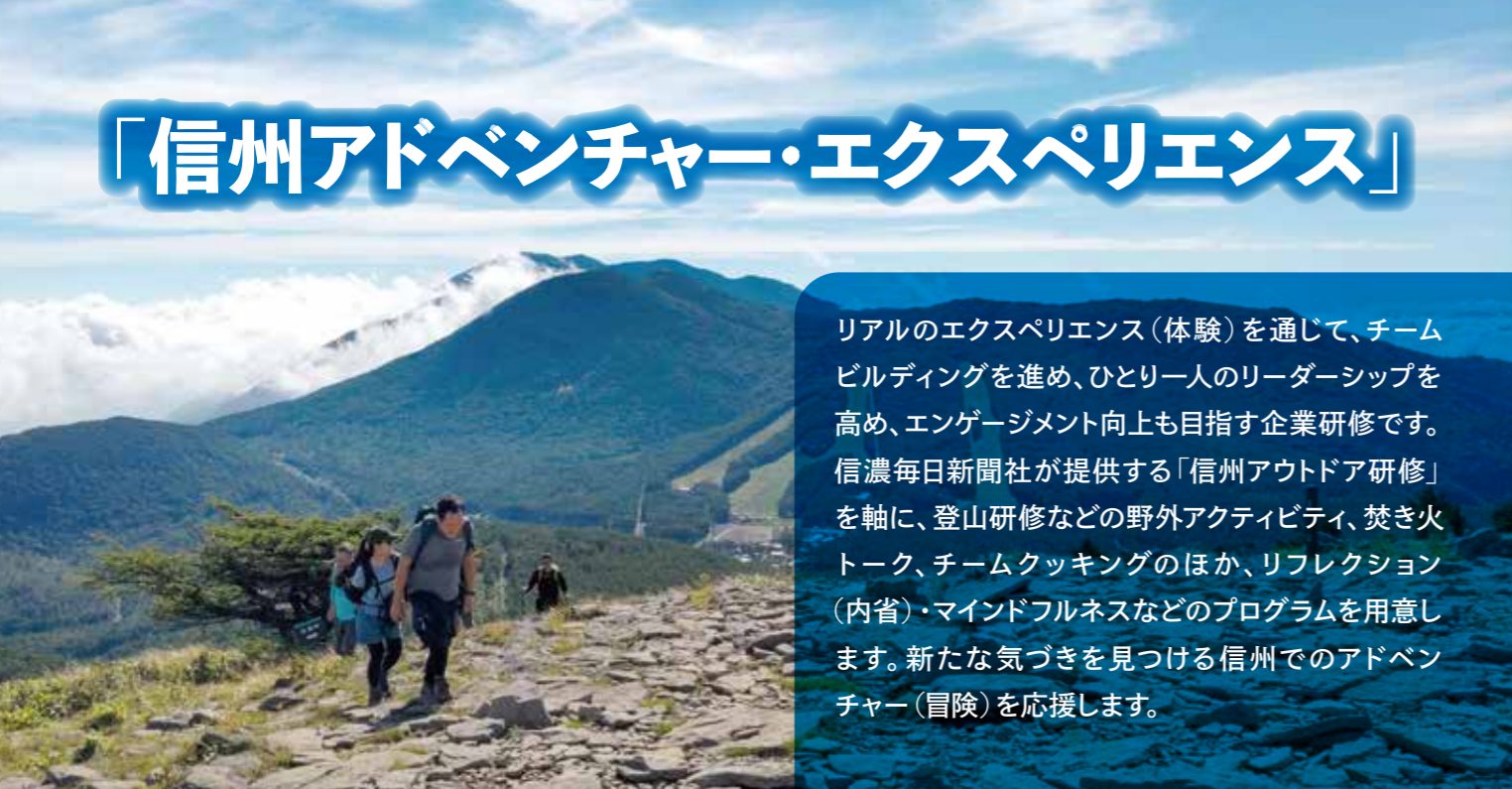
● 受講者の声は、2023年9月13～15日に実施した「標高2000mの花回廊を舞台にチームビルディングとリーダーシップ養成 企業研修モニターツアー」に参加した6人。
● モニターツアー、パンフレット、動画制作には、長野県の「地域発元気づくり支援金」を活用しています。

