

2023年7月

令和5年度

# 四万十町チャレンジ講座

第3回 ビジュアルレポート

作成：

高知大学 地域協働学部 コミュニティデザイン研究室



- 日時：令和5年7月29日（土）13:00～18:00
- 会場：四万十町役場 大正地域振興局2階 大会議室
- 主催：四万十町・高知大学地域協働学部コミュニティデザイン研究室
- 実施内容：「ずっと思い続けていた夢」や「好きだったけれどいろんな理由で諦めてしまったこと」、「ずっと心の中に引っかかっていたのに見て見ぬふりをしてやり過ごしてきたこと」そういった思いを持っている方々を対象に全4回のチャレンジ講座を開催。「本当のわたし」から発せられる思いに対して、周りの目や評価を気にしないで「正直に向き合い、仲間と共に一歩踏み出してみる。」そんなきっかけづくりを行うことを目的とする。

## 【タイムライン】

Time	Theme	Contents
13:00-13:15	オープニング&チェックイン	・所属、今の気持ちと前回までのアクションについての共有、講座の内容についての説明
13:15-14:00	マイプロワーク	・マイプロme編と前回からのアクションについてグループに分かれて共有。
14:00-15:00	キーノートスピーチ	・小笠原 舞 氏(保育士起業家/合同会社こどもみらい探求社 共同代表/asobi基地 代表)
15:00-17:45	フューチャーコラージュ	・雑誌を切り貼りし、自分の未来の姿を表現
17:45-18:00	最終発表会に向けて&チェックアウト	・インプット、次回講座に向けた説明

Let's

## 令和5年度 四万十町チャレンジ講座

～自分と向き合い、「一歩」を踏み出そう！～

託児  
あります

ずっと **思い続けていた夢** や、  
**好き** だったけれどもいろんな理由で諦めてしまったこと。  
ずっと **心の中に引っかかっていた** のに見て見ぬふりをして、  
やり過ごしてきてしまったこと。

「本当のわたし」から発せられる **想い** に対して、  
周りの目や評価を気にしないで **正直に向き合い**、仲間と共に一歩踏み出してみる。  
そんな **きっかけづくりを行うことを目的** として開催されます。

**こんな人におすすめ!**

- やりたいことを見つけた人
- 自分1人では勇気がないが、誰かと一緒にやりたいことを一歩踏み出したい人
- 将来のこと、夢を見つけない人
- 自分の好きなこと、やってみたいことを実現したい人

### スケジュール・内容

※会場は四万十町内となり、申込者に別途ご連絡いたします。

1 6/3(土) 13:00-18:00

「自分の棚卸しを行い、  
自分の想いを知る」

ゲスト講師：田端 将伸 氏  
(横瀬町役場職員)

自分のライフストーリーを共有し、受講者同士の対話を通じて、一人ひとりが自分自身の興味関心や大切にしたい価値観、自分自身の想いや原体験、問題意識に気づき、どう在りたいのか、どう生きていきたいのかに対する深い気づきを得ていきます。

3 7/29(土) 13:00-18:00

「小さな一歩を踏み出し、  
気づきを深める」

ゲスト講師：小笠原 舞 氏  
(保育士起業家/合同会社こどもみらい探求社 共同代表/asobi基地 代表)

マイプロジェクトに小さく取り組み、そこから得られた気づきや学びを受講者同士で共有し、プロジェクトをより具体的なものに修正していきます。

2 7/1(土) 13:00-18:00

「自分と紐づいた  
マイプロジェクトを描く」

ゲスト講師：丑田 俊輔 氏  
(ハバタク株式会社代表取締役/シェアビレッジ株式会社代表取締役)

興味関心があること、気になっていること、ずっとやってきたかったこと、こんなことをしてみたいと思っていることをプロジェクトとして描き、対話を通じて、自分との関係性やなぜそのプロジェクトに取り組みたいのかを丁寧に見つめ直していきます。

