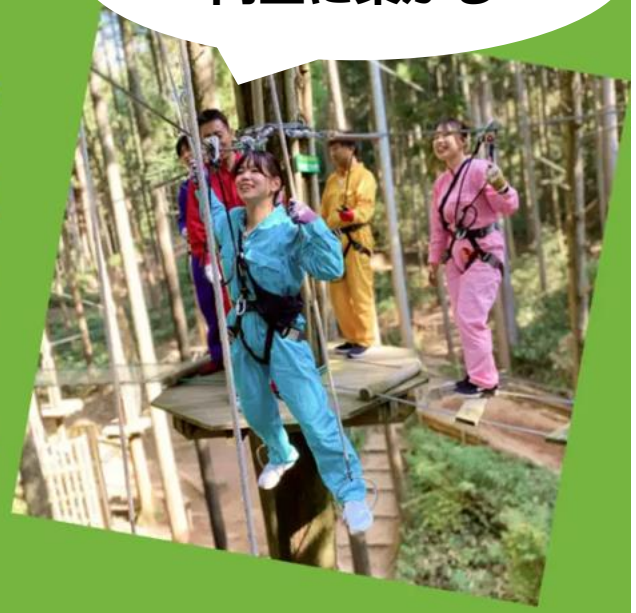
企業研修　学生・その他団体

チームビルディング

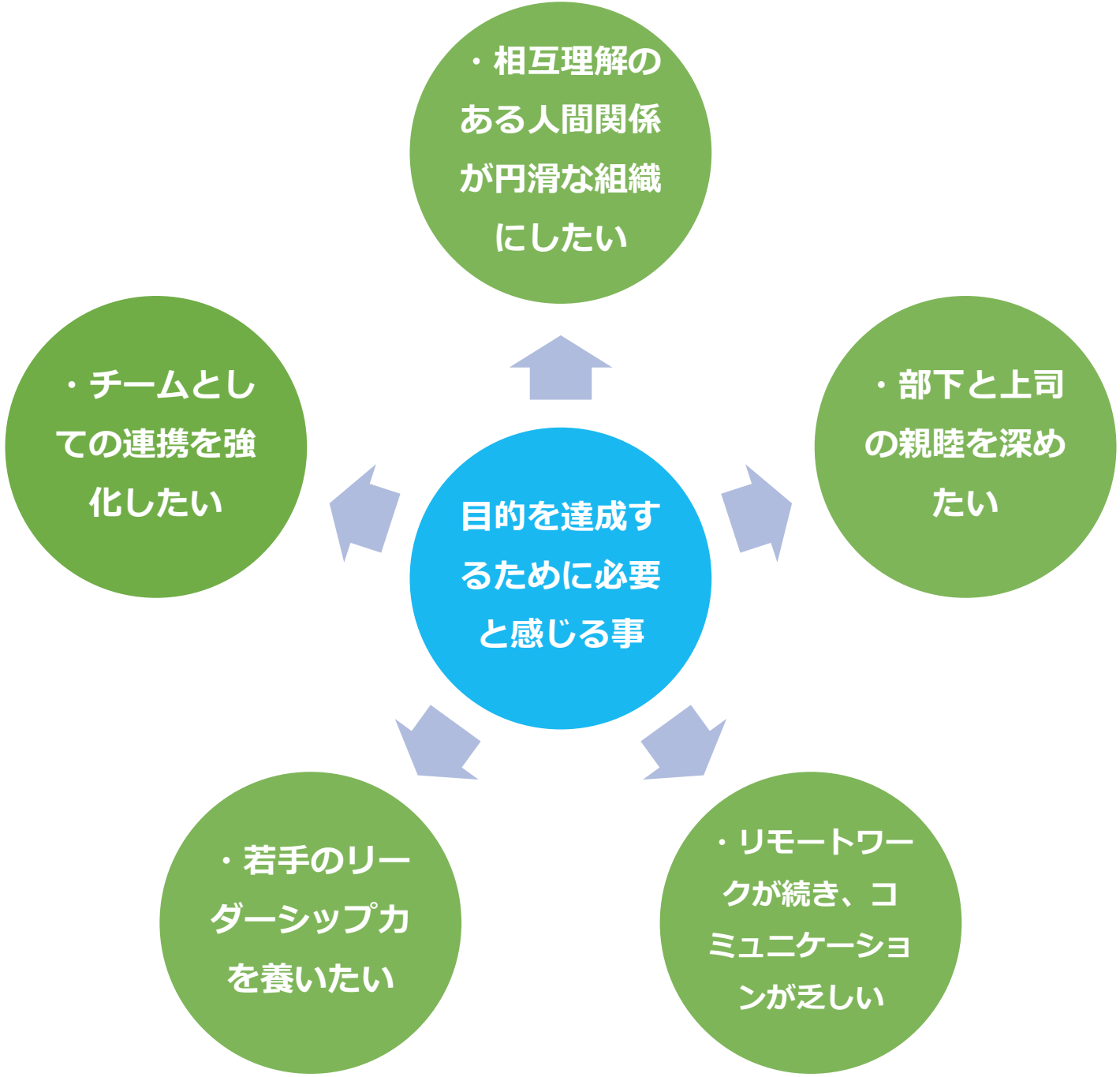
チームワークの
向上に繋がる

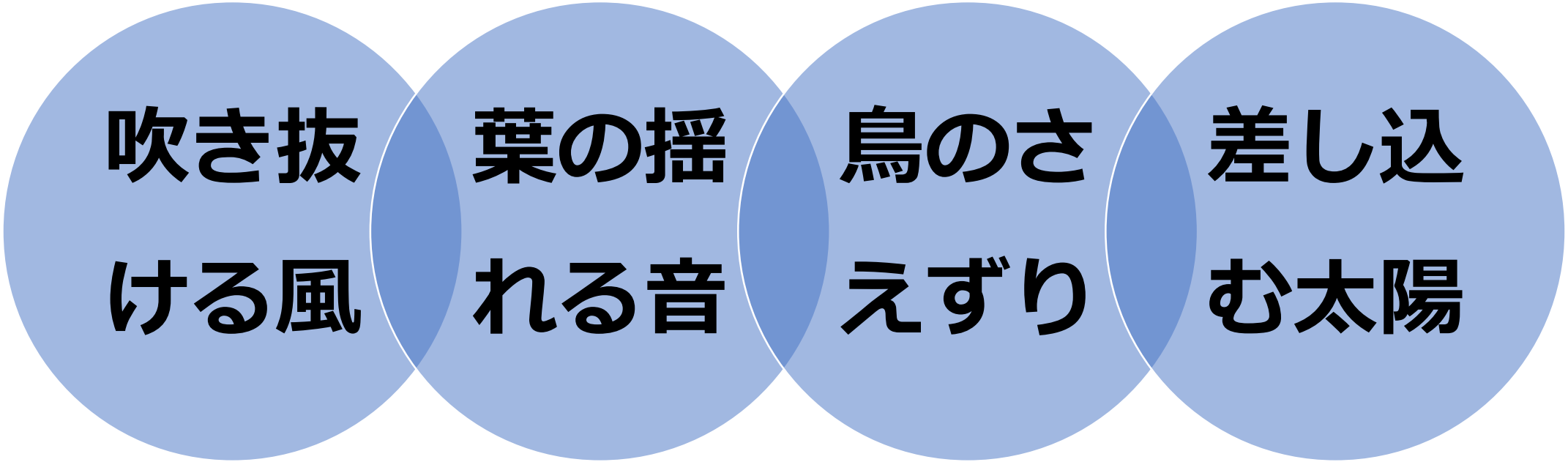


森の中で出される様々な課題を解決しながら
チーム力を高める体験型のアウトドア研修は、
人を素に戻す効果もあり、意外な個性や隠れ
た適正に気づくことも。自らが本気で参加し、
体験しながら学ぶことで、座学とは違った経
験に基づいた理解を得ることができます。
新人研修から責任者研修まで、人数や体力、
年齢層に応じてプログラムを提供します。
また、スポーツ団体のチームビルディングにも
オススメです！

