

Npop'n

VOL.75

えぬぽっぴん



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!

達人に学ぶ!ワークショップのノウハウ

ワークショップは今、多様な場で、さまざまな形で行われています。今号では、8月3日に開催した『ワークショップ講座』の内容を紹介します。経験豊富な講師を迎え、効果的なワークショップの進め方やノウハウを学びました。

◆ワークショップ講座～目的に応じたワークショップのノウハウ～◆

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

本講座はワークショップを体験しながら学ぶ形式で、前半と後半にわけて進められました。前半は、チェックイン(参加者が互いを知り、場の一体感を作るための、アイスブレイクと呼ばれる手法の一種)を体験し、次に様々な角度からワークショップについて考えていきました。後半では、ワークショップを企画し進めるためには何が重要か、具体的なデザインの方法を学び、実際にプランニングしました。最後にチェックアウトとして気付いたことや学んだことを共有しました。



小笠原氏 (bond place)

【前半】 ~お互いを知り、ワークショップについて考える~

チェックインでは、二つの自己紹介を体験しました。一つ目は自分の名前と今の正直な気持ちを順番に話すというもので、この自己紹介のポイントは自分の仕事や肩書などを話さない事です。人によっては、相手の思い込みで互いの信頼関係が築けなくなってしまうことがあるからです。「ワクワク」や「不安」「ここは涼しい」など、今の気持ちを素直に共有することで場の緊張がほぐれていきました。二つ目に、互いを知るための「ウソつき自己紹介」を行いました。三人一組となり、自分に関する三つの事柄の中に一つだけウソを入れ、聞いている側が質問をしながら、ウソを当てていくというものです。参加者から笑いが起こり、一気に場がなごんでいきました。発表する順番を「明るい色の服を着ている人から」や「生命線が長い人から」始めるなど、場の運営に役立つポイントもありました。ワークショップでは、参加者が自分の思いを話しても大丈夫という安心感、他の考え方を受け入れてみようという信頼感など、場にいる人全員が一体感を持てる関係を作ることが大切です。参加者全員が良い関係を築かない状態では、良い結果を求めることはできません。



チェックインの様子

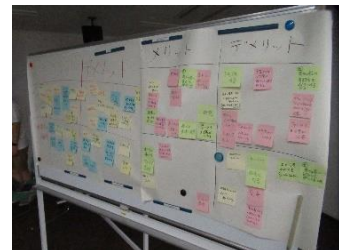
次に、“ワークショップ”について考えていきました。過去にワークショップの運営をしたことがある人、参加したことがある人、一度も参加したことがない人でグループに分かれ、ワークショップの特徴や共通点を話していきました。どのグループからも「紙などのツールを使う」「皆が参加する」「ファシリテーター(進行役)がいる」「意見を深めて広げる」等の意見がでました。

講師からは「ワークショップとは、講義など一方的な知識伝達のスタイルではなく、参加者が自ら参加・体験して、共同で何かを学びあったり、創り出したりする学びと創出のスタイルです。他者と交わることで気づき、学んでいきます。ワークショップは手法であって目的ではありません。どんな場を作り、何を分かち合い共有したいのかが大切です。」とワークショップの本質についての説明がありました。



ウソつき自己紹介の様子

さらにワークショップの理解を深めるため、「マトリックス法」(横の行と縦の列であらわされた表に検討したい項目を書きアイデアを貼っていく手法)を使い、付箋にワークショップと講義のメリット、デメリットを書いて貼っていきました。進め方はまず一人が貼って説明し、共通しているものがあれば他の人が隣に貼って共有し、なければ次の人が貼って説明していくというものです。匿名で自由に意見を書ける付箋を使うことによって、参加者に安心感を与え、出された意見を深めていくことができます。



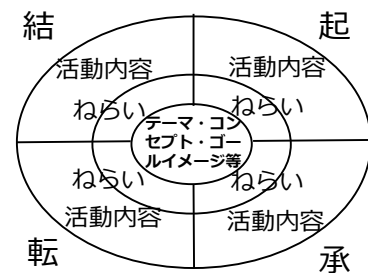
マトリックス法の一例

【後半】 ～ワークショップを学び、デザインし、気づきを共有する～

後半では具体的にファシリテーターとしてワークショップを企画し進めていくには何が必要かを学んでいきました。

ワークショップをデザインする上で基本となる要素は、①参加者(どんな体験をしてもらい、どんな結果を求めているのかの具体的なイメージ) ②参加者間の関係性(お互いの強み、課題への思いを共有し、一体感の持てる関係性を作ることが重要) ③場(あえて普段の生活と違う場所で行うのも一つの方法) ④ツール(プロジェクターや付箋、カードなど) ⑤コンテンツ(ワークの中身)の五つがあります。

