

サステナビリティ視察ツアー

Sustainable Futures in Sweden 2025

2025年5月25日（日）

～5月30日（金）

5泊6日・現地集合・解散

参加費：478,000円

（現地料金・海外航空費別）

共催：株式会社ワンプラネット・カフェ hitoshizuku株式会社・株式会社フューチャーセッションズ



旅行手配：株式会社ジャパングレーライン（観光庁長官登録旅行業第35号・1種）

本プログラムは、世界フェアトレード認証取得企業の株式会社ワンプラネット・カフェが企画・運営します。

Japan Gray Line Co.,Ltd.

 Hitoshizuku Inc.

 Future Sessions

 One Planet Café®



サステナビリティ先進国で 近未来の暮らしと事業を体験！

スウェーデンは、サステナビリティ国際ランキングで常にトップ3に選ばれ続けています（SDG INDEX）。サーキュラーエコノミーは1990年代に普及し始めました。サステナビリティを実現するビジネス、フェアトレードや環境ラベルの商品やサービス、エキサイティングな取り組みが加速しています。

本プログラムは、サステナブルなライフスタイルや事業を体験できるプログラムです。快適で、豊かな "Sustainability in Reality"（実現しているサステナビリティ）を見て、感じて、体験していただけます。スウェーデン視察ツアー20年以上の経験をもつ株式会社ワンプラネット・カフェが、一般の訪問では体験できない専門家との対話や家庭訪問、取り組みの基盤となっている北欧人の意識や考えなど、深くご紹介します。

対象：サステナビリティ、コミュニケーション、ソーシャルデザイン、ライフスタイル、SDGs、脱炭素、ネイチャーポジティブ、サーキュラーエコノミー、エシカルなどに関心がある方、事業で取り組み推進を担われている方、社会起業を目指す方、行政の方など。



Sweden スウェーデンってどんな国？

ヨーロッパ北部にある南北に長い国で、国土面積は日本とほとんど変わりませんが、人口は約1000万人の森と湖の国です。スウェーデンは人と自然と経済の調和した社会を目指しています。社会福祉、ノーベル賞、インテリアのIKEA、ファッションのH&M、自動車のVolvo、音楽グループABBAなどで有名な国です。

Why なぜスウェーデン？

国の政策として「1世代以内に持続可能な社会の実現」（環境・健康・経済の問題を解決する社会）を目指しています。上述の通り、サステナビリティ国際ランキング「SDG INDEX（持続可能な開発レポート）」で、常に世界をリードしています。その他、世界イノベーションランキング「Global Innovation Index 2023」でも第2位を獲得しています。





冬が長いスウェーデンですが、気候変動に影響するCO2を100%削減することを目指しています。日常の快適さや便利さを失わずに、脱炭素社会を実現する取り組みとは？

本視察ツアーでは、グリーンエネルギーの成功事例（電力の71%がグリーンエネルギーのバイオマス、風力、水力などです）、ゴミ分別システム（家庭ゴミのリサイクル率は99%）、子どもや大人向けの環境教育（小学校から環境は義務教育です）、家庭訪問でエコ賢い暮らしを見学、体験します。

またサステナビリティで成長するビジネスの見学、専門家との交流などで理解を深めます。スウェーデンでは、環境を守りつつ、経済は成長を続けています。1990年（京都議定書基準年）から、CO2排出量は減らしつつ（38%減 - '23）、国の経済は成長を続けています（コロナ期除く）。

Materials 特典

ご参加の皆さまに、教材としてSDGs169ターゲットのターゲット・ファインダー®日本語版をプレゼントします。

プログラム中は、「ターゲット・サファリ」の時間を設け、ターゲット・ファインダーを用いてその日の予定・ポイントの確認をします。

視察内容のポイントを本ツールを使って確認することで、サステナビリティのより深い理解と、実践のためのアイデアを広げることができます。



Voices 参加者のご感想

「未来にとっての最善な行動を、誰もが自然と起こしたくなるきっかけが街のいたるところにあることを感じました。一部の誰かだけが頑張るのではなく、暮らしの光景に溶け込ませていく。そのためにもできることが企業、教育、政治、住民、どの立場からもまだまだあることを感じます。この地球を今より少しでも美しく、次の世代に引き継ぎたいと願う人に全力でおすすめします。」長友まさ美さん（&PUBLIC株式会社）

