



YAU発
人材改造プログラム

標本転生
HYOHON TENSEI

体験コミック
レポート!

「問い」と出会う4ヶ月

ビジネスパーソンの「鎧」を脱いで、

プログラムディレクター
松井周

(劇作家・演出家・俳優)

[主催]

有楽町アートアーバンイズム実行委員会

YAU YURAKUCHO
ART URBANISM

主体性と発想力を育む

ビジネスパーソン向け研修プログラム

「もつとクリエイティブに」
「もつと主体的に」

よく聞く言葉ですが、会社の中で創造性や主体性を強めよう！と思っても、どうしても知識のインプット偏重になってしまいませんか？

その課題の根っこにあるのは、知識やスキルの不足ではなく、私たちの「身体感覚」が鈍ってしまっているのかもかもしれません。

A I の進化によって知識を素早く身につけたり、正解のあるものについて答えを出したりすることは誰でも簡単にできるようになりました。だからこそ、本当に価値を持つのは、常識や現在の環境にとらわれず、本質的な問いを立てる力。

けれども、それは論理的思考力や A I 活用の訓練だけでは育ちません。今求められているのは、脳に入ってきたものを受け止め、じっくり考え抜くための身体感覚の底上げではないでしょうか。

『標本転生』は、その身体感覚に光を当て、自分の中の

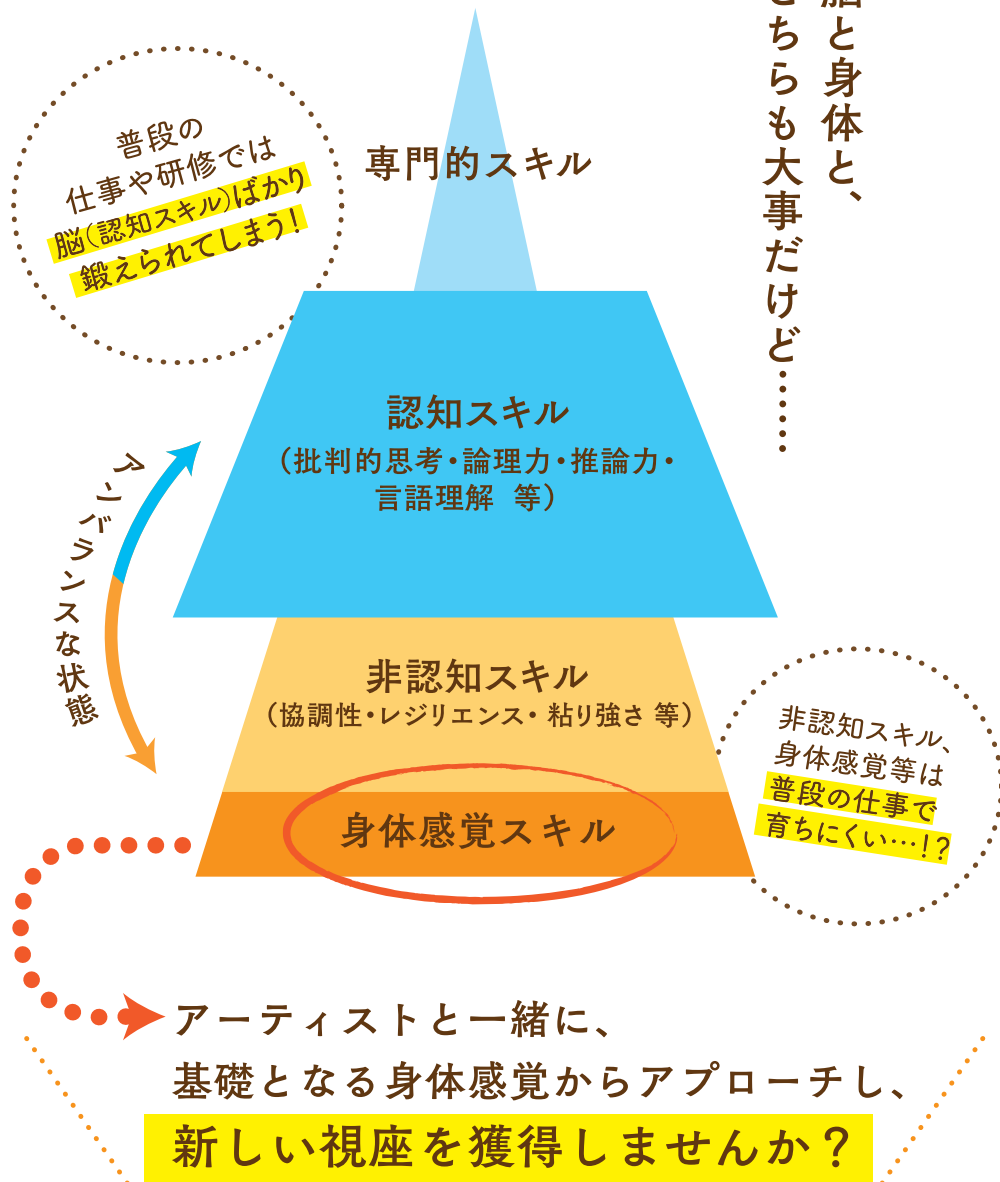
問いを探究し、表現していくプログラムです。伴走する

アーティストの思考法に触れ、凝り固まった枠組みをリセットする。実際に表現活動に取り組むことで、バイアスを解き放ち、新しい他者理解や発想を獲得します。

イノベーションの源泉は、効率や論理の中にはありません。それは、部長と部下、従業員と経営者といった役割を一旦すべて脇に置き、一人の“人”として向き合った時に初めて触れることができる、その人本来の「その人性」の中に眠っています。その人性とは、何かへの好奇心や人との距離感、何を快や不快と感じるかという、一旦社会性を脱いだ上での個人の感覚と言ってもいいでしょう。

