

人生100年時代の  
基盤作り

# 鎌倉ワーケーションWEEK

2022/11/21 mon. - 2022/11/26 sat.

<https://kamakuraworkation.com>

ウェルビーイング  
な働き方

地域の社会課題  
SDGsへの取組み

💡 人生 100 年時代の働く基盤づくりを、鎌倉ワーケーションから始めよう!

## POINT ①

東京から約 60km&約 60 分!  
日帰り～短期滞在～移住まで、  
選べるワーケーションスタイル

## POINT ②

ストレスから開放され、ひらめきが  
生まれる! 海・山・神社仏閣など  
感性・知性の刺激に溢れた街

## POINT ③

事業開発、セカンドキャリア、  
副業…仕事がさらに楽しくなる  
個性豊かな仲間と出会う場所

①  
選べる  
ワークスタイル

②  
ウェルビーイング  
の向上

③  
SDGs  
越境学習・共創



- 1 コワーキングスペース、カフェ、ギャラリーなど、個性豊かなワークスペースを周ったり、お気に入りの場所でチームメンバーとゆったり過ごしたり、その日のスタイルに合わせて選べる
- 2 海や山でリフレッシュしたり、お寺でゆったり過ごしたり、鎌倉の自然や文化を満喫しながら心身をセルフケア。マインドフルネスや坐禅を合間に取り入れることで仕事のパフォーマンスも UP
- 3 鎌倉の社会活動家やワーケーション仲間との出会いの場、交流の場を提供。SDGsをテーマにした対話会やイベント、カマコン式ブレスト、まちのコインなど、活気あるリアルな鎌倉を体験

## コンシェルジュのご紹介



ハルバル材木座  
伊藤 賢一  
キャリア相談、強み発見、  
企業の人事支援全般、  
ワークショップ企画と運営



コーチ&パートナーズ  
河合 ゆき  
起業・経営相談、東洋運命  
学宿命分析、レイキセラピー  
体験、鎌倉での遊び方



ウェルビーイングデザイン  
高久 純子  
ウェルビーイング、幸福度診断  
はたらく幸せ  
まちのコインの楽しみ方



ThinkSpace 鎌倉  
岩濱 サラ  
ワーケーション、場づくり  
マインドフルネス、空間設計  
地域共創、ウェルビーイング



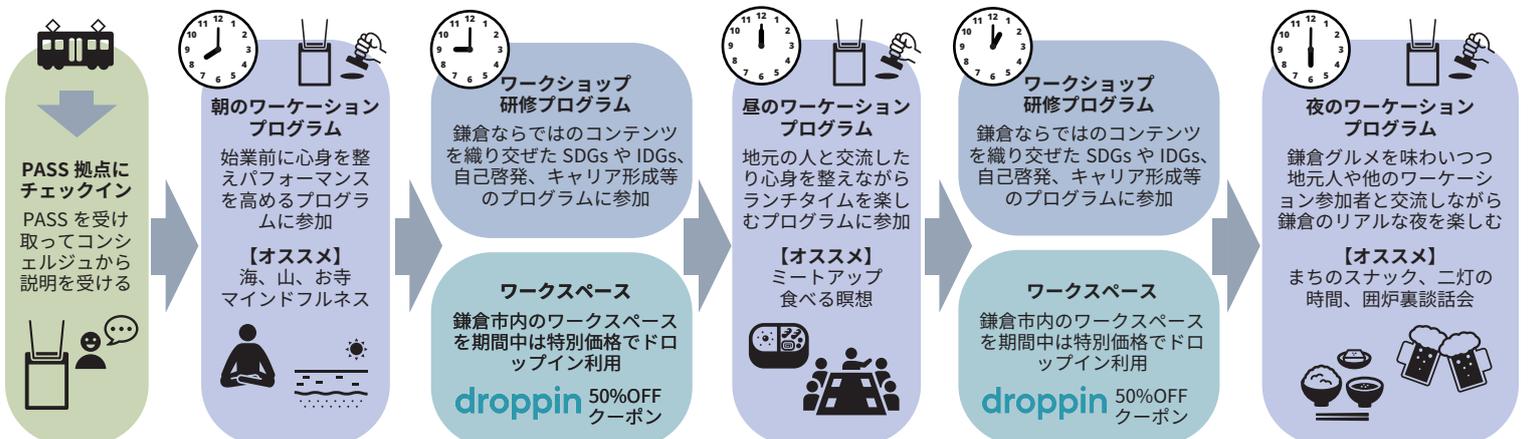
関係案内所はつひので  
小林 ななみ  
よろず相談、環境問題、  
起業、サステナブル、  
食農、地域コミュニティ



