

# ※説明なし

1



### 本ワークショップについて

みえない 多様性 PROJECT

- 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 https://www.jillv.co.jp/news/stories/henzutoo/nextste 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

03

### ※説明なし

3

### 目次

みえない 多様性 PROJECT

- 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

04

(冒頭でファシリテーターから自己紹介を行います。なぜ職場における 「みえない多様性」というトピックに関心があるのか、ぜひみなさんに 伝えましょう。

また、参加者にも自己紹介を行ってもらい、このワークショップに参加 した理由などもあれば話してもらいましょう。)

こちらが今日のワークショップのアジェンダです。

みえない 多様性 PROJECT

SECTION

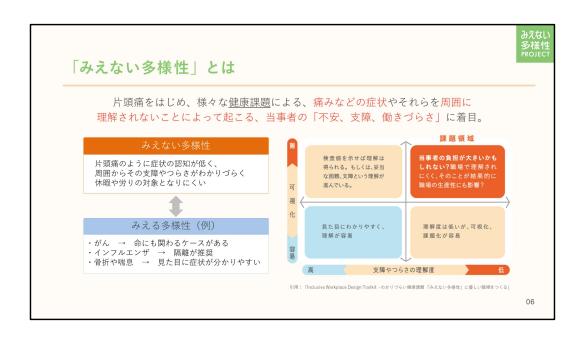
「みえない多様性」に優しい職場づくり

~「みえない多様性」とは~



ストーリーカード(カードゲーム)を使ったグループワークを行う前に、 まず「みえない多様性」とはどのようなものなのかを見ていきましょう。

5



「みえない多様性」は片頭痛をはじめ、様々な健康課題による痛みなどの症状やそれらを周囲に理解されにくい疾患のこと、 また、理解されにくいことによって起こる「不安、支障、働きづらさ」 に着目した考え方です。

例えば片頭痛のように、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いため、休みづらくなりがちな疾患が当てはまります。

右側の図にあるように、症状の可視化が難しく、更にその支障度や辛さの理解度が一般的に低いような健康課題のことを、「みえない多様性」と呼びます。



職場には、疾患により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。

その人たちが抱える悩みは、痛みなどの症状によるものだけではありません。

同僚や上司に、自分の状態を正しく理解してもらえないために生じる、さまざまな不安や支障、働きづらさにもあります。



「みえない多様性」に優しい職場づくりとは、「みえない多様性」を正しく理解し、適切に配慮されることで、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るという考え方です。

本日は「みえない多様性」を理解するために、カードゲームを通じて、 職場でどのような健康課題が存在しているのかを知るところから始めて みましょう。



では、ここからストーリーカードゲームの進め方をご説明します。

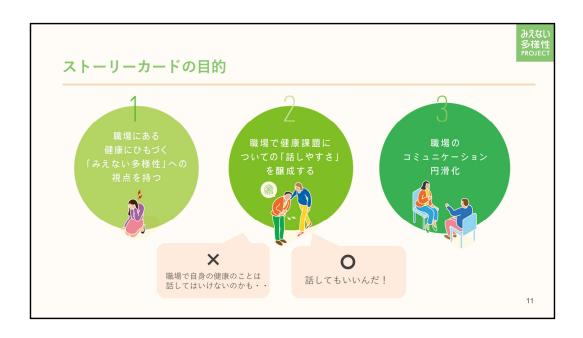
9



このカードは、「他者の背景にある何か」を、健康上の観点から想像するきっかけとなることを目指して開発したものです。

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。



### 目的は、

- 1.職場にある健康にひもづく「みえない多様性」への視点を持てるようになること。
- 2.そして、職場で健康課題についての話しやすさを醸成すること。 これは、決して「健康課題を話さなくてはいけない」のではなくて、 「話してはいけないのかも」という雰囲気から、「話してもいいんだ」 という空気感を醸成することにあります。
- 3.そしてそれを実現することで、チーム内のコミュニケーションの円滑 化や関係性強化にもつなげることをめざしています。

そして、ワークショップで得た気づきや学びを「なるほど」で終わらずに、ぜひ持続的にみえない多様性を意識し、自分の職場やチーム内で、みえない多様性に関して話し合い、ワークショップで得た気づきや学びをチームに環元していただきたいです。

みえない 多様性 PROJECT

### 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。

12

### ルールは簡単です。

- 1.正解も不正解も、勝ち負けもありません。
- 2.一番大切なのは、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、理解を深め合うことにあります。
- 3.もうひとつ大切なのは、このカードを使ったワークショップ中は、 「健康に関連する背景がある」という視点で参加するということです。
- 4.そして、このゲームを進めていく中で、自然とそれぞれが持つ健康課題を話す場面にも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。



使用するカードは全部で2種類あります。

青い方がシーンカードといいます。

職場でありがちな、一見すると周囲からが自己中的に感じたり、「誤解」してしまいそうなシーンが書かれています。

赤い方がリーズンカードといいます。

シーンカードに書かれている「誤解」してしまいそうなシーンで「当事者はなぜその行動をとったのか」、その理由や背景を想像するための材料となるいろいろな単語が書かれています。