「ベジタリアンですが、全ての飲食店で困ることはありませんでした。多様な価値観に対し、誰も取り残されない社会がそこにはありました。」奇二正彦さん（立教大学 准教授）

「サステナビリティが社会に浸透する理由として、3つのP（People, Planet, Profit）のどれをも大事にした、『我慢』ではなく『心地よい』サステナビリティを様々なシーンで体感することができました」芝池玲奈さん（株式会社フューチャーセッションズ）

「企業の訪問などビジネス観点だけでなく、スーパーマーケットの商品解説や一般家庭の見学など、他ではなかなか見ることのできない貴重な経験をさせていただきました。」柳瀬武彦さん（You Inc.）



Achievements 過去のツアー



●2023年テーマ「コミュニケーション」

2023/07/02 ~ 2023/07/07

@マルメ市・コペンハーゲン（デンマーク）

通常のプログラムに加え、デザイン戦略会社BVDのプレゼンとワークショップ、若手起業家プログラム運営組織Ung Företagsamhet (UF)を見学。コミュニケーションをテーマにマルメとコペンハーゲンで学び合いました。

主な参加者：会社経営者/会社員/大学准教授/個人事業主/コピーライター/コーチ/映像ディレクター/シェアオフィスオーナー/保育園生など



●2024年テーマ「教育」

2024/08/04 ~ 2024/08/09

@マルメ市・ゴットランド

通常のプログラムに加え、市内をサイクリングしながらのサーキュラーツーリングや環境ラベル取得の学校訪問。ゴットランドに移動後は、魔女の宅急便のモデルとなった街並みの散策や北欧で最も有名な祭りの一つである中世祭りの体験も。

教育をテーマにマルメとゴットランドで学び合いました。

主な参加者：会社経営者/会社員/私立学院長/こども園勤務者/個人事業主/中学生など

Purpose 共催目的

One Planet Café主催のサステナビリティ視察ツアーに参加し、私の人生が変わりました。環境問題は命の問題であると実感した大学時代から、人類が生きるための環境は数十年で失われてしまうと考えていました。一人で解決できる問題ではなく、どのようにすれば解決の希望が見いだせるのか、悶々としていました。そんな時に希望を見失わず、実践を積み重ねている聡子さんとペオさんのガイドでスウェーデンの取り組みを知ることができました。私にとっては「希望」であり、モデルの一つになる具体的な取り組みを自分の目で見て実感できるツアーはとても意義深いと思いました。この体験をメンバーやパートナーの皆さんにも実感していただきたく毎年ツアーを共催しています。

ひとしずく株式会社 代表 こくぼ ひろし

Company 共催会社概要

社名：ひとしずく株式会社

設立：2016年3月

代表取締役：こくぼ ひろし

本社：神奈川県横浜市中区日本大通33

URL：<https://hitoshizuku.co.jp>

社名：株式会社フューチャーセッションズ

設立：2012年6月

代表取締役社長：有福 英幸

本社：東京都渋谷区神宮前2-33-12 ビラビアンカ202号室

URL：<https://www.futuresessions.com>

 Hitoshizuku Inc.

