

## 第1講 開講式、オリエンテーション

講師及び担当：名和田学長、山路講師、藤村（ナビゲーター）、森（サブナビゲーター）

日時：令和5年7月8日（土） 場所：緑区市民活動支援センター（みどりーむ）  
参加者：9期生、学長、講師、ナビゲーター、緑区社会福祉協議会、サブナビゲーター、  
市民局等見学者、修了生、事務局 合計：34名

### ●学習目標

1. スクール全体の主旨を理解する
2. 全6講の流れと各講座の内容を理解する
3. 横浜市における市民活動と自治会について知る
4. 自己紹介を通じて交流を深める



名和田学長 基調講演

### ●内容

1. 開講の基調講演「地域活動・市民活動への誘い」  
～横浜の豊かな市民社会にあなたも参画しよう～
  - ◇自治会、地区別計画等の活動の基礎的な知識の習得
  - ◇自治会活動の実態と課題を学習
2. 運営スタッフ紹介（学長、講師、ナビゲーター、社会福祉協議会、サブナビゲーター、地域振興課）
  - ◇パワーポイントを用いてまとめて紹介（全17名）
3. 受講生の自己紹介
  - ◇アイスブレイク：進行は担当ナビゲーターの2名
  - ◇9期生12名。1人2分で自己紹介：2分スピーチの体験学習。
  - ◇修了生の紹介とスピーチ（4名）
4. オリエンテーション
  - ◇全6講の全体の流れと、目的や学び方、「夢プラン」作成の手順について説明。
  - ◇地域づくりの着眼点と基本的な考え方。具体例として「コロナ禍でも元気な地域活動」を紹介し、加えて「居場所づくり」や「出番」についても訴求。



アイスブレイクで童心に帰る。初対面でも笑顔があふれた。



9期生の「学びのふりかえり」より（抜粋）

◆講座の中で「印象に残ったこと」、「今後生かしていきたいこと」、「不安に思っている事」また、質問などをご記入ください。

- 学長の講演内容が自治会についてがメインであったのでちょっと場違いの講座に参加してしまったような印象を持ったが、スタッフや9期生の自己紹介によって救われた感じが生まれ、次回以降の期待が増した。
- とても勉強になりました。先輩たちの感想等、人前での話し方がとても上手で、みなさん個性があって楽しかった。
- 地域自治と何か？をこれまで体系的に考えたことがなく講義を聞き理解と興味が湧いた。
- オリエンテーションで「する/されるより、おたがいさま」の関係という言葉が印象に残った。自分自身がお世話になった方から自治会役員への誘いがあり、今までいろいろ助けていただいたので承諾した経験があり合点がいった。
- 子どもが参加できる会議について考えたことがなかったが、必要なことだと思った。今後、自分のやりたいことに向き合っていきたいと思う。
- 正直「ご年配の参加者が多いな、間違ったかな」と最初は思ったが、皆様いろいろな経験をされていて、つながりも多いことがわかり、このスクールでなければ出会うことがない人々とつながれてうれしい。
- 地域の活動は一方的ではなく「できること」と「できること」の交換であるという表現が印象に残った。自身のスキルを元に自分の居場所を見つけたいと思います。



#### コメント欄（担当ナビゲーター：藤村）

- 2020年に横浜港に「ダイヤモンドプリンセス号」が入港し3年が経ち、新型コロナウイルス感染症防止で外出自粛を余儀なくされたため体力や気力が低下し老化が進み「コロナフレイル（虚弱）」が増加したとの報告がある。それぞれが体感したのではないのでしょうか？健康長寿を伸ばすには、外出して①地域活動⇒②運動⇒③栄養のサイクルを回す事の重要性を再認識できた。
- 開講式にリアルで修了生が参加できてよかったです。「つながり図」がどんどん成長していく事は本スクールの「宝物」になると思う。
- 基調講演で自治会について深堀した説明がなされ、質問もシビアで中身の濃い内容になった。
- アンケートによる第1講の満足度は81.6%でした。最高は100%で最低は50%と差が大きくなった。（参考：昨年の満足度は99%）
- 受講者には地域活動中のベテランも多く、この人達の「夢プラン」には興味津々です。