4 9/2(土) 13:00-18:00

「自分のチャレンジを宣言する(最終発表会)」

3か月間の学びと行動を踏まえ、これから自分自身がどんなマイプロジェクトに取り組んでいきたいのか、その背景にある想い、そして、どう在りたいのかを発表します。

主催：四万十町  
協力：高知大学地域協働学部 コミュニティデザイン研究室

### 講座の進め方

参加者同士の  
アクションと気づきをシェア

近況・アクションの共有

最近気になっていることや悩み、行ったアクションやそこから得られた気づきを受講者同士で共有し、相互に支え合う関係づくりを行います。

ゲストからの  
お話

原体験・想い・価値観の共有

“私”を主語に自分らしい生き方をしているゲストのライフストーリーや大切にしている価値観、活動の背景にある想いを知る

参加者同士の  
対話

自分と仲間を知る

対話を通じて、一人ひとりが自分と向き合い、仲間と向き合い、多様な価値観や考え方を共有することで気づきと学びを深めていきます。

### ゲスト講師紹介

第1回

田端 将伸 氏  
(横瀬町役場職員)

1974年、横瀬町生まれ横瀬育ち。地元の工業高校卒業、町内回覧で募集のあった横瀬町役場に勤務。地方公務員となる。税務課固定資産税担当、総務課財政担当、振興課観光担当を経て、まち経営課で民間・団体等との新しい関係性を築くための仕組み、官民連携プラットフォーム(通称:よこらぼ)の担当として現在に至る。ほか、劇団天末線で役者を演じたり、消防団をはじめとした地域の活動にも力を注ぐ。好きな言葉は「すべての原因は自分に」

第2回

丑田 俊輔 氏  
(ハバタク株式会社代表取締役/  
シェアビレッジ株式会社代表取締役)

福島県会津若松市生まれ。慶応大学商学部在学中にプラットフォームサービス業の立上げに参画。公共施設をまちづくり拠点として再生する「ちよだプラットフォームスクエア」、日本IBMを経て、2010年にハバタクを創業、国内外を舞台に様々な教育事業を展開。2014年、秋田県五城目町に移住。田舎発起家を育む「ドチャベン」、古民家を舞台に地域を繋ぐ「シェアビレッジ」、遊休施設を遊び場化する「ただのおそび場」、住民参加型小学校建設「越える学校」支援等を推進。2021年、共創型コミュニティプラットフォーム「Share Village」を公開。

第3回

小笠原 舞 氏  
(保育士起業家/  
合同会社こどもみらい探求社 共同代表/  
asobi基地 代表)

大学では福祉を学び、社会人経験を経て、保育士となる。こどもたちから得た学びを広げることが、「Well-being =誰もがよりよく生きる社会」につながると思い活動中。2012年子育てコミュニティasobi基地を、2013年には合同会社こどもみらい探求社を設立。2020年には、自主事業「おやこ保育園」をオンライン化し、全国の親子を対象に新しい子育て支援インフラを作っている。  
著書:「いい親よりも大切なこと〜こどものために“しなくていいこと”こんなにあった〜」

### 講座概要

- 募集人員 10名程度を予定
- 受講料 無料
- 申込方法

右下のQRコードを読み込んで申込フォームから応募いただくか、お電話・メールにて **5月26日(金)** までに事務局にお申し込みください。

- その他
- ・全講座に参加できる人を優先させていただきます。
- ・講座内容及び開催場所に関する詳細情報は、受講生のみへ通知いたします。

#### 【事務局】

四万十町役場人材育成推進センター(担当:中井智之・吉村愛)  
〒786-0008 高知県高岡郡四万十町榑山町3番7号  
E-mail: 103060@town.shimanto.lg.jp  
TEL: 0880-22-3163  
FAX: 0880-22-3345