本プログラムでは、参加者それぞれが一人の“人”として向き合う場を提供し、問いを開示しながら自己理解や五感を活用した表現活動を行い、他者との関係性構築を行っていきます。結果として、一人ひとりが主体性を発揮し、持続的に変化へ対応できる組織の形成につながることが目指しています。

脳と身体と、
どちらも大事だけど……



アーティストと一緒に身体感覚から問いを考え、体験型作品として表現する

この研修プログラムは、参加者一人ひとりが自身の行動や思考のパターンに気づき、新しい視点を得ることから始まります。

STEP 1

自分の問いを掘り出し、理解する

まずは五感を通じて自分と向き合い、参加者ならではの視点から「問い」を発見することを目指します。

STEP 2

「問い」をWSとして作品化、他者と対話

次のステップでは、その「問い」の視点を他者と分かち合うために、ワークショップというかたちで表現

します。参加者同士が互いの「問い」に触れ合い、体験を共有できる点が、この研修の大きな特徴です。

多様な立場の参加者が意見を交わすことで、自分が無意識に抱えてきた価値観を客観視できるようになります。そこから、新しい発想やイノベーションの芽が育まれるだけでなく、自己理解やコミュニケーションの質の向上にもつながります。

さらに、ワークショップづくりの過程では、講師である劇作家・松井周やゲストアーティストが伴走し、レクチャーや対話を通じてサポートします。

個人の「問い」としての表現を保ちながらも、他者に伝わり広がりを持つ形へと育てていきます。

成果物はワークショップ(=体験型作品)

通常の研修と異なり、レポートやスライド資料ではなく「体験」を創出することが目標。参加者が自身の問いを形にした「作品」を通じて、他者と共有可能な体験の場を作り出します。



日頃の業務でも実施している、体験のデザイン（場の進め方の設計／根回し）とファシリテーションスキルがあれば誰でも作れます！松井のこれまでの演劇作りの知見や、ゲストアーティストからのレクチャーなどから自分固有の表現になっているか、他者に伝わる広がりを持っているか、の観点でサポートいたします。

研修を構成する要素



演劇的手法で日常の「役割」を可視化

日常生活やビジネスシーンで無意識に担っている「役割」を、演劇的手法を用いて可視化。自分自身の行動や思考のパターンに気づき、新たな視点で物事を捉えるきっかけを作ります。



五感と身体感覚の重視

言語だけでは片手落ち。五感を通じた学びを重視し、身体感覚からのインプットを大切にします。言葉以外のコミュニケーション手段を獲得することで、より豊かな表現力を育みます。



成果物は「体験型作品」

通常の研修と異なり、レポートやスライド資料ではなく「体験」を創出することが目標。参加者が自身の問いを形にした「作品」を通じて、他者と共有可能な体験の場を作り出します。



異業種交流により価値観を相対化

様々な業界・立場の人との交流を通じて、無意識に持っている価値観を客観視する機会を提供。多様な視点に触れることで、新たな発想やイノベーションの種を育みます。

このプログラムが狙う効果



五感覚醒によるインプットの質向上



内的感覚の具体化



多様な伝達手段の獲得



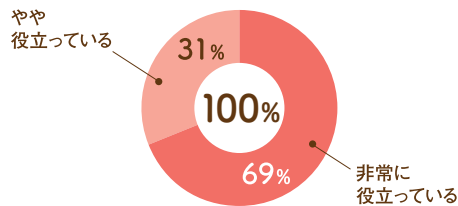
共感力向上



本質的な問いの発見

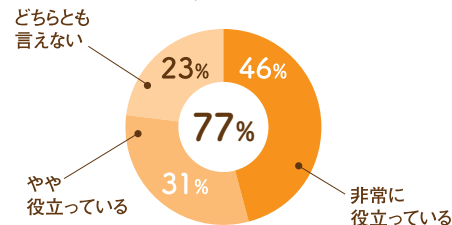
導入効果 (参加者 13 名のアンケートより)

他者理解やコミュニケーションの質の向上に役立った



どちらとも言えない...0% / 役に立っていない...0%

アイデア創出や問題発見に役立った



どちらとも言えない...0%

約4ヶ月、10回程度のプログラムを

YAU(有楽町)とオンライン対話で実施

詳細はこちら！



本プログラムは、約4か月間にわたり段階的に進行します。期間中は随時、講師との個人対話を行い、それぞれの学びや気づきを丁寧サポートしていきます。

前半は、講師によるレクチャーに加え、ゲストアーティストのワークショップを体験しながら、音楽・美術など多様な表現に触れていきます(短い演劇を作ってみたり、音楽を作ってみたり：内容はゲストアーティストによりさまざまです)。その中で、自分がつい惹かれてしまう感覚に意識を向け、自分自身ならではのこだわりが詰まった問いを見つけることを目指します。

見つけた問いは探求・深化を重

ね、ワークショップという形に仕上げていきます。

後半では、完成したワークショップを他の参加者に発表し、「問い」の共有、他者との対話を行います。この体験そのものが、本研修の大きな成果のひとつとなります。

活動を重ねる中で、自分だけの視点や感覚を再認識することは「強みの再発見」とも言える体験です。修了後には、その経験が日々の業務や組織での活動に結びつき、一人ひとりが自分らしい「問い」を携え、新たな視点や価値を生み出すことを期待しています。そして、その積み重ねが組織の文化や風土にも長期的な変化をもたらしていくはずですよ。

プログラムディレクター

松井 周 (劇作家・演出家・俳優)

劇作家、演出家、俳優。1972年東京都出身。1996年、平田オリザ主宰の青年団に俳優として入団。2007年に劇団「サンプル」を結成。2010年NYタイムズで「日本における最も重要な演出家の一人」と紹介され作品は伊、仏、米、台湾、韓国で翻訳上演、国内外で高い評価を受けている。またNHK脚本開発特化チーム<WDR>メンバーに選出、NHK土曜ドラマ『3000万』の脚本など映像作品も手がける。2020年より「演劇」を通して世の中に思いをめぐらすスタディ・グループ、「松井周の標本室」を運営。



