

Npop'n

えぬぽっぷん



NPO POP NEWS 略して『Npop'n』！

新宿NPO協働推進センターから、社会貢献活動に関連したポップな話題をお伝えします！

効果的なワークショップの進め方・ノウハウを学ぶ!!

現在、さまざまなところで『ワークショップ』が開催されていますが、ただ行えばいいというものでもありません。今号では、8月4日に開催された、効果的なワークショップの進め方に関する『達人から学ぶ、目的に応じたワークショップ講座』の内容をご紹介します。

◆『達人から学ぶ、目的に応じたワークショップ講座』

講師：小笠原 祐司（おがさわら ゆうじ）氏（NPO法人bond place 代表理事）

今回のワークショップ講座は同日中に前半・後半を行う形で開催されました。まず前半で、ワークショップは主体的に楽しみながら参加することがとても重要であることを学びました。

最初に、椅子できれいな円を作り、それぞれ今の率直な気持ちを言う自己紹介の時間を設けました。続いて、オニが空いている椅子に座ろうとする椅子取りゲームを行い、何度かゲームを行った後に、3人くらいのグループで気付いた事や感じたこと、オニを椅子に座らせなくするためにはどうすれば良いかを話し合ってもらいました。その次に、ここに来た「ご縁」を3つ書き、テーブル4人～6人（偶数）の中で2人1組となって、1人が話し1人が聞き役として話を傾聴して掘り下げ、その後、聞き役がテーブルのメンバーにその方を紹介する「他己紹介」を行いました。これらは「チェックイン」と呼ばれるアイスブレイクの一種です。

アイスブレイクは、参加者としてこの場に入っていく気持ちを整えるため、「共通体験、聞く事、話す事」で「学び、共感、気づき等」を得て、お互いの事を知り、出来事を知ることで感情が生まれ、その人の想い・価値観の共有につながっていくという体験です。また、次のワークで何を感じて欲しいか、そこに繋がる形を考えて行う必要があります。

ワークショップの定義（方法）は、講義などのように一方的な知識伝達をするスタイルではなく、参加者が自ら体験して共同で何か気づきや学びを得たり、創出したりするものです。ワークショップは手段であって、ワークショップを通じてどんな場を作りたいのか、自分は何が知りたいのか、自分はそこで何ができるのかを考えて、共有していく必要があります。

次のワークでは、床に置いた「ワークショップ」と書かれた紙に対して、自分の気持ちに従って、方向・距離を選んで立ち、それから2～3人でそこに立っている理由を説明しあってもらいました。さらに、人と人が集う場とはどんな場かを模造紙に書き出し、その場を作るためには何が必要で、自分はどう貢献できるかを考え、グループメンバーを交換しながら、お互いに共有するワークを行いました。その後、そのためにメンバーと考えたいことや、何がわかればそこに向かっていけるのかを、それぞれが書きだして情報共有を行いました。一般的に、①聞いたことは忘れる ②見たことは覚えている ③やったことはわかる・身に付く ④自分で発見したことは使う、と言われており、講師から、ワークショップでは④が重要とのコメントがありました。



小笠原氏
(bond place)



「チェックイン」を行う参加者

後半では、講師から場づくりの要素についてレクチャーいただきました。

マサチューセッツ工科大学のダニエル・キム氏が「組織の成功循環モデル」として、関係→思考→行動→結果→関係という循環モデルを示しており、参加者の関係性が良いと、順にそれぞれの質が向上していくと提唱しています。多くのワークショップでは、結果をすぐに求めることが多いですが、先に参加者の関係性がきちんと構築出来ていないまま進めることで、関係性が悪くなり、思考が停止し、行動が変わらず、結果が出ない・変わらないという悪循環に陥ってしまいます。

ワークショップでは、まずは参加者間の関係性構築からスタートすることが重要です。参加者間の関係性は、参加者それぞれの背景・価値観を知ると関係性がぐっと近くなり、何を言っても良い関係性が生まれます。また、参加者のグループサイズも重要な要素です。2～3人と5人以上では話す量がだいぶ異なってしまい、話が出来ない参加者が出てしまうため、最初は話しやすい2、3人から始めることも大事です。

ワークショップを創造的な学びの場とするために必要な要素には、①参加者間のコミュニティ（関係性）②参加者本人③ワークショップのコンテンツ④ツール⑤場、の5つがあり、特に①参加者間のコミュニティ（関係性）が重要な要素となります。

