

すぎなみ大人塾 すぎなみU30ミーティング 2024 記録集

学 び を 通 し て

し あ わ せ の 芽 を

育 て よ う 。



はじめに

令和5年8月1日にセッション杉並がリニューアルオープンし、令和6年度は1年間を通して、多くの区民の方にセッションすぎなみをご利用いただくことができました。成人学習支援事業も、講座の特性から地域の施設で開催する地域コースを除いて、セッション杉並をフル活用して講座を開催することができました。

振り返りますと、平成17年度にすぎなみ大人塾が始まり、コロナ禍をはさんで令和6年度には20年目を迎えることができました。「大人の放課後」を共通のキャッチコピーとして、毎年毎年、企画内容を変えてきました。企画を検討するにあたっては、社会教育センター職員のみではなく、講座修了生、学習支援者とともによりよい講座内容となるよう力を合わせて考えてきました。

今日では、すぎなみ大人塾は総合コース・地域コース・はじめの一步コースの3コース、そしてすぎなみ大人塾卒業生の集まりであるすぎなみ大人塾連の活動に発展しています。また、成人学習支援事業の若者向けコースとしてすぎなみU30ミーティングを開講するに当たっています。

ここに、皆様に令和6年度の成人学習記録集をお届けいたします。大変お忙しい中、杉並区の成人学習支援事業の運営、記録集の作成にあたってご尽力いただいた皆様に熱く御礼申し上げるとともに、この記録集が皆様方の社会教育活動の発展の一助になれば幸いです。

令和7年5月

杉並区教育委員会事務局

生涯学習推進課社会教育センター

目 次

成人学習支援事業の概要	3
すぎなみ大人塾 総合コース「フツウ・ラボ」	9
すぎなみ大人塾 地域コース「久我山～浜田山コース」	27
すぎなみ大人塾 はじめの一步コース	49
すぎなみU30ミーティング	63
学びをデザインする！公開企画会議	81
すぎなみ大人塾連の活動	87
資料編	97

※なお、記録集は杉並区教育委員会のホームページで
PDFファイル（カラー）でもご覧いただけます。



成人学習支援事業の概要

すぎなみ大人塾

すぎなみ U30 ミーティング

1. 事業名

成人学習支援事業（杉並区立社会教育センター主催）

1-1. すぎなみ大人塾 3コース（総合コース、地域コース、はじめての一步コース）

1-2. すぎなみU30ミーティング

2. 事業の概要

2-1. すぎなみ大人塾

「自分を振り返り、社会とのつながりをみつける“大人の放課後”」をキャッチフレーズとしたすぎなみ大人塾。平成17年度の試行を経て、平成18年度から杉並区立社会教育センター主催事業として実施してきました。また、平成29年度以降は、参加者のすそ野をより広げるため、受講を修了した方々の協力を得ながら、身近な地域での学びと活動が循環するように開催してきました。

令和6年度は、総合コース、地域コース、はじめての一步コースの3コースを開催しました。

各コースに共通する特徴は、学習支援者という役割を置いていることです。学習支援者は、コースの参加型学習内容の組立てや受講生同士の話し合い活動を活発にする進行（ファシリテーター）の役割を担います。

地域コースでは、学習支援者のほかに学習支援補助者（久我山～浜田山コースにおける「学びあいの伴走人」）にもご協力いただいています。学習支援補助者は、受講修了者や既に地域活動をおこなっている方で、受講生と地域の活動をつないでいきます。

受講修了後は、卒塾年度を超えたネットワーク組織「すぎなみ大人塾連」（p.87～p.96参照）で自主的に活動しています。毎月行われるすぎなみ大人塾連世話人会（以下、「世話人会」という）では、それぞれの活動について情報を共有し、すぎなみ大人塾連として主催する講座・イベント等についても話し合います。

2-2. すぎなみU30ミーティング

30歳以下の若い世代を対象に、職場や学校以外の場でつながりをつくり、地域に関わるきっかけを生み出すことを目指し、令和5年度からスタートしました。

若い世代が「おもしろそう」「行ってみようかな」と思えるような講座テーマの設定を心がけています。若い世代の受講生が、講座を通して培った経験を、仲間づくりや地域に対する関心へつなげていくことができるよう、令和5・6年度ともに、地域向けのイベントを企画する内容としました。

3. 各講座の実施状況

講座名	開催日程	回数等	参加
すぎなみ大人塾 総合コース 「フツウ・ラボ」	令和6年9月21日～ 令和6年12月14日 土曜日(第4回は木曜日) 主に14:00～17:00	事前オンライン・ガイダンス (8月21日) 全7回 (月1～2回)	47人
すぎなみ大人塾 地域コース 久我山～浜田山コース 「コミュニティデザインって!? 人とつながるしくみを考える」	令和6年6月29日～ 令和7年1月25日 土曜日 主に10:00～12:00	全7回 (月1～2回)	35人
すぎなみ大人塾 はじめの一步コース 「ワクワクからはじまる 大人の放課後デビュー」	令和6年8月31日～ 令和7年2月1日 土曜日 15:00～17:00	事前お試し会 (8月3日) 全6回 (月1回)	29人
すぎなみU30ミーティング 「すぎなみ みんなの大運動会プロジェクト」	令和6年6月2日～ 令和6年12月1日 日曜日(運動会は土曜日) 主に13:30～16:30	全9回 (月1～2回) 運動会実施を含む	15人

※ 4コース合同「学びをデザインする！公開企画会議」：令和7年3月9日（日）15:00～17:00



次ページのイメージ図は、区公式ホームページからご覧いただけます。

https://www.city.suginami.tokyo.jp/s113/7877.html?utm_source=search-pageID

成人学習支援事業「すぎなみ大人塾」&「すぎなみU30ミーティング」
令和6年度 記録集編集 事務局（50音順）

岩谷 良恵 小林 友希 齋藤 尚久 榊 佑奈
穴戸 知佳 田頭 和弥 野本 菖 西澤 正光
益田 天朗 山口 京子 山本 ひろみ 渡邊 美紅

<社会教育センター成人学習支援事業展開イメージ>

目指す先⇒ **杉並区教育ビジョン2022** 「**みんなのしあわせを創る杉並の教育**」

みんなが共に教育を創る ⇒ 子どもも大人もすべての人が教育の当事者

社会教育士

まちの中で、人づくり、つながりづくり、地域づくりが進むようコーディネート

次世代への還元

- ・学校運営協議会委員
- ・サイエンスフェスタ実行委員
- ・子ども食堂などの居場所づくり

地域とのつながり、
広がりを支援

すぎなみ大人塾連

- ・卒業年度を超えて交流、発信
- ・「大人塾まつり」や主催講座
- ・社会教育センターとの協力

地域づくりの担い手

- ・コミュニティスペースの運営
- ・地域区民センター協議会委員
- ・きずなサロンの運営

地域での実践



仲間と信頼関係を築き、外に向けて発信

- ◎講座から始まる「スピンオフ（番外編）」を大事にし、仲間やまちとつながっていく
- ◎受講後の自主グループへ発展して活動する

人・グループ・地域がゆるやかに結びつく

学びと活動が
循環する
成人学習事業

「杉並」を知る

参加者同士の話し合い・聴き合い

- ◎学習支援者に支えられた相互学習の中で「杉並」を知る
- ◎自分も「杉並」を創る一人だと気づく



まちのこと・まちの中の自分を見つける

大人のたまり場

多彩な学習支援者・ゲスト講師による講義やワークショップ



- ◎“普段の仕事”や“社会的な役割”を離れ、自分は何ができるか、何がしたいか考え振り返る
- ◎志を同じくする仲間をつくる

友になること・やってみたいことが見えてくる

住んでいる地域の
ことをもっと
知りたい！

人や地域の役に
立つことをした
いな・・・



講座に参加したら
できるかも！

すぎなみ大人塾
総合コース

フツウ・ラボ

学習支援者 伊藤 剛

すぎなみ大人塾 総合コース

1. 概要

総合コースとは

総合コースでは、自分や社会を見つめ直す視点の1つとして「ダイバーシティ」や「インクルージョン」といったテーマを学びます。

このようなテーマは、学校や職場などでよく耳にするようになってきましたが、実体験や実感をともなう理解できている人はあまり多くない、というのが現実ではないでしょうか。

自分事としてひきつけられるよう、当事者研究という手法をベースに、各自の体験を持ち寄って共有したり、ワークショップに取り組んだりしながら、考えを深めます。

「フツウ・ラボ」

今年度は、私たちの社会の“フツウ”というものについて考える講座を開催しました。

“フツウ”という言葉や概念はありふれたものとして私たちの日常にあらわれてきます。しかし、「“フツウ”ってどういうこと？」という問いに自分の言葉で答えるのはとても大変なことです。

フツウ・ラボでは、講義を受けるだけでなく、受講生みんなでたくさんのワークショップを通して、新たな視点や考えを求めて取り組みました。

多様なワークショップ

「人と話すときに、“フツウ”だと思っている距離感ってどのくらい？」という問いに対して、お互いの距離をメジャーで測ってみたり、「世代によって、“フツウ”だと思っていることは違う？」と、別な世代の受講生同士で質問をし合ってみたり・・・多様なワークショップを通して、受講生一人ひとりが実体験を伴った“フツウ”への考えを育んでいきました。



フツウ・ラボ

ダイバーシティやインクルージョンを、単なる「理念」ではなく、私たちの「現実」や「技術」として捉えるためにはどうしたらいいだろう。そのような問いのもと、自分の働き方や暮らしについて「当事者研究」の手法をベースに、一般市民によるラボ活動として2022年度から始まったシリーズ講座「フツウ・ラボ」。2023年度は「フツウ」をテーマとして、発達障害や依存症、統合失調症など、さまざまなマイノリティの当事者から見えてくる「フツウ」の課題を掘り起こした。

2024年度のテーマは、「フツウ・ラボ」本講座は、私たちの社会の「フツウ」について改めて考えていくために、身近なコミュニケーションにおける多量なルールやしきたりを通して「フツウ」を探っていきます。私たちの日常の中にある「フツウ」に気づくための第一歩、さまざまな参加者同士の対話から、新たな視点や考えを身につけていくラボ活動を開催します。ぜひお越しください。

※本講座は、東京都立大学発達障害研究センターの当事者研究ラボ（東京発達障害研究センター）と共同で開催しています。

全7回 講座＆ワークショップ特別講座					
9月21日(土)	9月28日(土)	10月5日(土)	10月12日(土)	10月19日(土)	10月26日(土)
14~17時	14~17時	14~17時	14~17時	14~17時	14~17時
講座＆ワークショップ	講座＆ワークショップ	特別講座	講座＆ワークショップ	講座＆ワークショップ	講座＆ワークショップ
オリエンテーション 「フツウって どこからくるの？」 ～発達障害～	発達と 「フツウ」って なに？ ～依存症～	「フツウ」って なに？ ～統合失調症～	「フツウ」って なに？ ～発達障害～	「フツウ」って なに？ ～依存症～	「フツウ」って なに？ ～統合失調症～

伊藤 剛
講師
発達障害研究センター
主任研究員

2001年、ユニバーシティデザインを創設し、発達障害研究センターを設立。フツウ・ラボ（FUTSUKU LAB）を主催。多岐にわたる分野で活動。2023年度は「フツウ・ラボ」をテーマとして、発達障害や依存症、統合失調症など、さまざまなマイノリティの当事者から見えてくる「フツウ」の課題を掘り起こした。

藤谷 智一郎
講師
発達障害研究センター
主任研究員

1977年山形県生まれ。発達障害研究センターを設立。フツウ・ラボ（FUTSUKU LAB）を主催。多岐にわたる分野で活動。2023年度は「フツウ・ラボ」をテーマとして、発達障害や依存症、統合失調症など、さまざまなマイノリティの当事者から見えてくる「フツウ」の課題を掘り起こした。

藤谷 智一郎
講師
発達障害研究センター
主任研究員

1977年山形県生まれ。発達障害研究センターを設立。フツウ・ラボ（FUTSUKU LAB）を主催。多岐にわたる分野で活動。2023年度は「フツウ・ラボ」をテーマとして、発達障害や依存症、統合失調症など、さまざまなマイノリティの当事者から見えてくる「フツウ」の課題を掘り起こした。

発達障害研究センターは、発達障害者の社会参加を支援するための研究・実践の場です。フツウ・ラボは、発達障害者の社会参加を支援するための研究・実践の場です。

お問い合わせ：03-317-0021（発達障害研究センター）

開催日時	開催場所	定員	費用
2024年9月21日(土) 14:00~17:00	東京都立大学 発達障害研究センター	20名	無料

2. 実施状況

◇事前説明会（オンライン）

	日	内容	学習支援者 & 講師	参加
	8月21日（水）	事前説明会申込者全員を対象とした開講前のガイダンス	学習支援者：伊藤 剛 （〔株〕アソボット代表取締役） 講師：熊谷 晋一郎 （医師/東京大学先端科学技術研究センター教授） 講師：綾屋 紗月 （東京大学先端科学技術研究センター特任准教授）	16人

◇講座（全7回） 時間：14：00～17：00 会場：セッション杉並 講座室 ほか

	日	内容	学習支援者 & 講師	参加
1	9月21日（土）	オリエンテーション	伊藤 剛	43人
2	9月28日（土）	講義＋ワークショップ① 感情ってどこからくるの？ ー感情と社会ー	熊谷 晋一郎	38人
3	10月19日（土）	講義＋ワークショップ② 会話しやすい配置とは？ ーF陣形システムー	綾屋 紗月	39人
4	11月7日（木）	特別講座 マジョリティ特権ってなに？	出口 真紀子 （上智大学外国語学部 英語学科教授）	32人
5	11月16日（土）	講義＋ワークショップ③ フツウの会話のルールとは？ ー順番交替・ 言葉と行為の所有権ー	綾屋 紗月	30人
6	12月7日（土）	講義＋ワークショップ④ 会話のちょうどよさってどんなもの？ ーグライスの格率・ ポライトネスの原理ー	熊谷 晋一郎	35人
7	12月14日（土）	クロージングセッション	伊藤 剛 熊谷 晋一郎 綾屋 紗月	33人

3. 受講生データ（年代内訳）

20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代以上	合計
2人	4人	8人	11人	15人	6人	1人	47人

4. 事前説明会の内容

講座概要の説明を、オンラインで行いました。学習支援者の伊藤さんからフツウ・ラボの概要、熊谷先生からは当事者研究について、綾屋先生からはソーシャル・マジョリティ研究についてお話しいただきました。“フツウ・ラボ”という名前だけではイメージしづらい部分を、説明会を通して、どんな講座なのか、何が学べるのか、受講前に知ってもらう機会になりました。

【参考文献】綾屋紗月(編著). (2018). ソーシャル・マジョリティ研究—コミュニケーション学の共同創造（コ・プロダクション）. 金子書房.

