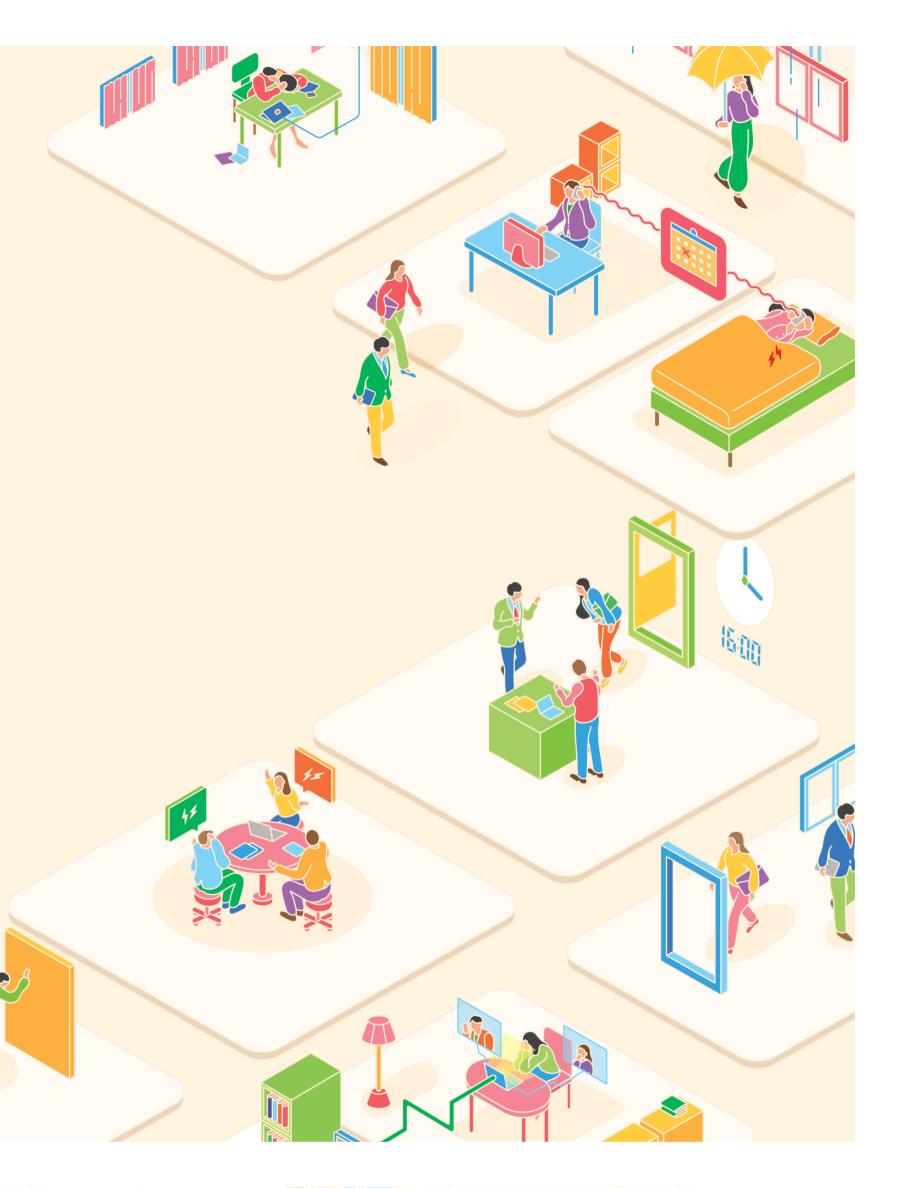
みえない 多様性 PROJECT

> カードゲームで考える 「みえない多様性」

> ~みえない多様性ワークショップ~



# 病気をわかり合えると職場は健康になる。

体調がすぐれない日は、思うように仕事がはかどらないものです。 けれど、こっちでがまん、あっちでもがまん。 この社会にはつらい思いをかくしながら働いている人がたくさんいます。