 Future Sessions

サステナビリティ視察ツアー in スウェーデン

@One Planet Cafe Ltd



Schedule スケジュール

5/25 日	日本 >>> スウェーデン	スウェーデンの首都ストックホルム空港集合 グリーンエネルギーを体験！グリーンエネルギーの電車で、市内のエコホテルへ LECTURE SUSTAINABILITY SWEDEN スウェーデンの歴史・現在・ビジョンについて スウェーデンの環境歴史、目標、取り組みと成果についてSDGs169ターゲットを用いて講演。ゴミやCO2が減り、グリーンエネルギーが増えると同時に、経済成長を実現しているスウェーデンの政策から社会づくり、サーキュラーエコノミー、人々のライフスタイルとサステナビリティとは？ FIKA フィーカ体験 スウェーデン人がこよなく愛するお茶の時間フィーカは、職場や学校、家庭での大切なコミュニケーションやアイデア共有の場としても位置づけられる。本場のフィーカを体験。 ●ストックホルム泊：環境ラベル認定のホテル
5/26 月	ストックホルム市	CIRCULAR WALK サーキュラー・ウォーク ストックホルム市の中心を散策しながら、スウェーデンでの環境循環型社会の取り組みを紹介。ファッション、レストラン、交通における事例や人の行動変容を促すナッジ・コミュニケーションなどを見学。 LUNCH おすすめ MAXハンバーガー 世界初のCO2メニュー提供のレストラン COMPANY VISIT BVD デザイン戦略会社 BVD スウェーデンを代表する企業IKEAやエレクトロラクスから、セブンイレブンなどグローバル企業を含む、製造業、小売、サービス、航空業などでの幅広い顧客を持つ戦略デザイン会社による講演。サステナビリティにおける企業の責任や、彼ら独自のコミュニケーションの手法を学ぶ。 ●ストックホルム泊：環境ラベル認定のホテル
5/27 火	ストックホルム市 >>> ヨーテボリ市	PARK VISIT Djurgården サステナブルな首都内国立公園 世界初の首都内国立公園・ユールゴーデン島 (Djurgården) を訪問。都市の雑踏を忘れる美しい野原や森林が広がると同時に、スカンセン野外博物館をはじめ数多くの文化施設がある人気スポット。持続可能な観光の最高評価であるグリーン・DESTINATION・プラチナ賞を受賞している('22年)。 LUNCH スウェーデン第2の都市、ヨーテボリへ移動【電車で約4時間】 SUSTAINABLE TRIP サステナブルな旅の体験を スウェーデン国鉄は世界で最も早く「再生可能エネルギーを導入した」鉄道の一つ。車内での食事サービスやレストランでは、環境ラベル付きや脱プラの食事を提供している。スウェーデンの美しい森と湖の風景をお楽しみください。 ●ヨーテボリ泊：環境ラベル認定のホテル
5/28 水	ヨーテボリ市	Global Destination Sustainability Index 講演 環境に優しいMICE (ビジネスイベント) 都市としてGDS-Indexで常に上位にランクインするヨーテボリの取り組みについて話しを伺う。自治体、地域、企業、市民団体が協働し、街全体としてサステナブルな観光や国際イベントの誘致に成功している。 LUNCH SHOP VISIT スーパーマーケット訪問 スウェーデン人の日常生活がよく分かる、全国チェーンのスーパーマーケットを訪問。店内での環境ラベル認証の食品や消費者教育、コミュニケーションなどを紹介。 ●ヨーテボリ泊：環境ラベル認定のホテル
5/29 木	ヨーテボリ市 >>> ストックホルム市	WORLD OF VOLVO ボルボの新体験センター ワールド・オブ・ボルボ 訪問 2022年に開設された、ボルボの新しい体験センターを訪問。スカンジナビアデザインによる美しい木造建築や対話型の展示を見学し、ボルボのクリエイティブな世界観を体験。 午後：ヨーテボリ >> ストックホルムへ移動 ●ストックホルム泊：環境ラベル認定のホテル
5/30 金	日本へ	WORKSHOP MY ターゲット ワークショップ 1週間のプログラムの振り返りとディスカッションを行い、日本帰国後のアクションについて発想を広げるワークショップ ワークショップ終了後、解散。ストックホルムから日本へ出発

* 上記のプログラムやテーマ、内容は変更する場合があります。FORCE MAJEUR (天災などによる) 不可抗力な事由により旅行の内容 (テーマの順番・プログラムの内容、担当者など) を変更する場合があります。ご了承下さい。