信濃毎日新聞 デジタル
モニターツアーの様子
「登山×ワイン×住民 地域のファンになる企業研修 コラム 硬面軟面」

一般社団法人 信州とうみ観光協会
Tomiki City Tourist Association

明日をひらく、その一歩。
信州アウトドア研修
produced by 信濃毎日新聞

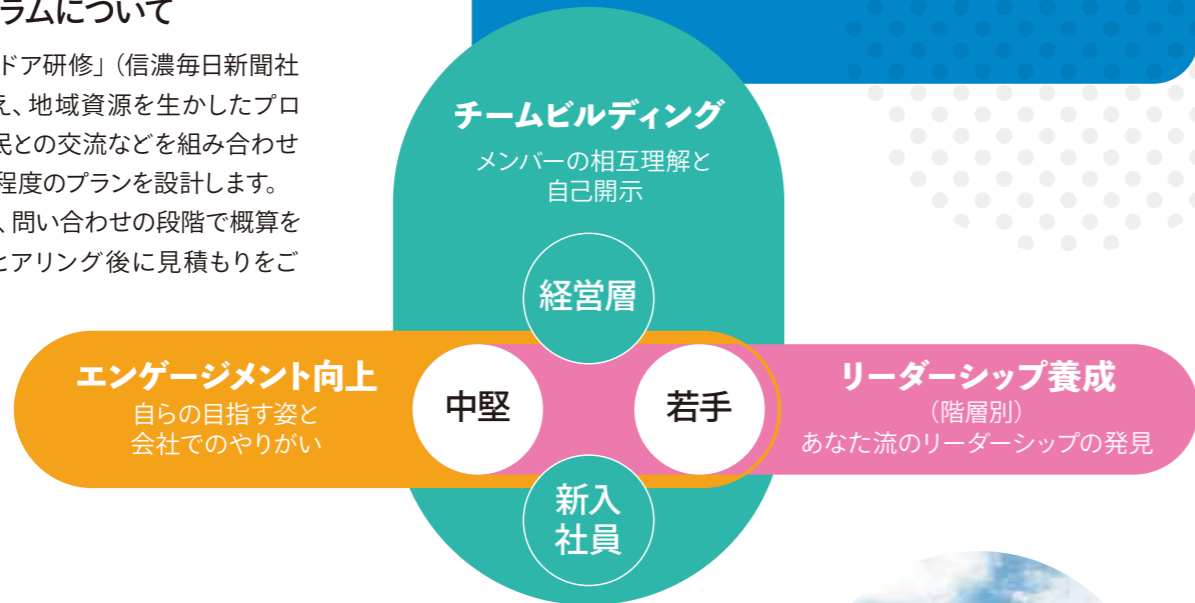
「信州アドベンチャー・エクスペリエンス」



リアルなエクスペリエンス（体験）を通じて、チームビルディングを進め、ひとり一人のリーダーシップを高め、エンゲージメント向上も目指す企業研修です。信濃毎日新聞社が提供する「信州アウトドア研修」を軸に、登山研修などの野外アクティビティ、焚き火トーク、チームクッキングのほか、リフレクション（内省）・マインドフルネスなどのプログラムを用意します。新たな気づきを見つける信州でのアドベンチャー（冒険）を応援します。

研修プログラムについて

- 「信州アウトドア研修」（信濃毎日新聞社提供）に加え、地域資源を生かしたプログラムや住民との交流などを組み合わせた2～3日間程度のプランを設計します。
- 研修費用は、問い合わせの段階で概算をご説明し、ヒアリング後に見積もりをご提出します。



チームビルディング・リーダーシップ養成



明日をひらく、その一歩。

信州アウトドア研修

プログラム例

- ◆ 焚き火トーク
- ◆ チームクッキング
- ◆ 登山研修

ポイント

- ◆ 効果的手法によるフィードバック
- ◆ リーダーは交代制
- ◆ SPECモデルによるカリキュラム

受講者の声

登山やアウトドアのアクティビティをリーダーシップやチームビルディングと結びつけて考えたことがなく、非常に新鮮で、体と心で感じ、納得感があった。
(米テック企業日本人、部長40代)



フィードバックをすることによって、自身の行動にも意識を向け、他のメンバーを観察するので、自ずとリーダーシップが醸成され、チームの信頼感の深まりも構築される。
(元製薬会社、営業戦略・推進30代)



計画策定、役割分担でリーダーシップが必要。相互協力の場面でチームビルディングが試される。
(金融会社、人事部門長50代)

エンゲージメント向上

リフレクション（内省）・マインドフルネス

プログラム例

- ◆ ブドウ畑での農作業体験

受講者の声

無心になって取り組み『瞑想的』で面白い。
(教育研修事業、研修チームリーダー40代)

マイパーパス（存在意義）発見

プログラム例

- ◆ ワイン造りに懸ける生産者との交流

受講者の声

人生と仕事の目標が重なる部分に生きがいを見出している姿に触れた。(輸送機器メーカー人財戦略部、担当60代)

プログラム例

- ◆ 4世代が暮らす国登録有形文化財住宅で、自給自足を目指す男性とドイツ人の夫妻が作るランチ

受講者の声

閉鎖的なイメージのある屋敷がとても開放的。家族愛があり豊かな印象だった。自分に素直に生きること、周囲を幸せにすることなど、大切なことを教えてくれた。(スポーツ用品製造販売、事業担当30代)

プログラム例

- ◆ 住民と夕食で交流 地域活性化に取り組む「田沢おらほ村」など

受講者の声

自分にはない価値観を聞き、自らの価値感に通じるものや長年考えていたことがはっきりし、マイパーパスのヒントがたくさんあった。
(スポーツ用品製造販売、事業担当30代)

1泊2日間
（スケジュール例）

	DAY1	DAY2
午前	午前10時頃、佐久平駅集合 湯の丸高原へ	「登山研修」スタート 湯ノ丸山（標高2101m）などへ
	「信州アウトドア研修」スタート	下山後、「登山研修」の振り返り
午後	アイスブレイク・研修目標共有	
	「チームクッキング」で夕食	ワイナリー訪問や農作業体験
夜	「焚き火トーク」	ワイン生産者、住民と夕食・交流
	湯の丸高原など施設に宿泊	夜、佐久平駅着、解散

チームビルディング
リーダーシップ養成

エンゲージメント向上



2泊3日間
（スケジュール例）

	DAY1	DAY2	DAY3
午前	北陸新幹線佐久平駅集合 湯の丸高原へ	「登山研修」スタート 湯ノ丸山（標高2101m）などへ	ワイナリー訪問や農作業体験
	「信州アウトドア研修」スタート		
午後	アイスブレイク・研修目標共有	下山後、「登山研修」の振り返り	
	「チームクッキング」で夕食		国登録有形文化財の住宅でランチ。 研修のまとめを共有、発表
夜	「焚き火トーク」	ワイン生産者や住民と夕食・交流	
宿泊	湯の丸高原の施設など	民泊施設など	佐久平駅に移動、解散

チームビルディング
リーダーシップ養成

エンゲージメント向上



3日間の
モニターツアーの
動画はこちら