誰にだって、体調がすぐれない日はあります。 それは、あなたの周りにもムリをしている人がいるということ。 おそらく、あなたにもその経験があるはずです。

「この前も休んでたよね?」「頭痛なんて気の持ちようでしょ?」 つらい思いを一人で抱え込んでしまうのは、 周りからそう思われたくないから。

話したところで、わかってもらえないかもしれない。 そんな不安を抱かせる職場の空気がたくさんのがまんを生み、 その結果、多くの病気が見過ごされてしまっています。

周りにある「みえないつらさ」に気付き、理解する。 それは、職場から不安やがまんをなくすこと。 互いにわかり合うことで、一人ひとりが自分らしく働ける職場をつくりませんか。



## 本ワークショップについて

- このワークショップは、健康に紐づく「みえない多様性」の視点を理解し、 より働きやすい職場づくりに活かすヒントを得ることを目指しています。
- こちらの資料を研修等で利用される際は、本スライド最終ページに記載の ご利用規約を必ずご確認し、同意の上でご使用ください。
- ワークショップの中にはグループディスカッションも含まれますが 各グループの人数は3~5名を推奨しています。
- 各グループに1人ずつ、進行サポート役を設定しておくと、よりスムーズに議論が進みます。
- 実施時間はグループワークや発表の時間調整を行うことで、1~3時間程度での開催を推奨しています。
- ストーリーカード(カードゲーム)の使い方については、 本スライド及び、日本イーライリリー株式会社公式ウェブサイトに公開されている 「ストーリーカードの使い方Movie動画」もご参照ください。



日本イーライリリー株式会社 公式ウェブサイト プロジェクト 紹介ページ

## 目次

- 01. 「みえない多様性」に優しい職場づくり ~「みえない多様性」とは~
- 02. ストーリーカードゲームの進め方 ~他者の背景を想像する~
- 03. ストーリーカードゲーム実践 ~率直に、そして楽しみながら!!~
- 04. 振り返り・Q&A

