The background features a large, faint, halftone-style graphic of a stylized letter 'S' or a similar shape. It is composed of a grid of small dots that are more densely packed in some areas and more sparse in others, creating a gradient effect. There are also four smaller, solid halftone circles scattered around the page: one in the top-left, one in the bottom-right, one in the bottom-left, and one in the top-right.

# ワークショップのすすめ

～企画から進め方まで～



# 「ワークショップのすすめ」の概要

## 1. このテキストのねらい

北海道民生委員児童委員連盟（以下、「道民児連」）が策定した「第3次北海道民生委員児童委員活動指針」では、重点項目のひとつに“委員同士が支え合える民児協の活性化”を掲げています。これは、なり手不足の問題が深刻化する今日にあって、“委員を孤立させない民児協づくり”を示唆するものです。民生委員児童委員（以下、「民生委員」）のなかには、活動へのモチベーションを維持することができず、退任してしまうケースも少なくありません。

これらのことから、このテキストは、民児協内でのワークショップの実施を通じて、委員のモチベーションの維持や向上を意図して作成したものです。このテキストで紹介するワークショップのすすめ方は、研修のみならず、協議会（定例会）での課題協議や事例検討にも活用できるものとなっています。

### ワークショップとは

本書で用いている「ワークショップ」とは、参加者の主体性を重視した体験型の講座、グループ学習を指しています。課題解決、合意形成、学習などを行う「場」という特徴があり、受動的な講義と違って、参加者同士が議論する場面が多く参加者が能動的に動くため、積極性、主体性、当事者意識が生まれるなどの効果が期待できます。

※コロナ禍にあっては、ワークショップの実施にあたり、テーブルにアクリル板を設置するなど、さまざまな工夫により感染症予防に努めることが前提となります。

## 2. ワorkshopで大切にしたいこと(期待できること)

- 忙しい日々の活動のなかで、時間をとって自らの活動をふりかえったり、仲間の想いを受け止める機会は少ないのではないのでしょうか。このワークショップでは、詩を通して自身のこれまでの活動をふりかえると同時に、人と人とが共感や相互理解によって心を通わせ、打ち解け合うことのできる機会をつくれます。
- 民生委員活動は、担当区域をベースとして行う個人活動と、民児協の一員として行う組織活動の二つの側面があります。そして、個人と組織の成長は相互関係にあり、組織の一員として実施した活動が個人の成長につながる場面は多々あります。このワークショップは、個人と組織の成長、両方に働きかける手法として非常に有効です。
- このワークショップは、前述のとおり民児協が抱える課題解決のための協議などにも活用できる手法です。そのような意味では一度の研修で完結するのではなく、定期的実施することで、知識の習得やモチベーションの維持・向上など、多様なステップアップの足掛かりとなります。

### 3. テキスト活用のフローチャート（概要）

---

#### (1) ステップ1 事前準備

- ①民児協が抱える課題や、強化したい事柄などの現状を整理
- ②ワークショップで取り上げる題材（詩）を選択
- ③ファシリテーター（進行役）を決める（依頼する）
- ④グループ編成を検討する
- ⑤資料を準備する

#### (2) ステップ2 ワークショップの実施

- ①ワークショップのルールを共有する
- ②詩を朗読する～自身の心情や経験と重ねて～
- ③個々人で感じたことをメモしてもらう
- ④感じたことをグループで共有する
- ⑤全体で共有する（ふりかえり）