お申し込みはこちら



テーマ	6/3 (土) 「自分の棚卸しを行い、 自分の思いを知る」	7/1 (土) 「自分と紐づいた マイプロジェクトを描く」	7/29 (土) 「小さな一歩を踏み出し、 気づきを深める」	9/2 (土) 「自分のチャレンジ を宣言する」
ゲスト	 <b>田端 将伸 氏</b> (横瀬町役場職員)	 <b>丑田 俊輔 氏</b> (ハバタク株式会社代表取締役/ シェアビレッジ株式会社 代表取締役)	 <b>小笠原 舞 氏</b> (保育士起業家/ 合同会社こどもみらい探求社 共同代表/ asobi基地 代表)	<b>最終発表会</b>
内容	自分のライフストーリーを共有し、受講者同士の対話を通じて、一人ひとりが自分自身の興味関心や大切にしたい価値観、自分自身の想いや原体験、問題意識に気づき、どう在りたいのか、どう生きていきたいのかに対する深い気づきを得ていきます。	興味関心があること、気になっていること、ずっとやってみたかったこと、こんなことをしてみたいと思っていることをプロジェクトとして描き、対話を通じて、自分との関係性やなぜそのプロジェクトに取り組みたいのかを丁寧に見つめ直していきます。	マイプロジェクトに小さく取り組み、そこから得られた気づきや学びを受講者同士で共有し、プロジェクトをより具体的なものに修正していきます。	3か月間の学びと行動を踏まえ、これから自分自身がどんなマイプロジェクトに取り組んでいきたいのか、その背景にある想い、そして、どう在りたいのかを発表します。

四万十町役場

高知大学  
地域協働学部  
コミュニティデザイン研究室



須藤順

## 学生メンタ □



柳原伊吹  
修士課程1年生



西上一成  
学部4年生



杉田珠夢  
学部3年生



田村敢  
学部3年生



奈良可南子  
学部2年生



濱口桃菜  
学部2年生



足立風薫  
学部1年生

1人ひとりが自分と向き合い、  
一歩踏み出すきっかけづくりを行う  
学びの場

### ピアメンタリング

参加者同士の  
アクションと気づきをシェア

#### 近況・アクションの共有

最近気になっていることや悩み、行ったアクションやそこから得られた気づきを受講者同士で共有し、相互に支え合う関係づくりを行います。

### インプット

ゲストからの  
キーノートスピーチ

#### 原体験・想い・価値観の共有

"私"を主語に自分らしい生き方をしているゲストのライフストーリーや大切にしている価値観、活動の背景にある想いを知る

### ダイアログ（対話）

参加者同士の  
対話

#### 自分と仲間を知る

対話を通じて、一人ひとりが自分と向き合い、仲間と向き合い、多様な価値観や考え方を共有することで気づきと学びを深めていきます。

1

一人ひとりが自分の経験の中から、好きなこと、やってみたいことを明確にし、一歩踏み出す。

2

自分のプロジェクト（やりたいこと）を仲間と共にチャレンジする。

- ① 安心・安全の場をみんなで創ろう
- ② ありのままの自分を素直に出そう
- ③ 仲間・プロジェクトを評価しない
- ④ プロジェクトは変わってOK
- ⑤ お互いに貢献し合う