# 「みえない多様性」に優しい職場づくり

~「みえない多様性」とは~



## 「みえない多様性」とは

片頭痛をはじめ、様々な<u>健康課題</u>による、痛みなどの症状やそれらを周囲に 理解されないことによって起こる、当事者の「不安、支障、働きづらさ」に着目。

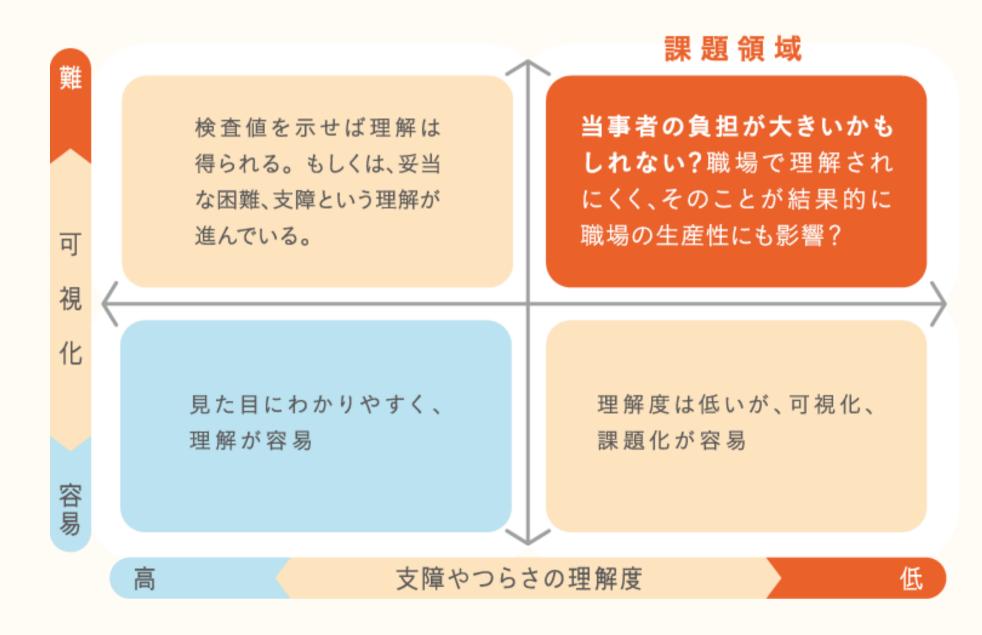
#### みえない多様性

片頭痛のように症状の認知が低く、 周囲からその支障やつらさがわかりづらく 休暇や労りの対象となりにくい



#### みえる多様性(例)

- がん → 命にも関わるケースがある
- インフルエンザ → 隔離が推奨
- 骨折や喘息 → 見た目に症状が分かりやすい



引用:「Inclusive Workplace Design Toolkit -わかりづらい健康課題 「みえない多様性」に優しい職場をつくる」

## 職場における健康課題「みえない多様性」

職場には疾患による体調不良を抱えながらも「仕事を休みたい」と言い出せず、 我慢を重ねることが当たり前になっている人たちがいます。



## 「みえない多様性」に優しい職場づくり

職場におけるすべての人の、身体的・精神的・社会的に満たされた状態である「ウェルビーイング」の向上が、結果的に**組織の生産性向上**にもつながります。

私たちの職場でどのような健康課題が存在しているのかを、まずは「知る」ことから始めてみましょう。



# ストーリカードゲームの進め方

~他者の背景を想像する~



## ストーリーカードとは~他者の背景を想像する~

一見、不可解に思える行動や

自己中心的な振る舞いに見えても、何か理由があるかもしれない。

「みえない多様性」の存在を知る・認めることのきっかけとして、

「もしかしたら・・」と当事者の立場で

そこに隠れた理由を想像することで、

健康課題に紐づく悩みや問題を

共に考えるためのカードゲームです。



## ストーリーカードの目的

職場にある 健康にひもづく 「みえない多様性」への 視点を持つ



職場で健康課題に ついての「話しやすさ」 を醸成する



職場のコミュニケーション 円滑化



職場で自身の健康のことは 話してはいけないのかも・・



話してもいいんだ!

## ストーリーカードのルール

- 1. 正解、不正解はありません。
- 2. 他の参加者のアイデアや意見を受け入れ、それをさらにディスカッションで 膨らませていくことで、理解を深め合います。
- 3. 背景に「健康に関連する理由がある」という視点で参加しましょう。
- 4. 自然とそれぞれが持つ健康課題を話す場面になることがありますが、 自分のことを話したくない人は、無理に話す必要はありません。

## カードの種類





## 参考:実施方法(対面・オンライン)

#### 対面で実施する場合

- ロ 以下のサイトより「カード印刷用簡易 キット(対面実施用)」をダウンロード
- ロ グループ数分(もしくは参加人数分)を 印刷し、カードになるように切断
- □ 収録されている白紙カードで、職場に 合わせたオリジナルカードも制作可能



#### オンラインで実施する場合

- ロ 以下のサイトより「説明書&カード画像(オンライン実施用)」をダウンロード
- □ 事前に参加者にPDFにて送付
- □ 当日は主催者がWeb会議ツール上で 適宜画面共有



日本イーライリリー株式会社 公式ウェブサイト プロジェクト 紹介ページ 日本イーライリリー株式会社 公式ウェブサイト https://www.lilly.co.jp/news/stories/henzutoo/nextstep

## シーンカード Scene Card (全10種類)

0

健康理由で午前休をとった のに、飲み会には参加して いる。

なぜだろう?

※この事実の背景に存在するかもしれない 「もしかしたら?」のを考えてみよう。 2

いつもよりメールやチャッ トでの文章がそっけなく冷 たい。

なぜだろう?

※この事実の背景に存在するかもしれない 「もしかしたら?」のを考えてみよう。 3

いつもはメールやチャット の反応が早いのに、急に連 絡がつかなくなる時間があ る。

なぜだろう?

