

2023年6月

令和5年度

四万十町チャレンジ講座

第2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1日（土） 13:00～18:00
- 会場：四万十町役場十和地域振興局 2階 ホール
- 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てしまったこと」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	チェックイン	・ 所属、今の気持ちについて共有、講座の内容についての説明
13:15-14:15	マイプロワーク①	・ マイプロme編と前回からのアクションについて全体に共有
14:15-15:15	キーノートスピーチ	・ 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）
15:15-17:50	マイプロワーク②	・ グループに分かれてマイプロpjt編について共有&ダイアログ
17:50-18:00	クロージング	・ 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、
やり過ごしてきたこと。

「**本当のわたし**」から免せられる **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
見つけたい人

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、ずっとやってみたいかったこと、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ウェア」、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「ドチャペン」、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

【運営・進行】



須藤 順 氏
(高知大学地域協働学部 准教授)

専門は、社会的企業論/社会起業家論、コミュニティデザイン論、ソーシャルビジネス論。四万十町地域インバウンド育成推進や四万十町チャレンジワードなど、四万十町の人材育成事業をサポート。2018年2月中小企業庁・創業推進課で奨励賞(「マイプロジェクト手法を活用した学生向け起業・新規事業開発支援」)

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



田端 将伸 氏
(横瀬町役場職員)



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)



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)

