



プレスリリース

報道関係者各位

2024年7月11日

株式会社ワーク・ライフバランス

ゲーム型研修ライフ・スイッチが「管理職から変わる”DE&I実践パッケージ」を新たに販売開始、組織的影響力が大きな管理職の行動変容の加速を支援
～管理職本人の認識と部下からのフィードバックとのギャップを見える化し、アンコンシャスバイアスの自覚と行動変容の促進を提供～

取材のご案内

【体験会】2024年7月25日(木)13:00～16:00 オンライン実施／参加費無料

申込：<https://x.gd/ZElid>

2006年創業以来、働き方改革コンサルティングを3,000社以上に提供してきた株式会社ワーク・ライフバランス(本社：東京都港区、代表取締役：小室淑恵)は、異なる人生の疑似体験から学ぶゲーム型研修「ライフ・スイッチ」(以下「ライフ・スイッチ」、<https://work-life-b.co.jp/service/lif SWITCH.html>)に、このたび新たに「管理職から変わる”DE&I実践パッケージ」(以下「DE&I実践パッケージ」)を追加し、2024年7月から提供します。

ライフ・スイッチは、働き方改革やワーク・ライフバランスが“自分には無関係な考え方”だと誤解されやすく、本質的な取組みにつながりにくいという企業の課題を解決するために2019年に開発されました。これまでにのべ600人以上が参加、認定ファシリテーターも50人以上登録するゲーム型研修で、開発後5年経った今も満足度94%以上のサービスで、働き方改革への取り組み意識の醸成などに効果を上げています。

今回、DE&I実践パッケージをリリースした背景には、日本社会の少子高齢化や労働力人口の不足に伴い、DE&I(ダイバーシティ・エクイティ&インクルージョン)の考え方や多様な人材が活躍できる職場環境づくりが求められていることがあり、DE&I実践パッケージは、組織の中で影響力のある管理職に、知識だけではなくゲームを通じた体験によりDE&Iの考え方を体感的にも理解いただくほか、管理職本人の認識と部下からのフィードバックとのギャップを見える化し、アンコンシャスバイアスの自覚と管理職の行動変容の加速を促進します。今後、DE&I実践パッケージは2024年度に10社・のべ250名の体験を見込んでいます。

なお、2024年7月25日には体験会を開催、マスメディアの取材が可能です。ご希望の方はお申込みください。



▲実際のライフ・スイッチ研修実施の様子と管理職が事前に回答するアンケートフォーム(イメージ)



■ゲーム型研修「ライフ・スイッチ」とは

当社は、創業以来15年以上にわたり、官公庁や自治体、大手企業を中心に3,000社以上へ働き方改革コンサルティングを提供してきました。その結果、支援先企業では残業30%削減に成功し営業利益が18%増加したほか、残業を81%削減し有給取得率4倍・利益率3倍を実現するなど、長時間労働体質の改革を実現してきました。そのようななか、コンサルティング現場において、**職場の生産性を阻害している大きな要因が「世代間ギャップや価値観の違いから起こるコミュニケーションギャップ」**であることを突き止め、2019年にゲーム型研修「ライフ・スイッチ」を開発しました。

ライフ・スイッチは、ファシリテーター養成講座を受講した公認ファシリテーターのサポートのもとで、研修参加者がカードゲームを使って、有限である時間を意識しながら、日常の自分とは異なる仕事・私生活のゴールを達成するために様々な選択を行うことで、**人生や仕事における価値観の多様性を理解できる研修サービス**です。

ゲーム内では、育児に直面したり、組織でのマネジメントを担ったり、私生活面での介護との両立について悩んだりといったライフイベントが発生します。参加者は、与えられた時間カードの枚数を気にしながらライフイベントや業務ミッションをクリアするべく、チームメンバーや家族役の人と対話します。ゲーム後には、ファシリテーターと共に振り返りのディスカッションを行い、新たな気づきや学びを共有しあいます。