ヒトノコト/まちの人事部  
渡辺 みさき  
お仕事したい相談、  
キャリア相談、地域活性  
相談、コミュニティ創り相談

特別企画!  
ワーケーション第一人者  
田中 敦先生による  
パーソナルコンサル DAY  
企業導入のお悩みなど  
個別に相談できます!  
25 (金) 13:00-16:00  
AnotherDay

東京から少し足を伸ばし、鎌倉の紅葉や海風を味わいながら、自由な働き方を気軽に楽しめる6日間。「わたしとつながる」「地域とつながる」「地球とつながる」をテーマに、朝・昼・夜のワーケーションプログラム、鎌倉ならではの精神性や社会活動を組み合わせた研修プログラム、地元で親しまれている各種イベント、鎌倉市内の個性豊かなワークスペースを 50% 割引価格で使えるクーポンなどをご用意しています。



主催：鎌倉ワーケーション WEEK 実行委員会  
鎌倉市稲村ガ崎 2-10-21  
0467-37-9624 (ThinkSpace 鎌倉)  
mail@kamakuraworkation.com  
<https://kamakuraworkation.com>

- 日時：2022年11月21日(月)～11月26日(土)の6日間
- 場所：鎌倉市内のワークスペース、飲食店、体験施設、宿泊施設他
- 対象：ワーケーションを実施している企業の社員、人事担当者  
地域との共創ビジネスを推進している新規事業開発担当者  
副業やリタイア後のキャリア形成にワーケーションを活用したい方

# おすすめプランのご紹介

【自分と向き合い、次なる一歩を踏み出したい方】

【活動家に出会い、社会課題への取組みを始めたい方】

### 11/21 (月)

8:00 朝のマインドフルネス



仕事を始める前にマインドフルネス瞑想で頭をクリアにリフレッシュ。心を静かに落ち着けながら集中力を高めていきましょう。

21 (月) 22 (火) 24 (木)  
8:00-8:30  
ThinkSpace 鎌倉

8:30 ThinkSpace 鎌倉で仕事



囲炉裏のある古民家をリノベーションしたコワーキングスペース。集中力や創造性を高めつついつもとは違うワークタイムを!

13:00 セカンドキャリア応援 WS



人生 100 年時代。この先あなたはどの働き方をするか? 一旦立ち止まって、あなたの人生を見直し楽しく働くセカンドキャリアを創作するワークショップです。

21 (月)  
13:00-16:00  
ハルバル材木座

17:00 二灯の時間



ふらりと寄れる Bar のような居酒屋のような喫茶のような二つの照明だけの空間。「何かしなきゃ」が減る、そんな感覚の時間。

21 (月)  
17:00-20:00  
ハルバル材木座

### 11/25 (金)

7:00 ThinkSpace 鎌倉で仕事



囲炉裏のある古民家をリノベーションしたコワーキングスペース。集中力や創造性を高めつついつもとは違うワークタイムを!

9:30 パーパスを見つける WS 午前



持って生まれた才能を活かして人生のパーパスを見つけよう! 自然の摂理を心と身体で感じ取りながら自分軸に据えるワークショップ

11月25日(金) 9:30-18:00  
ThinkSpace 鎌倉・広町緑地

13:30 パーパスを見つける WS 午後



山に入り自然との繋がりを取り戻すことで環境、地域社会、企業の中で何を使命として生きていきたいか再確認していきます。

11月25日(金) 9:30-16:00  
ThinkSpace 鎌倉・広町緑地

18:00 夢を語ろう! 囲炉裏談話会



囲炉裏のバチバチという音を楽しみながら、エレベート登頂の話聞きながら、それぞれの夢について語らう時間を一緒にしましょう。

25 (金) 18:00-21:00  
ThinkSpace 鎌倉

### 11/22 (火)

6:00 はじまる学び場。で仕事



コワーキングスペースのような、公園のような... 居心地の良さどわくわくを追求した場所です。何かをはじめる、何かをはじめる場所。

11:00 サーフスキー体験



逗子マリナー、和賀江島、稲村ヶ崎、江ノ島、天気良ければ富士山まで見えるロケーションで、海上を滑るように進むサーフスキーにチャレンジ!