5. 講座内容の紹介

第1回

オリエンテーション

日 時：令和6年9月21日（土）14：00～17：00

参加者：43人

会 場：セッション杉並

学習支援者：伊藤 剛

【講座内容】

講座の趣旨やカリキュラムの詳細についての説明がありました。今年度の講座は「自分がどういった“フツウ”を常識だと思っているのかを振り返ること」が目的です。自分自身の“フツウ”を探求することで、自分の“フツウ”は、唯一の正解・正義ではなく、世の中にある1つの考えにすぎないと気づくことができます。その気づきは、自分とは違う常識や価値観をもっている人たちと尊重し合いながら共生していく、インクルーシブな社会の実現に向けて欠かすことのできないステップであるという話がありました。また、自分自身を縛り付けていた“フツウ”を客観視することで、自分自身が生きやすくなるヒントになるかもしれないといった視点もありました。

自己紹介を兼ねたアイスブレイクやワークも行いました。ワークの内容は、自分のアプローチに近い行動を選び、グループで共有するというものです。「初対面の人を覚えるときのポイントは？」という問いに対して、「顔の雰囲気」「名刺の文字」「名前の響き」から一番近いものを選び、理由を共有します。選ぶ選択肢も違えば、同じ選択肢でも理由はさまざまです。自分自身の“フツウ”や当たり前が他者と違うという体験・発見をしました。



学習支援者の
伊藤 剛さん



講座の様子

第2回 講義＋ワークショップ①

感情ってどこからくるの？

—感情と社会—

日 時：令和6年9月28日（土）14：00～17：00

参加者：38人

会 場：セシオン杉並

講 師：熊谷 晋一郎

【講座内容】

今回から、講師の方々の講義とワークショップが始まりました。今回のテーマは「感情社会学」です。感情には適切な状況で、適切な感情を、適切に表に出すという、社会的な暗黙のルールがあること、これらのルールは、文化や時代、ジェンダーなどによって大きく異なること、他人の感情を読み取る仕組みなどについて学びました。ワークショップでは、社会教育センター職員2人で、ロールプレイを行いました。ロールプレイの内容は、男性上司と女性部下の職場での会話です。そのロールプレイを見ながら、男性はどういう感情でその発言をしたのか、そのとき女性はどのような気持ちだったのかをグループで話し合いました。次に、自分自身の周りで起こったケンカやすれ違いについて、同じように両者の感情や、すれ違いの理由について考えました。

【参考文献】澤田唯人，“人の気持ちはどこからくるの？”
ソーシャル・マジョリティ研究 第1章, p.23-62



熊谷 晋一郎先生



社会教育センター職員による
ロールプレイ

第3回 講義＋ワークショップ②

会話しやすい配置とは？

—F陣形システム—

日 時：令和6年10月19日（土）14：00～17：00

参加者：39人

会 場：セシオン杉並

講 師：綾屋 紗月

【講座内容】

会話のしやすさについて、会話するときの立ち位置をもとに考えました。講義では、F陣形システムについて学びました。F陣形システムとは、人々が集まって会話しているとき、人々の立ち位置によってできる空間の形や輪郭を解釈した概念のことです（次ページの図参照）。

ワークショップでは、会話するときの適度な距離について考察するため、①向かい合ったとき、②右に相手がいるとき、③左に相手がいるときの3パターンの距離を測りました。実際に測ってみると、「利き手側の方が距離は長い傾向があるかも?」「適度だと感じる距離が人によってこんなにも違うんだ」など多くの気づきがありました。



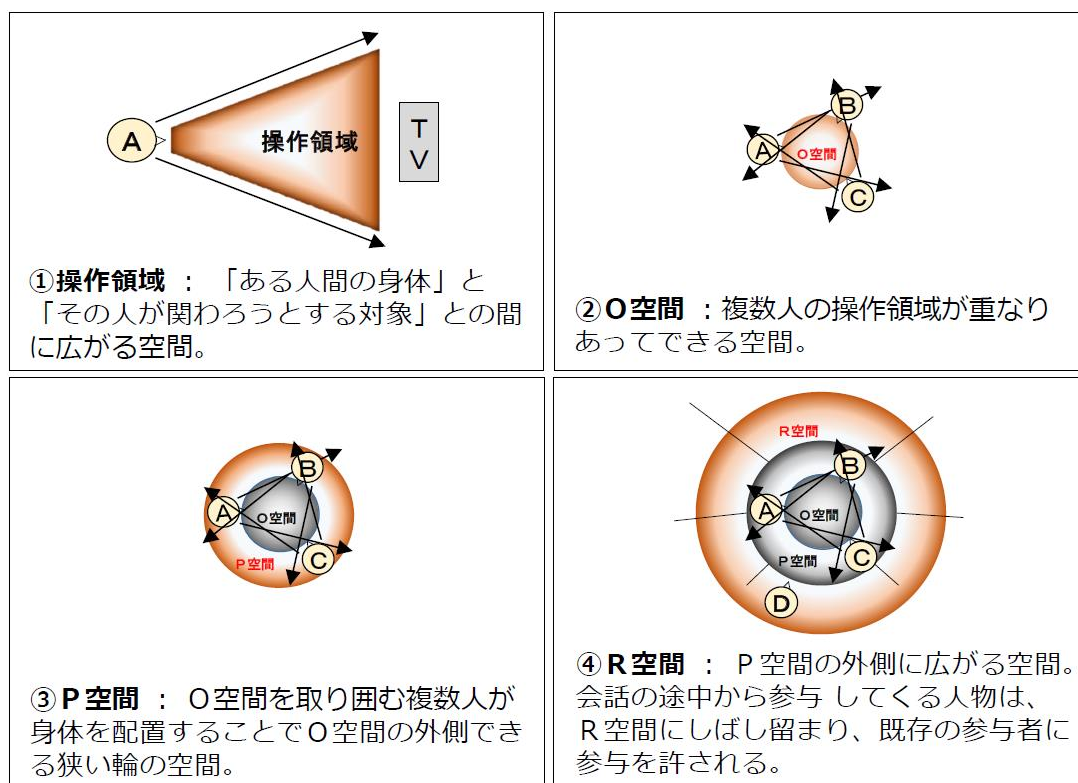
距離の計測中

次に、2人で会話しているところに1人が近づき、3人で会話するというロールプレイを受講生に行ってもらいました。先ほど計測した距離をもとに、①距離が短い人2人+距離が長い人1人、②距離が長い人2人+距離が短い人1人、③初対面同士の3人、④知り合い同士の3人の4パターンで行い、それぞれ考察を行いました。3人目が近寄ってきていることに気づかず2人で話し続けるグループもあれば、相手や状況により無意識のうちに距離をとっているグループもあり、面白い発見が多くあったワークショップでした。



3人での会話

【参考文献】坊農真弓, “多数派の会話にはルールがあるの?”
ソーシャル・マジョリティ研究 第4章, p.133-168.



F 陣形システムの四つの構成要素

『ソーシャル・マジョリティ研究』(2018) p.139図2から引用

Kendon, A (1990). Conducting interactions: Patterns of behavior in focused
Cambridge University Press, UK.

第4回 特別講座

マジョリティ特権ってなに？

日 時：令和6年11月7日（木）19：00～21：00

参加者：32人

会 場：セシオン杉並

講 師：出口 真紀子

【講座内容】

第4回は、出口先生をお招きし、マジョリティ特権という異なる視点から学びました。『特権とは、自動ドアのようなもので、特権をもつ人にとっては自動で開きやすく、通り抜けられる。だけれども、特権をもたない人にとっては、そのドアは開きづらいしくみになっている。』と出口先生は表現されました。

また、特権を可視化するアクティビティを行いました。講座室前方に3つのかごを置き、受講生は自席から紙をまるめたボールを投げてかごに入れるというものです。一番前に座っている人（＝特権をもっている人）は、ボールを簡単に入れることができますが、後ろに座っている人（＝特権をもっていない人）が、ボールをかごにいれることは簡単なことではありません。前に座っている人は、後ろに座っている人のボールがかごに入りづらいことに気づくことができないように、特権をもつ人は、特権をもっていることに気づきづらいということが実感できたアクティビティでした。



出口 真紀子先生



かごをめがけて
ボールを投げている様子

第5回 講義＋ワークショップ③

フツウの会話のルールとは？

—順番交替・言葉と行為の所有権—

日 時：令和6年11月16日（土）14：00～17：00

参加者：30人

会 場：セシオン杉並

講 師：綾屋 紗月

【講座内容】

私たちの普段の会話では、どのようなときに話し手が交替するのかを考えました。知り合い同士の3人の受講生に協力してもらい、3人がいつも通り会話している姿を撮影しました。そして、撮影した映像を確認しながら、今の話し手の発言が終わりそうなときに、どのような流れで次の話し手が話し出すのか、



綾屋 紗月先生

なぜ話し出そうと思ったのか、3人の受講生にインタビューし、全体で考察をしました。

また、言葉と行為の所有権について学びました。話し手の立場によって適切だとされる言動（＝所有権をもつ言葉と行為）、不適切だとされる言動（＝所有権をもたない言葉と行為）があるということを、区役所の窓口対応をもとに考えました。その後、自分のいま置かれている立場に置き換え、普段の自分自身の言動について、どんな言動が適切／不適切だとされているのかを考えました。私たちは、普段からさまざまなことを考え、判断し、会話しているのだと気づくことができたワークショップでした。

【参考文献】坊農真弓，“多数派の会話にはルールがあるの？”
ソーシャル・マジョリティ研究 第4章, p.133-168.
浦野 茂，“場面にふさわしいやりとりのルールってどんなもの？”
ソーシャル・マジョリティ研究 第5章, p.169-212.



3人の会話

第6回 講義＋ワークショップ④

会話のちょうどよさってどんなもの？

—グライスの格率・ポライトネスの原理—

日 時：令和6年12月7日（土）14：00～17：00

参加者：35人

会 場：セッション杉並

講 師：熊谷 晋一郎

【講座内容】

情報伝達の効率性のルールであるグライスの格率「量のルール」「質のルール」「関連性のルール」「様態のルール」をもとに、ペアワークを行いました（p.24参照）。自分の推し、仕事や趣味など、他人が興味をもたなさそうなことを説明し、グライスの格率をどの程度守り、会話しているのかを確認しました。

また、会話の礼儀正しさのルールとして、ポライトネス理論を学びました。ポジティブ・フェイスという「他者に好かれたい」プラス方向の欲求と、ネガティブ・フェイスという「他者に立ち入られたくない」マイナス方向の欲求があり、会話の相手がポジティブ・フェイスをもっているか、ネガティブ・フェイスをもっているかで、会話の仕方が変わってくることを学びました。ペアワークでは、ポライトネスの原理である「気配りのルール」「寛大性のルール」「是認のルール」「謙遜のルール」「一致のルール」「共感のルール」の6つの観点から、ネガティブ・フェイスをもっている相手に対し、礼儀正しく会話ができているか、受講生同士で確認合いました（p.24参照）。



ペアワークの様子

普段から知らず知らずのうちに、多くのルールを意識し、相手の状況を考慮しながら、会話しているということを実感することができました。また、話題の理解度や育ってきた環境によって、ルールには個人差がありそうだという気づきを得ました。

【参考文献】浅田晃佑, “ちょうどいい会話のルールってどんなもの?”
ソーシャル・マジョリティ研究 第6章, p.213-242.

第7回 クロージングセッション

日 時：令和6年12月14日（土）14：00～17：00

参加者：33人

会 場：セシオン杉並

学習支援者：伊藤 剛

講 師：熊谷 晋一郎

綾屋 紗月

【講座内容】

最終回は、今までの復習からスタートしました。「感情社会学」「F陣形システム」「マジョリティ特権」「順番交替・言葉と行為の所有権」「グライスの格率・ポライトネスの原理」これらをもとに自分の“トリセツ”（取扱説明書）を作成しました（p.25参照）。このワークを通して、自分はどのような状況でどんな感情をもつのか、自分はどんな特権をもっているのか、今まで学んだ内容を自分に落とし込むことができました。

講座の後半では、世代による“フツウ”について考えました。事前課題として、自分自身の世代に対する印象として、賛同できる点・反論したい点、他世代に対して質問したいことを考えてきてもらいました。それらをもとに、グループワークを行い、「なんでゆとり世代は、欲がなく、最低限の生活でよいと考えているのか」「バブル世代は、長時間労働をすることに疑問を感じなかったの？」などさまざまな疑問が飛び交っていました。それぞれの世代の“フツウ”を共有し、世代ごとに“フツウ”についての考えが異なることを実感しました。

講座終了後には、受講生同士の交流の場として、1時間会場を開放しました。今まで同じグループになった方同士で話したり、すでに地域で活動されている方と連絡先を交換したり、学習支援者の伊藤さん・講師の熊谷先生・綾屋先生に質問したりと、各々が思い思いに過ごしていました。



ワークも交えながら
“トリセツ”作成



グループワークの様子

6. 成果

3 時間たっぷり

昨年度の総合コースは各回 2 時間での開催でした。2 時間のなかで講義を受けつつワークショップに取り組むには、もう少し時間的な余裕が必要だったのではないかと振り返り、今年度は各回 3 時間での開催としました。

3 時間の講座は少し長くて疲れが出てしまうのではと心配しましたが、受講生の皆さんは各講座とも最後まで集中して参加していました。意見交換やワークショップなどを充分に行うことができました。

多彩なワークショップに取り組んで、自分なりの言葉で

“フツウ”という言葉はあまりにも当たり前に使われていて、それがどういう意味なのか考えてみる機会はありませんか？と思います。人それぞれ、抱いているイメージが違うということはなんとなく想像できますが、「何がどう違っているのか」、「どうして違っているのか」といった細かいことまで考えると、それはかなり難しいことです。

フツウ・ラボでは多彩なワークショップに取り組んだり、特製のワークシートを使ったりしながら、体験を重ね、それぞれの感覚を持ち寄って“フツウ”にアプローチしました。最初はなかなか会話が弾まないようなワークでも、終わるころには進行の声が届かないほど、受講生の皆さんが熱中してワークに取り組んでいました。さまざまな観点から“フツウ”という言葉や概念を考え、最後には受講生の皆さん一人ひとりが自分の言葉で“フツウ”というものを語る準備が整ったのではないのでしょうか。

まだまだ話したい

講座最終回の準備をしていた頃、「このまま講座が終わりになってしまうのも寂しいし、もっと話したいこともたくさんあるので、最終回の後、受講生同士で交流する時間を設けてもらえませんか？」とある受講生の方から提案がありました。

それを受けて、最終回の講座が終わった後、会場をそのまま開放し、受講生と学習支援者の伊藤さん・講師の熊谷先生・綾屋先生がお話できる場としました。今までの講義内容について先生方に質問したり、受講生同士で交流し、感想を共有したり、これからに向けてつながりを深める良い交流の場になりました。