## 第2講 「地域の資源・自身の資源を知ろう」

講師：緑区社会福祉協議会 渡部、みどり国際交流ラウンジ 杉山、野場、田中（ナビゲーター）

日時：令和5年7月29日（土） 場所：緑区市民活動支援センター（みどりーむ）  
参加者：9期生、緑区社会福祉協議会、みどり国際交流ラウンジ、ナビゲーター、サブナビゲーター、見学者、修了生、事務局 合計：26名 交流会 25名

### ●学習目標

1. 緑区の資源を知ろう
2. 資源に気づこうワークショップ  
趣味と得意な事項を発表し、仲間を知る

### ●内容

1. 1 講欠席者の自己紹介 1名
2. 緑区の資源を知ろう  
◇緑区社会福祉協議会、 ◇地域ケアプラザ、 ◇みどり国際交流ラウンジ、  
◇緑区市民活動支援センター（みどりーむ） ◇緑区施設一覧
3. 「自分の資源」に気づこう  
◇「好きなこと（趣味）」「特技」を記入、模造紙に貼ってひとり3分程度で発表。  
◇修了生の紹介とスピーチ
4. 交流会（25名参加/みどりーむ大会議室）  
◇出席したナビゲーター、区社協、サブナビゲーター、修了生から各自の持つ資源を発表  
◇その後の雑談タイムで活動や疑問について意見交換、交流を深めた。

社会福祉協議会（社協 しゃきょう）とは…

#### 地域福祉の推進を図る組織

▶ 地域福祉の推進を図ることを目的として、社会福祉法に位置付けられた民間の非営利組織です。

▶ 緑区社協の活動理念

誰もが安心して自分らしく暮らせる地域  
社会をみんなで作ります



私の趣味・特技の発表



会話が弾んだ4年ぶりの交流会



9期生の第2講「学びのふりかえり」より（抜粋）

◆講座の中で「印象に残ったこと」、「今後生かしていきたいこと」、「不安に思っている事」また、質問などをご記入ください。

- 「地域資源から自分の資源に気づこう」は印象に残りました。これからもう少し自分を見つめ直してみようと思いました。
- 第1講は、理解が追いつきませんでした。第2講は何をやるかとしていくかとてもよくわかり勉強になりました。
- みなさんの好きなこと個性に触れ、自分は人の話を聞くこと、人を知ることが好きなのだ改めて気づくことができました。
- 組織や仕組みの利用方法や具体的な支援内容についてもう少し深く知れるとよいと思いました。
- 区社協や国際交流ラウンジの役割がわかった。緑区ならではの資源がいろいろとあることを知りました。今後、9期生のみんなと情報交換しながら自分のやりたいことを考えていきたいと思います。
- 素敵な方がいるスクールに申し込んでよかった、今後も楽しみだと思った。アウトプットすることや他の人の発表を聞いたり比較したり、また質問などから改めて自分の強み、個性に気づけた。
- 9期生の方の「趣味」「特技」がとても素晴らしく感動した。
- 個性豊かな人が多く、まだまだ挑戦することも多いと感じた。



#### コメント欄（担当ナビゲーター：田中）

- 「緑区の資源を知ろう」では、福祉分野の専門である緑区社会福祉協議会と地域ケアプラザをはじめ、緑区の外国人の概要をみどり国際交流ラウンジから、また、市民活動の拠点となるみどり一むの紹介を行った。活動の相談先について理解を深めるとともに緑区にある施設の特徴、役割を知った。今年度は、区内にある施設一覧も手渡し、数多くの施設があることを知らせた。
- 「自分の資源に気づこう」では多彩な趣味、特技を知る機会となり、今後の「夢プラン」作成時のアドバイスに役立つ時間となった。なによりも9期生がお互いのことを知るには、とてもよいプログラムだと思う。
- 今年度の9期生も多彩な人材が集まっている。年齢差があってもみんな聞く耳を持っており、相手を認め合う雰囲気を感じられ1つのチームのようになりつつある。
- 発言も意欲的で「夢プラン」に期待が持てる。どんな「夢プラン」ができるかサポートしながら、悩みにも寄り添っていきたいと思う。
- 交流会は、約2時間の開催となった。ゆっくりと雑談を楽しむ時間とし、ナビゲーターや修了生との交流もでき、4年ぶりの開催は有意義なひとときであった。

