

# Team Cooking チーム・クッキング

## 料理でチームビルディング！？みんなの協力がおいしさの秘訣！

このプログラムは料理を使ったチームビルディングです。「食」という日常生活では欠かすことができないものを使って、チームで楽しむことが大きなテーマです。このプログラムでは、レシピが用意されることはなく、メンバーの前に置かれるのは食材の山のみ。チームでメニューから考え、食材を他のチームと分け合いながら、最後においしい料理を完成させます。



普段オフィスで働くメンバー同士が、料理というカジュアルな場を共有することで、お互いの意外な一面が見えてきます。そして、それが日々のコミュニケーションの活性化につながります。



最近は、忙しさで食事を短縮してしまいがちな毎日ですが、このプログラムを通し、作るプロセスにゆっくりと時間をかけ、会話を楽しみながら食べるという体験はいかがでしょうか？

### こんな状況の時に / こんな目的で

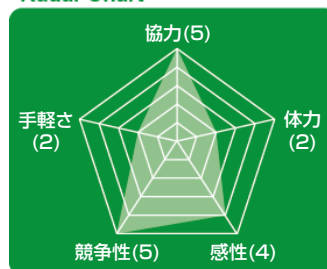
#### ■ メンバーのコミュニケーションの活性化に！

このプログラムでは、普段目立たない人が力を発揮するなどメンバーの違う面が見える。チームと一緒においしい料理を作ればコミュニケーションも活性化！

#### ■ 社員旅行を意味のあるものにするために！

ただの社員旅行では盛り上がりがないし、会社への説明もしにくい。そんなときに楽しみながら、チームワークも身につけられるプログラム。

Radar Chart



#### 対象者

内定者、新入社員、  
マネージャー、部署全体 (30名以上は、要相談)

#### 人数

8～30名

#### 時間

3時間～4時間

#### 会場

屋内調理施設、  
キャンプ場など  
※炊事施設のある場所

### ねらい (カスタマイズ可能)

- メンバー同士のコミュニケーションを活性化する。
- メンバーの違う面を知り合って、チームワークの基盤にする。
- お互いの強み弱みを料理という新しい視点を通して認識する。



## プログラム進行例

時間	内容
10:00 (20分間)	<b>&lt;導入・アイスブレイカー&gt;</b> 全体の流れの説明を行う。その後、コミュニケーションを活性化する簡単なアイスブレイカーを行う。
10:20 (5分間)	<b>&lt;チームクッキングルール説明&gt;</b> レシピは存在せず、メンバーの前に置かれるのは食材の山のみ。 進め方やルール、評価のポイントについて説明を受け、「何によって自分たちが評価されるのか？」を意識して料理に入る。
10:25 (35分間)	<b>&lt;計画&gt;</b> 料理のテーマに合わせて、各チームどのように料理するかを計画する。 ※テーマはご相談の上、事前に決定。
11:00 (60分間)	<b>&lt;調理&gt;</b> 上手く役割分担をしながら各チーム計画に沿って料理する。
12:00 (30分間)	<b>&lt;プレゼンテーション&gt;</b> 料理のアピールに加え、チームコミュニケーション、役割分担などについてもプレゼンテーションを行う。
12:30 (45分間)	<b>&lt;試食&gt;</b> 参加者全員で作った料理を試食する。
13:15 (45分間)	<b>&lt;チームリフレクション（振り返り）&gt;</b> 体験から気づいたこと、感想を共有する。 <b>&lt;全体のまとめ&gt;</b> チームの中で話し合われたことを踏まえて、全体で体験と気づきの共有を行う。
14:00	<b>&lt;終了&gt;</b>

## 参加者の声



- 大変楽しめました。料理が得意な人も、苦手な人も、全員が「自分は何ができるか」、「何をしたら役に立つか」を考えながら参加していて、それが全員の達成感につながった気がします。
- 皆さんの仕事で見せる表情以外の部分を垣間見ることができて、とても新鮮でした。
- お互いの知らない一面がわかって、理解が深まったように思います。