

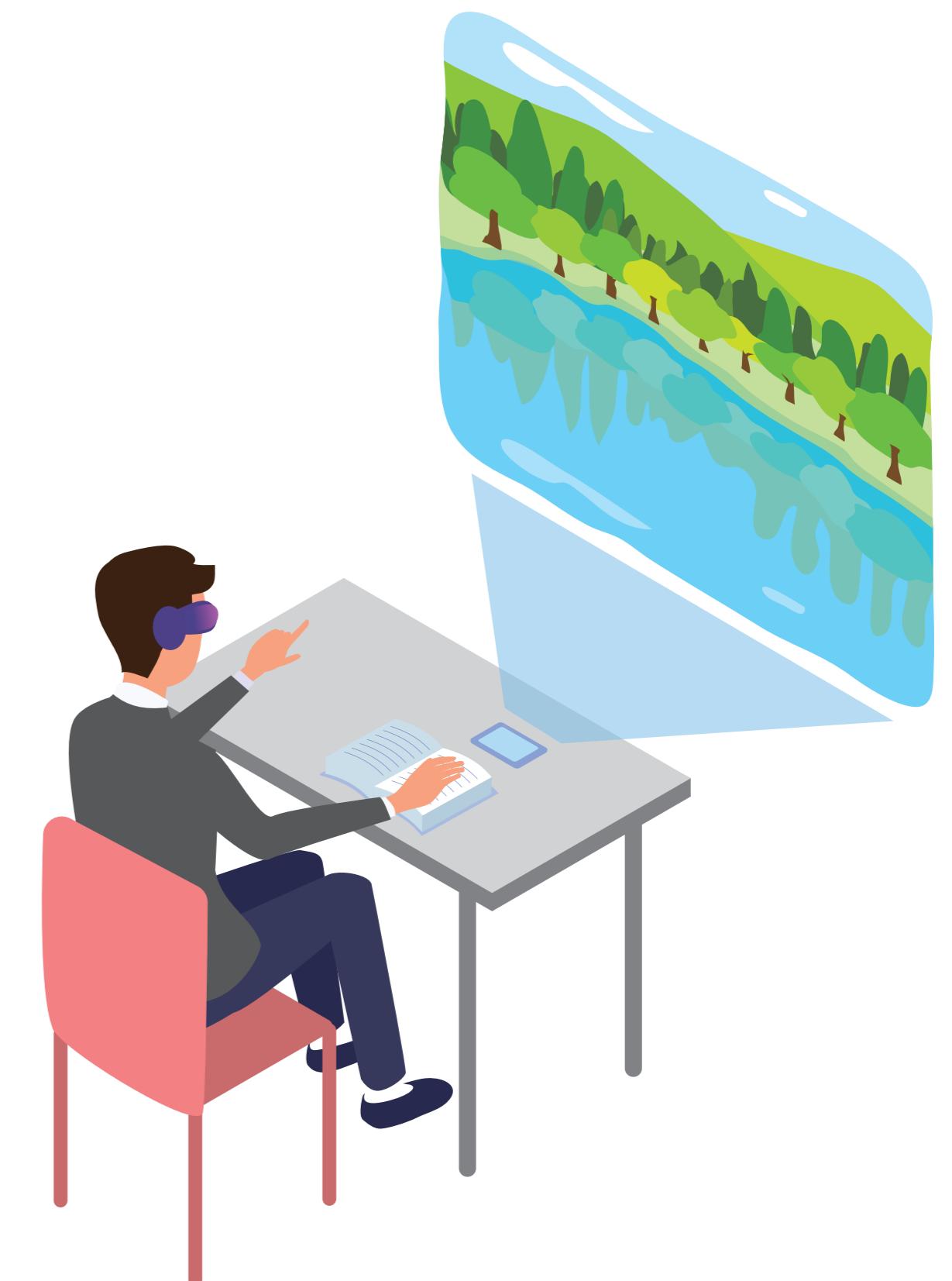
千歳地域でのワーケーションが作業者の創造性に及ぼす効果



情報システム工学科 教授 小林 大二

自然豊かな地域での非日常的体験をとおして健康と仕事の両立を図る取り組みを「ワーケーション」と言います。千歳・長沼地域では地域活性化のためのワーケーションを誘致しています。昨年度は、ワーケーションによる人の創造性の向上や疲労低減効果が判明しましたが、ワーケーション環境ではオフィスよりも課題(仕事)に集中できないなどの課題があることが分かりました。

そこで、ヘッドマウントディスプレイを通して、仮想のオフィス環境を提示するバーチャルリアリティ技術を用いて、長沼町にある民泊施設と大学の会議室で、仮想オフィスの中で創造性を測る課題に取り組む学生12名の心電図、脈波、発汗などの生理指標を記録したり、ストレスや疲労などを測定する質問紙への回答などを比較・分析したりしました。その結果、ワーケーション中に仮想オフィスの中で作業をすると、創造的な思考の柔軟性が向上し、緻密性が低下することが分かりました。



ワーケーションの効果を調査

実験参加者に1泊2日の宿泊を伴ったワーケーションを体験させたあとで、宿泊を伴わないオフィスワークを体験させました。実験参加者は男子大学生12名とし、2~3名の4グループに分けて友人や知人同士でワーケーションを体験させました。実験では、バーチャルオフィス内で創造性を調べる課題に取り組む参加者の心電図や脈波などの生体信号や作業成績を測定したり、疲労感やストレスなどを調査する質問紙に回答したりさせました。これらの課題の前後には、周辺の散歩や温泉、夕食にジンギスカンを体験させました。

ヘッドマウントディスプレイを装着してバーチャルオフィスの中で課題に取り組んだ結果、思考の柔軟性が向上する一方、緻密性が低下しました。また、ワーケーションにおいてバーチャルオ

フィスを利用すると脈波振幅が低下することが分かりました。これは、ヘッドマウントディスプレイを装着することによるストレスの影響があったと考えられます。

以上の結果から、ワーケーションにおいて仕事をする際にバーチャルオフィスを活用すると、創造的な思考が向上する可能性があることが分かりました。しかし、装着するヘッドマウントディスプレイの重さや拘束感がストレスとなり、じっくりと緻密に考えようとする気持ちが損なわれた可能性があります。将来、拘束感やストレスを感じないようなヘッドマウントディスプレイが開発されれば、ワーケーション中にバーチャルオフィスを活用することで、街中のオフィスで働くよりも創造性を発揮できるようになるかもしれません。

実験施設の外観



VRオフィスを用いた実験の様子



ワーケーション環境



オフィス環境

●・ もっと詳しく知る！ ●・

QRコードを読み込むとより詳細な情報にアクセスできます

QR1



実験施設
Webサイト