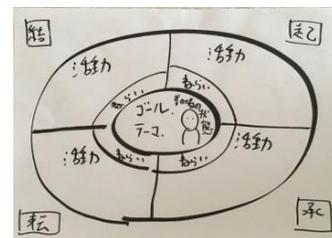
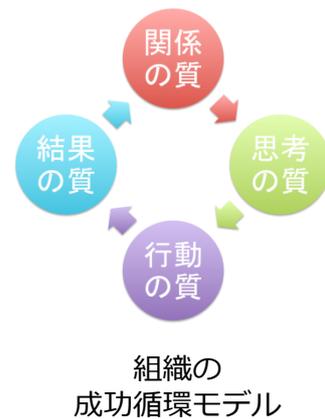
ワークショップをデザインする際、プログラムデザインマンダラシートを活用することで、今日のゴール、狙い、具体的な内容に対する起承転結の整理がしやすくなります。プログラムデザインマンダラシートは、三重の円を書き、円の真ん中にその場で達成したい具体的な目標・ゴールイメージを書き、それに沿ってワーク内容を組み立てて行くためのツールです。具体的な内容については、作って、語って、振り返る（T・K・F）をぐるぐる回していくことで、内容の質を高めていくことが重要です。また、ゴールから逆に考えて行くことも、ワークショップデザインのひとつの手法となります。

ワークショップに来てもらうには、ニーズがあるか、内容が面白そうかという部分もありますが、“アロマ”（相手を惹きつけるような要因）が大事です。特定のだれか1人がハッピーになってもらいたいかを具体的にイメージすることや、知識の共有から始めるとか、課題を分解して自分の言葉にしてからゴールへ向かう、ワークショップ内容を最初から具体化することなどで間違いを減らす工夫なども必要です。ワークショップは、まず進行役が楽しそうかどうか重要です。雰囲気は参加者から生まれます。

よいワークショップとは、進行役も参加者も全員が学習者になっているものであり、今回のワークショップでも進行役・参加者ともファシリテーション、広報に興味があると判ったことが良い学びとなりました。



「作りたい場」への
思いを書く参加者



プログラムデザイン
マンダラシート

※当センター利用団体を紹介します※

《 NPO法人環健ネットワーク 》

“スタートラインがフェアな社会づくりを目指して”

現代は、発達・成長期にいじめや虐待により精神疾患を抱えてしまったり、学歴や教育の格差からやりたい仕事に就けなかったりと、何かと生きづらい世の中といえます。「環健ネットワーク」は、スタートラインをフェアにし、努力した分、報われる社会を目指して、子育て支援・就労支援・職業訓練を柱としたサポート活動を行っています。

2018年10月11日（木）18時45分～20時45分 当センターで行われる「市民とNPOの交流サロン」にご登壇いただきます。関心のある方は是非ご参加ください。

場 所：当センター4階 401会議室
語り手：NPO法人環健ネットワーク
参加費：1,000円

問合せ：新宿NPOネットワーク協議会
【電話】03-5206-6527
【Email】hiroba@s-nponet.net

新プログラム

小滝橋ひろば

＊メンタルヘルス相談会＊

こころの健康コンシェルジュに相談・お話してみませんか？

つらいことや困難で心がくじけそうになったりすることがありませんか？そんな時、身近で支えてくれる存在がいれば、不調にならずに済む事が多いものです。10月から、月2回、メンタルヘルス相談会を開催します。心理カウンセラーが、親身になってお話を聴き、心の健康をサポートしてくれます。

日時：第1金曜日 10:00～13:00 グループ相談（グループによるお話し会・心理学を活かしたワークショップ）
13:00～15:00 個別相談（1人50分）
第4水曜日 13:00～16:00 個別相談（1人50分）

場所：新宿NPO協働推進センター
（新宿区高田馬場4-36-12）

相談料：グループ相談、個別相談とも500円／人

問合せ・申込み：新宿NPOネットワーク協議会

【電話】03-5206-6527 【Email】hiroba@s-nponet.net

【協力団体】NPO法人EAPメンタルヘルスカウンセリング協会



当センター利用団体のイベント情報

イベント情報は各団体のHP等より入手して掲載しております。お問合せは各団体をお願いいたします。

新宿NPOネットワーク協議会 「小滝橋ひろば～ウクレレ練習会」

日時：2018年9月5日、9月19日、10月3日、10月17日
18:30～20:00（以降月2回 基本的に第1,3水曜で継続）

場所：新宿NPO協働推進センター 102会議室
（新宿区高田馬場4-36-12）

参加費：5,000円/3回 *回数券制(3ヶ月有効)

定員：12名 先着順 初心者可 貸出ウクレレ有

問合せ・申込み：新宿NPOネットワーク協議会

【電話】03-5206-6527 【Email】hiroba@s-nponet.net



新宿区ウォーキング協会 第164回例会

「平成の青梅街道を歩く その4 約8km」

日時：2018年10月9日(火) 受付：8:40～9:00

集合：立野西公園（最寄駅：多摩モルール「上台北駅」1番出口）

解散：箱根ヶ崎駅（JR八高線）12:00頃予定

参加費：一般400円 会員無料

問合せ・申込み：新宿区ウォーキング協会

【電話】090-3217-4109

【FAX】03-3208-3531



建築ネットワークセンター 2018年度 マンション連続講座 5回目 「マンション保険の選び方」

日時：2018年10月20日(土) 13:30～16:00

場所：建築ネットワークセンター事務所
（新宿区早稲田74 鱒淵ビル301）

参加費：一般1,000円 会員500円

事前申し込み必要

問合せ・申込み：建築ネットワークセンター

【電話】03-6457-3178 【Email】kenchiku@d2.dion.ne.jp



森とでんえん倶楽部 高尾山自然体験教室 「ハイキングとクラフト体験教室」

日時：2018年10月28日(日)