自分に基づいた (My)  
「何かを、プロジェクトの形にして (pjt) やってみる」  
ことから始まる、自分や世の中の変化の物語

自らの経験の中から、  
自分のミッションを生み出していく

1

マイプロシート  
(me&pjt編)を  
みんなの前でシェア



2

みんなから  
フィードバック



3

プレゼントカードを  
書いて渡す



4

アクションを  
してみる



5

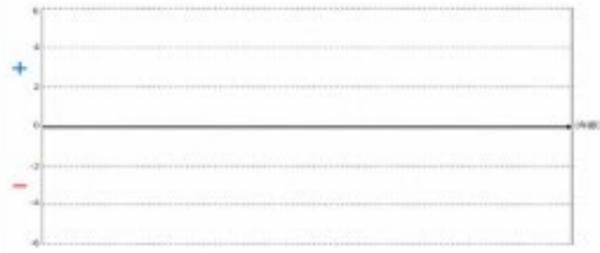
気づきを踏まえ  
シートを  
書き換えてみる



※みんなで支え合いながら、  
このサイクルを超高速で回していく

## 【me編シート】

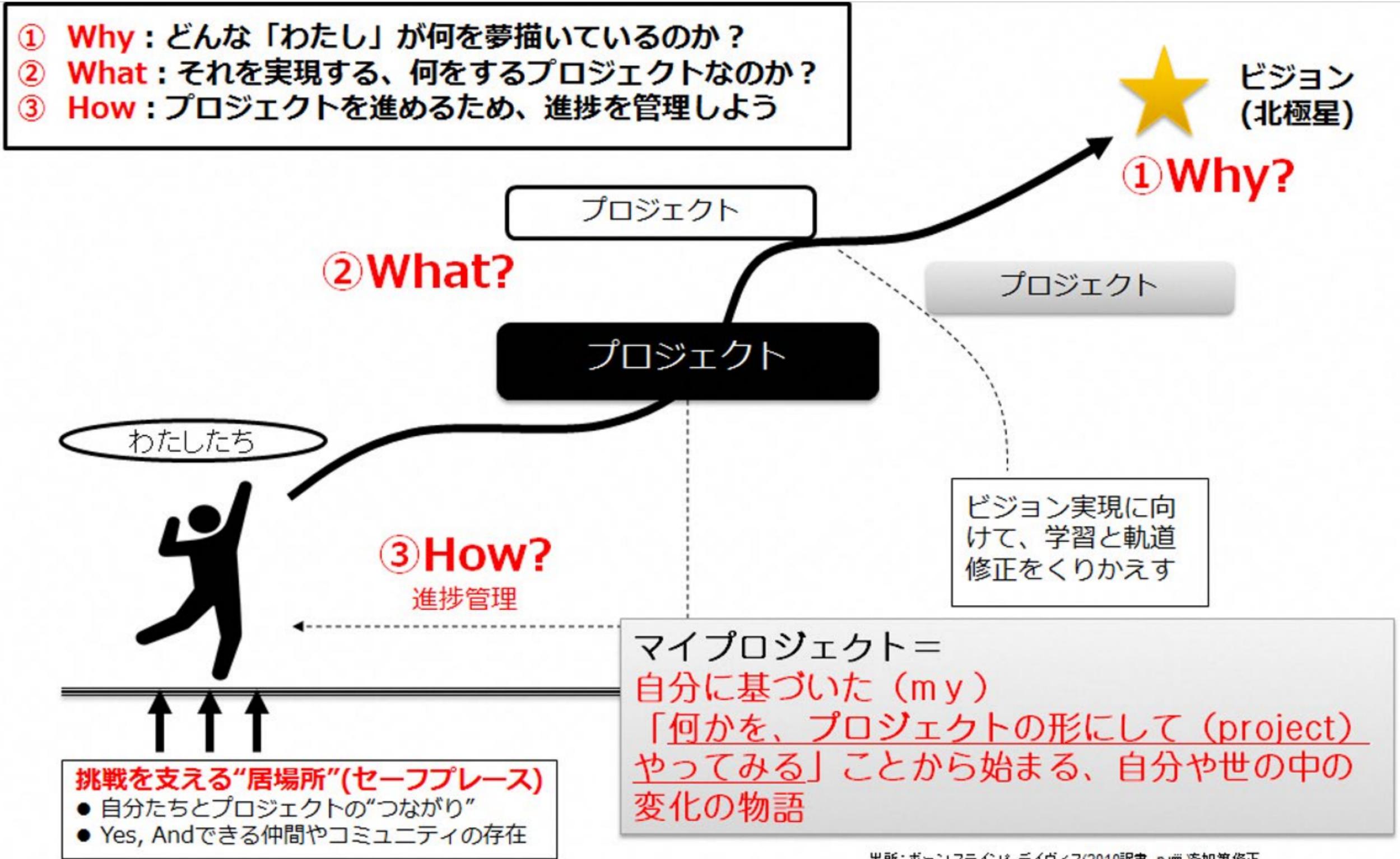
- ・自分のライフヒストリーや好きだったこと、楽しかったこと、つらかったことなど
  - ・自分の人生をグラフにしてみる
  - ・普段見せない自己紹介