※この事実の背景に存在するかもしれない「もしかしたら?」のを考えてみよう。

4

いつもはとても正確な仕事 をするのに、今日はとても ミスが多い

なぜだろう?

※この事実の背景に存在するかもしれない「もしかしたら?」のを考えてみよう。

**(**5

仕事中にやたらとため息ば かりついている。

なぜだろう?

※この事実の背景に存在するかもしれない「もしかしたら?」のを考えてみよう。

6

オンライン会議でいつも発 言が多いのに、今日は発言 が少なく、あいづちも打た ないなど反応が悪い。

なぜだろう?

※この事実の背景に存在するかもしれない「もしかしたら?」のを考えてみよう。

7

いつもとても明るく元気な 人なのに、今日は朝からし かめっ面をして、口数も少 ない。

なぜだろう?

※この事実の背景に存在するかもしれない 「もしかしたら?」のを考えてみよう。 8

チームでとても良い雰囲気 で会議をしていたのに、急 に機嫌が悪そうな顔をして いる。

なぜだろう?

※この事実の背景に存在するかもしれない 「もしかしたら?」のを考えてみよう。

打ち合わせ時に他に空いている会議室があるのに、いつも特定の会議室でないと嫌がる。

なぜだろう?

※この事実の背景に存在するかもしれない 「もしかしたら?」のを考えてみよう。 110

さっきまでデスクで仕事を していた同僚が、大事な 会議に現れずドタキャン した。

なぜだろう?

※この事実の背景に存在するかもしれない 「もしかしたら?」のを考えてみよう。

## リーズンカード Reason Card (全36種類)



## カードゲームの使い方例

#### 青い(シーンカード)で

「チームでとても良い雰囲気で 会議をしていたのに、急に機嫌 が悪そうな顔をしている。」 という人がいた場合

なぜこの人はこのような行動を とったのか、参加者同士で想像 してみます。



参加者は理由として挙げられそうな リーズンカード を選び、 ストーリーを考え共有します。



Ath





すごく香りの強い香水をつけている人がいて、そ の匂いが原因で片頭痛の発作が出てしまい、周 りから見たら不機嫌に見えてしまったのではない



その人は腰痛を持っていて、椅子に座りっぱな しで痛みが出てしまい周りから見たら機嫌が悪 そうに見えたのではないか。 Bah



このように想像したストーリーや考えを共有し合い、膨らませながら理解を 深め合います。

## グループワークの進め方



#### 1. シーンの発表

ディスカッションのテーマとするScene Cardを進行役が発表。



#### <グループワーク>



#### 2. ストーリー共有



#### 3. ディスカッション

3~5人程度の指定のグループに分かれ、それぞれがReason Cardから Scene Cardの理由を想像して選び、考えたストーリーをグループに共有。

全員がストーリーを共有し終えたら、様々な考えに対して気づいたことを 発表し、意見交換を行う。



#### 4. 発表

- ① ディスカッションが終わったら、各グループの代表者から他のグループに グループワークで得た気づきを共有。
- ②各グループの発表が終わったら、最後に各自から気づきや感想を発表。

# ストーリーカードゲーム実践

~率直に、そして楽しみながら!!~



## 本日のScene Card発表

進行役の人がScene Cardを1枚選んで発表してください。



### Reason Cardから、1人1枚自由に選び、 シーンの背景にある健康課題を想像し、ストーリーを考えてください。(目安5分)



## ディスカッションPOINT

- 自分で考えたり、他者のコメントを聞いて**気づいた点**
- ●実際にこういうシーンに遭遇した時、どう思うか?それはなぜ?
- もしこのシーンが**自分の立場だったら**、周囲に対してどう思うか? それは**なぜ?**
- それぞれが異なる思いや考えをもつことにより、 生まれる誤解や不安。その課題は何なのか?
- ●実体験や聞いたことがある事例の共有
- ●今日から何ができそうか?