## 1. 民児協が抱える課題や、強化したい事柄などの現状を整理

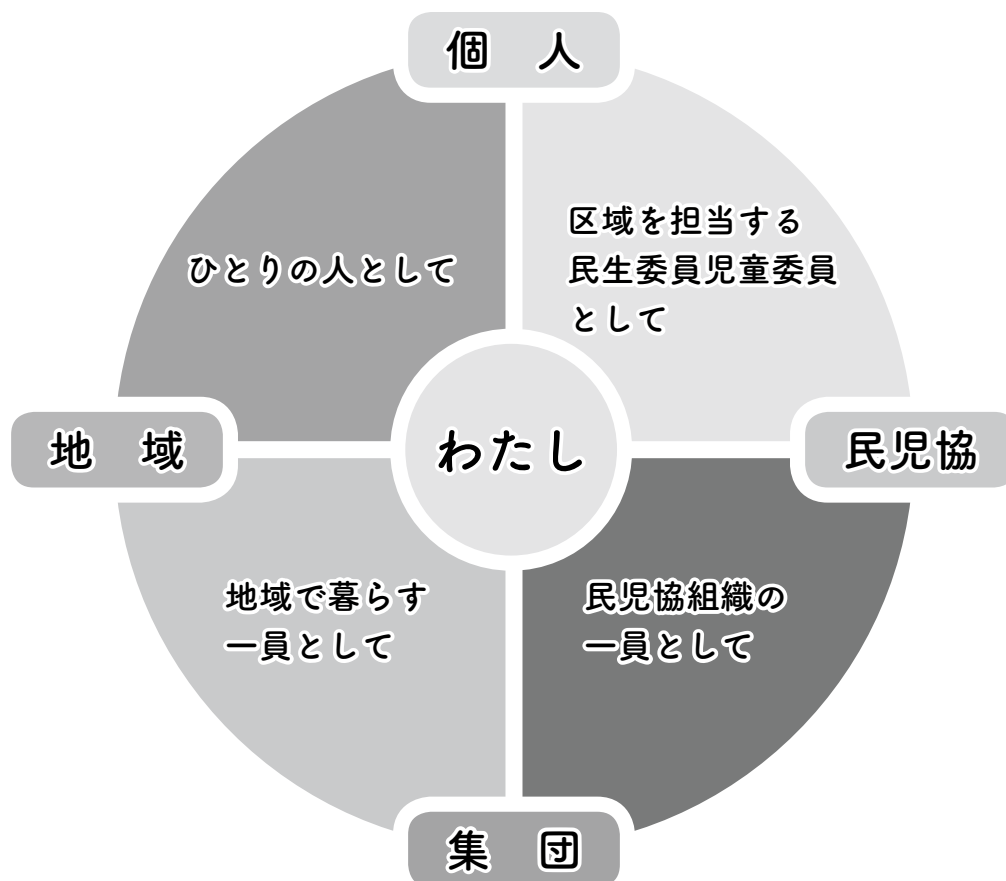
ワークショップの効果を高めるためには、意図的なテーマの設定が必要です。よく定例会で話題にあがることや、さらに取り組みを深めたい活動等、現在の民児協の状況を整理してみましょう。

## 2. ワークショップで取り上げる題材（詩）を選択

民児協の状況整理を終えた後、ワークショップで取り上げる題材（詩）を選びます。ひとつのテーマでワークショップを実施する際の所要時間は概ね20～30分です。全体の研修会の開催時間に合わせて取りあげる題材の数を決めましょう。

また、民生委員にはさまざまな「顔」が多面的に存在します。このワークショップでは、委員自身個々に焦点を当て、その多面性を分類し、個人として、組織（民児協）として、ふりかえりができるように工夫しています。以下のイメージ図と11ページの「題材（詩）の分類表」を参考に、取りあげる題材（詩）を選んでください。

民生委員児童委員の多面性



### 3. ファシリテーター（進行役）を決める（依頼する）

このワークショップのファシリテーター（進行役）を決めます。委員自身がファシリテーターになっても構いませんし、社会福祉協議会職員などの福祉専門職に依頼しても結構です。福祉専門職に協力してもらえば、意見交換の場面で出てきた、事例や制度などの疑問点等を解説してもらえるメリットがあります。一方、委員自身が持ち回りでファシリテーターを担当すれば、定例会や各種会議、イベント等の進行にあたっての経験を積むことができます。進行は、「ステップ2 ワorkshopの実施」は12ページで示した手順に沿って実施するだけです。どなたでもファシリテーターを務めることが可能です。