7. 課題と今後の取組

一層幅広い世代の参加を

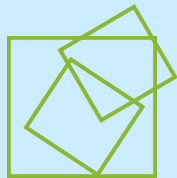
「“フツウ”とはどういうことか？」というテーマに取り組む講座なので、性別・年代・職業など、さまざまな属性の受講生と一緒に会話していくことが必要だと考えて準備を続けてきましたが、40代以下の参加は相対的に少ない状況でした。仕事や子育て等の都合によって、参加が難しい条件であったかもしれません。たくさんの世代が参加できるよう、これからも検討が必要です。

講座が終わった後も

令和4年度の「ジブン・ラボ」を受講した方を中心に、自主グループ「ノリの里の会」の活動が続いています。このように、講座が終わった後も、地域の人同士でつながって学び続けていくためには、どのような仕組みが必要なのか、社会教育センターとしてどのようなサポートができるのか、来年度以降もそのような問題意識をもちながら講座を企画していきます。

学習支援者から受講修了生へ

メッセージ



学習支援者
伊藤 剛
株式会社アソボット



『フツウ・ラボ』を受講の皆さん、本当にお疲れさまでした。おそらく人生の中で何度も使ってきた「フツウ」という言葉（もしくは感じ方）を、どのように研究するのか。講座が始まる前はイメージできなかったかと思いますが、講座が終わった今はいかがですか？

『ジョハリの窓』と呼ばれる自己分析のための有名な心理学モデルがあります。そのモデルでは、「他人は分かっている、自分が分かっている」部分のことを【盲点の窓】と呼び、「他人も、自分も分かっている」部分を【未知の窓】と呼びます。まさに今回は、普段の「無意識」を「意識」化する作業を通して、皆さんと一緒に「未知の窓」を開くことができたのではないのでしょうか。

昨年同様、今年度の講座も「映像教材」を鋭意制作中です。講師の方々のアカデミックな知見はもちろんのこと、皆さん自身が「ひとつの学びのコミュニティ」としてさまざまなワークに取り組み、ロールプレイしていただけたことで、血の通った教材になると確信しています。

受講された方は改めての復習用に、受講できなかった他コースの方たちなども、ぜひ「フツウ」を探求してみてください。「フツウ」の理解を深めた人が増えれば、きっとその街は豊かになる。そう信じています。

※講座のアーカイブは、下記WEBサイトよりご覧ください。

<https://jibunlab.learningdesignlab.jp/>





受講生の声

フツウ・ラボを受ける前と後でどのような変化がありましたか？

001 |

「暗黙のルール」に規則性があり、いわゆる「ふつう」が人により異なり、さらに自分を分析し、理解する機会になったと思います。

002 |

フツウという言葉に普通以上の意味を抱いていなかったが、社会学的に観るとずっと深く広い意味があることに気づかされた。フツウは普通と思っていたが実はそれはごく限られた範囲内の認識であった。

003 |

受ける前は漠然と、自分はフツウだと思っていた。受けたあとは、自分はフツウなときもあるし、そうでない場合もある、常に移り変わってゆく存在であるのだと感じた。

004 |

人それぞれ考えが違うという事について、居心地がいい距離をメジャーで測る事で、可視化され現実的に感じました。普通は一人の普通で、他の人の普通では無いという事を気づけた事は、今後の人生に活かしていきたいと思います。

005 |

小さい頃に海外に滞在していたので、所属する場所の違いでいろいろな普通があると感じていました。講座を受けてさらに、どのような点で違いが生まれるのかが可視化できることを説明してくださり、普通とは違いとはについての考え方がより深まったと思います。例えば、身体感覚、距離感覚にはどのような個人差があるのかを知れたことは新しい発見でした。

006 |

言語化する事を学び、会話を上手く進めたり、人との交流を意識的に選択できたりするようになった感じがします。

007 |

漠然としたイメージしかなかったフツウが、一人ひとり結構違うものであり、それに気づかないことでトラブルが起きたり誰かに嫌な思いをさせたりする、ということがわかった。

008 |

普通とはなにかを考えさせられました。社会参加したいから、これまで気にしてこなかった会話や距離感等自分の事を考えさせられました。

講座全体に関する感想やご意見を、ご自由にお書きください。

001 |

自分がフツウだと思わないほうがいい。そんなふうに見えるほど、他者との違いを見せつけられたが、同時に共通項もたくさん感じる不思議な感覚もあった。これをなにかの糧にしたい。

002 |

さまざまな世代の人たちが集まって、同じテーマで意見を交換出来る場というのはなかなかないので、とても充実した時間だった。

003 |

熊谷先生のどんなコメントにも深い視点を持ち、拡がりのある方向に向けてくださるところに癒やされ、私もじっくりお話してみたくまりました。綾屋先生の冷静沈着な感じも全て大きな努力の裏付けがあるのだと言う事もわかりました。他の場所でも学びはしているのですが、こういうテーマにはなかなか出会えなかったなので、また学びを深めていきたいと思います。

004 |

自分たちの社会の「フツウ」、自分自身の「フツウ」、本講座を通じて改めて考えさせられた数ヶ月でした。共有いただいた資料やアーカイブを視聴するなど、継続的に意識して今後に活かしたいと思います。

005 |

本当に素晴らしい機会をありがとうございました。伊藤さん、熊谷先生、綾屋先生、社会教育センターのみなさまに感謝の気持ちでいっぱいです。グループワークが多くてさまざまな方のご意見が聞けたり、自分の考えを言語化したり、グループでの話をまとめたってきたのが特によかったです。普段接することが少ない先輩世代と、受講生同士という立場で対等にお話できる貴重な機会でもありました。

006 |

昨年受講した当事者研究も、目から鱗で私の視野は広がり、その後の生活に大変役に立っています。今回のマジョリティ研究でルールを見い出して、マイノリティが生きやすくなるという学びは初めてで、新鮮な学びができました。誰もがマイノリティであり、マジョリティでもあることに、先生方のお話やワーク、参加者との話し合いを通して気づくことができました。今回の講座は日頃無意識で過ごしていたことを意識化することで、私には難解な面もありましたが、得難い刺激的で新鮮な学びの経験ができました。私に気持ち動き、ワクワクする学びの場を与えていただいたことに、心から感謝しています。

【資料】第6回で使用したワークシート「発言のチェックリスト」

ワーク1 情報伝達の 効率性のルール	Aさんの発言のチェックリスト(グライスの「格率」より)	
	量のルール	
		・適切な量の情報を提供せよ。
		・多すぎても少なすぎてもいけない。喋りすぎ／喋らなさすぎもダメ。
	質のルール	
		・本当であると信じていることを言え。
		・ウソであるとわかっていることを言ってははいけない。
	関連性のルール	
		・関係のないことを言ってははいけない。
		・その場で想定される話題に関する話をする。
	様態のルール	
		・不明確な表現や曖昧なことを言ってははいけない。
		・簡潔なほうがいい。
		・順序だったほうがいい。

グライスの格率

『ソーシャル・マジョリティ研究』(2018) p.217-220から引用

ワーク2 礼儀正しさの ルール	自分の発言のチェックリスト(リーチの「ポライトネスの原理」より)	
	①気配りのルール	相手の負担を最小限に、相手の利益を最大限にする
	②寛大性のルール	自分の利益を最小限に、自分の負担を最大限にする
	③是認のルール	相手への非難を最小限に、賞賛を最大限にする
	④謙遜のルール	自分への賞賛を最小限に、非難を最大限にする
	⑤一致のルール	自分と相手との意見の食い違いを最小限に、意見の合意を最大限にする
	⑥共感のルール	自分と相手との反感を最小限に、共感を最大限にする

ポライトネスの原理

『ソーシャル・マジョリティ研究』(2018) p.225-228から引用

【資料】第7回クロージングセッションで作成した自分の“トリセツ”（取扱説明書）

1. 私は、な状況では、
な感情をもちがちだ

2. 私の物理的・心理的な距離感の特徴は？

3. 私の特権 and 私たちが経験している不利益は何？

特権
.....
不利益

4. 私は、人の前で、
を言ってはいけないと思っている

5. 私は、な振る舞いは
失礼だと考えている。

6. 私が持っている、その他の暗黙のルール

すぎなみ大人塾

地域コース：久我山～浜田山コース

コミュニティデザイン って？

～人をつながるしくみを考えよう～

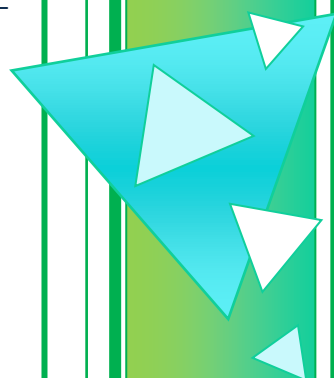
学 習 支 援 者

学習支援補助者

矢 野 恒

尾 関 久 子

岡田 美津江



すぎなみ大人塾 久我山～浜田山コース

1. 概要

コース開講 2年目

久我山～浜田山コースは、令和5年度に開講し、今回で2年目の開催となりました。令和5年度から引き続き関わってくださった学習支援者・学習支援補助者のほか、新たに「サポーター」という役割で、令和5年度の卒塾生や地域包括支援センターの方々にグループワークの補助などでお力添えいただきました。

また、受講生は、今回初めて参加した方と令和5年度も参加していた方が共に学び、情報交換する中で、この地域について新たに知ったり、考えたりすることにつながりました。

「コミュニティデザイン」をテーマに

今回は、コミュニティデザインを切り口に地域について考える講座としました。人と人がつながり、コミュニティが生まれることで、右記チラシに描かれているように“自分のしあわせ”のための行動が“地域のしあわせ”となり、また、“地域のしあわせ”を思うことが“自分のしあわせ”にもつながります。

講義やグループワークを通して、これらのことを学べるようにプログラムを設計しました。

エリア別のグループワーク

第1回、第2回にて、相手を替えながらペアワークやグループワークを行い、コース全体にどのような人たちがいるのか少しわかってきたところで、第3回に最終回までワークを行うグループ分けを行いました。久我山～浜田山エリアを3つに分け、計5グループとなりました（詳細は「5.講座内容の紹介」参照）。

ご自身に馴染みのあるエリアについて話し合うことで、“地元のあるある”を共有でき、会話のきっかけがつけられました。同じグループで話し合いを重ねる中、受講生同士が打ち解けて、話が止まらないこともありました。



学習支援者  矢野 恒 （やの やすな、まちづくりコーディネーター） 「地域」を語るために「ひと」が集まり、「ひと」が集まることで地域が生まれ、発展が生まれることがコミュニティが大切だと考えます。 そして、すぎなみ大人塾地域コースでは、「ひと」がそれぞれ持つ「得意」を育み、今年度は「コミュニティデザイン」をテーマに、「ひと」と「ひと」のつながり、そして地域とのつながりを、受講者の経験と一緒に考え、話し合っています。		
コーススケジュール		
第1回 6月29日(土) 10:00～12:00 高井戸地域センター 「仲間づくり」のスタート みんなでコミュニケーション！	第2回 7月27日(土) 10:00～12:00 高井戸地域センター キャッチコピーでまちづくり ゲスト講師：竹橋 崇（佐野のコピーライター）	第3回 9月7日(土) 10:00～12:00 高井戸地域センター 私たちの地域について みんなで考えよう
第4回 10月5日(土) 10:00～12:00 久我山会館 コミュニティデザインを学ぼう ゲスト講師：橋上 節子氏（コミュニティデザイン・塾生）	第5回 11月16日(土) 10:00～12:00 久我山会館 いろいろな地域のまちづくりを知ろう	
	第6回 12月7日(土) 10:00～12:00 浜田山会館 私たちの地域のしあわせって何だろう？	第7回 1月25日(土) 9:30～12:00 浜田山会館 学びをシェアしよう
学びあいの伴走者 尾崎 久子（ソーシャルワーカー） 岡田 美津江（青年事務員） ※すぎなみ大人塾が塾生、地域で活動する方がみえさんの学びあいに仲間です。		
【主催・会場・申込】 杉井地区社会福祉センター TEL: 03-3317-4521（平日9:30～17:00） Eメール: shakyo-city@sugnamig.jp 【参加費】 無料（グループ活動に際する費用等、一歩実費がかかることがあります。） 【対象】 杉井地区在住の方 【定員】 30名（応募者多数の場合は抽選となります。） 【申込方法】 申込フォームに必要事項をご入力の上、お申し込みください。▶ 【締切日】 令和6年6月2日(日)		

2. 実施状況

◇講座（全7回）

時間：10：00～12：00

会場：高井戸地域区民センター、久我山会館、浜田山会館

◇学習支援者：矢野 恒（やのや主宰、まちづくりコーディネーター）

◇学習支援補助者（学びあいの伴走人）：尾関 久子、岡田 美津江

	日	内容	学習支援者 & 講師	参加
1	6月29日（土）	「仲間づくり」のスタート みんなでコミュニケーション！	矢野 恒	30人
2	7月27日（土）	キャッチコピーでまちづくり	竹島 靖 （伝説のコピーライター）	26人
3	9月7日（土）	私たちの地域について みんなで考えてみよう	矢野 恒	26人
4	10月5日（土）	コミュニティデザインを学ぼう	西上 ありさ （コミュニティデザイナー、 studio-L TOKYO代表）	21人
5	11月16日（土）	いろいろな地域の まちづくりを知ろう	矢野 恒 小林 友希（小杉湯となり）	25人
6	12月7日（土）	私たちの地域の しあわせって何だろう？	矢野 恒	21人
7	1月25日（土）	学びをシェアしよう	矢野 恒	23人

3. 受講生データ（年代内訳）

20代	30代	40代	50代	60代	70代	合計
1人	2人	4人	11人	8人	9人	35人

4. 参加前アンケート

4-1 この講座に参加したいと思った理由に近いものはどれですか。（複数回答可）

- 1 「コミュニティデザイン」に興味があったから…………… 14件
- 2 地域をもっと知りたいから…………… 19件
- 3 地域の中で友人や知り合いを増やしたいから…………… 17件
- 4 いろいろな人と話してみたいから…………… 11件
- 5 参加できる曜日・時間帯だから…………… 4件
- 6 その他…………… 3件

4-2 この講座に期待していること、楽しみにしていることなどを教えてください。

- ☐「コミュニティデザイン」とは何かについて学習支援者や講師の方々から学ぶことを期待しています。
大人塾を通じて「地域」とどうつながり、私自身に何ができるのかを知ることができればと考えています。
- ☐この講座受講のご縁で、今後も仲良くさせていただける方々と出会えたら嬉しいです。
また、自分の立場で何か社会貢献出来ることがあるか探したいです。
- ☐地元の人達と、学びや交流を通して、豊かな人生を送りたいと思っています。
- ☐地域内で共に活動をしていける方と、ネットワークを構築させて頂きたい。
- ☐人と地域とのつながり
- ☐地域、特に久我山地区に興味がある方々と知り合う機会を期待しています。
- ☐新しい人とのコミュニケーション
- ☐まちづくりを学びたい、さまざまな角度から地域を知り、地域をもっと好きになりたい。
- ☐まちづくりについての認識を深めること。
- ☐これまでの経験と全く異なる分野の勉強を試みたかった。