具体的なデザインの一つに、作って・語って・振り返る(TKF)という手法があります。シンプルですが、このサイクルがあるだけで一つのワークショップが形成されます。前半に行ったマトリックス法を使った「ワークショップのメリットデメリット」の手法が一例です。また、デザインするのに役立つのがプログラムデザイン曼荼羅(マンダラ)シートです。三重の円の真ん中に具体的なゴールやテーマを書き、円を起承転結にわけてワークショップを組み立てていきます。「起」で導入、アイスブレイクなどで一体感を作り、「承」ではメインにつながるサブワークとして、ツールなどを使い、TKFを三回くらい繰り返します。「転」で参加者に体験してもらいたいメインワークに入り、最後の「結」で振り返りとまとめをします。これらを参考に受講者が二人一組となり、実際にワークショップをデザインしていきました。



プログラムデザイン曼荼羅

チェックアウトでは、それぞれが学んだこと、気になったこと等を共有しました。講師から次のようなアドバイスがありました。

- ① グループワークは二人から三人の規模で行うのが気持ちを共有するのに効果的。
- ② 場のつかみとしては、音楽やお菓子も役立つが、まずその日の参加者の状況をつかむことが大切。
- ③ ファシリテーター自らも楽しみ、無理せず、自分らしく進めていく。
- ④ 目的に応じてデザインすることは必要だが、振り返りの時に結果が出なくても、答えは参加者本人の中にあることもあれば、疑問が次の段階につながることもある。様々な可能性があることがワークショップの特徴。
- ⑤ ファシリテーターとしての腕を磨くには、参考になる本を読み、研修やワークショップに参加し、何度もワークショップを開催して実践し、振り返りを行い、自分なりの進め方を見つけていくのが良い方法。



グループワークの様子

利用料金が安くて使いやすい！

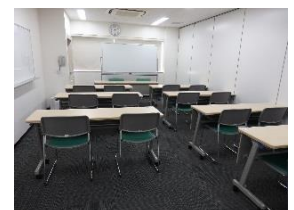
新宿NPO協働推進センターをご利用ください。

当センターにはいろいろな貸し会議室があります。例えば「401会議室A」「401会議室B」(定員：各16名)は少人数の利用に適しており、一般利用料金は午前・午後であれば、それぞれ500円です。また間仕切りを取り外すことにより、会議室Aと会議室Bを一体で使用することも可能です。

※当センターの登録団体は**半額の料金**で利用する事ができます。

※利用方法など詳細に関しては、HP(<https://snponet.net>) をご覧頂くか、又は当センター (03-5386-1315) までお問い合わせください。

※施設の利用には①社会貢献性 ②非営利性が求められます。



401会議室A



401会議室B

※当センターの利用団体を紹介します※

《 NPO法人 NICE（日本国際ワークキャンプセンター） 》

「世界3,000か所で開催！合宿型ボランティア“国際ワークキャンプ”とは」

NICEの主な活動は“国際ワークキャンプ”。世界の仲間と寝食をともにし、地域のために住民と一緒に合宿型のボランティア活動です。個人の参加募集だけでなく、企業と連携して、年間200人を超える社員参加型CSR/ボランティアプログラムもコーディネートしています。

2019年10月10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NICE（日本国際ワークキャンプセンター）

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

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：2019年10月～12月の第1、3水曜日 全6回
初心者～初級者 16:00～17:30 初級以上 18:30～20:00
参加費：各コース10,000円/3ヶ月 最小遂行人員6名

♪チャレンジウクレレ

日 時：2019年10月～12月の第2土曜日 全3回
初心者～初級者 9:15～10:45
参加費：5,000円/3ヶ月 最小遂行人員4名

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）

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



日本TA協会

TAセミナー「対人援助に活かすTAのアセスメント」

日 時：2019年10月12日（土）9:30～16:30（開場9:00）

場 所：新宿NPO協働推進センター 501会議室
（新宿区高田馬場4-36-12）

参加費：会員7,000円 学生会員3,500円
非会員10,000円 学生非会員5,000円

定 員：25名

問合せ・申込：日本TA協会

HP研修申込フォーム、FAXか郵送で申込 9月27日必着

【電話/FAX】03-6822-2743 【HP】<http://www.taaj.or.jp>

東京都精神障害者共同ホーム連絡会 「月例会」

日 時：2019年10月15日（火）13:30～15:30

場 所：新宿NPO協働推進センター 501会議室
（新宿区高田馬場4-36-12）

対 象：会員

会員を随時募集しています。（年会費 1,000円）
例会に出席のうえで入会申し込みをしてください。

問合せ・申込：東京都精神障害者共同ホーム連絡会

【電話】03-3200-9376

【HP】<http://tokyo-homeren.com>



建築ネットワークセンター

2019年度 マンション連続講座 5回目 「管理組合で取り組む防災対策」

日 時：2019年10月3日（木）18:15～20:30

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500円 会員300円 事前申し込み必要

問合せ・申込：建築ネットワークセンター

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



＜イベント情報掲載募集＞

- ◆対象期間：2019年10月25日（金）～11月30日（土）
- ◆募集締切：2019年10月4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5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 【ソーシャルビジネス講座】