### 4. グループ編成を検討する

ワークショップの実施にあたって、4～7名程度のグループを編成します。その場でグループ編成を行うことでも構いませんが、意図的なグループ編成をすることでワークショップの効果が高まります。例えば、各グループに必ず1名はベテラン委員を入れることや、男女比を意識すると多様な意見や考え方を共有することができます。逆に、ベテラン委員、新任委員だけのグループを編成すると、最後の全体共有の場面で在職年数による考え方や意識の違いを明確にすることができ、相互理解に一役買います。ワークショップのねらいに応じて、意図的なグループ編成を試みてください。

### 5. 資料を準備する

ワークショップで取り上げる題材が決まったら、その資料を準備します。このテキストを人数分コピーしても結構ですが、題材となる詩集は、道民児連ホームページからダウンロードすることもできます。

URL <http://dominjiren.jp/deta.php>

※「各種関係資料」⇒2. 研修関係資料⇒ワークショップのすすめ

※「ワークショップのすすめ」、「詩集 情緒は私を支配する。論理よりも強く」、「ワークショップの工夫と活動例（応用編）」を分割してアップロードします。

#### 【準備する資料】

- 詩集「情緒は私を支配する。論理よりも強く」（23～117ページ）
- ワークショップのルール（14ページ）

◆題材（詩）の分類表

テーマカテゴリ	使用する詩
<p>1. ひとりの人としての「わたし」をふりかえる</p>	<p>(1) <sup>こころまもるうた</sup>心守詩に寄せて～「心守詩」、(2) めんこいしょ、(3) きみがただいだけで、(4) まっすぐなまなざし、(5) あらがい動く、(6) 為すべき事がある、(7) 妻の旅支度、(8) きょうという日、(9) 他者との関係のほころびを繕う人～「ほころびを繕うということ」、(10) 心の詩になる、(11) 君だけのうた、(12) 夢のひとしづく、(13) ゆらぎ、(14) 生まれてきた理由、(15) <sup>わけ</sup>歩みし跡に道はできる、(16) 銀の涙は舞う</p>
<p>2. 区域を担当する民生委員児童委員としての「わたし」を考える</p>	<p>(17) 背負い込んだ重さ、(18) 求められて動く、(19) お隣さんの足になる、(20) ありがとう、(21) コロナ禍から暮らしを護る、(22) つながる つなぐ、(23) 青い手帖、(24) 人生の棚卸し、(25) 持ちつ持たれつ、(26) ふくしとは、(27) 地域と学校のパイプ役になる、(28) 融和の心、(29) 階段、(30) 笑顔と感謝、(31) 福祉をつなぐ人となる、(32) 大漁旗と家族写真、(33) シナリオ「稼いで半人前」</p>
<p>3. 民児協組織の一員としての「わたし」を考える</p>	<p>(34) 人を育てる、(35) 地力を引き出す、(36) 民生委員信条に生きる、(37) 民生委員協議会担当です、(38) 後ろめたさ、(39) 希望という名の花を咲かせよう、(40) ゴミ出しトラブル、(41) 小さな希望のともしびをかかげてください、(42) 気概を持って、(43) 男女ペアの訪問活動、(44) 特別じゃない、(45) マップづくりと新任民生委員、(46) 無報酬です（自治会役員と民生委員その1）、(47) 自治会は地域の自治組織（自治会役員と民生委員その2）、(48) 自死からの目覚め、(49) 少年の自死に思う～「乾いた笑い」、(50) 生きたいという心、(51) 泣き寝入り、(52) 8050問題に走る、(53) シナリオ「自分のネットワークをつくろう」</p>
<p>4. 地域で暮らす一員としての「わたし」を考える</p>	<p>(54) 泣く子と寛容、(55) さよならも言えずに、(56) 小さな幸せを希望に紡ぐ福祉のまち、(57) 義理を果たす、(58) 助かるわ、(59) <sup>にちにちこれこう</sup>日日是好日、(60) この子らに、(61) 撫でる力と愛でる力、(62) 群像～昭和・平成・令和を生きる人たち、(63) シナリオ「お互い様の関係づくり」</p>