Flow お申し込みについて

STEP 1. 以下リンクもしくはQRコードにアクセスし、申込書・参加同意書フォームをご提出ください。

締め切りは **2025年4月4日（金）** です。また紙フォームでのご提出をご希望の方はお問い合わせください。

※締切日当日までは料金は一切かかりません。

お申し込みフォーム：<https://ws.formzu.net/dist/S3914197/>

STEP 2. 12名様以上のお申し込みでツアーを催行します。催行が決定次第、ご請求書をお送りします。

お申し込みフォーム
QRコード

STEP 3. 参加費のお振り込みをお願いします。

その後、スウェーデンや旅についての具体的な情報、ホテルの連絡先、パンフレットなどをお送りします。



STEP 4. 出発前に事前説明会（1回）、渡航前セッション（1回）を行います。

Zoom会議（オンライン）にて実施予定。

帰国後 渡航後セッション（1回）、報告会（1回）を行います。

Zoom会議（オンライン）にて実施予定。

Conditions 旅行条件

本プログラムは、スウェーデン現地開催の視察プログラムです（現地集合・解散）。

スウェーデン国内の宿泊手配は、株式会社ジャパングレーライン（観光庁長官登録旅行業第35号・1種）が行います。

ジャパングレーラインでは、ご希望に応じて海外航空券、海外旅行保険の手配も承ります。

期間 2025年5月25日（日）～5月30日（金）5泊6日 現地集合・解散

訪問地 スウェーデン・ストックホルム、ヨーテボリ

宿泊施設 北欧スタイルで、環境方針を持つホテル（3つ星）以上

食事 朝食5回、昼食0回、夕食0回（機内食は除く）

言語 英語と日本語通訳あり。案内－ワンプラネット・カフェ担当者および現地の各専門家

旅行費用 大人お一人様 478,000円 ＊ツイン部屋ご利用の場合

※日本発着の航空券費用は含まれておりません。航空券のご手配依頼は別途株式会社ジャパングレーラインまでお問合せ下さい。

シングル部屋利用追加料金：70,000円

申込締切 2025年4月4日（金）

取消料 お申し込みフォーム内の「旅行条件書」をご確認ください。

旅行代金に含まれるもの

視察料金（各施設の案内等）、通訳/専門ガイド、宿泊5泊（ツイン部屋利用、朝食付）、スウェーデン国内移動費用（見学先・空港からホテルへの公共交通機関での移動費用）、資料、2回のセッション参加費（フューチャーセッション）、ツアー参加者限定のオンラインコミュニティ参加費用（1年分）

料金に含まれないもの

日本～スウェーデンの往復航空券、海外旅行保険、昼食・夕食、自宅～日本国内空港への移動費（往復）、シングル部屋ご利用の場合の追加料金70,000円



Special Price 特別料金について

以下の場合には、特別料金を適用させていただきます。

分類	料金	参加条件
就学前までのお子様 がご同行の場合	参加費の30%を頂戴します。	条件：保護者様のご参加必須 緊急時に特別アシスタントが必要な場合は、現地 スタッフによる対応となります（有料）。
小学生～中学生のお 子様をご同行の場合	参加費の60%を頂戴します。	条件：保護者様のご参加必須 緊急時に特別アシスタントが必要な場合は、現地 スタッフによる対応となります（有料）。
高校生・大学生のご 参加	参加費から1割引いたします。	

旅行手配・海外航空券手配

株式会社ジャパングレーライン www.jgl.co.jp

〒102-0083 東京都千代田区麹町2丁目14番6 麹町パレス7階

視察プログラム企画・手配・お問い合わせ

株式会社ワンプラネット・カフェ

〒105-6923 東京都港区虎ノ門4丁目1-1 東京ワールドゲート 23F

担当：永江早紀 hello@oneplanetcafe.com

TEL：03-5776-6228 www.oneplanetcafe.com