マイプロ Me編	名前 (ニックネーム、読んでほしい名前、その由来)	作成日: 場所:
似顔絵・写真	みんなが知らない自己紹介	
自分ヒストリー 昔 (~小学校)	人生グラフ: 横軸は年で、縦軸はイキイキ度(幸せ度)。人生で輝いていた時、沈んでいた時を見える化しよう!	
(~中学・高校)		
(~専門・大学)	みんなが知らない自慢・一発芸・得意技	
(~現在)		
↓	マイプロジェクトの源泉へ	

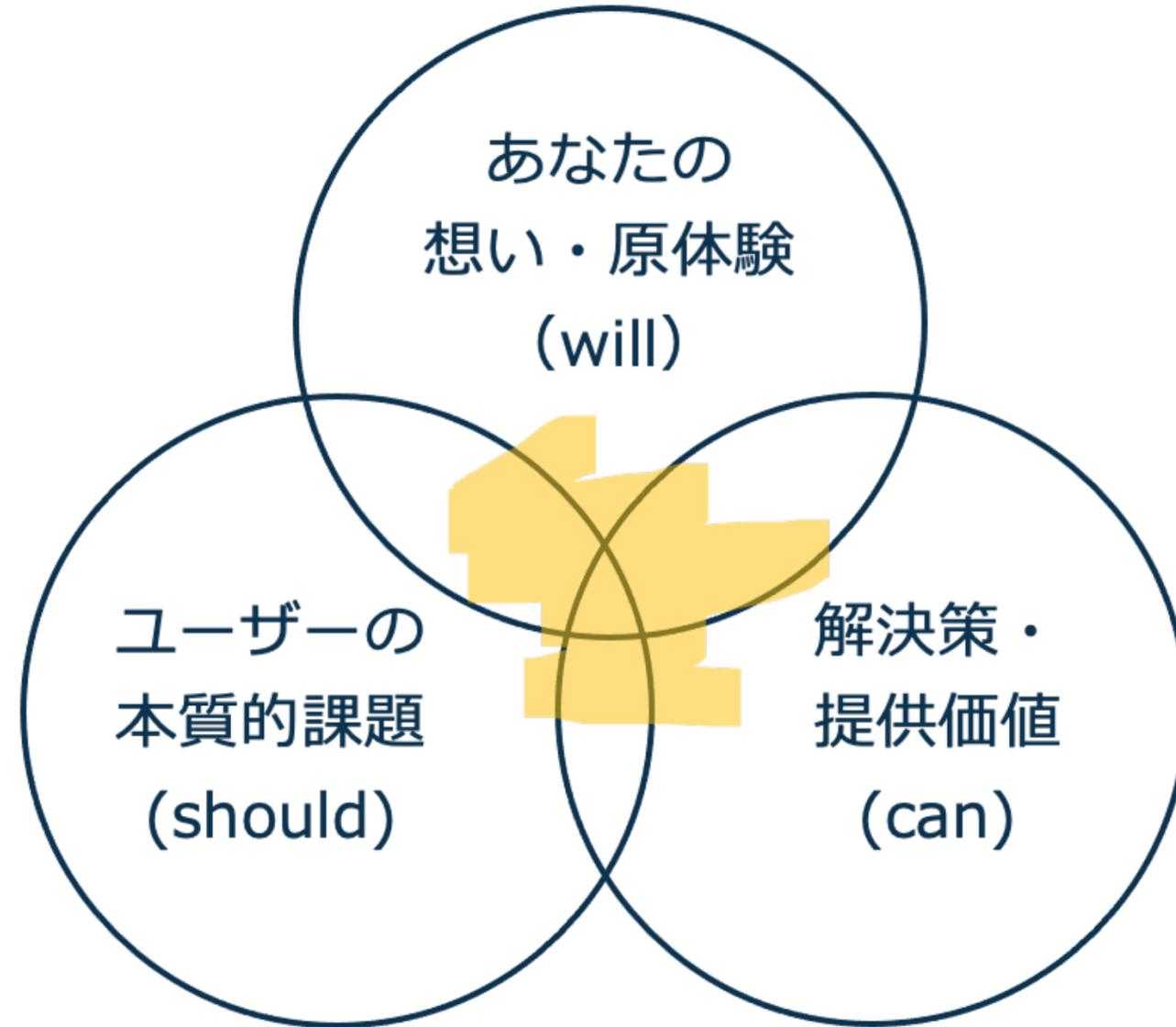
## 【project編シート】

- ・自分と紐づいたプロジェクトを書き出す
- ・それは誰にどんな価値を生み出すのか

PROJECT編	
わたしのプロジェクト(マイプロジェクト)を一言で!	
■実践したいプロジェクトの概要	
↑ ↓	
■「やってみたい!」と思った、理由や背景、原体験	■「誰」にどんな価値を生み出しますか?