## 1. ワークショップのルールを共有する

ワークショップを効果的に進めるためには、一定のルールが必要となります。14ページの「ワークショップのルール」を参加者に配布し、参加者全員でこのルールを確認し共有しましょう。

なお、ワークショップの回数を重ね、このルールが参加者の中ですでに一般化している場合は、細かな説明を省略してかまいません。

## 2. 詩を朗読する～自身の心情や経験と重ねて～

はじめに、ステップ1で選択した詩を朗読します。朗読はファシリテーターがしても構いませんし、参加者を指名して朗読してもらってもかまいません。各自で黙読してもらう方法もあります。しかし、朗読することによって、参加者全員が同じ時間、同じペースで詩の内容を共有することができ、共感性を高める効果が期待できますので、可能な限り朗読しましょう。

また、朗読の前に「自身の心情や経験と重ねて聴いてください」と伝えておくと、参加者の感想が出やすくなることも期待できます。

## 3. 個々人で感じたことをメモしてもらう

詩の朗読を終えた後、その詩に対する感想や疑問をメモしてもらいます。記入の留意点は、あくまでも「わたし」がどう感じたかを記入してもらうことです。記入はメモ程度でかまわないことも伝えてください。

## 4. 感じたことをグループで共有する

詩の朗読を聴いて、個々人がどのように感じたかをグループ内で伝え合います。その際は、事前に説明した「ワークショップのルール」を意識することと、グループワークの時間を伝えます。所要時間は10～15分程度が良いでしょう。ただし、グループの話し合いの進捗状況を観察し、すでに話し合いが終わり、全く関係のない世間話に移行しているグループが大部分を占めている場合は、時間前に完了しても問題はありません。

また、グループによる話し合いに慣れていない場合は、2人1組のペアをつくり、感じたことを共有する方法もあります。この方法では広く自身の想いを伝えることができませんが、逆に、一人に対して深く伝えることができます。

民児協の状況に応じて、どの方法で実施するかを決めてください。



## 5. 全体で共有する（ふりかえり）

グループで話し合われたことを全体で共有します。ふりかえりの発表の際は、次の留意点を説明します。また、以下の(1)~(3)のパターンがありますのでご参考ください。

### 【発表の留意点】

- ・グループの話し合いの概要や結果をまとめる必要はない
- ・グループの話し合いに参加して、“わたし”がどう感じたかを発表してもらう

### (1) グループ発表方式

各グループから1名にグループで話し合われた内容について発表してもらいます。また、同じグループメンバーで補足や伝えたいことがあれば発表を促してみましょう。

### (2) パネル方式

各グループから1名ずつ前に出て来てもらい、パネラーになってもらいます。予め用意した椅子に着席いただきます。パネラーについては、予めグループワークの様子を観察し、活発に意見している参加者や、グループのまとめ役をしている参加者などをファシリテーターから指名すると良いでしょう。ファシリテーターは、参加者一人ひとりにインタビューする形で発表してもらいます。この方法は、メリットは、共通の話題や疑問点が出てきたときに、即座に他のパネラーに質問できる点にあり、協議が深まっていく点にあります。

### (3) ファシリテーター指名方式

ファシリテーターが参加者を指名して発表してもらう方法です。パネル方式と同様に、予めグループワークの様子を観察し、興味深い意見を述べている参加者をピックアップすると良いでしょう。この方法は、時間的猶予がない場合に有効です。一人の参加者が発表を終えた後、「今の発表とは違った感想をもった方はいませんか？」というように発表を促し、これを繰り返すことで、全体的な共有が図れます。

上記の他、福祉専門職等にファシリテーターをお願いしている、または、同席してもらっている場合は、コメントを求めることで、客観的なフィードバック<sup>\*1</sup>を得ることができます。