## 第3講 「自治会活動・市民活動団体の話を聞こう」

講師：山路清貴 担当ナビゲーター：岡部、金子、田中

日時：令和5年8月26日（土） 場所：緑区市民活動支援センター（みどり一む）  
参加者：9期生、後谷自治会、多世代交流バザール「ひだまり」緑区社会福祉協議会、  
ナビゲーター、サブナビゲーター、見学者、修了生、事務局 合計：34名

### ●学習目標

1. 地縁団体の「後谷自治会」と市民活動団体「多世代交流バザール」の活動発表を通して、各団体が持つ課題、解決の工夫、悩み等を共有し、9期生それぞれが自身の「夢プラン」作成に結び付けられるようにする。
2. 発表を聞き、疑問、感想、アイデアを自由に語る「対話」の場を提供する。

### ●内容

1. 第3講欠席者の「資源出し」を行った。
2. 地域の資源を知ってもらうために、2団体が発表し講師の山路さんからコメントをもらった。
  - ① 後谷自治会 有田会長
    - ・自治会の世帯数、加入率、年間行事、デジタルツールの活用、負担軽減のアイデア、担い手発掘について、「後谷乙女組」「男組」の有志について等、自治会運営を「SNSが普及し、リアルな人間関係が稀薄になりがちな時代だからこそ人のつながりを大切にできる自治会でありたい」と。
  - ② 多世代交流バザール「ひだまり」山口代表
    - ・活動開始のきっかけ、ハンドメイドバザール開催による交流の場の誕生、地域の活性化、定期開催の場の閉鎖、コロナ禍による来場者の減少、コアメンバーの不足、自治会とのコラボへの発展等、成功と失敗、課題を伝えた。
3. 2団体の発表後、山路さんの進行で意見交換。

【講師より】現在、多くの自治会が直面している、「役員のなり手がいない」「活動に関心がない」という課題に触れ、「仕事内容が見える化する」「評価の制度を工夫する」「定期的な面接の機会を設ける」「教育を重視する」「結果以外も評価される機会を作る」の提案が示された。



## 9期生の第3講「学びのふりかえり」より（抜粋）

◆講座の中で「印象に残ったこと」、「今後生かしていきたいこと」などをご記入ください。

- きょうは濃縮な意見、話し合いができたと思います。  
場所の使い方、人の集まり、また何かをやることへの周りへの気遣い、ラジオ体操や盆踊りなど近所の人の「うるさい」の一言で取りやめになったり、日数が少なくなったり、このような状況を何とか打開したいですね。
- 毎回、出席するとその都度、問題点に気がつき、とてもいいことだと思えます。自治会、シニア会活動に参加して楽しいと思える場にするよう考えていくといいですよ。
- コロナ禍によって人のつながりが少なくなりデジタルツールの活用が発達した一方で（リアルな）コミュニケーションの重要性がわかった。
- 地道な活動を通して心に働かせ心を動かす、まず自分が楽しむ、楽しいところに人々はつどって来ると思う。
- 失敗は成功のもととして、失敗も楽しむようにする考えを持つようにしていきたい。
- 自治会活動継続のポイントは初回の講義で教わった「気楽」「身近」「少人数」というキーワードが3講のお話を伺ってしっかりきました。
- 夏休みのラジオ体操に出てくる人たちの減少を感じていましたが、いろいろとアドバイスをいただきありがとうございました。



### コメント欄（担当ナビゲーター：金子）

- 発表の2団体が、団体を運営して行くうえには避けては通れない「人・物・場所」を、それぞれの立場で対処してこられたことに強い関心を持った。  
この問題は今後も発生してくることであり、その対策案をどのようにして次期の役員・担当者に引き継ぐことができるかが重要である。
- 楽しい集まりに参加してくれることは、ありがたいことだが、その陰には顔の見えない協力者と、運営スタッフの努力があってこそ。運営の苦勞をもっとPRしても良かったのではないか。
- 継続こそ力、と言われるように、現状の活動をいかに後継者に引き継いでもらうかが重要。あまり力を入れすぎて挫折するようなことの無いように、メンバー間の対話を重ねてよく深く相互に理解しあってほしいと思った。
- 山路さんの進行で、発表2団体と9期生及び参加された全員を巻き込んだの質疑・応答は会場全体が発言しやすい雰囲気となり、楽しくも有意義な時間であった。
- 1～3講まで学んだ知識を、4講、5講の「夢プラン」作りにいかにうまく取り入れていくか、期待が持てる。