- 基礎ワークショップ
- 対話セッション



- ゲストアーティストセッション



- 個人ワーク
- 講師とのオンライン対話セッション(随時)



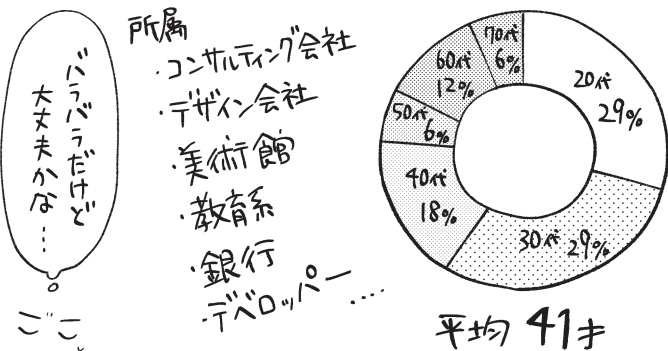
- 作品制作期間
- 講師とのオンライン対話セッション(随時)



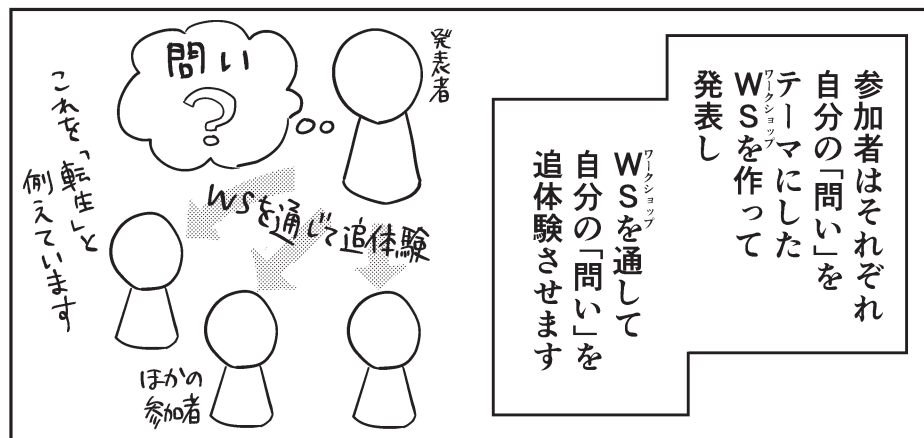
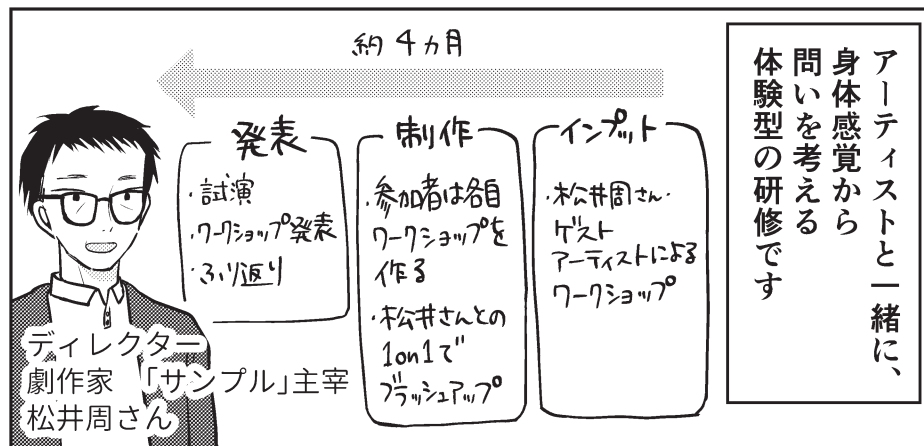
- 作品発表会
- 振り返り
- 実務との接続へ

自分の問いを「理解」する

自分の問いで他者と「対話」する



ちなみに
今回の参加者は
こんな人たちでした



活動前半

まずは
インプット期間

会場はYAU
(有楽町にある
アートスペース)