また、次のワークショップの実施を想定して、発表された課題など、今後協議する事が望ましい点などがあれば、ふりかえりの最後にファシリテーターから示唆するのも良いでしょう。

### 【用語解説】

※1 フィードバック：本書で用いている「フィードバック」とは、自分たちの協議結果などに関して、どのように感じたかを客観的に伝えてもらうことを意味しています。一般的な“評価”とは異なり、個人やグループの成長、お互いの関係を深めることを意図して行われるものです。

---

# ワークショップのルール

---

このワークショップは、自身のこれまでの活動をふりかえると同時に、人と人とが共感や相互理解によって心を通わせ、打ち解け合うことのできる機会をつくることを主なねらいとしています。参加者が気持ちよく学習を進めるために、以下のルールを守りながらワークショップを進めてください。

## ①守秘義務を徹底する～この場のことはこの場限り～

民生委員には守秘義務があります。ワークショップの内容によっては、委員自身の他、地域の要援護者のことが話題になるかもしれません。個人情報が増えることのない安全な雰囲気の中でワークショップを進めるためには、「この場のことはこの場限り」といった守秘義務があることをお互いに確認し合ひましょう。

## ②パスする権利を認める

ワークショップの内容によっては、他者には伝えにくい委員自身の内面に深く関わりすぎることもあるかもしれません。それらセンシティブ（繊細）なことは、参加者には伝えなくても結構です。その場合は、「今回は聴くだけにさせてください」というように、他の参加者に伝えましょう。

## ③話を独占しない

ワークショップは相互理解をねらいとしており、限られた時間の中で多くの人の気持ちや考えを聴いて交流することが大切です。一人だけの発言に終わることがないように、参加者全員がお話をする機会をつくりましょう。

## ④上下関係や比較・評価を持ち込まない

ワークショップは参加者全員が対応な関係で実施するものです。話し合いの中で、自身とは違う考え方が出てくるとは思いますが、違いはそのまま受け止めることを意識しましょう。『あの人は〇〇だから』『私の方が〇〇だわ』『あなたは〇〇だけど』というような比較や評価は控えて、「同じこと」と「違うこと」がある、その事実を受け入れましょう。

## ⑤基本的なマナー

- ・ 礼儀を欠く言葉は控えましょう。
- ・ 政治や宗教の話は押し付けないようにしましょう。

# ワークショップの企画事例

## 事例1：原点回帰を図る

ステップ1	
1. 民児協が抱える課題や、強化したい事柄などの現状を整理	あと1年で次の一斉改選を迎える。前回の一斉改選で委嘱された委員もベテラン委員も、今一度、初心に帰って民生委員としての自分を見つめる機会を設けたい。
2. ワークショップで取り上げる題材（詩）を選択	(24) 人生の棚卸し
3. ファシリテーター（進行役）を決める（依頼する）	会長がファシリテーターを務める。
4. グループ編成を検討する	グループは5名程度で編成。各グループに、経験年数の近い委員同士で編成し、意見の違いなどを明らかにしながら、認め合うようにしていく。

## 事例2：活動費の考え方について共通認識を図る

ステップ1	
1. 民児協が抱える課題や、強化したい事柄などの現状を整理	ある委員から以下の相談を持ち掛けられた。 「町内会の役員から、“民生委員は報酬をもらっててうらやましい。町内会活動はいくらやっても報酬は得られない”と言われた。活動費は報酬ではないことを説明したが、うまく説明できずもどかしい気持ちになった」 このことから、活動費の考え方を、一度民児協で共通認識を図ることが重要と考えた。
2. ワークショップで取り上げる題材（詩）を選択	(46) 無報酬です(自治会役員と民生委員その1)、(47) 自治会は地域の自治組織(自治会役員と民生委員その2)
3. ファシリテーター（進行役）を決める（依頼する）	住民懇談会などでよく司会をしている社協職員のAさんに依頼することとした。
4. グループ編成を検討する	グループは5名程度で編成。各グループに、役員を入れることとした。