# ストーリー共有ディスカッションタイム

- 1) 考えたストーリーをグループ内で共有し合いましょう。(目安:一人1~2分)
- 2)全員がストーリーを共有し終えたら、様々な考えに対して気づいたことを発表し、意見交換をしましょう。(目安:10~15分)



# グループ発表

グループが複数ある場合は、各グループの代表者から他のグループに グループワークで得た気づきを発表・共有しましょう。

(目安:1グループ2~3分)



# 振り返り・Q&A



## 各自から感想発表

ストーリーカードの目的







どのようなことが印象的でしたか? 今後、どのようなことを意識していきたいですか?

## 参考:ワークショップ参加者の声

- 当事者じゃないと分からないことがある
- 想像できる背景が参加する人によって違った
- 自分で想像できることが全てではない
- 決めつけや思い込みで判断するのではなく、相手の立場を想像し、 この人には何かあるのかもしれない、と思えるようになった
- 1つの事象に対して、人それぞれ感じることが異なる=多様性を実感する機会になった
- 周囲に普段は言えない持病を打ち明けられた
- 管理職として対応を見直すきっかけになった
- 人事制度を変えるというような大掛かりなことではなくても、 日頃の意識を変えるだけでも働きやすい環境につながると思った
- もしかしたらと相手への想像力を働かせ、多様性を認めあう意識と習慣をもつことが 大事だと思った
- その人が無理をせず、いきいきと働ける環境づくりは非常に重要
- 理由が分かると、理解が深まり、当事者も周囲の人としても安心できることがある

Q&A

#### Inclusive Workplace Design Toolkit 付録

## カードゲームで考える「みえない多様性」 〜みえない多様性ワークショップ〜

「みえない多様性プロジェクト」参画企業・団体・自治体など [50音順、敬称略]

株式会社アシックス

日本イーライリリー株式会社

株式会社パソナ

明治安田生命保険相互会社神戸支社

田畑 かおり(社会医療法人寿会 富永病院 看護部 師長、 頭痛医療を促進する患者と医療従事者の会[JPAC]共同代表)

神戸市

協力企業[50音順、敬称略] ネスレ日本株式会社 バンドー化学株式会社

監修専門家[50音順、敬称略]

岡田邦夫(医師、特定非営利活動法人健康経営研究会理事長)

竹島 多賀夫(社会医療法人寿会 富永病院 副院長、脳神経内科部長、頭痛センター長富永クリニック 院長(兼任)

京都大学 医学部 臨床教授、日本頭痛学会 副代表理事、日本神経学会 理事)

本ツールの利用にあたっては、以下の利用規約をご理解ください。

著作権等の帰属 本ツールに関する知的財産権は、日本イーライリリー株式会社に帰属しています。

〈本件ツールの利用〉

- ① 利用者は、本件ツールを無料でダウンロードし、利用することが出来ます。 ただし、利用者にあらかじめ通知 されることなく、本件ツールの内容が変更、終了されることがあります。
- ② 利用者は、本件ツールを非営利目的のみで使用することができ、営利目的で利用することが出来ません。
- ③ 利用者は、本件ツールに一切改変を加えることが出来ません。
- ④ 利用者は、本件ツールを第三者に利用許諾することが出来ません。

〈禁止行為 〉 利用者は、以下の行為を行ってはいけません。

① 公序良俗に反する行為 ② 法令、本利用規約に違反する行為又は犯罪に関連する行為 ③ その他、不適切 と判断される行為

#### 〈無保証及び免責事項等〉

- ① 本件ツールの内容について、利用者の利用目的に適合すること、利用者の期待する機能、価値、正確性又は有用性を有すること、利用者に適用される法令等に適合すること、及び不良やバグ等の不具合を有しないこと等は、一切保証されません。
- ②本件ツールの利用に関して利用者に生じた損害等については責任を負いかねます。
- ③ 本件ツールの利用に関して、利用者間又は利用者と第三者との間において生じた争いについては、利用者自身 の責任と費用により解決していただきます。

2021年11月 制作 日本イーライリリー株式会社