YAU
YURAKUCHO ART URBANISM

松井さんと
ゲストアーティストによる
お手本となるWSを体験

WSは
五感をひらくことを
意図しており

私って
かなーり
五感を封じて
生活してたかも…

WSを通して
五感のさぶつきを
実感

20代の人格形成期に
じゃんじゃん
働いていたこともあり

全てに意味を求める
癖がついていたようです

感覚や感情は後回し
効率さが下がる気がするから

仕事

普段意識していない
小さい音に集中したり

音楽家・宮内康乃さん

宇宙の広さを
身体で計ってみたり…

現代アーティスト・小泉明郎さん

実はこの時点で
私はけっこう
戸惑っていました

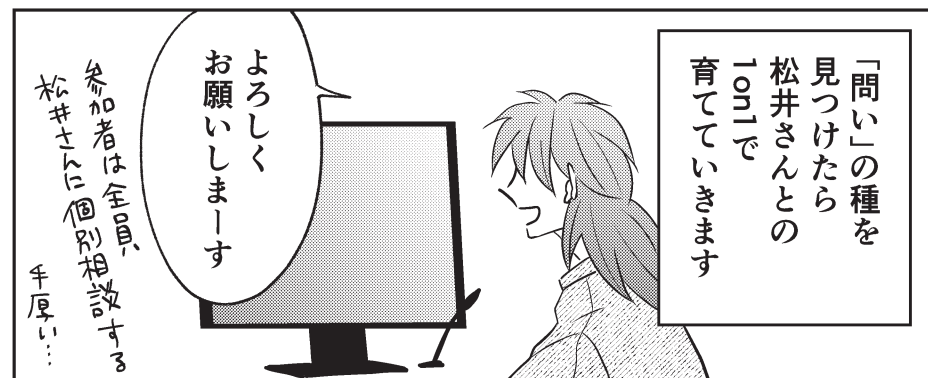
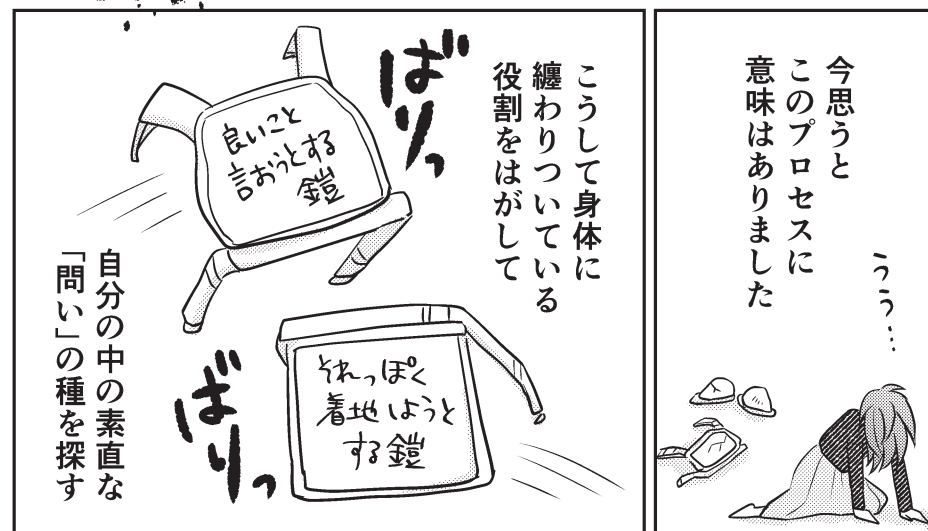
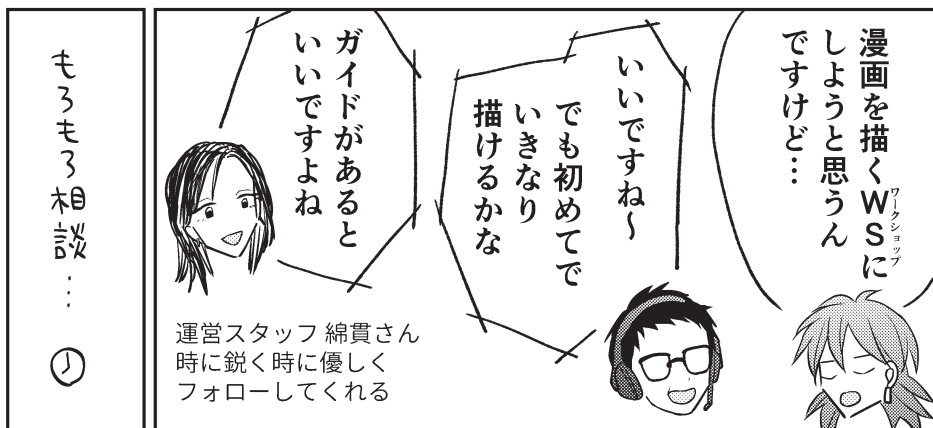
みんな
楽しそうだな…

そんな
サラリーマンの鎧を
着込んだ私にとって

五感をひらくWSは
鎧をばりばり
はがされているようで
正直葛藤がありました

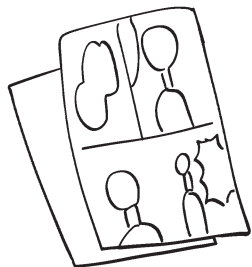
五感に
立ち返ることに
なんの意味が…?

いや…
意味とかじゃ
ないのか…?