5. 講座内容の紹介

第1回

「仲間づくり」のスタート

みんなでコミュニケーション！

日 時：令和6年6月29日（土） 10:00～12:00

参加者：30人

会 場：高井戸地域区民センター

学習支援者：矢野 恒

【講座内容】

今回の講座のオリエンテーションを行い、自己紹介カードを活用しての「トークフォークダンス」をウォーミングアップとして体験しました。もう少し時間が欲しかったというくらい初対面の人同士の会話が弾み、仲間づくりのスタートを楽しみました。

受講生の皆さんも、既に地域活動をされている方も含めて、地域に関心のある人が多く、講座に対する期待も高いと感じました。「まちづくりって何だろう？」というワークを通じて、各自の想いを聞く事ができ、受け身だけでなく、みんなで創っていく講座だという事も共有できる場になりました。

〔記録：学びあいの伴走人 尾関 久子〕



第2回

キャッチコピーでまちづくり

日 時：令和6年7月27日（土） 10:00～12:00

参加者：26人

会 場：高井戸地域区民センター

ゲスト講師：竹島 靖（伝説のコピーライター）

【講座内容】

講師のスピード感があり、流れるような進んで、あっという間の2時間でした。「座右の一行・一行力の法則」*という事で、キャッチコピーづくりのヒントを頂き、情報過多の現代に人の心に響くコピーを自分達も作ってみるワークを行い、受講生同士で「いいね！」を付けるという楽しい時間を体験しました。

竹島さん考案の「差別化点見える化チャート」での整理の仕方を知り、杉並の推しを具体的な言葉にしていく作業を通して、キャッチコピーの影響を感じました。

講師の言葉にあった『1つのまちに1つのキャッチコピー』は、皆で共有していくツールになり、それを一緒に考えて行く事で自分ごとになると実感しました。

次回に向けて自分達の地域のコピーを考える事で、より身近に感じて行けると思います。

〔記録：学びあいの伴走人 尾関 久子〕



*座右の一行：お気に入りのキャッチコピー / 一行力の法則：有名なキャッチコピーに共通する特徴

第3回

私たちの地域についてみんなで考えてみよう

日 時：令和6年9月7日（土） 10:00～12:00

参加者：26人

会 場：高井戸地域区民センター

学習支援者：矢野 恒

【講座内容】

今後の講座のワークを行うための「グループ作り」を目的として行われました。

「久我山～富士見ヶ丘」、「富士見ヶ丘～高井戸」、「高井戸～浜田山」の3エリアを設定し、1グループ6名を限度に、受講生の意思を尊重しグループ分けを行い、「久我山～富士見ヶ丘」2チーム(ほたる・なまけもの)、「富士見ヶ丘～高井戸」1チーム(シラサギ)、「高井戸～浜田山」2チーム(ハクビシン・カピバラ)の6チームで進めていくことになりました(後日5チームに変更)。そして、グループ内のモチベーションを上げるため、昨年度にすぎなみ大人塾で作成した地域クイズを用いてグループ対抗戦クイズを行いました。

後半は、今後のコミュニティデザインを考える上でベースとなる「地域マップ作り」を行い、地域のよいこと・悪いこと等々をグループ間で共有しました。グループ作りもスムーズに行われ、初めてのグループワークも活発に意見交換が進み、今後が楽しくなりそうな講座になりました。

〔記録：学習支援者 矢野 恒〕



第4回

コミュニティデザインを学ぼう

日 時：令和6年10月5日（土） 10:00～12:00

参加者：21人

会 場：久我山会館

ゲスト講師：西上 ありさ（コミュニティデザイナー、studio-L TOKYO代表）

【講座内容】

今回は会場が前回までとは異なったのと、雨天だったせいか欠席者が多かったです。受講生は、少しずつ顔見知りになってきた様子で、グループ内で対話されていました。

西上さんをお招きして、コミュニティデザインについて学びました。ゲスト講師の方の体験を基にお話が進み、受講生の皆さんが前のめりになって聞いているのが伝わってきました。

企画を考える時間は、皆さん、心の声を口に出して和気あいあいとした雰囲気でした。「わくわく」する企画は、発表している受講生も聴いている受講生も楽しそうでした。それぞれがポジティブに意見を言い合っているのがとても良かったです。なかには、すぎなみ大人塾に来て、受講生同士でお話し出来るのが嬉しいと言って帰られる方もいました。伴走人やサポーターが声を出すことが少なく、自主的に積極的にグループ内で会話が広がられているようにみえます。これからのグループワークが楽しみになりました。

〔記録：学びあいの伴走人 岡田 美津江〕



第5回

いろいろな地域のまちづくりを知ろう

日 時：令和6年11月16日（土） 10:00～12:00

参加者：25人

会 場：久我山会館

学習支援者：矢野 恒

事例紹介者：小林 友希（小杉湯となり）

【講座内容】

今回は、グループごとに人数の差はありましたが、カードゲームでコミュニケーションを取りながら進んでいました。受講生同士の距離感が近づいてきたように感じました。

矢野さんと小林さんの事例紹介は、とても自分ごとに置き換えて考えやすかったので、受講生も楽しく興味をもつことができたようでした。回数を重ねることにより、地域の見え方が変化してきているようにみえます。大きい課題から、一人で明日からでも出来そうな課題へと変わってきていると思います。小さな気づきを言葉にされているのを耳にしました。

すぎなみ大人塾に来て、受講生の輪が少しずつ広がっていくのが楽しみです。

〔記録：学びあいの伴走人 岡田 美津江〕



第6回

私たちの地域のしあわせって何だろう？

日 時：令和6年12月7日（土） 10:00～12:00

参加者：21人

会 場：浜田山会館

学習支援者：矢野 恒

【講座内容】

講座の作業としては最後になり、個人ワークとグループワークの2つを行いました。最初に「海士町の事例」を紹介し、島の幸福論をモデルとして、個人ワークである「わたしの幸福論」(指標)を考え、「幸福論(指標)を実現するための行動」をシートにまとめました。

後半は、グループワークに移り、グループとしての幸福論(指標)をつくり、そして幸福論(指標)を実現するための行動をまとめ、その後、「幸福論を実現化するためのプロジェクト」をまとめました。

最後は、発表会(第7回)に向けて各グループ内で調整をしました。各グループとも「わくわく」感のあるプロジェクトを考えており、次回の発表会が楽しみになりました。

〔記録：学習支援者 矢野 恒〕



第7回

学びをシェアしよう

日 時：令和7年1月25日（土） 9:30～12:00

参加者：23人

会 場：浜田山会館

学習支援者：矢野 恒



【講座内容】

本講座のテーマである「コミュニティデザイン」について、前回(第6回)に作成した個人シート「幸福論(指標)を実現するための行動」をもとに振り返りを行いました。

発表に向けて最終調整を行い、1グループ持ち時間15分で各グループの発表となりました。各グループとも作業時間は短かったものの、きちんと仕上げて発表会に臨んでいました。

発表会後は、グループごとに振り返り等を行いました。各グループとも共通のテーマに「地域コミュニティづくり」があげられ、受講生の今後の活動が楽しみな講座になりました。

〔記録：学習支援者 矢野 恒〕

～各グループの発表テーマ～

- ① なまけもの・ほたる→ 楽しい久我山の輪(コミュニティ)
- ② シラサギ → 高井戸HAPPYフェス
- ③ サ イ → おいしいもの発見！！
- ④ カピバラ → 世代を超えて多様な人が集まるスペース
- ⑤ ハクビシン→ 『すぎなみMM1グランプリ』

～マチをみんなで守ろう！知ってもらおう！すぎなみMACHI-MAP 1 グランプリ～



第7回の発表用に各グループがまとめた資料

〈なまけものほたる〉

■幸福論を実現化するためのプロジェクト		グループ名 なまけもの ほたる
プロジェクト名	楽しい 久我山の幸福 (コミュニティ)	
プロジェクトの概要	・地元コミュニティの強いつながりを作る ・情報の共有 → SNSの活用	
だれを対象とするか？ ターゲットは	久我山に住んでいる人、関わる人 ※居住にはこだわらない	
だれを仲間にするか？	最初は久我山中心 徐々に久我山に興味ある人に広げていく	
わくわく ポイントは	・お酒を飲める人も飲めない人も ・楽しめる企画 ・前向きに受け入れるようにする！	
プロジェクト 立ち上げの スケジュール	・新年会から始めよう (次回 1/25の夜から！)	
地域との関わり	1人から1人を誘うなど...	

C : 企画シート③

<シラサギ>

■幸福論を実現化するためのプロジェクト

グループ名 ツラサギ

プロジェクト名	高井戸HAPPYフェス
プロジェクトの概要	高井戸公園で、ダンスや音楽ステージ、フログラム、地元野菜の販売、試食、自然を感じる、学ぶ・体験・交流・などを通じて、地域をつむぎ、高齢者まで、HAPPYにする!
だれを対象とするか? ターゲットは	すべての年齢層
だれを仲間にするか?	大人塾のみなさん、地域の友人
わくわく ポイントは	・地域のものを活用 ・多世代が楽しめる、食やステージプログラム
プロジェクト 立ち上げの スケジュール	・メンバー集め ・東京都、公園課への許可申請・調心・申請 ・実施計画 ・実施
地域との関わり	町会(久我山、宝塚、上高井戸、高井戸) ・近隣の学校や団体の協力

C: 企画シート③

<サイ>

■幸福論を実現化するためのプロジェクト

グループ名 サイ

プロジェクト名	おいしいもの発見！！
プロジェクトの概要	地域のつながりをつくるために、おいしいものを食べに行く
だれを対象とするか？ ターゲットは	大人塾のメンバー
だれを仲間にするか？	メンバーの友人・知人
わくわく ポイントは	新しい出会い(新しい人・食物・場・知)が生まれる
プロジェクト 立ち上げの スケジュール	・ 情交流のためのLINE を立ち上げる ・ 個々人の好みを知る ・ 第一回の幹事を決める ・ 次回以降の幹事持ち回りの有無・場所・内容等を決める ・ 開催の感想を LINE で発信し交流を深め、次回のヒントにする
地域との関わり	・ その結果、地域を知り、交流を深めていく ・ テーマを広げていく

C : 企画シート③

<カピバラ>

■幸福論を実現化するためのプロジェクト

グループ名 カピバラ

プロジェクト名	世代を超えて多様な人が集まるスペース
プロジェクトの概要	・集まりたい人/集まりたくない人もアクセスできる ・外国人 ・幅広い世代 ・LGBTQ+ 等 } 安心して楽しめる居心地が良い！ そしてアクセスがしやすい！ スペースでは情報共有や学び合いも出来る！
だれを対象とするか？ ターゲットは	上に記述
だれを仲間にするか？	一部に限定せず「誰でも」がポイント！ <i>Diversity!</i>
わくわく ポイントは	・素敵なデザイン ・他にもいろいろ！
プロジェクト 立ち上げの スケジュール	特定の店にコラボを持ちかけて、イベントを定期開催 〈候補〉 ・高井戸駅前 「あいたか（和食レストラン）」
地域との関わり	・地域の企業とコラボ ・地域住民との相互交流 ・高井戸清掃工場との共同イベント

C：企画シート③

■ 幸福論を実現化するためプロジェクト

ハクビシン

背景	・狭い道路が多く消防車が入れないこの地域をどう守るか ⇒ <初期消火> が重要 ・『自助・共助・公助、近助』の前提となるコミュニティづくり ⇒ 各人が<声かけ> <参加> しやすい仕組み ・「防災」等 MAP 作成を通じて地域の課題・良さを認識 ⇒ その<情報を共有・最新化> する仕組み ・単発、一時的な取り組みで終わらないようにするには？ ⇒ <学校>・<地域>・<行政> が連携
プロジェクト名称	(仮)『 すぎなみMM1グランプリ 』 ～マチをみんなで守ろう！知ってもらおう！ すぎなみ MACHI-MAP 1 グランプリ～
プロジェクト概要	久我山～浜田山コースの防災・コミュニティ MAP 作成 (今まで)【小学校】授業で【通学路の危険箇所】を作成 ①「学校安全マップ」を以下のとおり アップデート
消防と連携	【小学校】が「 地域防災安全マップ 」に アップデート ②【消火器】、【ピーポくん 110 番】の場所を追加
町内会と連携(協賛)	【町内会】が作成（学校・地域と連携） ③「 地域の【名物】を追加したマップ 」に アップデート ⇒町内会は、 毎回、回覧板に挟み込み【名物】を広告 ⇒お祭り等イベント発生時期に、場所等をマップに表示
データ化(将来的)アプリ化	【杉並区】と連携 ④全地域のマップを区役所等に毎年展示 ⇒毎年の「グランプリ作品」を決定するだけでなく、 <u>「(●年に一度)今年の発表は▲▲地区」と指定して、</u> <u>掲載情報を最新化させ、継続させる仕組み</u> ⇒マップを「公式電子地図サービス すぎナビ 」に掲載 【杉並区】に協力(例：電灯・樹木点検を区民が代替) ⑤歩いたコースの電灯・樹木を写真撮影してポイント化

「公式電子地図サービス **すぎナビ**」：<https://www2.wagmap.jp/suginami/Portal>

だれを対象とするか	地域に関わるすべての人 -昔から住んでいる人も住み始めた人も訪れた人も
だれを仲間に するか ★ポイント⇒	・小学校 & PTA、町内会(回覧板を通じて地域住民) ・杉並区、警察、消防、・民間業者(見守り・協賛) ★就活生(「地域貢献をガクチカにしよう!」と毎年募集)
わくわく ポイントは	・(自分)家・地域を守ること、初期消火できる可能性増 ・(子供)【消火器】等を宝探しゲーム感覚で探し、場所を 覚えられることで、災害時に大人の助けになる ・(学校)マンネリ化していた「安全マップ」をバージョンアップ ・(地域)衰退している町内会機能を強化
プロジェクト (立ち上げの) スケジュール	①(夏休み前) [小学校]で「学校安全マップ」を作成 ▶「学校安全マップ」の作成対象学年・指導時期を確認 ▶従来の PTA、警察に加えて、消防の追加可否を確認 ②(夏休み中)[町内会]および[PTA]等が主体となり、 例えば、【消火器】等を追加するイベントを開催 《イベント名》あえて分かりにくい名称にしています。。。 『ファイヤーエクスティングシャーはどこですか?』 ▶保護者も参加する機会に「学校安全マップ」を再確認 ▶初回参加時に同マップを渡して、学校に来る途中に見つけた【消火器】の場所を申告させて、その分のシールを貼ってあげる等のゲーム性を持たせる ▶ラジオ体操期間に同時開催、要員等をかけずに実施
新たな/ 継続的な 地域との つながり	③(夏休み後)【町内会】および【学校・PTA】・【杉並区】 が連携して、商店街の【名物】等をマップに掲載 ▶掲載条件・今年のテーマ(歩かせたい場所)等を検討 ▶お店の割引券を付けたり、独自性を持たせるしくみ ⇒地元以外の企業からは「協賛」という形で参加を募り、資金を集めて、運営費および子育て・介護等の杉並区のサービスに活用 ④(11月頃)【杉並区】主催の『MM 1 グランプリ』開催 ▶「発表校」の指定年を検討(6年間に一度は要実施) ▶「公式電子地図サービス すぎナビ」への掲載条件確認