ライフ・スイッチのダイバーシティの観点企業研修で注目され、「仕事と趣味ははっきり分けて」カードゲームで学ぶ『働き方改革』の極意とは」(高知さんさんテレビ：2023年1月17日放送)や「日本104位…男女の賃金格差 女性のキャリア支援で成長目指す！」(テレビ東京：2023年3月7日放送)でも取り上げられました。

▼ゲーム型研修「ライフ・スイッチ」の詳細紹介ページ

<https://work-life-b.co.jp/service/lifewitch.html>

▼メディア掲載実績

「仕事と趣味ははっきり分けて」カードゲームで学ぶ『働き方改革』の極意とは」(2023年1月17日放送)

URL：<https://www.youtube.com/watch?v=51bQprbqw4A>

「日本104位…男女の賃金格差 女性のキャリア支援で成長目指す！」(2023年3月7日放送)

URL：<https://onl.sc/DNDz7QT>

■「“管理職から変わる” DE&I実践パッケージ」開発の背景と内容

現在、日本社会の課題として少子高齢化や労働力不足などが注目されていますが、これらの課題を乗り越えるために必要な考え方としてDE&I(ダイバーシティ・エクイティ&インクルージョン)の考え方の浸透や多様な人材が活躍できる職場環境づくりが企業において急務になっています。

そこで、当社では、創業以来培ってきた管理職の意識改革や行動変容のノウハウをライフ・スイッチと合わせて、新たに「“管理職から変わる” DE&I実践パッケージ」を開発しました。

DE&I実践パッケージでは、旧来のライフ・スイッチに加え、ゲームで体験した気づきを実際の職場で実践していただきます。また、職場のメンバーから、管理職のコミュニケーションについてフィードバックを得ることで、管理職がご自身のマネジメントスタイルを客観視し、行動を変える機会に繋がります。

具体的には、「私のチームは心理的安全性が高い」、「チームのメンバー言いたいことが言えている」、「チームのメンバーは自ら主体的に仕事を行っている」、「職場のメンバーはチームで仕事することを意識している」といった項目で構成される事前アンケートに、参加する管理職および部下が回答し、回答結果のポイント数や内容を比較して、管理職と部下との間にどのような認識の差が生じているかを確認します。そのうえで、ライ



フ・スイッチを体験、事後に振り返りアンケートを行うことで、認識の差がどの程度埋まったのか、埋まった背景にどのような気づきがあったか、などを対話していきます。



▲ライフ・スイッチの「LIFEタイム」で使用されるカード

“管理職から変わる”DE&I実践パッケージは、組織に対して影響力を持つ管理職がDE&Iに関する考え方を理解し、実際の職場でのコミュニケーションやマネジメントで実践します。所属する部署やチームのメンバーが今の職場に対してどう思っているのか？実際の声を拾いながらマネジメント自身が行動変容するためのプログラムです。

研修1回目 DE&Iの体感的理解	研修2回目 DE&Iマネジメントの実践	研修3回目 チーム・ビルディング
<p>ダイバーシティやアンコンシャスバイアスバイアスの考え方について、ゲーム研修「ライフ・スイッチ」を通して、自分事として捉えることで体感的に理解します。</p> <p>ダイバーシティって自分にも関係あるの？アンコンシャスバイアスなんてあるかな？</p>	<p>多様性を成果につなげるため、対話と通じた相互理解やメンバーの主体性を促すコーチング型マネジメントを学び、実践していただきます。</p> <p>なるほど、心理的安全性を高めるポイントはこれか！早速自分でも試してみるか。</p>	<p>チームの関係性という土台ができた後に、チームで目指すありたい姿を決めることで向かう方向性を描えます。また、研修終了後も取り組みを継続するための方法を学びます。</p> <p>これなら研修が終わった後もチームで継続していけそうだ。</p>
自部門で実践	自部門で実践	自部門で実践