WSのテーマ

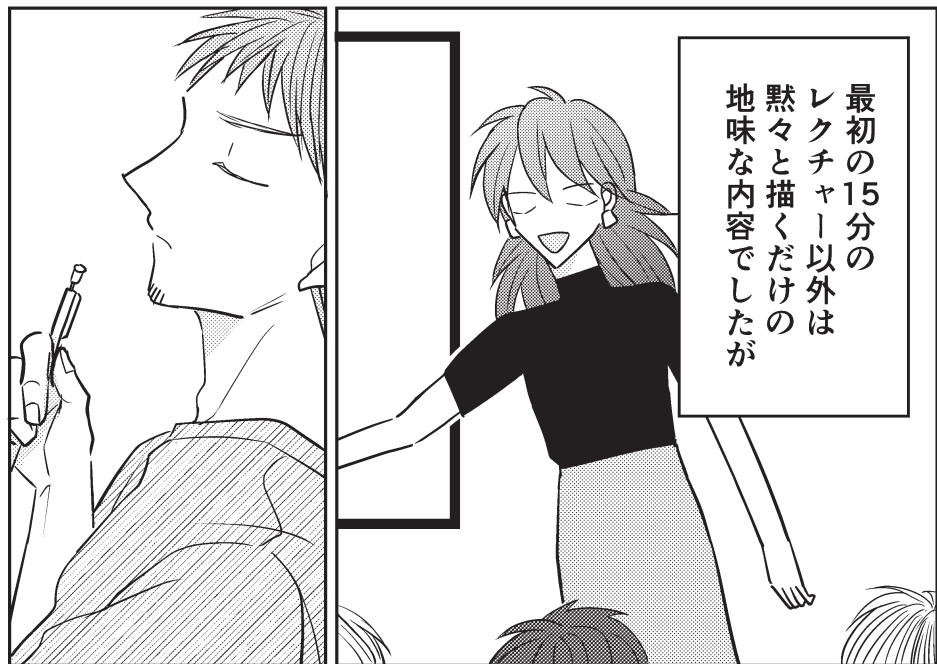
「なぜ漫画って
こんなにも面白くなるのか？」



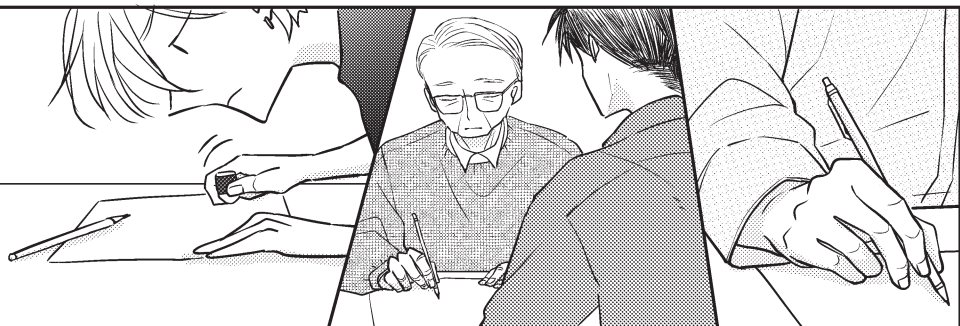
ネーム
＝
漫画の
設計図のこと

自分の思い出を
ネームに描く
WSです

そんな相談を経て
横嶋の作品が
完成しました



最初の15分の
レクチャー以外は
黙々と描くだけの
地味な内容でしたが



でも改めて
漫画ってほんとに
すごいですね

松井さんと話していると
本質が見えてくるから
不思議です

どうやら
そのようです



こうやって
喋っていたかと
思えば

急にモノローグに
なったり

主観になったり
客観になったり

すごいことを
やって
のけている

僕はどっかへ
脚本の勉強に
月一ききまう
先んてきまう
けど...



漫画…
なんでもできるじゃ
ないですか！――！

おもしろ
すぎる――！

松井さんは
変な人です



幽体離脱して
自分を見ているような

他では
味わうことが
できないでしょう

こんな感覚

これだけで
元が取れたは...

↑現金



...うわあ

この光景
めちゃくちや
私だ

そっか

これが
「転生」かあ



• "浅い"体験は、果たして無意味なのか？

• 身体は感情から自由になれるか？

• 「当たり前」を、なぜ受け容れた？

• 私達はなぜ、"こなす"ように
毎日を過ごしてしまうのか？

• 経験を積むことにはどんな意味があるのか？

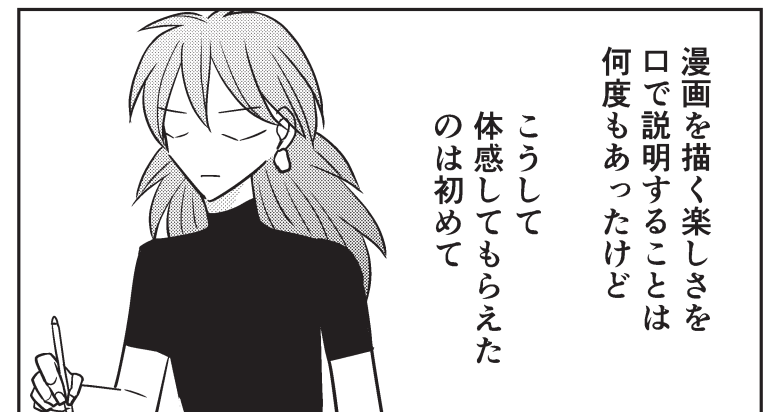
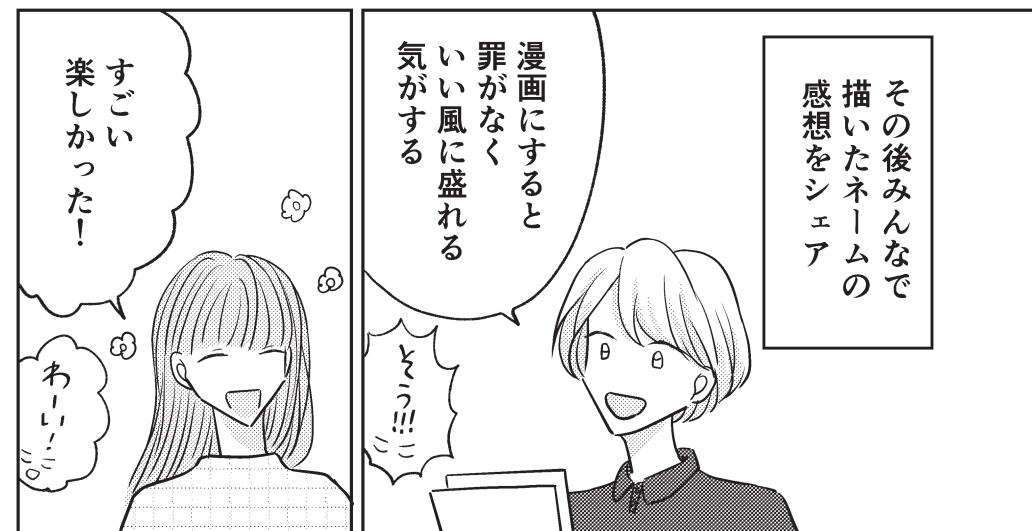
• 共感できない欲望、文化、価値観と
向き合うことは可能か？