発展 プロジェクト	⑤(アプリ化):「トリマ」のように移動するとポイントが貯まる ▶情報が投稿されるとポイントが加算される仕組み等
	⑥更にアップデートするためには、区民の協力が必要 ▶インフラ点検支援アプリ「TEKKON」のようなしくみは？ 日本のマンホールは37.5%・電柱の5%の点検作業を達成！！ https://lp.tekkon.com/
	⑦(地図活用とあわせて課題解決⇒タクシー難民解消) ▶アプリでいつでも呼べる(EV-)TUKTUK (トゥクトゥク) ▶GPS で位置確認することが出来て、ライドシェアも可 ▶距離や回数をポイント化して、「地域通貨」で支払 ▶区民登録者を募集(運転手は免許等審査あり)

加えて、各チームのプロジェクトを継続・改善させていくための共通の提案として・・・
『10・20 代の若者をいかに取り込めるか』という事がプロジェクトの成功に近づけると考えました。立ち上げメンバーだけで進めるとマンネリ化しますし、新しいメンバーや考えが生まれにくくなります。若者が参加するきっかけとしては自身の就活のためにと当初考えたとしても、地域の方との交流で成長できると思われます。

=====

＜広報すぎなみ 募集例＞

あなたの地域で活動しませんか？－就活生必見！地域貢献をガクチカにしよう

地域マップ作成－学生ボランティアの募集

地域住民の交流と良好なコミュニティ形成によって住みやすいまちをつくるため、防災・地域マップを作成しています。あなたの地域で活動しませんか

募集内容	防災・地域マップ作成ボランティア
募集人数	各地域ごと若干名(←あえてこの書き方)
説明概要	あなたの住んでいる地域の防災やオススメの場所を紹介する地域マップを作ります。就活前にさまざまな年代の方やいろいろなお仕事を経験されている方に話を聞くことができます。また、若者リーダーとしての経験は、みなさんのガクチカとして有益なものになると思います。学生のみなさんの参加をお待ちしています！

=====

6. 成果

コミュニティデザインに対する理解

「コミュニティデザイン」に大きな関心をもって参加した受講生の皆さん。最終アンケートに回答した19名（35名中）のうち、「コミュニティデザイン」への理解が「深まった」と答えた方が11名、「やや深まった」が8名でした。「今まで考えたことのないコミュニティについて、多様なアプローチで意識することができ、刺激になりました」という感想が寄せられました。多様な地域の事例紹介も含め、一見捉えどころのないテーマを理解し、皆さんの新たな知見や学びになったと考えます。

自分でできることやワクワクするポイントを軸に

すでに地域でさまざまな活動を行っている人も、これから何かを始めてみたいと思っている人も、改めて自分ができること、自分がワクワクするポイントをじっくり考えることは、大事な要素だったと考えます。個人から始められることをグループワークの中で共有しながら、講座の仲間や地域でできることを考え話し合い、最終的には各グループが「幸福論を実現化するためのプロジェクト」を企画し、発表しました（p.36～p.42参照）。

あるグループでは、これまでの仕事や活動の経験から、皆が共有できる明確な課題を基にプロジェクトを率先してまとめようとしている受講生がいました。この方は、そのプロセスの中で、「これじゃあ面白くない!!」ということに気づき、改めてそれぞれのメンバーのワクワク・ポイントに立ち返って企画し直したことを、大きな学びとして受け止めていました。地域で何らかの活動をする際に、一人ひとりのしあわせを大事にできる「スモール・スタート」が、地域のしあわせにもつながり循環する、ということを物語るような発見でした。

「集まりたくない人」もいられる、ゆるいつながりとスペースを

各グループのプロジェクト発表を聴き合った後の全体の話し合いでは、「集まりたくない人」もいられるような、地域でのゆるやかな関係性やスペースを大事にしたいという発言が続きました。それはまた、普段は皆で集まるのが好きだとしても、一人になりたいときにはそれも尊重されること、また、高齢になって集まらないような状況でも何らかの方法でつながり続けられること等も含んでいます。

受講生の皆さんが、他のグループの発表を聴いて自ら発見し深める話し合いを持てたことは、一人ひとりの意識、思考、経験等を踏まえた、まさに大人の学びだったと感じます。

学びあいの伴走人・サポーターのフォロー

「学びあいの伴走人」（学習支援補助者の呼称）は、昨年度に引き続き、講座の企画を学習支援者と共に検討しながら、受講生の皆さんの隣にいて学びを見守り支える役割を担っていました。令和6年度は地域包括支援センター「ケア24」の高井戸、浜田山、上井草、下井草のスタッフの方々、また、前年度のすぎなみ大人塾を受講した方々に、グループワークのサポーターになっていただきました。

サポーターの皆さんの動きを見て、次回以降に学びのサポーターになってみたいと考える受講生が出てきたことも、一つの成果と考えます。

7. 課題と今後の取組

講座の目的や展開をどの程度“見える化”するか

この講座では、「最初は目的がわからずとまどっていたが、グループに恵まれ、よく話し合えた」「講座で出てきた問いは正解のないものが多かったため、自由に発言することができた」という感想が寄せられたように、受講生の皆さん自身が振り返り、気づくことを大事にして運営しました。

一方で、「最終回の発表に向けて、グループを組み、発表内容をまとめていくという流れを受講生募集時に周知した方が良い」といった声もあり、受講生の皆さんが共通に理解できる学びの展開を、受講申込時や講座の最初に共有する必要性があったのではないかと考えます。

学びを深め、自分の中に落としていく時間

今年度は2時間の講座の中で、盛りだくさんの個人ワークやグループワークがありました。受講生の皆さんがグループで行う話し合いやワークに対して時間が足らず、話が深まってくる前に終了せざるを得ない場面もありました。また、講義や発表に対し、質疑応答する時間も限られていたので、気になったことを聞けないまま次に進んでしまい、学びを吸収する機会を逸してしまった可能性もあります。

実際に、受講生から「講義→グループワークの流れがよかった。ただ時間が少なかったので議論が中途になることが多かった」という声も寄せられており、この点は、今後の講座に反映できるよう、学習支援者、学習支援補助者、社会教育センター担当者間で改めて検証し、より良い学びにつながるような講座を企画できればと考えます。

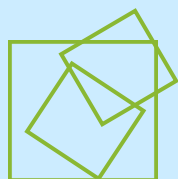
グループ編成の仕方

このプログラムでは、第3回に関心のあるエリアを選び、5つのグループに分かれて、そのグループで最終回までワークを行いました。結果的には、ほぼ全員が出席のグループと、欠席者が多いグループができてしまい、ワークの進捗や盛り上がりには差が出ることとなりました。

構成メンバーが異なるので、グループごとの差が全くでないようにすることは難しいですが、グループによって充実度に差が出ないよう、グループ編成のタイミングや、エリアで分ける必要性、ワークが進めやすいメンバー構成にする方法等、検討していきます。

学習支援者から受講修了生へ

メッセージ



学習支援者

矢野 恒

(やのや主宰、まちづくりコーディネーター)



すぎなみ大人塾地域コースを受講された皆さま、長期に渡り足をお運び頂きありがとうございました。

テーマである「コミュニティデザイン」について真摯に取り組んでいただき、最後にはとても楽しい「わくわくプロジェクト」が出来あがりました。

本講座を終え、「地域の課題や良さがシェアできました」「少しずつ形が見えてきました」「講座終了後、何か繋がりをもちたいと思った」「地域の発展のためにできることがこんなにあるのだと驚いた」などなど、仲間とのつながりや地域への想いが知らず知らずのうちに身に付いているかと思います。

これからの「地域づくり」には、その地域に住む人たちが地域にどう関わってどう暮らしていくかが大切です。その一翼を担うのが「地域コミュニティ」であり、その活動そのものが「コミュニティデザイン」です。

皆さまがこの「コミュニティデザイン」を創り上げていくことを信じております。

コミュニティデザインに正解はございません。

まずは自分に出来ることから始め、そして少しずつ輪を広げていって下さい。

その際には必ずこのすぎなみ大人塾でつながった仲間たちが手を差し伸べてくれるはずです。

すぎなみ大人塾を通じて生まれた「コミュニティ」を中心に「地域の魅力」を発信して下さい。

皆さまの地域活動を期待しております。



学びあいの伴走人（学習支援補助者）としての振り返り

地域コース2年目は講座の組み立ての仕方もわかり、サポーター含めて会場準備も手際良く進める事が出来ました。「人とつながるしくみを考える」というテーマは、私にとっても地域コースの意味を考える機会になりました。今回は他のコースとのオプション企画もあり、よりそれを意識する事が出来ました。講座が進む中で、昨年以上にグループ毎の繋がりが感じられ、最終回には全体でのオフ会も開催され、地域の中での緩やかなネットワークが生まれました。今後も地域の中で人がつながる為には、継続した共に学ぶ場や活動する場がある事が大切だと感じました。私自身も次年度はそれが続けて行けるような仕掛けをして行きたいと思います。

今年度も皆さまのお陰で新たな学びと気づきがあり、ありがとうございました。

尾関 久子

地域コース2年目は、コミュニティデザインについての学びでした。地域の課題を考えると大きなことから始めるイメージでしたが、講義を進めていく中で小さな気づきから始まり、自分がワクワクすることを行なっていくことが大切なことがわかりました。これなら私も何かを始められそうな気がします。

受講生の皆さんも大きなイメージから自分事に落として、考えられるようになってきたのを会話の中で感じることが出来ました。1年目も感じましたが、グループワークを重ねることで緊張がほぐれて心地よい意見交換が行われているのが楽しかったです。対話は、とても有効なコミュニケーションツールだと実感しました。

最後にさまざまな企画が発表され、実現するのが待ち遠しいです。3年目には、受講生と一緒に何か実現出来たらと思っています。

岡田 美津江

サポーターとしての振り返り

昨年度の受講修了生でしたが、今年度サポーターとしてお声掛け頂き、二つ返事で参加させて頂きました。それは学習支援者の言葉通り「参加なくして未来なし 楽しくなくして参加なし」を実感し体験した立場から、地域を知り人につながる、しくみを考える今回の地域コースの裏方を務めたいと思ったからです。

結果、コミュニティをつくるまたは考える上で、皆さんの楽しそうな姿を見るにつけ本当に良かったという思いを噛みしめました。

鈴木 孝一

自身の住む地域に愛着を持ったメンバーが、吸い寄せられるように集まり、あれよあれよという間に地域課題を共有し、同じ方向に視線を合わせて動き出そうする過程を体験できたこと、大変有意義な時間でした。

ブラボー！！愛があつての地域改革！ひしと感じました。

長嶋 朋子(ケア24下井草)

受講生の声

この講座を受講する前と後で、「仲間づくり」「人とのつながり」「地域でこれからやってみたいこと」などについて、気持ちや考え方に変化がありましたか？具体的な変化を教えてください。

001 |

自分達の力で地域のこれからを作っていくことが出来ることが分かり、その機会があれば参加したいと思った。

002 |

人付き合いが得意ではないのですが、引っ張ってくれる人がいれば乗っかれる事に気づき、変わるのは少しでも出来る事からでも良い事を認識しました。小さな一歩です。

003 |

みんなコミュニティのつながりの重要性を認識していたが、継続することの難しさを知ることができた。

004 |

チームで企画したプロジェクトを実現させたいと思った。

005 |

地域課題がより鮮明になった。

講座全体を通した感想を自由にお書きください。

001 |

月に一度講座に参加するのは、大人の部活のような感じで楽しみであり、さまざまな学びがあった。グループのメンバーと仲良くなれたのは大きな収穫だった。

002 |

地域とのつながりとは何かを考え始めました。

003 |

地域について考える機会になり、少しずつでも何かやってみようと思うようになりました。

004 |

地域の発展のためにできることがこんなにあるんだと驚いた。

005 |

講座を受けて、住民同士が繋がることがやはり大切だと感じました。今後は地域のボランティア活動に参加してみたいです。

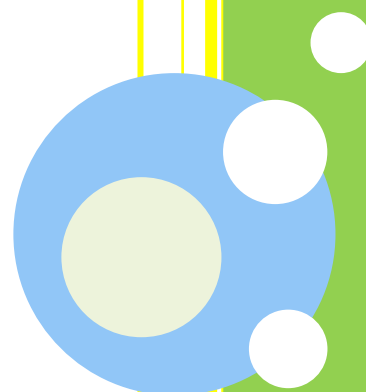
006 |

地域の繋がりを求めている人は案外いて、実行力のある人が中心になって巻き込んでいけば何かが生まれそう。たくさんの方の知恵でずっと続けられる事ができたらいいのですが、そこが大変なところ。課題は多いけれど一人一人の意識が大切なのかな。まだ現役の仕事&子育て中なのでこれ以上時間は取れませんが、あと数年後にまた仲間と何かできたらとワクワクしています。

すぎなみ大人塾
はじめの一步コース

ワクワクからはじまる 大人の放課後デビュー

学 習 支 援 者 荻上 健太郎



すぎなみ大人塾 はじめの一步コース

1. 概要

はじめの一步コースとは

はじめの一步コースは、「すぎなみ大人塾に初めて参加する」という方を対象に、昨年度に新設しました。すぎなみ大人塾で大切にしている「つながる楽しさ」を体験しながら、自分なりのはじめの一步を見つけるコースです。

「ワクワクからはじまる大人の放課後デビュー」

今年度のコースタイトルは「ワクワクからはじまる大人の放課後デビュー」。「大人の放課後」をキャッチコピーとするすぎなみ大人塾の入口として、「自分がワクワクすること、好きなことから始めてみよう」を合言葉に、開催しました。

遊びと学びはシームレス

はじめの一步コースのキーワードは、「遊びと学びはシームレス」。

初回の講座は、トークフォークダンスからスタート。コースの各回の時間の中では、受講生同士での「対話」にたくさんの時間を割きました。カードゲームを通して、自身の価値観を整理した回もありました。

そうした活動の中で、同じ杉並区という地域にさまざまな人がいることを知ったり、自分と異なる価値観と触れ合い、自分を見つめ直したりすることも学びの1つです。

一人ひとりのはじめの一步はなんでもいい。正解も間違いもない。はじめの一步が見つかったも、見つからなくてもいい。新たな出会いや対話の中で、それぞれの一步を探すのがこのコースであり、「このコースではこれをみんなで目指します」という「ゴール」は設けませんでした。

「講座」というイメージとはかけ離れたコースであったと思いますが、自分自身を見つめ直すこと、受講生同士のつながりが生まれて広がっていくこと、地域に一步踏み出してみるマインドセットを整える場となるようなコースにしました。

わくわくからはじまる大人の放課後デビュー (受講生募集!)