最終発表会

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）

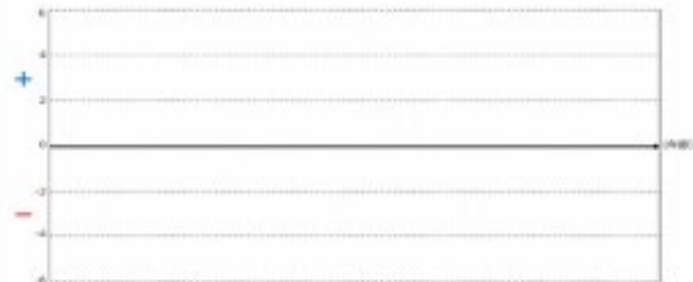
（～中学・高校）

（～専門・大学）

（～現在）

今

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！



みんなが知らない自慢・一発芸・得意技

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

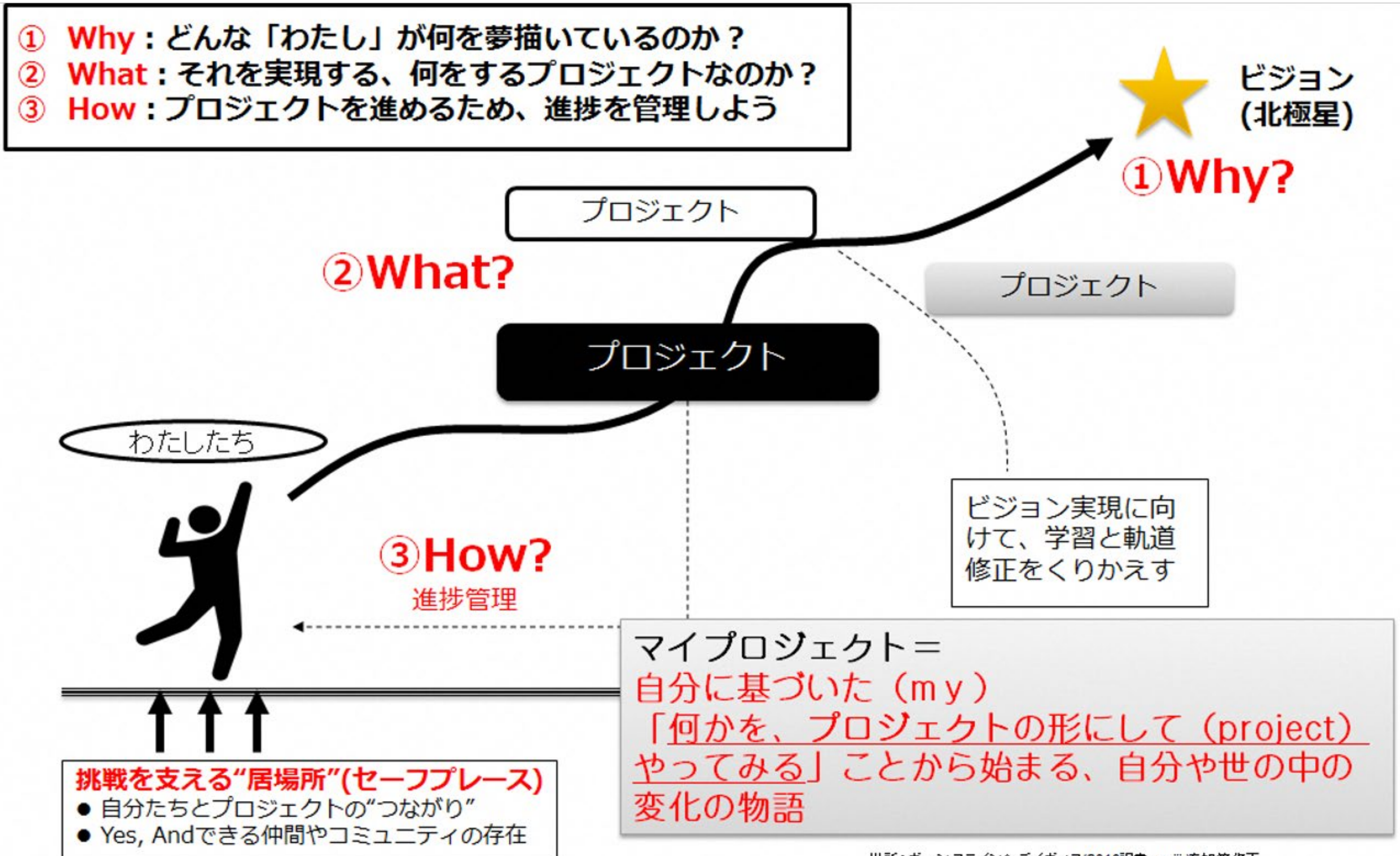
PROJECT編

わたしのプロジェクト(マイプロジェクト)を一言で！

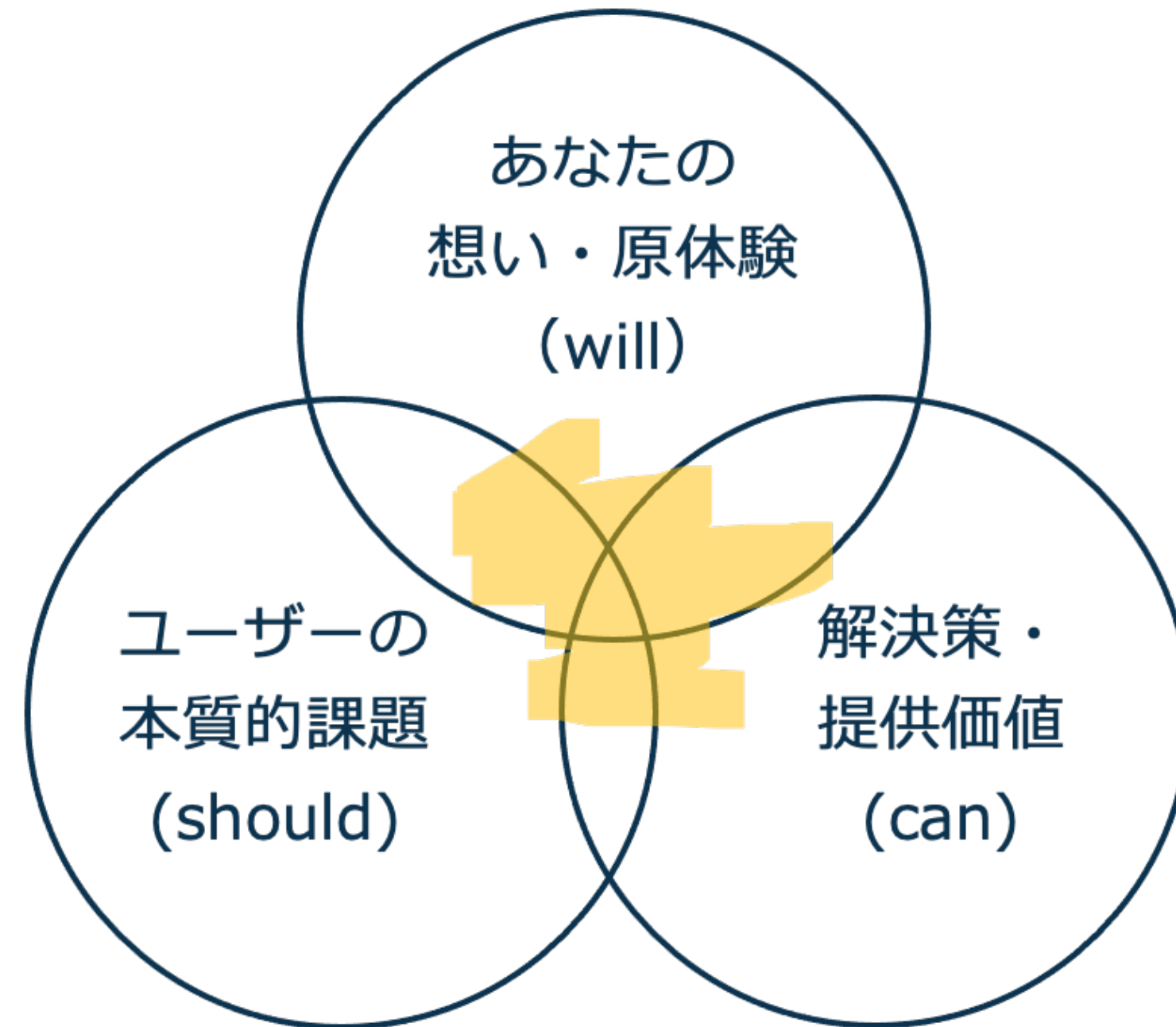
■実践したいプロジェクトの概要

■「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
※ 井上英之作成



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」について一人ひとり共有を行った。お昼ご飯後ということもあり、「とても眠くて寝てしまわないか不安だけど頑張りたい」、「しっかり気合を入れて講座を受けたい」との声があった。この日は雨が強かったこともあり、「どんよりした気持ち」、「雨の影響で帰れなくなるかもしれないので少し心配」との声も聞かれた。不安要素を抱える声も聞かれたが、2回目ということもあり和気あいあいと笑いも混じるチェックインとなった。その後、須藤より2回目の講座概要についての説明が行われ、講座がスタートした。



マイプロme編について、1人3～4分程度で発表を全体で行った。me編に加えて、前回までのアクション共有を行った。発表が2回目の受講生は少し慣れた様子で、自信を持って発表を行っていた。前回のアクションの報告では、「自分と真剣に向き合い、人と対話したことで昔思っていたことを思い出せた」、「やりたいと思うことが増えて行動できるようになった」との声が聞かれた。前回の講座を受講し、また今回までに行ったアクションを踏まえ、ブラッシュアップされたマイプロを発表することで、前回とは少し違った受講生のワクワクしている様子や生き生きした姿が見られた。



メモをとりながら聞く様子



マイプロme編の発表



学生の発表



マイプロ発表中の様子



発表に耳を傾ける受講生



メッセージカードへの記入

キーノートスピーチでは、丑田氏より、「マイプロジェクトに紐づいた五城目町での取り組み」についての講義が行われた。

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 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ウェア」、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。田舎発起業家を育む「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「ただのあそび場」、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。

◆丑田氏のマイプロme編

福島県会津若松市生まれ、東京育ち。家の近くに現代美術館があったが、アートには理解がなく、「アートではなくバスケットをさせろ！」と思っていた。大学時代はボクシングをし、マダム向けボクシングジムでバイトしながらタフさを身につける。大学2年の時、授業のインターンで中小企業に携わり、神田の下町で楽しく働く。卒業後は旅を愛し、日本のローカルを巡りながら海外にも興味を持つようになった。子供が生まれてからは教育に興味を持ち、「ハバタク」という会社を立ち上げる。東日本大震災が発生し、東北での経験が自分の暮らし方を変えるきっかけとなり、秋田県五城目町への移住を考える。移住に向けて、何をやろうとも特に決めていなかったが、「とりあえず引っ越すか！」の勢いで五城目町に移住。