など……

ちなみに
他の参加者のWSは
こんなテーマでした

ワークショップ

どれもすごく
おもしろい



こうして
体感してもらえた
のは初めて

皆さんのWSを
体験して初めて
わかったことですが

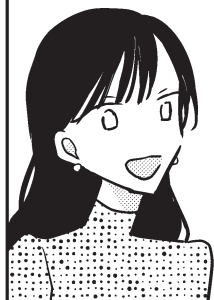
WSに参加すると
かなりその人の
価値観がわかる

どうして
この間もたてたのか
大事にしていること
を話していること
を聞かされたらどう思っ
ていますか……

米満さんの作ったWSは
「みるをかんがえる」

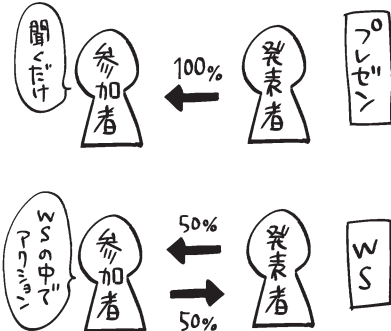
私たちは、ものをみる時
本当に視覚だけで
みているのか？

仕事で
アクセシビリティに
関わることから
多い背景から
このWSを作りました



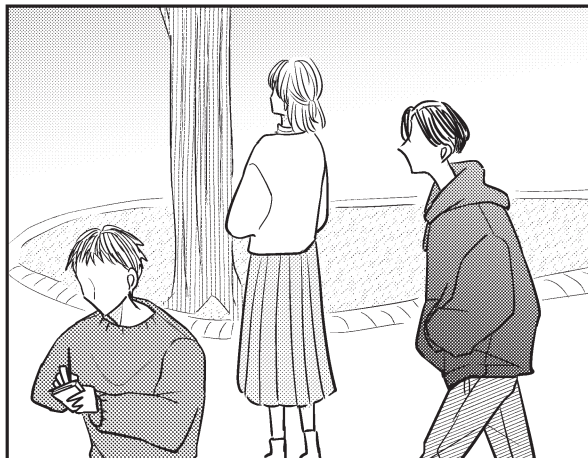
プレゼンなどの
一方的な
方法よりも

実際に参加して
体感できるから
より伝わるのかも
しれません



皆で街に出て
散策し

想起された感覚や
思い出をシェアする

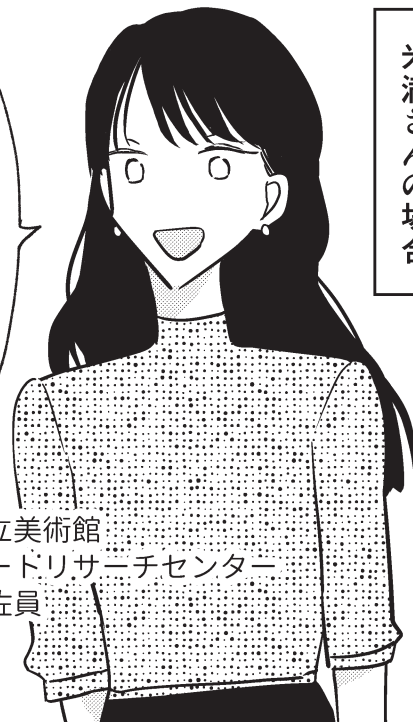


ここからは
参加者の方の
体験談をご紹介します

米満さんの場合

応募要項にあった
「役割を脱ぐ」という点に
惹かれて参加しました

(独)国立美術館
国立アードリサーチセンター
研究補佐員



たしかに
ものをみてるときって
全然目で
みてないかも……

地元の景色

花が好きな
母

めちやくちや
面白いWSだ……

記憶や感覚が
呼びさまされ
根幹より頭がいたい



でも最初は
WSを作ることに
すぐ抵抗してたんです

松井さんの
Toniでも
だだをこねて…

つくりたく
ないです

あはは
そうなん
ですか
意外だ

WSという形に
することで

参加した人に
自分の意見を
押しつけないか
怖かったんですね

へええ

その抵抗感は
どうやって
乗り越えたんですか？

ひとつは
松井さんに何度も
相談できたことです

松井さんって
こちらがどんな
相談をしても
面白がつて
くれますよね

迷子になっても
必ず一緒に
糸口を探してくれる

その人らしさを
大事にした上で
一緒に考えてくれるので

納得がいくまで
相談できました

あと
参加者同士が
未完成な問いを
シェアするパートも
よかったです

私はあの時間が
すごく楽しかったんです

みんなの問いを
いったん引き受けて
一緒に考えることで

その人や自分のことを
深く知れる気がして…

あ



田邊さんの場合

三菱地所(株)
美術館室
ユニットリーダー

社内のお知らせで
参加案内を見て

わけのわからなさに
惹かれて
参加しました

田邊さんの作ったWSは
「人のうちに共存する
利己性と利他性とはなにか？」

物心ついた頃から
どうして戦争が
なくならないのか
ずっと考えていました

散々悪いことだと
思われていたのに

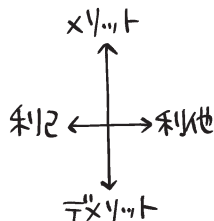
これは自分なりの
仮説ですが