“地域の中で大人の放課後を見つけよう”をテーマとする「すぎなみ大人塾」昨年度に引き続き「はじめの一步」コースを開催します。このコースでは“自分のわくわくや好きから始めよう!”を合言葉に、地域の中で参加者同士のつながりを築きながら自分なりのはじめの一步を見つけることができます。

講座スケジュール

令和6年8/31(土) - 令和7年2/1(土) 全6回
毎週 午後3時～午後5時

8/31 ● セッション初級
《あそびからはじめよう》
・新しい一歩のまなこ、仲間と一緒にストレッチ!
9/21 ● 両後援地域センター
《もっと知ろう その1》
・一歩先を進み出した先輩の思いを聞いてみよう
・ゲスト：門倉 誠さん (ほか)
《もっと知ろう その2》
・ゲスト：門倉 誠さん (ほか)
10/19 ● セッション初級
《もっと知ろう その3》
・グループ対話でいろんな価値観に触れてみよう
11/30 ● 両後援地域センター
《もっと知ろう その4》
・地域や社会とつながるヒントを見つけよう
・ゲスト：門倉 誠さん (ほか)
12/14 ● セッション初級
《もっと広げよう》
・これまでの学びをより広げよう、自分なりの一步を考えよう
2/1 ● 両後援地域センター
《はじまりの一步》
・自分の学びを言葉であらわし、それぞれの一步を語ろう

対象 区内在住の方で、すぎなみ大人塾に初めて参加する方
定員 30名程度
受講料 無料 (お茶代・資料代は別途)

事前おためし会開催

初めての講座に申し込むには不安なという方へ向けた「おためし会」を開催します。またし合の参加もOKです。とさそふ会館にて参加ください。

令和6年8/3(土) 午後3時～4時
【会場】セッション初級
【定員】50名程度 (先着順)
【申し込み方法】申込フォーム(LoGoフォーム)に必要事項をご入力の上、お申し込みください。

【主催】杉並区立社会教育センター TEL:03-3317-6621 (平日 午前8時30分～午後5時) Email: shayko-city.sugihara.jp

すぎなみ大人塾 はじめの一步コース (受講生募集!)

“地域の中で大人の放課後を見つけよう”をテーマとする「すぎなみ大人塾」昨年度に引き続き「はじめの一步」コースを開催します。このコースでは“自分のわくわくや好きから始めよう!”を合言葉に、地域の中で参加者同士のつながりを築きながら自分なりのはじめの一步を見つけることができます。

講座スケジュール

令和6年8/31(土) - 令和7年2/1(土) 全6回
毎週 午後3時～午後5時

8/31 ● セッション初級
《あそびからはじめよう》
・新しい一歩のまなこ、仲間と一緒にストレッチ!
9/21 ● 両後援地域センター
《もっと知ろう その1》
・一歩先を進み出した先輩の思いを聞いてみよう
・ゲスト：門倉 誠さん (ほか)
《もっと知ろう その2》
・ゲスト：門倉 誠さん (ほか)
10/19 ● セッション初級
《もっと知ろう その3》
・グループ対話でいろんな価値観に触れてみよう
11/30 ● 両後援地域センター
《もっと知ろう その4》
・地域や社会とつながるヒントを見つけよう
・ゲスト：門倉 誠さん (ほか)
12/14 ● セッション初級
《もっと広げよう》
・これまでの学びをより広げよう、自分なりの一步を考えよう
2/1 ● 両後援地域センター
《はじまりの一步》
・自分の学びを言葉であらわし、それぞれの一步を語ろう

対象 区内在住の方で、すぎなみ大人塾に初めて参加する方
定員 30名程度
受講料 無料 (お茶代・資料代は別途)

事前おためし会開催

初めての講座に申し込むには不安なという方へ向けた「おためし会」を開催します。またし合の参加もOKです。とさそふ会館にて参加ください。

令和6年8/3(土) 午後3時～4時
【会場】セッション初級
【定員】50名程度 (先着順)
【申し込み方法】申込フォーム(LoGoフォーム)に必要事項をご入力の上、お申し込みください。

【主催】杉並区立社会教育センター TEL:03-3317-6621 (平日 午前8時30分～午後5時) Email: shayko-city.sugihara.jp

2. 実施状況

◇事前お話し会

日	内容	学習支援者	参加
8月3日（土）	本講座への参加希望者 全員を対象にした講座 体験会	荻上 健太郎 （東京学芸大学教育インキュ ベーション推進機構准教授）	17人

◇講座（全6回）

時間：15：00～17：00 会場：セシオン杉並ほか

	日	内容	学習支援者 & ゲスト	参加
1	8月31日（土）	あそびからはじめよう	学習支援者：荻上 健太郎	26人
2	9月21日（土）	もっと知ろう その1	学習支援者：荻上 健太郎 ゲスト：門倉 誠（すぎなみ大 人塾連・Co-enプロジェ クト） 山下 新人（阿佐谷 地域区民センター指定 管理者）	24人
3	10月19日（土）	もっと話そう	学習支援者：荻上 健太郎 ゲスト：令和5年度はじめての 一歩コース卒塾生有志	21人
4	11月30日（土）	もっと知ろう その2	学習支援者：荻上 健太郎 ゲスト：秋山 成子（まちナカ・コ ミュニティ西荻みなみ） 富田 幸路（同上） 望月 美智子（同上） 船尾 本（同上） 仲村 弘之（同上）	22人
5	12月14日（土）	もっと広げよう	学習支援者：荻上 健太郎	15人
6	2月1日（土）	はじまりの一歩	学習支援者：荻上 健太郎 ゲスト：令和5年度はじめての 一歩コース卒塾生有志 令和6年度地域コース 「久我山～浜田山 コース」受講生有志	20人

3. 受講生データ（年代内訳）

30代	40代	50代	60代	70代	合計
3人	2人	5人	7人	12人	29人

4. 事前お試し会後の受講生の声（アンケートより）

4-1 事前お試し会の感想

- ☐すぎなみ大人塾が何をするのか良くわからないので、本講座について行けるかなと思い参加してみましたが、目標目的が明確でなくても良いということがわかりました。
- ☐グループの方、皆さん良い方で楽しかったです。
- ☐私が探していたのはここだったかもしれないと感じました。
- ☐会の趣旨、目的、動機づけがやや不明。
- ☐気軽に知り合いができそうで面白いと思う。
- ☐久しぶりのワークショップ参加で緊張しましたが、楽しかったです。
- ☐とても楽しかったです。いろいろな意見が参考になりました。
- ☐同じグループになった方々が優しくて、いろいろな話を聞き、話すことができて貴重な体験となりました。楽しい刺激となりました。ありがとうございました。
- ☐講義形式かと思ってたんですが違いました。でも、面白かったです。

4-2 受講する上で楽しみなことや不安なこと

- ☐知らなかった事、知らなかった人と出会うのが楽しみです。が、最後に講座の成果をまとめて発表したり、何らかの社会活動を立ち上げたりしないのかなと心配です。
- ☐杉並をもっと好きになること。新たな出会いで楽しい仲間ができれば嬉しい！
- ☐講座のテーマが漠然としているので、どんなことを学ぶのか不安のような、楽しみのような感じです。
- ☐新しい出会い、気づき、今後、何を目指していくかきっかけを見つけないと思っているので、楽しみという気持ちしかありません。
- ☐同じ目的を持つ方々と関わりをもつことができるのが楽しみでもあり、うまく関わるができるか不安でもあります。
- ☐新しい楽しいつながりができて、自分自身にとって新しい価値観を取り入れることができれば嬉しいなあと思っています。
- ☐不安などなにもありません。何も無い日々にくらべれば、何かがあることこそ生きる証と思っています。
- ☐長年、仕事と家庭の往復で過ごしてきて、地域との接点はほとんどありませんでした。杉並区に住むいろいろな人のことを知る機会になるのを楽しみにしています。
- ☐文字通り、初めての経験なので、不安も期待もありますが、新しい自分さがしを楽しみたいです。

5. 講座内容の紹介

第1回

あそびからはじめよう

日 時：令和6年8月31日（土）15:00～17:00

参加者：26人

会 場：セッション杉並

【講座内容】

すぎなみ大人塾はじめの一步コース初回は、「あそびからはじめよう」をキャッチフレーズにスタートしました。

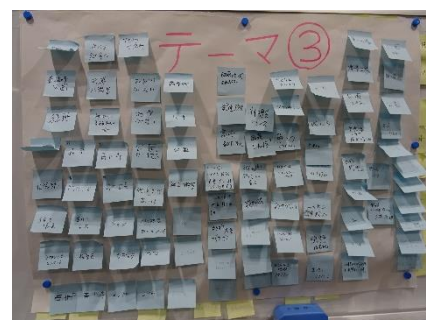
台風が接近する中でしたが、講座開催中は雨も降らず、受講生の皆さんの話し声がいっぱいに広がる講座となりました。

講座中盤から後半にかけて、全員で2重の大きな輪になって、トークフォークダンスを行いました。トークテーマは、「夏の思い出」、「最近ハマっていること、楽しんでいること」や、「杉並のおすすめ」などさまざま。皆さん、はじめてまして同士とは思えないほどの熱気と勢いで、お話をされていて驚きました！

荻上さんと受講生の皆さんと一緒に作っていくこのコースがどのようなものになるのか、これからが楽しみになりました。



トークフォークダンス



さまざまなことばをいただきました！

第2回

もっと知ろう その1

日 時：令和6年9月21日（土）15:00～17:00

参加者：24人

会 場：阿佐谷地域区民センター

ゲスト：門倉 誠さん、山下 新人さん

【講座内容】

第2回講座は、「もっと知ろう」というテーマで、杉並の地域で活動を始めた人や、活動の場として利用できる地域の施設に焦点を当てました。阿佐谷地域区民センターへ出向き、地域活動をしている塾連の門倉さんと阿佐谷地域区民センターの指定管理者の山下さんゲストをお迎えしました。

ゲストの門倉さんから、杉並で活動を始めた経緯や、活動のなかで大切にしていることを伺いました。一步を踏み出している先輩として、印象に残る言葉が数多くありました。また、阿佐谷地域区民センターの施設見学も行いました。新しい施設で、特に屋上庭園は皆さんの興味を引いたようでした。

後半は、門倉さんを交えたグループトーク。本日の気づき、この施設を使うならどんなことをしたいか、皆さんで和気あいあいとアツいトークをしていました。



阿佐谷地域区民センター屋上にて

第3回

もっと話そう

日 時：令和6年10月19日（土）15:00~17:00

参加者：21人

会 場：セッション杉並

【講座内容】

第3回は、昨年度のはじめの一步コースの卒塾生を迎え、いつものアイスブレイクからスタート。その後は、「みんなでわくワーク」の時間です。

今回のわくワークは、「沿線別に分かれて、沿線・エリアの自慢大会！」をテーマにグループワークを行いました。皆さん意外に知らないこと、共通点が多くあったようで、今までで一番の盛り上がりでした。

後半は「人生曲線」を記入しました。ご自身の人生を振り返って、印象に残っていることなどを話せる範囲で共有することで、皆さんの仲がグッと深まったようでした。

最後に、このコースをここまで進んでみて、感じていることや考えていることをみんなで共有し、後半に向けて前半を振り返る機会となりました。



各グループさまざまな沿線あるあるを披露していました。



第4回

もっと知ろう その2

日 時：令和6年11月30日（土）15:00~17:00

参加者：22人

会 場：まちナカ・コミュニティ 西荻みなみ

ゲスト：秋山 成子さん、富田 幸路さん、望月 美智子さん、船尾 卒さん、仲村 弘之さん

第4回は、セッション杉並の外に飛び出し、「まちナカ・コミュニティ 西荻みなみ」に会場を移して実施しました。

ゲストに、まちナカ・コミュニティ 西荻みなみの運営メンバーであり、リンクワーカーの秋山さん、富田さん、望月さん、船尾さん、仲村さんに、この施設を始めたきっかけなどを伺いました。

後半は、グループトーク。運営メンバー5人にも、もちろんグループに入ってくださいました。3ラウンド行う中で、どのグループも白熱したトークを展開し、いろいろな視点から運営メンバーの皆さまに質問を投げかけていました。

受講生の皆さんもいろいろな気づきを得て表情がみるみる変わり、打ち解けていく様子が非常に印象的でした。



1歩を踏み出している先輩から生の声を聴きました。

第5回

もっと広げよう

日 時：令和6年12月14日（土）15:00~17:00

参加者：15人

会 場：セッション杉並

【講座内容】

寒波の影響で非常に寒い日に実施した年内最後の第5回講座。

前半は、「エンゲージメントカード」を使ってグループワークを行いました。さまざまな価値観が書かれたカード7枚を取捨選択しながら、手元に残すというゲームを通じて、自分自身の価値観を再発見し、それをグループ内で共有することで、自分とは違う価値観を知ることができました。

後半は、「はじめの一步準備シート」を記入しました。このコースをここまで進んでみて、感じていることや考えていることをみんなで共有し、最終回に向けての振り返りとなりました。



エンゲージメントカードで再発見

第6回

はじまりの一步

日 時：令和7年2月1日（土）15:00~17:00

参加者：20人

会 場：高井戸地域区民センター

【講座内容】

最終回は、高井戸地域区民センターに場所を移し、「はじまりの一步のその先」と題して、地域コース、はじめの一步コースの卒塾生を迎え、お話を伺いました。コースに参加したきっかけやコース内で考えたプロジェクト、その後のあゆみなど具体的に活動している皆さんの言葉に真剣に耳を傾けていました。

後半は、「はじめの一步準備シート」を仕上げて、グループ内で共有。6回の講座を経て、どのグループも盛り上がり、時間いっぱいまでトークが止まらない様子でした。

最後は、「自分と仲間に贈る言葉」をそれぞれ書き、模造紙に貼りましたが、決意表明から仲間に贈る言葉まで温かい言葉で溢れていました。はじめの一步コースはこれで終了ですが、これでゴールではなく、ここからがスタートです。今後の皆さんの次の一步が楽しみです。