## 第4講 「夢プラン」ワークショップ①

講師：竹迫 和代 野場、金子（ナビゲーター）

日時：令和5年9月9日（土） 場所：緑区市民活動支援センター（みどり一む）

参加者：9期生、講師、緑区社会福祉協議会、ナビゲーター、サブナビゲーター、見学者、  
修了生、事務局 合計：26名

### ●学習目標

1. 「夢プラン」作成に向けて  
ワークショップ①  
夢プランにむけての芽だし&企画づくり

### ●内容

1. 講師紹介、区社協紹介、修了生紹介
2. 「夢プラン」作成に向けて ワークショップ①  
～夢プランにむけての芽だし&企画づくり～
  - ◇3人1組になって、1人15分程度次のお題についておしゃべり。  
「私のやりたいこと」「やりたいことが実現すればどんな人たちのどんな未来が期待できるか？」
  - ◇A3用紙の上半分に「やりたいこと」、下半分に「未来のビジョン」を書き、  
2分程度で全員に発表。全員でコメント書き1分、1名コメント発表1分。  
講師から全体のコメント3分。書いたコメントは各自発表者に届ける。
  - ◇夢プランのフォーマットを説明、夢プランの作成。  
「ビジョン」「目的」「対象」「到達目標」「資源」の部分を考える。
3. クロージングタイム10分
  - ◇講師より本日のまとめと、第5講にむけてのお願い等



講師の指導で「夢プラン」のワークショップが  
はじまった！



9期生の「夢プラン」の芽出し。意見交換をしながら考えを深めた。



9期生の第4講「学びのふりかえり」より（抜粋）

◆講座の中で「印象に残ったこと」、「今後生かしていきたいこと」、「不安に思っている事」また、質問などをご記入ください。

- みなさんのいろいろな「夢プラン」案と、みなさんからの「コメント」は大変参考になります。
- 自分の考え、言葉に対して参加者から違う表現や考え方を伺えたことが非常に新鮮でした。
- グループでの会話を通じて自分の考えがまとまっていく過程も楽しかったです。
- みなさんのプランを聞いて思ったことは、「人のつながりが重要（無いと実現できない）」と思いました。そのきっかけ作りが課題になった。
- 自分のやりたいことについて肯定的なフィードバックをしていただいたので自信ができました。いろいろとざっくばらんに話せる時間がもう少し欲しいなと思いました。終日講座でもよい気がします。
- （第4講では）まだ表面だけの話で、「集客」とか本当に実現できるのかが不安です。
- 自分が考えていることを「他人」に話すこと、「他人」の考えを聞くことが大事だと改めて思いました。
- 皆さんのプランを聞いて、それぞれのスキルが活かされていて、素晴らしいと思います。
- 竹迫さんのワークショップの進め方に「ドキドキ」しながらも、参加の方の声を聞くときの「ワクワク感」楽しかったです！
- 「夢プラン」について他の人と話すことでいろいろとアイデアが広がった。もっと話していきたいです！



#### コメント欄（担当ナビゲーター：野場）

- 「夢プラン」作成に向けて ワークショップ①  
～夢プランにむけての芽だし&企画づくり～では、最初に「やりたいこと」と「未来のビジョン」について15分間語りあった。その後、A3用紙に書き出し発表。  
自身の想いを見える化し、9期生全員からのコメントを貰う事で、自分の想いに対する他者の反応が確認できた。その反応が確認できたことで、他者のアドバイスなどを反映した形で「夢プラン」の作成が出来ていたと思う。
- 9期生の「学びのふりかえり」にもあるように、自分の「やりたいこと」「未来のビジョン」について参加者からの反応を貰う事は、「夢プラン」作成の大きな励みとなっており、ワークショップ形式で「夢プラン」をまとめていくこのプログラムはとても良いと思った。
- 今年度の9期生も「夢プラン」も実に多様なものとなっている。これまでの経験で培われたスキルなどの資源を活かした「夢プラン」の原型が出来つつある。
- 次回は、本日作成した「夢プラン」を実現するために必要な連携先の調査などを行ってくる予定となっており、どんな「夢プラン」に仕上がるのか楽しみである。  
一方で9期生の抱えた悩みにも寄り添い、「夢プラン」の完成を出来る限りサポートしていきたい。