戦争って
利己的な人間が起こす
イメージがありますが
「誰かのために」という
利他性にも原因が
あるんじゃないかと
思うんです

利他性は動物の中でも人間特有の性質

なので
誰もが持っている
利己性と利他性を
強く意識して
もらうWSに
しました

社会問題を
四象限に分類して
考えたり



利己派と利他派に
分かれて
ディベートしたり

もっと言うと

もしもこのWSが
いつの日か
全人類に波及したら
戦争がなくなる希望に
なるかも
くらいの期待をしていて……

「問い」に
巻き込まれるWSで
おもしろかったですよー

そうですか…？

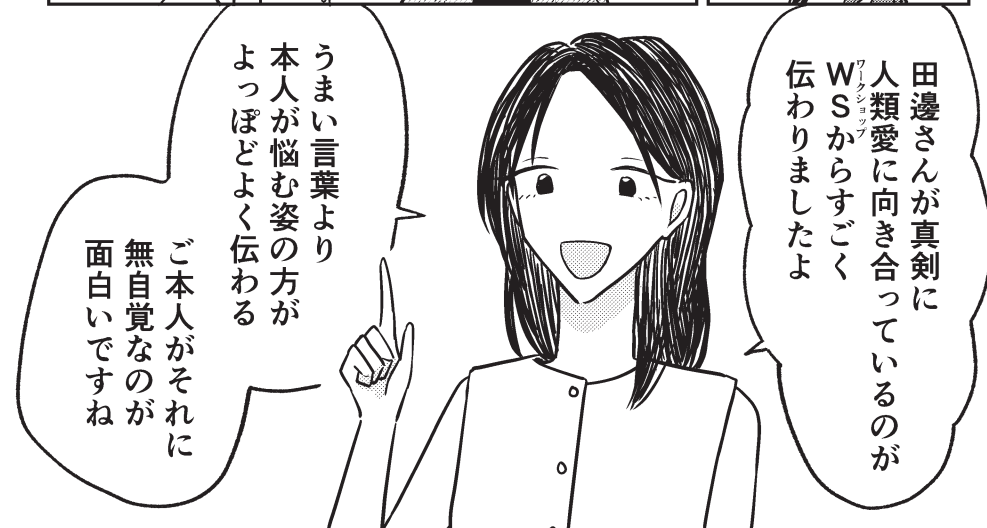
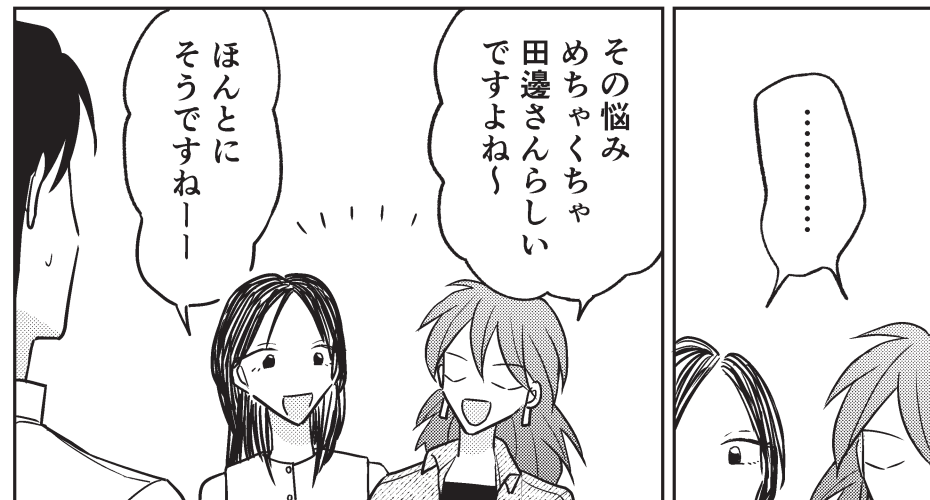
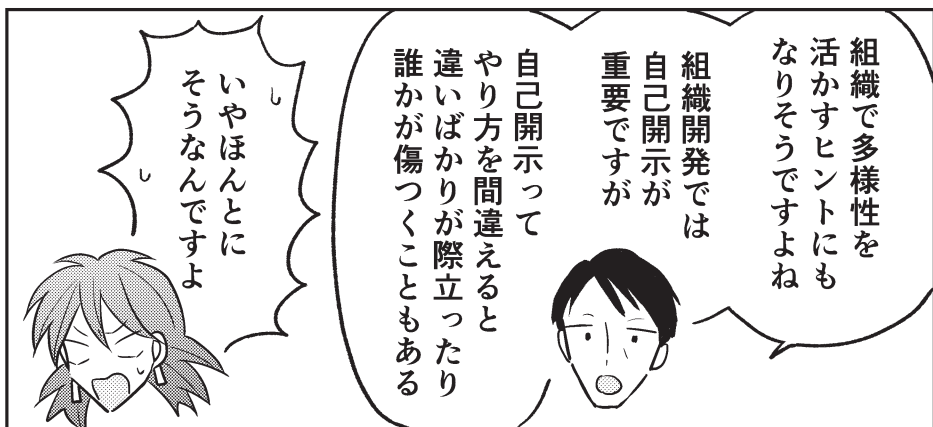
実は
失敗だったな…と
思ってた
早く忘れたい
くらいで

えー!?

観念的に
深く感じてもらう
WSをやりたいかったの
ですが…
全然でした

人間の性質として
誰もが戦争の要因を
持っている

それを
自覚する人が増えれば
戦争の可能性が
減ることに繋がらないか
確かめたかったんです



それに
「どうしたら
戦争がなくなるか」
なんて
普段職場でなかなか
話さないじゃ
ないですか

そうです
ねえ…

だけど
自分にとっては
小さい頃からずっと
考えてきた
問いでもある

そういう
抽象的なテーマでも
面白がってくれる
不思議な場でしたね

自分をちょっと
外に開いてみると

意味が
なくても
編集さんに
会ってみる

意味が
なくても
普段はいろいろ
しないけどやってみる

案外
古いルーチンを
改善するヒントが
転がってきたり
します

思わぬチャンスに
つながったり

あと

単純に楽しい

いつのまにか失っていた
余白の部分を
取り戻したような
気がします

効率化という
大義のもと
新しいチャレンジを
始めていただけかな…
結果この方が
成長スピード
早くなる

まとめ

鎧を脱ぎ捨て
「問い」の扉を
ひらいた4ヶ月間は
とても刺激的でした

個人的に一番
変わったのは

効率化の中で
とりつかれていた
「意味」という病が
ましになったこと

それって
やる意味あるの？

こいつを
とにかく一回
黙らせる

ぱり、

そして

最後まで参加して
やっとこの言葉の意味が
腑に落ちました

フリーカーの
『問い』を起点とした
人材改造・組織風土醸成
プログラム

思い返せば
私が新卒入社したのは
2010年

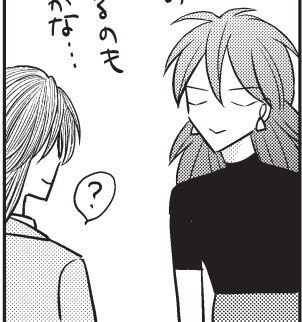
職場でわざわざ自分を
さらけ出そうという人は
さらに減るでしょう

「問い」を通して安全に
人となりを共有しあえる
コミュニケーションは

今後の組織づくりに
必要とされるのかもと
思いました

・ベテランと若手の
温度差が大きい組織
・新しい試みやアイデアが
出にくくなった組織
などの着火剤になりそう

自分と同様の
自己開示を
メンバーに促すのぞ
ないかな...