出所: ボーンステイン& デイヴィス(2010訳書, p.100) を加筆修正  
※ 井上英文作成



# 講座の様子



最初にチェックインとして「名前、所属、今の気持ち、前回までのアクション」について一人ひとり共有を行った。その後、須藤より3回目の講座概要についての説明が行われた。今回はいつもとは少ない人数での講座となったが、講座も3回目を迎えたことから緊張した雰囲気も無くなり、和やかな雰囲気で講座をスタートすることができた。チェックインでは、受講生が前回講座から1ヶ月の間に行ったことについて主に共有を行い、明るくイキイキとした様子で報告を行う受講生が多く、ここ数ヶ月での変化が徐々に現れているようであった。



吉村より始めの挨拶



チェックインをする学生



須藤によるレクチャー



レクチャーに耳を傾ける受講生



全体の様子



受講生によるチェックイン

マイプロの簡単な共有をしながら、前回までのアクションについてグループに分かれて共有を行った。アクションやマイプロのブラッシュアップを行っていく中での思いや悩みにお互いに共感し、話が盛り上がっている様子であった。お互いの報告を聞くことによって、「自分ももっとアクションを起こしたい!」、「私ももっと頑張らなければ」といった声が聞かれ、お互いに刺激し合う時間となっていた。どのグループも和やかな雰囲気で行われており、お互いに思いや考えを共有できたことで、これからのアクションに向けて前向きな声が聞かれた。



メモをとりながら聞く様子



グループでの交流



受講生同士で対話



和気あいあいとした雰囲気



共有をする受講生



グループでの活動の様子

キーノートスピーチでは、小笠原氏より、「一人ひとりが、その人らしく生きる = Well-being」の長田区の暮らしや活動について講義が行われた。

### 小笠原 舞 氏(保育士起業家/合同会社こどもみらい探求社 共同代表/asobi基地 代表)

大学では福祉を学び、社会人経験を経て、保育士となる。こどもたちから得た学びを広げることが、「Well-being = 誰もがよりよく生きる社会」につながると思い活動中。2012年 子育てコミュニティ asobi基地を、2013年には合同会社こどもみらい探求社を設立。2020年には、自主事業「おやこ保育園」をオンライン化し、全国の親子を対象に新しい子育て支援インフラを作っている。  
著書：「いい親よりも大切なこと～こどものために“しなくていいこと”こんなにあった～」

### ◆小笠原氏のこれまでの歩み

愛知県生まれ埼玉育ち。結婚を機に神戸の長田区に活動の拠点を置く。ハンデを持つ友達との出会いが原体験となり、大学では福祉の道へと進んだ。大学時代にボランティアで子どもたちと出会い、彼らの持つ力と創り出す世界に魅了される。また、独学で保育士免許を取得。小笠原氏の様々な活動のきっかけは障がい者への差別に違和感を感じたからであり、保育士時代にはこの差別は大人が植え付けているという事を知る。この原体験を種として様々な活動を行っている。特に子育ての分野においては、現代における「核家族での子育てって大変じゃない？」という思いを持って活動している。特に、海外でボランティアなどの活動を行っていた際に感じた「普通って何？」という疑問が大きな影響を与えている。