◆ 五城目町の取り組み

五城目町に移住した丑田氏は、地域にある資源等を上手く活用しながら地域住民と様々な取り組みを行なっていく。取り壊しが決まっていた茅葺古民家を再生した「シェアビレッジ」、街の子どもたちとDIYし子どもを中心に様々な人が集うコミュニティスペース「ただのあそび場」、500年以上続く朝市を子どもたちも参加する現代版にした「朝市プラス」、閉店することになった老舗温泉を常連と女子高校生で復活させた「湯の越温泉」、など様々な取り組みが五城目町では行われている。このように丑田氏や地域住民がマイプロジェクトを蓄積してきたことにより、ここ5年くらいで20件ほどのプロジェクトが五城目町の歩ける範囲内に発生した。

◆ 「みんなであそべば、こわくない」、「あそび」の日常化

「出る杭は打たれる」というイメージがあるが、「あそび」を日常化させることで変化が生まれると丑田氏は話す。「あそび」、「余白」が大切であり、遊び心が起点になって人の遊び心や偏愛で、ワクワク感が周りに伝わり、遊び仲間が広がっていき、1人でできなかったこともできるようになる。できないって思われるのはカッコ悪いなど周りの評価や評判を気にすることが多い中で、弱さを見せることや依存することは悪いことではなく、それが人が生きる知恵であり、依存することは自分でマイプロを進めていくこととイコールであると話す。



話をする丑田氏



スピーチ後の交流

須藤からのワークに関してレクチャーが行われた後、3～4人のグループに分かれてマイプロpjt編の共有とダイアログを行った。1人当たり共有と対話を10分ずつ行った。お互い平等に時間を使うといったルールの上でワークが進められた。共有の時間では、10分間話し続けることに苦戦している受講生が多く見られた。ダイアログの時間では質疑応答を行ったり、「自分も共感した」と自分の経験と照らし合わせたりと、時間を超えても話が盛り上がっていた。ワーク終了後はお互いにメッセージカードを交換し、感謝の気持ちを伝え合っていた。



ダイアログの様子



グループでマイプロ共有



話に耳を傾ける受講生



質問する様子



ダイアログの様子



プロジェクト編のシェアを行う様子

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。須藤の知識インプットは今回の講座で取り組んだ事の意味を確認する時間となり、参加者の学びが深まったことが確認できた。長時間の対話により若干の疲れが見られたが、講座終了後のメッセージカードの交換時間は活気が溢れていた。学びを深めた仲間たちと「お疲れ様」や「ありがとう」の言葉を交換する様子が見られた。また、今回の講座からの気づきを共有する様子や、プロジェクト始動に向けたアクションを実行したいという前向きな意見も出ており、次回の講座への期待を高める時間となった。



次回講座の連絡をする吉村氏



講座終了後の交流



須藤によるレクチャー



講座終了後の様子



チェックアウトの様子



メッセージカードの交換

今回は講座前に、交流会としてバーベキューを行った。この日は大雨で開催が心配されていたが、屋根のある場所を受講生が提供してくださり、開催できた。ボリュームのあるお肉、新鮮な野菜、旬の鮎などさまざまな食材が用意されており、四万十町産の美味しい食材を堪能しながら交流を行うことができた。火おこしから受講生と学生が協力して準備を行い、前回からのアクションや前回講座を通しての気づきを共有していた。食事中、「鮎の美味しさに初めて気づいた」「野菜が甘くて美味しい」などの声が聞かれ、交流を行いながら四万十町の食材の魅力を発見する時間にもなった。



火おこしの様子



受講生から頂いた鮎



バーベキューの様子



分担して焼く様子



学生と受講生が火番をする様子



受講生同士の交流

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

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

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。