～ビジネス手法を使って、
社会的課題の解決を図っていく方法～

【日 時】10月3日（木）18:45～20:45

【内 容】NPO法人等が社会貢献活動を持続的に進める
ために有効なソーシャルビジネスとその手法を学びます。

【講 師】松下 圭（まつした けい）氏

（日本政策金融公庫 新宿支店 国民生活事業 融資第二課長
新宿ソーシャルビジネス支援ネットワーク 担当）

【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24日（木）18:45～20:45

10月31日（木）18:45～20:45

【内 容】気持ちが届く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。

（10/24）理論と体験を通じて、コミュニケーション
の基本を学び、自分の癖に気づく。

（10/31）傾聴の基本を学び、ロールプレイで実習。

【講 師】武藤 圭子（むとう けいこ）氏

（元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）

大新宿まつり ふれあいフェスタ

ボランティア募集！！

楽しみながら、多くの人の出会いと笑顔と
ワクワクを生み出すボランティア

フェスタと一緒に盛りあげる「新宿大好き」
「お祭り大好き」な仲間を大募集！！

【活動日時・場所】

2019年10月20日（日）

10:00～16:00

【会場】東京都立戸山公園
ジョギング広場A



【活動内容】

設営や模擬店における販売等の
ボランティアを募集いたします。
昼食・打上げあり！！

会場のジョギング広場Aは、NPO活動のPRの場！
来場者参加型の体験やワークショップ、ゲーム等
を行い、NPOのPR活動の場となります。
新宿NPO協働推進センター指定管理者の新宿NPO
ネットワーク協議会からたくさんのNPO団体が出
展します！ お楽しみに♪

【お問い合わせ】

新宿NPOネットワーク協議会

電話：03-5206-6527 Email：email@s-nponet.net

★講座に参加ご希望の方は、電話、FAX、メールにて、下記お問い合わせへご連絡ください。

★当センターでは、非営利の社会貢献活動に対して、会議室の貸し出し事業も行っています。

詳細につきましては、当センターHPをご参照ください。【URL：<https://snponet.net/>】

情報・お問い合わせ

TEL：03-5386-1315

FAX：03-5386-1318

Email：hiroba@s-nponet.net URL：<https://snponet.net>

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

アクセス

〈バスでお越しになる場合〉（いずれの停留所からも徒歩で4分）

・各線 新宿駅 西口より関東バスで「小滝橋」下車（乗車時間10分前後）
西口地下より標柱番号12・14を上がった乗場から出るバス（すべて）

・各線 高田馬場駅 早稲田口より都バスで「小滝橋（郵便局前）」下車
（乗車時間5分前後）早稲田口を出て目の前、高架下の乗場

〈最寄駅から徒歩でお越しになる場合〉

・東京メトロ東西線 落合駅、西武新宿線 下落合駅より徒歩12分

・JR山手線・東京メトロ東西線・西武新宿線 高田馬場駅、JR中央線
東中野駅・大久保駅、都営大江戸線 東中野駅・中井駅より徒歩15分

作成&発行

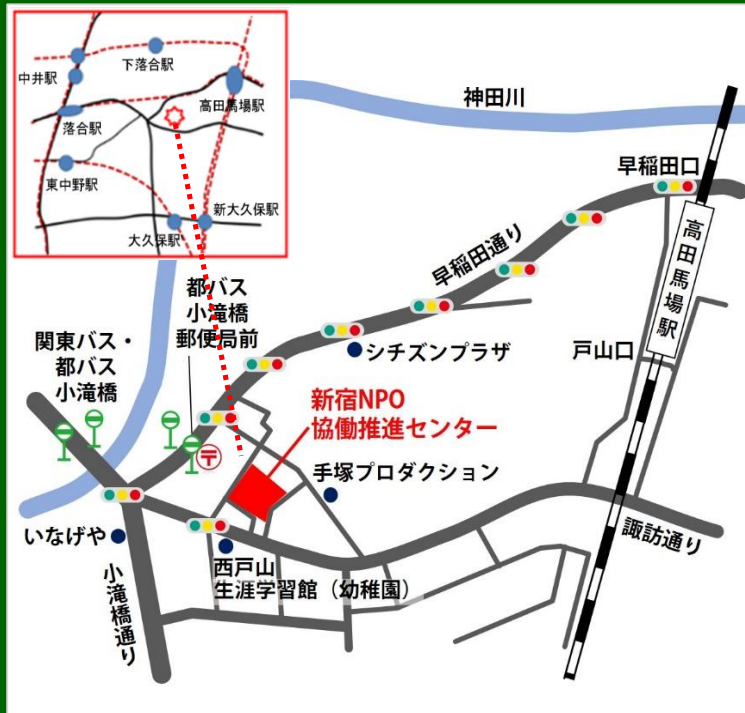
新宿区立 新宿NPO協働推進センター

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 佐藤 純子

山下 あゆみ



新宿NPO協働推進センターは、社会貢献活動団体のネットワークづくりの拠点施設としてオープンしました！

4 センターでは、社会貢献活動団体への施設の貸し出しの他、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。