## 第5講 「夢プラン作成にむけてPart2」

講師：竹迫 和代、金子ナビゲーター、野場ナビゲーター

日時：令和5年10月7日(土) 場所：緑区市民活動支援センター(みどりーむ)

参加者：9期生、講師、ナビゲーター、サブナビゲーター、見学者、事務局

合計：24名

### ●学習目標

1. 情報交換を何回も行って、前回作った「夢プラン」を練り直し、必要な部分は修正・訂正して、より良いプランを作り上げる。
2. 自分がやりたいことを他の人にも分かりやすく伝えるための設計図・図の作り方を学ぶ。
3. 出来上がった「夢プラン」を展示して、皆から意見や感想を述べてもらい、全体を見直して、更にブラッシュ・アップする。

### ●内容

1. 夢プラン作成に向けての情報交換・練り直しを行った。
2. “骨太”シートの記入に当たって講師からのアドバイスを聞く。
  - ・目的は相手にわかるように書く
  - ・対象は「すべて」の人とせず、第一は「誰か」に絞る等を確認して作業を進めた。
3. 各自が作り上げてきた未完成の夢プランを発表して、グループ内からの意見や感想を述べてもらった。
4. ナビ、サブナビからもアドバイスをしてもらい、仕上げ作業を行った。
5. 作り上げた夢プランを模造紙に張りつけ、上部に夢プランの「キャッチコピー」を大きく書いた。
6. 作り上げた模造紙を皆に見せて、1分間の説明を行った。
7. その後、模造紙を自分のテーブルに広げて、出席者全員から意見や感想・アドバイスを付箋に書いてもらった。



みんなで「夢プラン」の意見交換。熱気に包まれたワークショップ



◆講座の中で「印象に残ったこと」、「今後生かしていきたいこと」、また、感想などをご記入ください。

9期生の第5講「学びのふりかえり」より（抜粋）

- ・竹迫さんの講座は、ドキドキしながらも「やりたいことは何か?」「何のためにするの?」か、ということを見つめ直すことができました。楽しい2時間30分でした。
- ・私の話に寄り添ってくださりありがとうございました。
- ・みなさん熱心に発表され、やる気をひしひしと感じました。とにかく前に進むしかないですね。
- ・「何を話すか、伝えたいか」が明確になっていなかったので、目的のところが具体的に変わったのでとてもよかったです。
- ・いろいろな人のアドバイスによって「夢プラン」の形ができた。やはり人とのつながりが重要なことを再認識しました。
- ・他の方のプランがとても素晴らしく感動しましたし、励まされました。
- ・何をやるかも当然大切ですが、人のつながりをつくることができるかが鍵になると思います。
- ・素敵に自分の人生を活かしていること、誰もが素直に思っていること、考えていることがまっすぐに伝わる良い講座でした。



コメント欄（担当ナビゲーター：金子）

- ・「夢プラン」を作ると聞いて、最初は受講生の多くが「何を、どのようにして」作るのか途惑っていたが、竹迫講師の2回に渡ってのグループワークで、9期生は立案から実施までの手段や手法を具体的に学ぶことができ、今年度も実りあるものとなった。
- ・自分の住んでいる地域にはいろいろな施設や広場等がある。今までは何気なく利用していたが、そこには設備や器具の管理から、防犯等に携わっている人がいる。スクールに参加することで、地域は「人」の力があって動いていることを改めて認識する機会になっていると思う。
- ・自分が地域で役立ちたい、あるいは楽しくさせることができないかを考えて、実現させるために作り上げるのが「夢プラン」であり、自身の活動の設計図となる。この設計図を作る意味は大きい。
- ・「夢プラン」を進めてゆくにはそれ相応の努力と忍耐力が必要となる。恐れずに、まずは行動を起こしてほしい。そして時々、後ろを振り返って見て、間違っていたら相談や修正しながら進めてほしい。そのための支援はしていきたい。
- ・9期生のみなさんの地域での活躍を願っている。