22 (火) 11-12 時 / 13-14 時  
24 (木) 12-13 時 / 14-15 時  
25 (金) 9-10 時 / 11-12 時 / 13-14 時  
SUGATA 鎌倉マリナー

13:00 SDGs カードゲーム体験 WS



カードゲームで楽しみながら SDGs を体験。各自の気持ちを共有することで、相手のことを知り、知ってもらい、仲間になる時間。

2022年11月22日(火)  
13:00-16:00  
@AnotherDay

17:00 日蓮宗 タベのお勤め&法話



お勤めで、1日の反省感謝と共にストレスを発散。その時々話題をもとにして仏教的な見方考え方を住職から法話をいただきます。

22 (火) 25 (金)  
17:00-18:00  
安国論寺

### 11/23 (水祝)

8:30 ビーチクリーン × 歩く瞑想



大地を感じながら、一歩一歩「歩く」感覚を楽しみながらビーチに落ちている様々な「もの」を拾い、美しい海の自然を守っていきましょう。

23 (水祝) 8:30-9:00  
材木座海岸

10:00 インクルーシブ × 鎌倉対話会



「インクルーシブ」×「鎌倉」を語ろう会

鎌倉で始まっているインクルーシブな取り組みを学びつつ「誰も排除されず、みんなが生きやすい社会」をどのように創っていくか、対話していきましょう。

23 (水祝)  
10:00-11:00  
関係案内所はつひので

12:30 関係案内ランチミートアップ



多様なバックグラウンド、多様な価値観を持った方々が集まり、偶然生まれる関係性から、次のあたりはいいものはつひのひかり=はつひのでがみえる場。

23 (水祝) 12:30-13:30  
関係案内所はつひので

14:00 鎌倉市 100 人カイギ (SDGs)



鎌倉市100人カイギ Vol.8

鎌倉のSDGs最新情報! 地域の活動家が集う!

2022年11月23日(水祝) 14:00-17:00 @安国論寺

## その他、おすすめプログラム



日蓮宗・瞑想体験  
朝の唱題行  
22 (火)~25 (金)  
8:30-9:00  
安国論寺



幸福感がものすごい  
食べる瞑想ランチ会  
21 (月) 22 (火) 24 (木)  
12:00-13:00  
ThinkSpace 鎌倉



ビーチラン  
スニーカー計測  
21 (月) 24 (木)  
8:00-9:00/12:00-13:00  
16:00-18:00  
ハルバル材木座  
材木座海岸



誰もが納得する  
写真整理術  
11月23日  
12:00-13:00 / 15:00-16:00  
ThinkSpace



まちの-snack  
24 (木)  
18:00-23:00  
まちの-snack



利き鎌倉  
26 (土)  
16:00-19:00  
関係案内所はつひので

## ワークスペース

ワーケーションのスタートは PASS を受け取る場所から! 個性豊かなオーナーが運営するワークスペースで、鎌倉ワーケーションの楽しみ方を教えてもらいましょう。期間中は droppin アプリでワークスペースをお得に利用できるクーポンも発行しています。

**droppin**  
半額  
クーポン

11/21-26 はスペース利用料を通常価格の 50% 割引にてご利用いただけます。(何度でも適用可能)

**droppin**  
使い放題  
クーポン

11/21-26 の期間中は対象ワークスペースを何回でも、何箇所でも定額 6,000 円でごご利用いただけます。



ThinkSpace 鎌倉  
稲村ガ崎 2-10-21



ハルバル材木座  
材木座 2-8-23



関係案内所はつひので  
材木座 2-1-17



ANOTHER DAY  
御成町 4-10



安国論寺・観音堂  
大町 4-4-18



鎌倉・旅する仕事場  
御成町 11-2 2F



Satellite YUIGAHAMA  
長谷 2-1



はじまる学び場  
大船 1-11-20 5F



NEKTON 大船  
大船 1-12-10 4F



plat hostel keikyu  
由比ヶ浜 2-2-39



### 参加チケット (PASS 引換券)

----- 含まれているもの -----

- PASS 料金
- ワーケーションプログラムへ参加できるスタンプ

5スタンプ PASS : 3,300 円  
10スタンプ PASS : 5,500 円



お申し込みはこちら