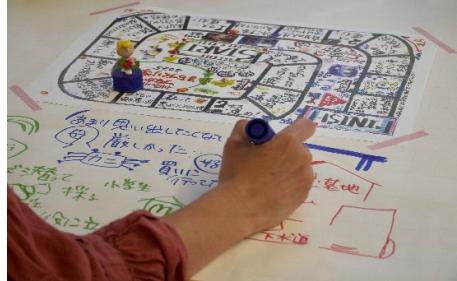




神奈川区つながりまちづくり学校2025 第1講

グッと知り合う はじめの一歩



日 時:2025年 10月 19日(日)

13:00~16:00

場 所:かなーちえ

(神奈川区地域子育て支援拠点)

主 催: 神奈川区役所・NPO 法人親がめ

総合ファシリテータ:NPO 法人親がめ塚原泉氏

協力:NPO 法人まち×学生プロジェクト

plus より3名・写真撮影1名

- 開校あいさつ
- アイスブレイク「5人とトーク」
- オリエンテーション
- ミニ講義
「地域づくり大学校の5つの柱」
- お手玉ワーク&すごろくワーク
- 次回に向けて・ふりかえり
- ひとこと感想共有

■ミニ講座

「神奈川区つながりまちづくり学校の5つの柱」

- ① 人とすり合わせていく 視点が交差する
- ② 人生いろいろ いろんな制度、情報がある つかみにいく
- ③ 前述のアイスブレイク体験も自分のものにして使って
- ④ 現場に行かないで味わえない空気・風 肌で感じて「現場へ GO」
- ⑤ 受講生 22名全員がネットワーカー 学び合い続けてまだ見ぬ景色を見よう

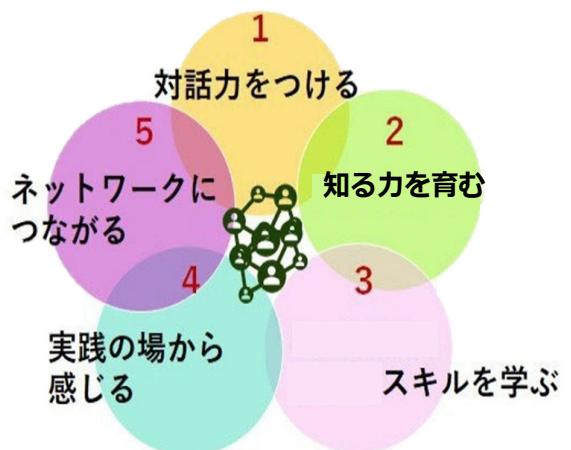
まんじゅう理論



あんこ(本人が抱える辛さなど)を漏らし取り除こうとするより、むしろ皮の部分に注目しながら、擦ることで、皮が厚くなり、あんこはなくならないでも、皮が剥れるとあんこの前が減ることで密度につながる。斜井桂子・伊藤圭一郎さんによる

●まんじゅう理論 :

あんこ=課題（個人の場合はつらさや大変さ）を取り除こうとするよりも皮=楽しさ・面白さ・工夫・スキル・趣味等に注目して、皮を厚くすることを併行することで、あんこが相対的に小さくなるという理論



- ・3人いれば何かはじめられる
- ・アンテナを張って、自分の心の中に炭火のような種火（細く長く燃える火）をつける
その火が他へ伝播していく
- ・アクションプランシート：今回は毎回記入の時間をつくって積み上げていく
全部書けなくていい 今をアウトプット

■アイスブレイク♪ ココロとカラダをほぐし、互いを知り合う



- ・①名前②地区③ここにいる動機をペアになって交換
受講生それぞれの参加動機が一覧になった用紙を片手に、
20分間のうちにできるだけたくさんの人と語り合います♪
「へえ～そうなんですね～」「おんなじ同じ～★」
などなど会話が弾んで、時間が足りない～

■お手玉ワーク(コミュニケーションツール)&すごろくワーク

- ・「お手玉ワーク」：「聴く」（=十の目と心で聞く）ことを体感
聴く力は地域活動の中でとても大切になる
 - ①二人一組で名前を呼び合いながら投げる：自分で名乗る・相手を呼ぶ・アイコンタクト・相手への敬意
 - ②少し難しいところに投げる：変化球、会話では思ったところに球が来ないことも→キャッチしてもらうとちょっとうれしい
 - ③4人で投げる：二人で投げ合うこととの違いを感じて
 - ④タワシ（とげとげのもの）：危険なものと伝えながら投げられるか、受け取れるか
 - ⑤猫（大切な命あるもの）：大事なかけがえのないことを話すという認識をもってどう受け取るか

- ・「すごろくワーク」：沢渡三ツ沢地域ケアプラザ所長の原島隆行氏が考案した対話ワーク
まち×学生プロジェクトplusで多世代がフラットに話し合えるツールとして、
多分野での活用を促進している
- ・ルール：止まったマスの目のお題について対等に話す（話す分量に留意）全員が話す
相手の話を否定しない
話した内容を自由に描きとめる→記録として残っていく



■ふりかえり・アクションプランにつながるシート①記入&第1講で心に残ったひと言&感想



◆気づき:地域には思っていた以上の活動と想いがある

- 「いろいろな考え方や、思ってた以上にみんなさんが地域貢献していることにおどろきました」
- 「色々な考え、活動をされている方がいるんだな、と知りました」
- 「自分が知らないだけで、すでに地域で活動がはじまっていること、はじめている人がいることが知れた」

◆学び:人の話を聞くことで、地域の本質が見えてくる

- 「書物で読む情報とは違い、直接お話を聞くことに意味があるという実感がありました」
- 「地域のことを学ぶ前に、人のことを知るべきだと実感しました」
- 「年齢も職種も違う方の価値感や意識を知り、これから講座の学びが楽しみになりました」

◆つながり:対話と交流が、次のアクションにつながる

- 「話しをし易くなる環境があると思いました。はじめてでしたが、多くの方とお話しすることができました」
- 「ランダムに組まれたグループで、初対面の人と話す中で知らない活動や取り組みについて聞くことができた」
- 「同じ考え方を持てる人がいる」
- 「もっとみんなさんの話をききたいと改めて感じた」

参加者が得たアクションプランに「生かせるもの」

① 人とのつながり・対話の力

- 「自分とつながれたらきっとWINWINになるだろうとお互いを認識できました」
- 「会話し、自分のプランの確立、互いの支援者になる」
- 「出会いとつながりをその場限りのものとしないよう、自らの活動とつなげていきたい」

*やりたいことを実現するには、**人との関係性が土台になる**という気づきが多く見られました。

② 場づくり・進行の工夫

- 「すごろくがとても良かったです。自分の会でも、実践してみようと思いました」
- 「話しをしやすく、コミュニケーションがとりやすくなるように、場や進行を工夫したい」

*自分の活動にも応用できる**具体的な方法やツール**が得られたことが、行動への後押しになっています。

③ 他者の視点・経験からの学び

- 「様々な視点があるということを意識しながらプランを考えたい」
- 「たくさんの方のお話をきいて、色々考えていきたいと思う」
- 「神奈川区もよみきかせチューリップで今後どう活動するか参考にしたい」

*他者の経験や考え方、自分のやりたいことを**具体化するヒント**になっています。

④ 自分の感覚・楽しさを大切にする姿勢

- 「まずは、自分が楽しむこと、まわりを笑顔にできることを考えたい」
- 「育児とは違う脳をつかいたい！」