仲間に贈る言葉を送り合いました

6. 成果

受講生同士の関係性構築

多くの受講生同士が交流できるよう、各回の席順を変えたり、講座中もくじ引き等で席を変えたりと、いろいろな人とまんべんなく対話する機会をつくりました。講座の回数を重ねるにつれて受講生間のつながりが徐々にできていきました。その中で、受講生の中から講座外での活動を自主的に呼びかける方が現れ、講座の枠を飛び出した関係性を構築することもできたようで、講座内の活動の活性化にもつながりました。

何かに一歩踏み出していくための1つ手前の、一緒に踏み出す仲間との「つながり」づくりという点では、今年度もはじめての一步コースでは大きな成果を得られたように思います。

受講生と一緒に作るコースの運営

今年度ははじめての一步コースは、コースの各回の内容をあらかじめきっちり決めることをせず、受講生の様子や声をもとにしてコース運営を行ってきました。

第3回では、「昨年度の受講生と話をする機会を設けることで皆さんが具体的なイメージを持てるのではないかと考え、ゲストの先輩方のはじめの一步の話をさせていただきました。受講生からは大変参考になった、考え方が広がったという声があがりました。

受講生の様子に応じて内容を修正していくことは、効果的なタイミングや手段で受講生にとってより良い学びを提供することにつながり、1つの良い点だったと考えています。

事前お試し会&ゴールがない 新たな学びのスタイルへのチャレンジ

昨年度に引き続き、初めて講座に参加することの不安感の軽減を目的に、事前お試し会を開催しました。コースの主旨を理解した上で参加していただくことができ、途中から参加しなくなる方が例年より少なくなりました。

「はじめの一步は人それぞれ」という考えのもと、コースとして、「全員一緒にゴールを設けない」というのも新たなチャレンジとなりました。「学びのスタイルはいろいろある」ということを、今後のはじめの一步コースは体現していきたいと考えます。

また、アンケートでは、当初は「よくわからない」という意見や、やや否定的な回答が多くみられましたが、回を重ねるごとに、「なんとなくわかってきた、面白い、楽しい」という意見や、肯定的な回答も増えていきました。本コースの趣旨への理解や意義について一定の評価を得られたのではないかと考えています。

自分で定義する、自分の言葉で表現することへの挑戦

受講生一人ひとりが講座を通して「自分にとっての一步とは何か」を模索し続け、最後に自分の言葉で表現できたことは、これからのさまざまな挑戦を後押しすると考えます。

7. 課題と今後の取組

「ゴールはそれぞれ」の難しさ

はじめの一步コースでは、「はじめの一步は一人ひとりそれぞれ違う。」という思いから、全員一緒の「このコースのゴールはこれです」というものを設けず運営しました。

しかし、異なるバックグラウンドを有し、さまざまなステージにいる受講生同士で対話する際に、すでに地域活動などに参加している方とそうでない方とでは、経験がある方の発言や空気感に引っ張られてしまう様子も一部見受けられました。

進む速度も目指す先も異なる受講生の皆さんが、ゴールがないことに面白さを感じて、このコースの中に自分なりの落としどころを見つけられていたことが、アンケートや講座内でのお話からわかりましたが、参加した方々が安心して講座に参加できる工夫が十分であったかについては引き続き振り返りが必要です。

また、受講生の参加動機は多様で、卒塾後の進路は全方位、受講生の数だけ一歩があります。そのため、講座を運営するにあたって、そのことを理解しておくことは重要で大きな意味があると考えます。

はじめの一步の「次」をどうするか

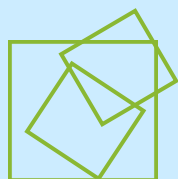
昨年度、コースを修了した方々の中には、絆が深まった仲間達と講座が終わっても繋がりを続けたい、自分たちの知識や経験を誰かのために役立てたい、という思いや熱意を持っている方もいましたが、そのための具体的なプランを描くには講座時間が足りず、また、そのための支援として、社会教育センターには何ができるか、ということが課題として挙げられました。

これを受け、令和6年度の講座後半では、受講生それぞれが次の一歩について考え、言葉にして仲間に伝えあいました。具体的な地域活動を始めたい、まずは地域のなかで仲間づくりをしたい、自分がどんなことに心が動くかなどもう少しじっくり考えてみたいなど、さまざまな意見がありました。

これらの「次の一歩」をより形にできるよう、いろいろな視点や知見をもとに具体的にサポートし並走する、地域コースの「学びの伴走人」のようなメンバーの導入を検討していきます。最初の一步を二歩目、三歩目につないでいくようなきっかけを投げかけていくことが必要だと考えます。

学習支援者から受講修了生へ

メッセージ



学習支援者

荻上 健太郎

(東京学芸大学

教育インキュベーション推進機構准教授)



はじめの一步コースの皆さんへ

8月末の猛暑の中でスタートしたこのコースも、全6回（お試し回も含めれば7回）、あっという間の半年間でした。皆さま、「地域の中で参加者同士のつながりを楽しみながら自分なりのはじまりの一步を見つける」このコースはいかがでしたでしょうか？最後までご一緒いただきありがとうございました。

最初に「私はなにも教えません。学び合いの場です」と私に宣言され、お試し会から最終回まで、参加者同士での対話の時間を中心に、「正解を探さない、求めない」「遊びと学びは表裏一体」「意外・偶然・偶発を楽しもう」「一人ひとりの一步を大切に」とずっと言われ続けたこのコース。皆さんも、楽しんだり面白がったりしながらも、それでどうなるのだろう？と不安を感じ、モヤモヤしながらの参加だったと思います。

それでも、各回の対話やアンケートの中で、「いろんな人に出会えて嬉しい」「もっと話したい」「新しい自分に気づいた」などの声をたくさんいただくとともに、「楽しい」「面白い」「わくわくする」という感想もたくさんいただき、まさに、このコースが目指す「自分のわくわくや好きからはじめよう！」という合言葉を体感していただけたのではないかと思います。

「はじまりの一步」はそれぞれですが、このコースでの出会いやご縁が、杉並という地域の中で皆さんが一步を踏み出し、歩み続けていくきっかけとなれば幸いです。私自身もまた、はじまりの一步を踏み出す仲間の一人として、皆さんと一緒に歩みを続けていきたいと思います。

受講生の声

私のはじめの一步宣言！

はじめの一步コースを受講したことがきっかけに、「新しく始まったこと」「これから始めようと思っていること」あるいは「自分なりに気づいたはじめの一步」がありましたら、教えてください。

001 |

とにかく、興味のあることは調べて、外にでかけてみる。

002 |

この講座で得た知見を活かして、地域サロン（きずなサロン）を作りたいと考えています。

003 |

現時点では全くの白紙状態です。この講座を足掛かりに、何かわくわくできることに挑戦できればと願っています。

004 |

特に踏み出せる一步もないまま終わりました。

005 |

自分自身の人生、時間についても大切にしていこうと考えるようになったのと、自分自身の人間関係を広げることができたように感じ、より今が幸せだと思えるようになったことです。

006 |

今回ご一緒した方々とのご縁は大事にして、活動の場を広げていきたいと思っています。また、個人的なことで言うと、防災の観点からも、マンションのコミュニティづくりができればなあと思っています。ハードルは高いですが、きっと同じことを感じている人もいるでしょうから、やってみたいと思います。

007 |

なるべく一人でいたいと思う性格ですが、人と交流を持てる機会があれば積極的に参加したいと思うようになりました。

008 |

ただいまその何かを探し中です。一步まではいかないけれど、半歩踏み出した気がします。縁を大事にして過程を楽しみたいです。

009 |

地域で友達をつくりたいと思いました。

010 |

とりあえずノッてみる。

コミュニティに根ざしたコミュニケーションを図りたい。

011 |

体験農園、文化事業モニターなど少しずつ参加している。地区の防犯防災活動、シニアの居場所づくりなどに興味があり、調べてみようと思う。

012 |

二歩目を目指す（自然体で・・・）

全体的な感想を教えてください。

001 |

最初は、見知らぬ同士警戒していたが、話すとそれぞれの悩みや考え方に過去の経験からアドバイスできるのではと思いだした。

002 |

利害関係のない地域のつながりの重要性を学びました。

003 |

当初は、私自身が何を指すのかも分からず、もやもやとした思いで参加していました。回を重ね、徐々に受講者のみなさんとのゲームやグルーptークが楽しくなり、終わってみれば、明確なものを見つけたわけではないのに充実感がありました。

004 |

懇親会に2回参加したおかげで、いろいろな方と話すことができました。逆に講座だけではプログラムをこなすのに精一杯で打ち解けて話す関係性は難しかったと思います。話せる場をつくとか、もう少し早くからオフ会があってもよかったなあとと思います。

005 |

さまざまな方たちと話し、考え、今後どのようなことをしていこうかアンテナを立てるきっかけになりました。まだまだ人生は長く、たくさんのお会いや何かスタートする機会があることを気付かせていただいた貴重な時間となりました。

006 |

どんな講座かわからないまま参加して、知識を与えられる講座とは異なる講座に戸惑いましたが、それなりに楽しかったです。

007 |

回答がなくどこに進むのかモヤモヤして、ワクワク塾ならぬ、モヤモヤ塾だわーと思ったりもしました。こういう講座は初めてでした。でも、自分自身が主体なんですね。逆にいろんなことを考えました。

008 |

色んな役割や肩書に捕らわれずフラットな関係で人と関わった事が居心地がよくて嬉しかったです。

コース冒頭「答えを出そうとしないで」とのお話が毎回あり、参加された方々も「何をどうした良いかわからない」と毎回訝しく思っているようでした。個人的にはそういったルールや目標がないからこそ、見栄を張ったり物事を有利に進める為のトラブルもなく平和に進んだように思いました。士気は高くなくとも、朗らかで優しい空間にいられてよかったです。

印象的だった事の一つは、阿佐谷で実施された回で、定年退職やその先の老後に関して、参加された方・登壇されたみなさんから不安がある、という言葉聞いた事です。私にとっての約30年後の不安を、世代が上の皆さんも同じように悩み考えているという事を知れて、みんな同じなんだと不思議な安心感を覚えました。程度は違うと思いますがみんな不安、みんなも不安、だから自分一人だけではないという実感に何か勇気のようなものをもらえた気がします。

社会生活を学校や先生から、労働生活を同僚から、これまで色んな事を学んできましたが、今ここで生きるには、同じように今ここで生きている人達との交流が何よりも学び気づきになる、と感じました。同じ場所・同じ空気を共有してる人達との特に目的も何もなく「ただ集う」というのはじめの一步を踏めて本当に良かったです。

009 |

テーマとポストイット、席順でほぼ全員と気軽に話ができるように工夫され大変良かった。

すぎなみ U30 ミーティング

すぎなみ みんなの大運動会 プロジェクト

コーディネーター 柴田 真光
後藤 裕子
大塚 あゆみ

すぎなみ U30 ミーティング

1. 概要

すぎなみU30ミーティングとは

30歳以下の若い世代を対象にした講座です。学校や職場以外でつながりをつくり、地域に関わるきっかけを生み出すことを目指して開催しています。令和6年度は令和5年度に引き続き、地域の運動会を企画する講座としました。

「みんなの大運動会プロジェクト」テーマ設定の経緯

すぎなみU30ミーティングの講座が、若い世代の人たちにとって地域活動を始める入口となるように、まずは、若い世代が「面白そう」、「やってみたい」と興味を持てるようなテーマを設定しようと考えたのが、令和5年度です。そこで、誰もが体験したことがあり、イメージしやすいイベントである「運動会」の企画・開催を、講座の中での取組として行うことにしました。

令和5年度は、初めての試みだったこともあり、プロジェクトに参加したメンバーから、「もっと幅広い世代の人に参加してもらえるような運動会にできればよかった」という反省が出ました。実際、運動会の参加者層には偏りがありました。

令和6年度は、その反省を受けてテーマを設定しました。プロジェクト名にもなっているように、“みんな”が参加して楽しめる運動会にするにはどうしたらよいか、改めて考えなおし、地域にいるさまざまな人たちの視点を取り入れて、運動会を企画することを重視しました。

運動会本番へ向けて

6月上旬のプロジェクト開始から、11月下旬の運動会本番までの約6カ月間、プロジェクトメンバー（以下、「メンバー」とする。）同士が話し合い、協力し合って企画・準備を進めていきました。回を重ねるうちに、メンバー同士の関係も深まり、それぞれの想いや考えを共有していました。昨年度のベースはありましたが、さらにレベルアップした運動会を目指し、時間をかけながら詳細を検討するメンバーの様子が随所で見られました。

65

2. 実施状況

◇講座（全9回） 時間：13:30～16:30 会場：杉並区立杉並第十小学校ほか

コーディネーター：柴田真光、後藤裕子、大塚あゆみ（ネイバースグッド株式会社）

	日	内容	参加
1	6月2日（日）	プロジェクトキックオフ！ 運動会スローガンをつくってみよう！	11人
2	6月30日（日）	運動会プログラムを考えよう！	12人
3	7月28日（日）	運動会プログラムの詳細を検討しよう！	9人
4	9月1日（日）	運動会プログラムをブラッシュアップしよう！	11人
5	9月29日（日）	本番の流れをイメージして準備しよう！	13人
6	10月20日（日）	会場に行ってリハーサルしよう！	13人
7	11月9日（土）	リハーサルふりかえり・最終調整！	10人
8	11月23日（土）	「すぎなみ みんなの大運動会」本番！！	12人
9	12月1日（日）	これまでのふりかえり	13人

3. メンバーのデータ（年代内訳）

～19歳	20～24歳	25～30歳	合計
1人	4人	10人	15人

4. 参加動機（参加前アンケートより）

- ☐ 色々な方と意見交換し、運動会を考えながら、自分も成長できると思ったから。
- ☐ コミュニティを築き、自分の可能性を広げること。だれもができる運動会にし、けんじょうの人もしょうがいの人協力をして成功をさせたい。さまざまな人との出会いを広げてゆきたい。
- ☐ 自分が住んでいる街をもっと知りたいと思った。チラシを見て。
- ☐ 車イスでも参加できる運動会を作りたい。
- ☐ 去年の経験をもとに、今年もよりよい運動会・地域活動にしていきたい。
- ☐ 知人からの紹介で興味を持ったため。
- ☐ 同年代とのつながり。自分の“できる”を探したい。
- ☐ 知人からの紹介。こういったプロジェクトはやったことがないので気になったから。
- ☐ 昨年のU30に参加した際、地域に関わる企画を同年代のメンバーと共に進める時間がとても有意義だったので今年も参加を決めました。

5. 講座内容の紹介

第1回

プロジェクトキックオフ！運動会スローガンをつくってみよう！

日 時：令和6年6月2日（日） 13:30～16:30

参加者：11人

会 場：杉並区立杉並第十小学校



【講座内容】

メンバーにとって初の顔合わせとなるため、お互いを知り合う時間から始まりました。ワークシートに、名前と呼び方、自分を表す3つの言葉を#（ハッシュタグ）として書き、そのほかには干支、住んでいるところ、普段やっていること、今の気持ちを記入して、お互いに見せ合いながら自己紹介をしました。