まだまだ

飲みニケーションの時代で
自己開示をよしとする
社風だったこともあり

生い立ちから私生活まで
全てをさらけ出す
サラリーマン生活を
送ってきました

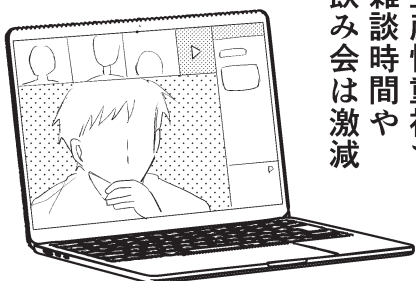


ただ今後
同じ方法は
通用しないでしょう



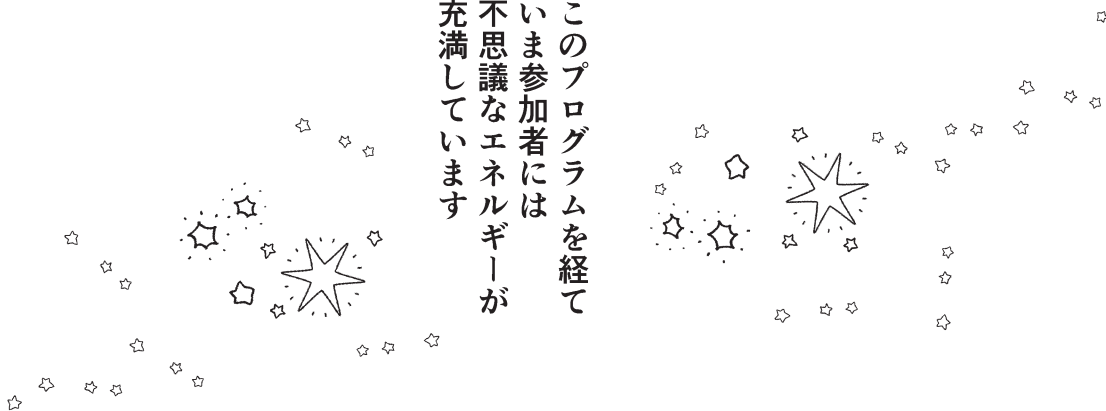
仕事が青春！
なんて時代は
終りを迎え

リモート化・
生産性重視で
雑談時間や
飲み会は激減



コミュニティ別に
複数のアカウントを
使い分けて
スマートに過ごすのが
当たり前になり

このプログラムを経て
いま参加者には
不思議なエネルギーが
充満しています



問い 経験を積むことにはどんな意味があるのか？

遠足の前日の気分の缶詰 —「まだ始まっていない物語」を味わい尽くす

新井康予（株式会社コンセント Marketing group / 外部発信・イベント支援チーム）

なぜ私たちは、「まだ起きていないこと」に、こんなに心をときめかせられるのでしょうか。ワクワクは、経験の記憶なのか、それとも想像力によるもの？ このワークショップは、「ワクワク感」という目に見えない感情を、缶詰のように保存し、眺め、その強度を確かめる試みです。

ふりがえりコメント

YAUの活動を前から気にかけてる中で、誰でも参加可能なプログラムと知って応募しました。
とにかく参加者の皆さんが打てば響く感じで。いやーキレイキレイじゃん！想像以上でした。で、この頭のいい人たちと何かやるには「身体性」がカギになるのも理解できました。私は長くデザイナーをやってきたので、手を動かしながら考えることがベースにあり、触感みたいなものを中心にしたワークを作ってみました。あとは場の力！ 標本転生の会場は当初帝国劇場の入っていたビルでした。私は観劇好きでして、街がだんだんオレンジから紺色になっていく中をチケット握りしめて小走りで劇場に向かう、あの幸せな気分、あれを中心に据えたワークが作れたのはこの街のおかげでした。互いのワークショップを試し合う中でみんなとの距離もグッと縮まって、この講座が終わってからも、交流が続くそうです。



問い 思い通りにならないことに強いストレスを感じていませんか？

「想定外を面白がるワークショップ」

鷲巣弘明（ベネッセコーポレーション株式会社 SCM 部）

世の中思い通りにならないことばかり。日々わき起こる想定外を面白がって「何とかする」ためのワークショップです。思い通りにならない状況で描く絵、形のないテーマを元に描く絵、突飛な文章をみんなで繋いで何とかオチをつけるリレー作文。様々な想定外の風を送りますので、面白がって何とか切り抜けてください。



ふりがえりコメント

同僚に誘われ応募しました。普段会社員として働く中では、演劇もワークショップも縁遠くはありましたが、直感に背中を押され参加することになりました。活動期間の4ヶ月の間、さまざまな手法で、自分の中にあるモヤモヤと向き合い、ありのままを仲間と共有して語り合いました。仲間の意外な反応や問いかけに戸惑う場面も多々ありましたが、自分自身の輪郭を意識する貴重な機会になりました。会員の肩書きを外して臨んだつもりでも、無意識に自分の行動や発想を大きく縛っていることに多く気づきました。問いを持ち続けること、モヤモヤは抱えたまま、むしろ大切に育んでいくこと。そんな視点を得られた標本転生の松井さん、運営の綿貫さん、そして仲間、感謝の気持ちでいっぱいです。

「標本転生：演劇的仮想体験による自己の再発見と、他者にはない問いをもつこと」 第一期活動期間：2025年2月～6月

YAU
YOUNG ARTISTS UNION

標本転生

主催：有楽町アートアーバニズム実行委員会

企画：松井周の標本室、株式会社アプレシア

コミック：機嶋じゃのめ ログ・冊子デザイン：佐野海 記録写真：TOKYO TENDER TABLE 記録映像：青木省二

お問い合わせ：hyohonshitsu@gmail.com



おわり！