こんな効果に期待！

- リーダーシップ
- チームワーク
- コミュニケーション
- 役割分担
- 自己有用感
- 新たな個性の発見


・相互理解のある人間関係が円滑な組織にしたい
・部下と上司の親睦を深めたい
・リモートワークが続き、コミュニケーションが乏しい
・若手のリーダーシップカを養いたい
・チームとしての連携を強化したい
目的を達成するために必要と感じる事



ここがPOINT！！

- 上記のような、普段の仕事場では感じることのない、
- 全く異なる大自然という環境の中に身を置き、人と触れ合うことで、他者の新たな一面を知ったり、洗練されたアイデアの構想が生まれてきます
- 心や頭のモヤモヤが取り除かれリセットされた皆様が取り組む課題に対して、私たちがお手伝いすることで、チームの潜在能力を引き出します。

チームワークの向上!

- 仕事上では知り得ない相手のこと自分のことを共有し、相互理解することで、円滑なコミュニケーションを促します。課題に対して目標に向かい、話し合ったり、役割を決めたりすることで、チームで動く、協力をすることへの意識を覚えます。

多角的考察力

- 課題に対して、さまざまなアプローチを考え、実行することで、物事を多様な観点から見ることを覚えます

チャレンジ精神/意欲の向上

- 失敗をしてもリスクがない研修で挑戦を繰り返すことで、チャレンジすることへの壁を低くします。また、成功体験を積んでもらうことで、物事を成し遂げることで、得られる気持ちよさ（達成感）を体験してもらいます。時には、自分に合ったモチベーション維持法について気づいてもらいます。

リーダーシップ

- 課題の中には、それぞれがバラバラで動くと、達成できないものもあります。 チーム全体が、課題達成に向けて同じ方向を見て動く為に、指針を示し、まとめる人が必要となります。

自己実現意欲

- 自分が変わることで、状況が変わることを大自然の中で体感してもらうことで、人生において自分のなりたいものの実現意欲を向上させます。

チームワークの向上!

- 仕事上では知り得ない相手のこと自分のことを共有し、相互理解することで、
円滑なコミュニケーションを促します。課題に対して目標に向かい、話し合ったり、
役割を決めたりすることで、チームで動く、協力をすることへの意識を覚えます。

多角的考察力

- 課題に対して、さまざまなアプローチを考え、実行することで、物事を多様な観点から見ることを覚えます

チャレンジ精神/意欲の向上

- 失敗をしてもリスクがない研修で挑戦を繰り返すことで、チャレンジすることへの壁を低くします。
  また、成功体験を積んでもらうことで、物事を成し遂げることで、得られる気持ちよさ（達成感）を体験してもらいます。

リーダーシップ

- 課題の中には、それぞれがバラバラで動くと、達成できないものもあります。 チーム全体が、
  課題達成に向けて同じ方向を見て動く為に、指針を示し、まとめる人が必要となります。

自己実現意欲

- 自分が変わることで、状況が変わることを大自然の中で体感してもらうことで、人生において自分のなりたいものの実現意欲を向上させます。

チームビルディング研修

（3時間）

受け入れ可能人数

3名～60名

料金

¥8,800(税込)

チームビルディング研修

（6時間）

受け入れ可能人数

3名～60名

料金

¥16,500(税込)

【アイスブレイク】

研修の初めに行うプログラム。

体を動かしたり声を出したり、初対面の人や緊張感のある場を和ませる効果が有ります。コミュニケーション能力を向上しチームワークや研修効率を上げます。

【地上プログラム】

地上で行うプログラム。

皆さんに課題を提示します。クリアする為に皆さんで話し合い、考え、振り返り、また挑戦。これを繰り返し、考える力や発言する力、他の人の意見を尊重する力を養います。

【樹上プログラム】

木の上で行うプログラム。木の上というリスクの中で、危機管理能力や安全管理能力を身につける効果が有ります。

普段の仕事や生活でも大切なリスクマネジメントの向上の効果を上げます。

◎ブラインドアドベンチャー

3～4人1チームに分かれ、一列で手を繋いだ状態でコースを進みます。
さらにチーム内の数人は目隠しをした状態となります。
手を離したり、繋いでる手でものを持つこともできません。