集合：8:50 京王線高尾山口駅前 解散：16:00予定

参加費：小学生、大人とも500円

応募締切：9月28日(金)

問合せ・申込み：森とでんえん倶楽部

【電話】03-3366-1233 【FAX】03-5338-9692

【Email】moritodenen@live.jp



<イベント情報掲載募集>

◆対象期間：2018年11月1日（木）～11月30日（金）

◆募集締切：2018年10月5日（金）

◆対象団体：当センター登録団体、一般利用団体

◆掲載件数：最大7件（1団体1件まで掲載できます。応募が多い場合は、当センターまたは新宿区内のイベント・登録団体のイベントを優先させていただきます。）

◆申込方法：タイトル、日時、場所、参加費、問合せ先を、新宿NPO協働推進センターまで、FAX又はメールにてご連絡ください。

新宿区民活動支援サイト「キラミラネット」をご利用ください

新宿区を拠点に行われている地域活動や社会貢献活動、趣味、サークル活動など、身近な地域活動の情報を一堂に集め、発信するWEBサイトです。現在、WEB会員を募集しています。（登録料は無料です）

URL：<http://shinjuku.genki365.net/>

問合せ：新宿区地域振興部

地域コミュニティ課

【電話】03-5273-3872

【FAX】03-3209-7455



センターからのお知らせ



講座【クラウドファンディング講座】

インターネットで資金調達！

～世界中から共感と支援を得る仕組みを学ぶ～

【日 時】9月25日（火） 18:45～20:45

【内 容】クラウドファンディングは、IT技術を利用して、不特定多数の幅広い人々に活動を知ってもらうとともに、活動資金を集める非常に有効な手段として大きく利用が広がってきています。その有効性や可能性を知って、活動に活かしましょう。

【講 師】酒向 萌実(さこう もみ)氏

(株式会社CAMPFIRE ソーシャルグッド事業部)

【会 場】当センター 501会議室

【参加費】1,000円

講座【ソーシャルビジネス実践講座】

～社会課題にビジネスの手法で

取り組む仕組みづくり～

【日 時】10月4日（木） 18:45～20:45

【内 容】ビジネスの手法で社会課題を解決するソーシャルビジネスは継続性が高いため、課題の解決の実現だけでなく、雇用創出等の波及効果も生みます。ソーシャルビジネスの成功のポイントを学びましょう。

【講 師】天水 祐佳(てんすい ゆうか)氏

(日本政策金融公庫 新宿支店

国民生活事業 融資第四課長)

【会 場】当センター 501会議室

【参加費】1,000円

講座【傾聴入門講座】～寄り添い、心が通う話の聴き方～

【日 時】10月16日（火） 18:45～20:45

10月23日（火） 18:45～20:45

【内 容】気持ちを通いあうコミュニケーションが、とれるようになるための傾聴(話の聴き方)を学びます。

(10/16) 理論と体験を通して、コミュニケーションの基本を学び、自分の癖に気づく。

(10/23) 傾聴の基本を学び、ロールプレイで実習する。

【講 師】武藤 圭子(むとう けいこ)氏 (NPO法人KeiChoネット 理事長)

【会 場】当センター 501会議室

【参加費】2,000円(各回1,000円) ※連続受講をお勧めします。

★参加希望の方は、電話、FAX、メールにて、センターへご連絡下さい。

作成&発行

新宿区立 新宿NPO協働推進センター

指定管理者：一般社団法人 新宿NPOネットワーク協議会

(〒169-0075 新宿区高田馬場4-36-12)

編集：西郷 和将 吉田 定信 三上 太紀子 菊池 直子
三橋 雅人

情報・お問い合わせ

TEL：03-5386-1315 FAX：03-5386-1318

MAIL：hiroba@s-nponet.net

URL：https://snponet.net

Facebook：https://www.facebook.com/shinjuku.npo.center

アクセス

- ・JR山手線『高田馬場』駅より徒歩15分
- ・JR中央線『東中野』駅『大久保』駅より徒歩15分
- ・西武新宿線『下落合』駅より徒歩12分
- ・東京メトロ東西線『落合』駅より徒歩10分
- ・都営大江戸線『東中野』駅『中井』駅より徒歩15分
- ・都営バス、関東バス『小滝橋』より徒歩4分
(上69、飯64、橋63、飯62、宿08、宿02、百01)



新宿NPO協働推進センターは、NPOをはじめ社会貢献活動団体の活動を支援する拠点施設です。

センターでは、社会貢献活動団体への施設の貸出しの他、相談や情報提供、講座等、さまざまな事業を実施しています。