### ◆我が家の子育て法・家族の在り方で表現する (asobi基地、こどもみらい探求社)

asobi基地の活動では、周りの子育てをしている人の困りごと、彼らのしんどい理由を知りたいというきっかけで始める。「あったらいいなと思うものを誰もが形にできる仕組み・プラットフォーム」を作ることを目指している。これが口コミで広がって今は全国各地に拠点がある。これは子どもの管理を大人がしなくてもいいように、統一されたルールが存在している。こどもみらい探求社の活動においては、「こどもの世界と大人の社会の架け橋に」と、子どもたちにとって“本当にいい”未来を探究し続ける。「保育士×社会デザイン」で保育士のスキルを活かしながら実際にコンサルなどを通して子どもとのコラボレーション事業を行っている。現在はリブランディングを行っている最中である。

### ◆家を解放し、拡大家族をつくる (神戸市長田区での暮らし)

小笠原氏は夫と2人の子どもと神戸市の長田区で生活を送っている。長田での暮らしでは、「ハッピーの家ろっけん」をはじめとする様々なコミュニティで「まちぐるみでの子育て」が行われている。この町では育ちあい、助け合いが日常的に行われており、子どもたちは両親以外との関わりを持つ機会が多く、様々な人との関わり合いの中で成長していく。子どもたちは町のおじいちゃんおばあちゃん、お兄ちゃんお姉ちゃんによって育てられる。このような環境がある長田区には「現代における社会課題解決のヒントがある」と小笠原氏は語る。そのように開けた町の中で小笠原氏は様々な活動を周りの協力を得ながら行っている。小笠原氏の家族は、「家を解放し、拡大家族をつくる」ことを目的に、家の隣にバーや下町ゲストハウスを立ち上げ、そこでは本来の機能の他、イベントを開催するなど様々な人が関わり、チャレンジをする場所を提供している。そして、家族の向かう先は決めておらず、その時の状況によって最善を判断していくと語っていた。



話をする小笠原氏



スピーチ後の交流

「プロジェクトを達成した時の自分」をテーマにフューチャーコラージュを行った。最初に須藤からのワークに関してレクチャーを行った後、個人作業の時間となった。受講生は、真剣に素材を選んで切り、模造紙に貼ってそれぞれ作品を作った。作品完成後は、それぞれの作品に対するイメージを全員で共有し合い、一人ひとりの作品に対して考えやイメージを深めていった。他のメンバーからもらった言葉より新たな視点に驚く受講生も多く、作者自身が気づけなかった視点で作品を眺めていた。切り貼りの仕方や配置にも個性が見られ、他の受講生の作品から学ぶことも多くあった。



素材を選ぶ様子



選んだ素材を切る受講生



模造紙に切った素材を貼る



作品を眺める学生



一人ひとりの作品を眺める様子



作品のイメージを付箋に書いて貼る

須藤からの知識インプット後、次回講座の説明が行われ講座は終了した。次回は最終回ということで、これまで学んだことやアクションをまとめて最終発表として報告を行うといった説明も行われた。説明をしっかりと聞き、最終回の発表をどのような形にしようかと真剣に考えている様子であった。講座終了後も和やかな雰囲気と一緒に片付けを行ったり、会話をしたりと和気あいあいとした空気感で講座を締めくくった。次回の最終回に向けて前向きな良い雰囲気第3回目の講座を終えることができた。



メモを取る受講生



資料に目を向けている様子



須藤によるレクチャー



全体の様子



真剣に耳を傾ける受講生



チェックアウトの様子

## 問い合わせ先

---

四万十町役場人材育成推進センター

担当：中井智之・吉村愛

〒786-0008 高知県高岡郡四万十町榑山町3番7号

E-mail : [103060@town.shimanto.lg.jp](mailto:103060@town.shimanto.lg.jp)

TEL : 0880 - 22 - 3163 FAX : 0880 - 22 - 3345

高知大学地域協働学部コミュニティデザイン研究室(須藤順研究室)

担当：准教授 須藤 順

〒780-8520 高知県高知市曙町2-5-1総合研究棟1階

TEL : 088-788-8077 FAX : 088-888-8043

E-mail : [j.suto@kochi-u.ac.jp](mailto:j.suto@kochi-u.ac.jp)

Web : <https://www.communitydesign-kochi.jp/>

※本講座に関する問い合わせは上記までお願いいたします。

※本資料の無断での配布、外部組織や個人への配布・閲覧、及び二次使用は、固く禁止させていただきます。