- 〈期待できる効果〉
  協力をすること、諦めないこと、仲間を信頼・依頼することを学ぶ。
  自分と人の違い、感覚の違いを体感。チームメンバーが怖がっているのか、楽しんでいるのか、進むスピードはどうかなを通して思いやりや配慮を学ぶ。

◎スピリング

まず用意した様々な容器を一人ひとつ選ぶ。
その容器に水を入れてコースを周り、ゴール地点にあるペットボトルに水を溜めていく。

- 〈期待できる効果〉 チームで力を合わせて目標に達成する感覚を体感する。成功方法をチームで共有することができるのか（水の運び方や移し方の上手な方法等）一人で頑張るのか、「チームとは？」を考える。

◎ヘリウムリング

全員輪になって正面を指さすように右手人差し指を前に出します。
その上にフラフープを乗せます。指を放さないように全員で力を合わせて
フラフープを地面に置けるように協力します。

- 〈期待できる効果〉

バラバラに下ろしていこうとすると、フラフープは下がっていきません。チームで息を合わせることを意識し、具体的にどう合わせるのかなど、共有できるコミュニケーションを学べます。

◎ブラインドスクエア

チームごと中心を向き輪を作り、全員が目隠しをする。両手のひらを上に向け、
スタッフがロープを渡していく。ロープから手を放さず指定された形を作っていく。

- 〈期待できる効果〉

コミュニケーションにおいて、内容の重要さ、自分本位の声かけとなっていないか伝え方を学ぶ。
時間の中で、自分の置かれた状態に気づき、それを共有する状況理解能力の俊敏さが求められる。

フォレストアドベンチャーをご利用時発生した事故につきまして当社加入の損害保険の範囲内で対応させていただきます。
尚、保険料は体験料に含まれております。
内容は以下のようになります。

内容	金額
死亡	150万
入院	3,000円/日
通院	1,500円/日
賠償責任保険	1億円（1事故につき）

- **小雨の際は実施可能となります。レインウェアなどをご持参ください。**
- **雨天時の代替え案などもございますが、事前予約が必要となります。**
- **落雷や強風の場合は安全を考慮の上クローズする場合がございます。予めご了承ください。**
- **キャンセル料は以下のようになります。**

	当日	2～3日前	4～6日前
悪天候時	30%	10%	なし
その他	100%	50%	30%

※キャンセル料は消費税含めた全体の金額からのパーセンテージです。

フォレストアドベンチャーがフィールドとしている大自然の中でさまざまな課題に取り組んでいきます。
一人では解決できない課題に直面した時、他者と協力し、関わりながら取り組むことで、より団結力のあるチームが形成されていきます。

事前に注意事項をご確認の上、誓約書にご署名いただきます。
ヒヤリングシートは参加日の10日前にご提出お願いいたします
大雨、強風、落雷などの気象状況によって、研修を実施できない場合がございます。
雨天時の場合でも屋外での実施は可能となっております。（カッパの販売もございます）

プログラム例の詳細などはお問い合わせ後にご案内いたします。
お問い合わせはこちら
E-mail : fatateshina@gmail.com　TEL:080-8144-1410

8:45	【現地到着・受付・ご案内】	必要に応じて、お着替え、お手洗いをお済ませ下さい
9:00	【イントロダクション】	研修開始前に注意事項をお伝えします
9 :10	【アイスブレイク】	自己紹介や簡単なゲームを行います
9 :30	【プログラム①】	地上でのプログラムとなります
10:10	【プログラム②】	地上でのプログラムとなります
10:50	【休憩】	水分補給・トイレ休憩
11:00	【プログラム③】	樹上でのプログラムとなります

12:00	【昼食】	仕出しの弁当の用意も可能です
13:00	【アイスブレイク】	午後の研修の前に気持ちをリセットします
13:15	【プログラム④】	地上でのプログラムとなります
14:00	【プログラム⑤】	樹上でのプログラムとなります
14:50	【休憩】	水分補給・トイレ休憩
15:00	【プログラム⑥】	樹上でのプログラムとなります
16:00	【終了】	振り返りをして終了となります