## 参考:実施方法(対面・オンライン)

- □ 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□ 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
- ロ 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
- ロ 当日は主催者がWeb会議ツール上で 適宜画面共有

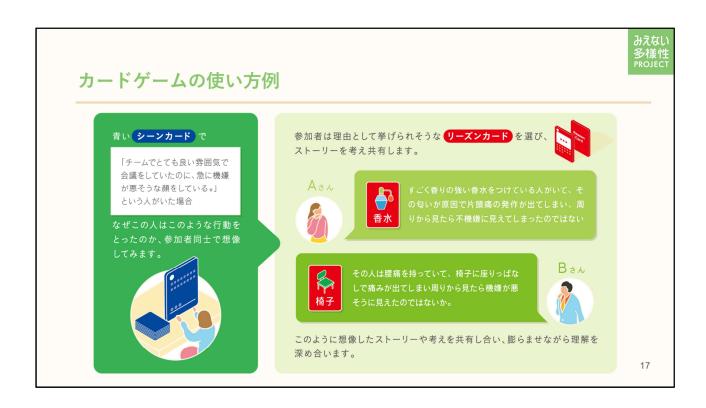




日本イーライリリー株式会社 公式ウェブサイト







次にカードゲームの使い方例を見てみましょう。

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、まずは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自由に選んで共有します。

例えばAさんは「香水」を、Bさんは「椅子」を選びました。 Aさん、Bさんにそれぞれ理由を発表してもらいます。

Aさん:「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か?」

Bさん:「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?」

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

3~5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。



3. ディスカッション

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。





- 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。

8

みえない 多様性 PROJECT

SECTION

# 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!!~



それでは、実際にストーリーカードをやってみましょう! 大切なのは、それぞれの意見を受け入れながら、楽しくディスカッショ ンすることです。



では、本日のシーンカードを発表します。 本日のカードは、「xxxx(例: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)」です。

このような人がいた時に、皆さんはどう感じるでしょうか。 もしかすると、誰かの発言に気を悪くしたのだろうか、とか、何か気に 入らない決定事項があったのだろうか、、、と勝手に想像してしまうか もしれません。



このシーンについて、その背景に何かしらの健康課題があるのかもしれないという想像を巡らせて、リーズンカードを1枚選んでみてください。 それでは、ここからグループに分かれて進めてください。



ディスカッションをより効果的に進めるためのポイントはこちらです。

ストーリーを考えたり、他の参加者のコメントを聞いたりしたことで気づいた点や、実際にこのようなシーンに遭遇した時に、どう思うか?それはなぜか?

また、もし自分がその行動をとった立場だったら、周囲に対してどのような思いをもつか?それはなぜか?

そして、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?という点をしっかり意見交換してください。

実体験や聞いたことのある事例を共有したり、今日から何ができそうかということも話し合っていただくと、より具体的なディスカッションに繋がると思います。

# グループワーク 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: -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)

グループに分かれたら、各自で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)

また、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、意見交換をしてください。

(目安:10~15分)



### (グループごとのディスカッションが終わったら)

では、ここからはグループごとの気づきや意見、感想等を全体に共有してもらいます。

各グループの代表者から発表をお願いします。

(オンライン実施の場合)他のグループや参加者の意見を聞きながら、 感想などあればぜひチャットで教えてください!



最後に振り返りをします。



ストーリーカードを使った今日のワークショップのゴールは、こちらで したね。

カードゲームを通じ、グループ内や他のグループの人の考えや意見を聞いて、印象的だったことや、今後意識していきたいことなど、一人ずつ 感想を発表してもらいます。

みえない 多様性 PROJECT

### 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

27

### (各自の発表が終わったら)

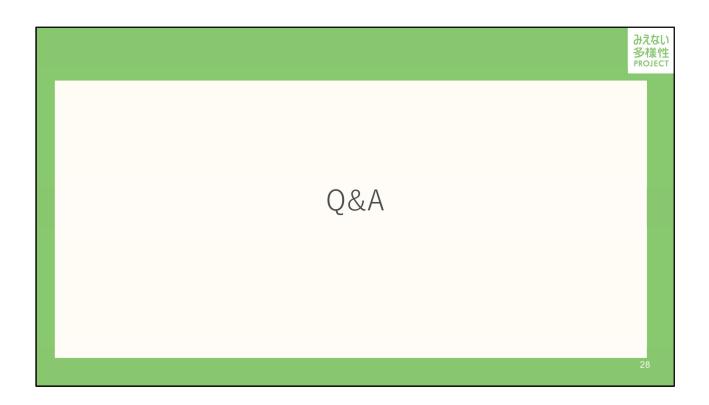
このカードゲームを使ったワークショップ参加者の声にはこのようなものがあります。

健康の観点において、人それぞれ多様な背景があります。

このようにお互いの意見を元に気づきを共有し、ディスカッションを行うことで、シーンカードの行動をとった当事者の立場で考える「想像カーを養うのが狙いです。

### 想像は無限大です!

みんなで知ることからはじめましょう。



# (質疑応答)



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

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。

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