# 令和5年度 みどり「ひと・まち」スクール実施記録

## 第6講 修了式、夢プラン発表会

講師及び担当：名和田学長、山路講師、岡部、藤村ナビゲーター、森、高橋サブナビゲーター

日時：令和5年11月11日（土） 場所：緑区市民活動支援センター（みどり一む）  
参加者：9期生（9）、名和田学長、山路講師、竹迫講師、緑区社会福祉協議会、ナビゲーター（5）、サブナビゲーター（3）、修了生（5）、緑区長、事務局（4）  
合計：30人

### ●修了式

- ・受講生 14 名、修了生 12 名（修了式の欠席 3 名）、皆勤賞は 5 名でした。
- ・最初に加納課長から「開会の辞」を頂いた。
- ・例年通り、「修了証書」は名和田学長より授与された。「修了証書」の文面は各個人の特徴を反映したオーダーメイドとなっている。
- ・続いて修了生代表から「答辞」を頂いた。ひと・まちスクールで得られた仲間づくり（人的ネットワーク）と夢プラン策定工程が完成し地域活動の一步を踏み出す。大きな自信につながったと思う。力強い姿がとても印象的だった。
- ・続いて名和田学長挨拶、佐藤区長挨拶の後に夢プラン発表となった。

### ●夢プラン発表会

- ・9名の「夢プラン」の発表があった。欠席の3名については事務局が代理で発表した。
- ・9期生のプレゼンテーションは個性に溢れて楽しい雰囲気伝わってきた。
- ・20歳代から80歳代までとは思えぬ年齢差を感じさせない発表内容でした。
- ・個人別の活動内容が具体的で分かりやすかった。中には既に活動されている方もおられ「行動力」の凄さを感じた。
- ・「夢プラン」ワークショップを指導した竹迫講師も駆けつけ、受援力（他人の力を上手く使う）という言葉が9期生に贈った。ワークショップで付箋に書かれた仲間からの助言は大切に保管し、今は気が付かなかった事が、後で読み直したときに本当の意味を理解できる事があるとのコメントが印象的であった。岡部ナビゲーターから発表者別のコメントを頂いた。社協の渡部事務局長は途中退席のため事務局がメッセージを伝えた。
- ・全員発表後に、名和田学長から個人別の発表内容に対して講評を頂き、山路講師からは全体に対して地域内の活動の実践には信頼性、個性、巻き込まれる力、時には学び直す事の重要性を教授頂いた。



## 9期生のアンケートより（抜粋）

- 日頃もやもやとしていたことが、文章化することにより整理されたと思う。メンバーのそれぞれの考えが大変興味深く、また活動し多くの人と関係性を作っていたことがとてもよかった。
- 本音で話し合えたこと。
- 漠然と考えていた想いを9期生やナビゲーター、サポーターの皆様との関わりを通じて「夢プラン」として具体化することができました。ひとりでは実現できていなかった！！
- 思いもよらないつながり、学びがあった。が、年齢層がもっと広いとうれしかった。
- 様々な取り組みを行っている人と出会えたこと、緑区の課題、現状が知れたこと。
- みなさんの発表がとてもすばらしく感動しました。



9期生代表 答辞



夢プラン発表会



修了を記念して



9期生作詞・作曲による  
「ひと・まち9期生の歌」  
披露

### コメント欄（担当ナビゲーター：藤村）

- 積極的で具体的な目的、目標が明確な人や既に活動している人がいる9期生であった。
- 久しぶりに Zoom 無しでの開催となって、顔と名前が覚え易かった。
- 9期生同志の一体感、結束力が感じ取れた。Zoom では得られない少人数でのリアルならではの効果が確認できた。
- 9期生の広場で「ひと・まち9期生の歌」の披露で、和やかな雰囲気を得られて良かった。
- 今回から昼食を含めた交流会を再開し交流を深めた。コロナ禍では得られなかった人間同士の距離感が縮まった感じがした。生涯学習分野の某名誉教授の常に言っていた「食（飲）は心を開かず」を思い出した。交流会は必須と痛感した。