管理職が自らの言動・コミュニケーションを見直して実践していくことで、組織の心理的安全性を高め、職場の多様性を活かした働き方で成果をつくります。

▲DE & I 実践パッケージの流れなどを表した解説スライド

取材のご案内

報道関係の皆様で本件に関して取材をご希望の場合は、体験会への参加が可能です。以下より申込みください。

▼開催概要：2024年7月25日（木）13:00～16:00 /オンライン実施

▼取材申込み：https://work-life-b.co.jp/contact/offer_form.html

▼取材問い合わせ先：株式会社ワーク・ライフバランス 広報担当 田村（たむら）

メールアドレス：media@work-life-b.com 携帯：080-3347-3081

ライフ・スイッチ サービス概要

- ・対象：企業や教育機関、自治体など、多様な価値観の理解促進を目指す組織
- ・人数：6人～25人
- ・時間：2時間半～3時間
- ・料金：50万円（税抜）～
- ・活用シーン例：

- 部下とのコミュニケーション向上を目的とした管理職向け研修
- 仕事と私生活の両立について考えるアクティブラーニング
- 心理的安全性の構築につながるチームビルディング研修
- 世代間ギャップをイノベーションにつなげたい企業向け研修
- ダイバーシティ研修における初期プログラム
- 新入社員研修におけるキャリア形成研修
- 夫婦間チームワーク創造のためのワークショップ
- 教育機関（中高大）でのキャリア教育授業

・特長：カードゲームを通して、立場や価値観が異なる他人の人生を疑似体験することで、多様性への理解促進をはかり、社員同士の世代間ギャップや価値観の違いから起こるコミュニケーションギャップを解消する。





■ “管理職から変わる” DE&I 実践パッケージ 概要

- ・対象：DE & I の理解と行動変容を促したい管理職
- ・人数：6 人～25 人
- ・時間：2 時間半～3 時間/1 日あたり、全 3 日間
- ・料金：50 万円（税抜）～
- ・活用シーン例：
 - DE&I を推進するための管理職研修
 - 知識だけでなく体感的な理解を促すための研修
 - 管理職の行動変容まで促すための実践的プログラム
 - 管理職がメンバーからフィードバックを得る機会
 - 働き方改革の取り組みにおける初期プログラム
- ・特長：DE & I について知識として理解するだけでなくゲームを通じて体感的理解を得る。3 日間の研修を通じて DE & I マネジメントを実践し、管理職の行動変容に繋げる実践的プログラム。

■株式会社ワーク・ライフバランスについて

2006 年創業、企業の働き方改革により業績と従業員のモチベーションの双方を向上させることにこだわり、働き方改革コンサルティング事業を中心に展開。これまでに自治体・官公庁も含め企業 2,000 社以上を支援。残業 30%削減に成功し、営業利益 18%増加した企業や、残業 81%削減し有給取得率 4 倍、利益率 3 倍になった企業など、長時間労働体質の企業への組織改革が強み。

会社名：株式会社ワーク・ライフバランス

代表者：代表取締役社長 小室 淑恵

サイト：<https://work-life-b.co.jp/>

創立年月：2006 年 7 月

資本金：1,000 万円

主な事業内容：

働き方改革コンサルティング事業・講演・研修事業

コンテンツビジネス事業・コンサルタント養成事業

働き方改革支援のための IT サービス開発・提供

「朝メールドットコム®」「ワーク・ライフバランス組織診断」「介護と仕事の両立ナビ®」

カードゲーム体験型研修「ライフ・スイッチ®」

実績：2,000 社以上（国土交通省、鹿島建設中部支店、住友生命保険相互会社、株式会社アイシン、内閣府、三重県、埼玉県教育委員会など）

・代表 小室 淑恵プロフィール

2014 年 9 月より安倍内閣「産業競争力会議」民間議員を務め、働き方改革関連法案施行に向けて活動し、2019 年の国会審議で答弁。2019 年 4 月の施行に貢献。国政とビジネスサイドの両面から働き方改革を推進している。年間 200 回の講演依頼を受けながら、自身も残業ゼロ、二児の母として両立している。