次に、地域で行う「みんなの大運動会」の“みんな”にはどのような人がいるかを考え、話し合いました。

最後に、プロジェクトのグランドルールを話し合い、「①みんな仲良く、敬語はひかえめで」「②みんな主役で、役割には全力で」「③お互いを尊重し、安全で自由な場をつくろう」の3つに決まりました。

＜“みんな”には、どのような人がいるか＞

- ・赤ちゃん、幼稚園児、学生、高齢者
- ・家族、一人暮らし
- ・外国人
- ・障害者
- ・運動会が好きな人、苦手な人
- ・杉並区が好きな人

など

＜みんなの大運動会のイメージ＞

- ・誰でも楽しめる、面白い、笑顔になる
- ・協力する
- ・みんなが活躍できる
- ・一人ひとりがチームに貢献したと思える
- ・地域の人同士が仲良くなる
- ・世代を超えた交流が生まれる

など

～グランドルール3箇条について～

第1回の講座で決めたグランドルールを、この後続く各講座の始めに、メンバーみんなを確認してから話し合いをするようにしていました。

年齢差などにとらわれることなく、メンバーそれぞれが自分の意見を伝え、仲間の意見を聴きながら、運動会を形にしていこうための約束事として、全員が大切にしてきた3箇条です。

～毎回のチェックイン・チェックアウト～

毎回、講座の始めにはチェックイン、終わりにはチェックアウトをし、メンバーが一人一言ずつ話す時間をつくっていました。

チェックインでは、ニックネームやその日の気分などを話し、その後の話し合いで発言しやすい雰囲気がつくられていました。

チェックアウトでは、講座の感想や次回への意気込みなどを共有し、その日の講座の振り返りをみんなで行いました。

第2回

運動会プログラムを考えよう！

日 時：令和6年6月30日（日） 13:30～16:30

参加者：12人

会 場：高円寺駅前会議室（ホテルメッツ高円寺 3階）

【講座内容】

昨年度の運動会のプログラムを参考にして、今年度やりたい“種目”の案と、地域の人に種目以外でも楽しんでもらうための“企画”の案を、メンバー一人ひとりが考えました。昨年度実施して楽しかった種目、学校の運動会で印象に残った思い出の種目、運動会の参加者と一緒に盛り上げられそうな催しなど、種目も企画もさまざまな案が出ました。

その後、小グループで種目を吟味し、全体で7種目まで絞り込みました。



第3回

運動会プログラムの詳細を検討しよう！

日 時：令和6年7月28日（日） 13:30～16:30

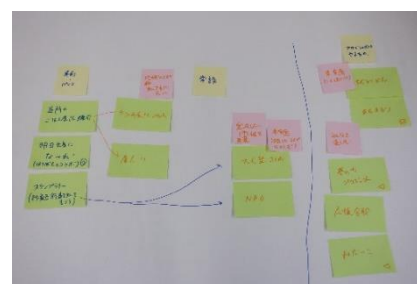
参加者：9人

会 場：高円寺駅前会議室（ホテルメッツ高円寺 3階）

【講座内容】

前半は、前回の講座でアイデアを出した“企画”について意見をまとめるため、小グループで話し合いをした後、全体で意見を共有しました。種目と企画を両方運営していく上で、どのくらい企画に力を注いだらよいか、時間をかけて意見を出し合った結果、企画の内容の決定は、これから企画担当となるメンバーへ委ねることになりました。また、運動会全体のボリュームを考慮し、前回絞り込んだ7種目の中から、6種目を実施することにしました。

後半は、メンバーの担当を「種目A」「種目B」（3種目ずつ担当）「企画」の3グループに分け、それぞれ詳細を検討し始めました。昨年度も参加したメンバーと初参加のメンバーが互いに尊重しながら話し合いを進めました。



<種目A>

- ・ペットボトル倒し
- ・ボールカーリング
- ・障害物リレー

<種目B>

- ・借り人競争
- ・杉並クイズ
- ・ダンシング玉入れ

第4回

運動会プログラムをブラッシュアップしよう！

日 時：令和6年9月1日（日） 13:30～16:30

参加者：11人

会 場：高円寺駅前会議室（ホテルメッツ高円寺3階）

【講座内容】

まず、運動会本番の参加者のチーム分けをどのようにするか、メンバー全員で検討しました。2チーム、3チーム、4チームと意見が分かれていましたが、昨年参加者だったメンバーの「全体を2チームに分けると1チームあたりの人数が多すぎるため、チーム内で交流する雰囲気にならなかった」という意見をふまえて、4チーム構成に決まりました。

その後、「種目A」「種目B」「企画」の各グループに分かれ、担当する種目・企画について、内容やタイトルなどを話し合いました。

<企画>

- ・てるてる坊主大作戦
- ・わくわくワークショップ
- ・目指せ3種目！Let's スタンブラリー



第5回

本番の流れをイメージして準備しよう！

日 時：令和6年9月29日（日） 13:30～16:30

参加者：13人

会 場：セッション杉並

【講座内容】

「種目A」「種目B」「企画」の各グループで担当する種目・企画について、じっくり検討する時間としました。次回のリハーサルに向けて、ルールの確認や必要備品の洗い出しのほか、参加者の集合・整列のしかた、得点の計算方法などを話し合いました。

その後、グループ内で決めたことを全体に発表し、他のグループからの質問やアドバイスを受けて、課題を認識しました。



第6回

会場に行ってリハーサルしよう！

日 時：令和6年10月20日（日） 10:00～15:00

参加者：メンバー13人、運動会ボランティア7人

会 場：杉並区立杉並第十小学校

【講座内容】

当日の運営をサポートしていただくボランティアの方々と共に、本番の会場をお借りして1日がかりのリハーサルを行いました。午前中は、会場や備品の確認をした後、グループごとに分かれて今まで計画をしてきたことが実現可能かどうか、確認をしました。

午後は、開会式から順番に実施のイメージを共有しました。実際にやってみると、詰め切れていない部分や修正が必要な部分が見つかり、本番に向けて気持ちを新たにすることができました。



第7回

リハーサルふりかえり・最終調整！

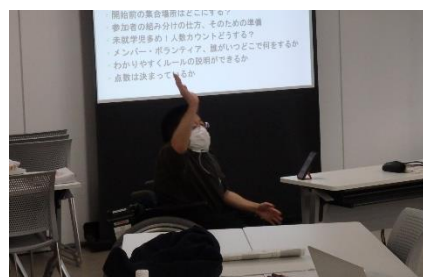
日 時：令和6年11月9日（土） 13:30～16:30

参加者：10人

会 場：セッション杉並

【講座内容】

冒頭で、メンバーの1人から、改めて“みんな”の大運動会にするために意識したいことについて、声掛けがありました。その後、3グループに分かれて、リハーサルで課題となった部分について調整を行いました。この間、自主的に課題をまとめたり、メンバー同士で連絡を取り合ったりしていたため、決めるべきことをスムーズに話し合うことができました。



第8回

「すぎなみ みんなの大運動会」本番！

日 時：令和6年11月23日（土） 9:00～17:00

参加者：メンバー12人、運動会ボランティア20人、運動会参加者157人

会 場：杉並区立杉並第十小学校

【講座内容】

約半年かけて準備してきた「すぎなみ みんなの大運動会」本番です。10時を過ぎると続々と参加者が来場し、赤・青・黄・緑のチームごとにシートを敷いて、観客席ができていきました。企画の「てるてる坊主大作戦」の案内をみて、事前に作ったてるてる坊主を持参した参加者もいました。

開会式で準備体操をした後、最初の種目は「借り人競争」です。杉並にちなんだお題の人を探す中で、自然と初対面の参加者同士でも声を掛け合って楽しむ雰囲気になりました。次の「ペットボトル倒し」は今回初めて行う種目で、リハーサルの段階でもルールが固まらずギリギリまで調整が続きましたが、実施してみると、子どもも大人も全力で参加していました。

種目以外の企画にも人が集まり、普段はあまり馴染みのないモルックの体験や、杉並オリジナルのかるたに触れられるブースも人気でした。種目参加後にスタンプを押してもらえるスタンプラリーは、種目への参加意欲をかき立てる企画となっていました。

午後は、昨年度も実施した「ボールカーリング」、「杉並クイズ」、「障害物リレー」と、踊りと玉入れを組み合わせた「ダンシング玉入れ」を行いました。昨年度の反省を活かし、実施方法を見直して盛り上がった場面もありましたが、参加者が増えたことにより、案内に手間取ることもありました。そのような時、参加者が自発的に整列やビブス配布を手伝ってくださり、一緒に運動会をつくっている雰囲気になっていきました。

閉会式後、同じチームで集まって記念写真を撮っている姿が見られました。見ず知らずの人と組まれたチームでも、運動会を一緒に楽しむ中で温かな関わり合いが生まれ、良い場をつくれた実感を持つことができました。メンバーにとっては、1日の中でヒヤヒヤする場面もあったと思いますが、メンバー同士やボランティアの方々と声を掛け合いながら対応し、達成感であふれた表情を浮かべていました。



第9回

これまでのふりかえり

日 時：令和6年12月1日（日）13:30～16:30

参加者：13人

会 場：セッション杉並

【講座内容】

まず、運動会の実施について「よかったこと（Keep）」「改善したいこと（Problem）」「次につなげたいこと（Try）」の3つの視点から、「種目A」「種目B」「企画」の各グループで振り返りをしました。その後、話し合いのメンバーを変えて、プロジェクトのゴールに対する振り返りを行いました。

最後に、このプロジェクトに参加して「大変だったこと」「良かったこと」を一人ずつ話し、普段の生活ではできない経験ができたり、さまざまな人の立場に立って考える機会になったりと、それぞれの学びがあったことがわかりました。



YouTubeにて、運動会当日の動画を公開中です！

令和6年12月15日号のすぎなみスタイルで放送されました。

右記二次元コードより、「杉並区公式YouTubeチャンネル」へ

アクセスし、ぜひご覧ください！



5. 成果

若者が地域に関わるきっかけ

まず、さまざまな講座やイベントで若者の集客に苦労している中、昨年度に続き、15名の若者が全9回に及ぶプログラムに参加してくれたことは、成果と言えるのではないのでしょうか。同世代がいる安心感や、運動会というイメージしやすいプログラム設定が、参加のハードルを下げたと考えられます。

当初は、地域ということを特に意識せずに参加しているメンバーもいたように見受けられました。しかしながら、運動会の内容を考える際に、杉並をお題にしたり、地域の団体を巻き込んだりすることで、少しずつ地域のことを考えることにつながりました。最終回のコメントやアンケートからは、「杉並区についていろいろ調べてみようと思った」「地域のことが自分事になった」といった声もあり、運動会づくりを通して、地域に関わるきっかけをつくることができました。

自分と異なる立場の人を考える

今回、“みんな”の大運動会を目指す足掛かりとして、障害のある人も一緒に楽しめる運動会を考えることにしました。メンバーの中にいる、4人の車いすユーザーも交え、リアルな声を聞いたり、隣で一緒に活動したりしながら、みんなで楽しめる種目を考案しました。昨年度から続いて参加したメンバーからは、「車いすメンバーがいて、より“みんな”とは何か考えることができた」、車いすのメンバーからは、「障害者のための運動会ではなく、“みんな”が楽しめる運動会とは何かを考えることを意識した」との声がありました。これは、それぞれが、自分と異なる立場の人も一緒に楽しむことを考えた結果だと考えます。

地域の方々がつながる場を作る

今回2回目の開催となった運動会には、親子連れを中心に157人（昨年度の約1.7倍）が参加し、昨年度に続いて参加してくれた方も何組かいました。年齢を問わず、誰でも参加できる運動会に一定のニーズがあるように感じます。

また、昨年度は2チーム対抗で行ったため1チームの人数が多過ぎてしまい、チームの中でつながりが生まれにくかったという反省がありました。そのため、今年度は4チーム対抗とした結果、見ず知らずの参加者同士で交流ができていました。そのほかに効果的だったこととしては、チームごとの観客席をつくって互いの顔がわかるようにしたことや、自然とコミュニケーションが取れる借り人競争、作戦が重要になるペットボトル倒しなどの種目を実施したことが挙げられます。閉会後には、チームのメンバーで記念写真を撮り、「来年もまた会いましょう」と話す一幕もありました。

このように、地域の方々に、日常生活では体験できない人とのつながりを提供できたことは、メンバーにとって自信となり、これからも地域の中でこうした場を作りたい、と思うきっかけとなりました。最終アンケートの「このプロジェクトを終えて、これから地域とどのように関わっていきたいですか」という質問で、9人中8人が「地域イベントの企画・運営をやりたい」を選択したことからわかります。

6. 課題と今後の取組

メンバーの経験の差は…

最後まで参加した13人のうち、6人は昨年度のメンバーでした。そして、昨年度の経験があるため、話し合いの進め方や運動会当日の様子がわかっており、もっと良くしたいという思いを持って参加してくれました。このことは、メンバーの意欲が感じられて喜ばしく、企画していくうえで頼もしい存在でした。ただ、具体的な話し合いでは、今年度初めて参加したメンバーが、昨年度の状況がわからないため、話についていけない場面もありました。そのため、メンバー間の経験の差を埋めるような進め方やフォローについて、もっと慎重に考えていかなければならないと感じています。

主体性を大切にしたい進め方とは…

メンバーの主体性を大切にしていたため、種目の選定からルール作り、エントリー方法、スタッフの配置など、運動会の運営上必要な多くのことを自分たちで決めるような進め方をしました。また、グループワークの際は、コーディネーターや職員も各グループに配置しましたが、できるだけメンバーの意見を実現できるように、可能な限り介入しないようにしました。その結果、話し合いの時間が足りなくなり、上述のように2年目のメンバーを中心に決定したり、運動会当日までに決まらないことが多く、当日、参加者やボランティアスタッフが困惑したりする場面もありました。

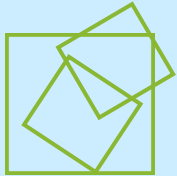
メンバー自身で見通しを持ちながら細かなところまで企画していくことは、自分たちが作っているという実感を持ちやすいかもしれません。ただ、この事業で掲げる“地域と関わるきっかけを作る”という視点に立ち返ると、多くのタスクをこなすことよりも、じっくりと対話しながら1つのことを実現するということが良い面もあるかもしれません。自分たちが手掛ける範囲は限られていても、考え方やバックグラウンドが異なる人たちと、アイデア出しから合意形成まで行うことを通して、主体性を育み、地域の中で多様な人たちと関わってみたいと思うことにつながるのではないかと考えます。また、コーディネーターや職員の関わり方については、メンバーが主体的に取り組める範囲や雰囲気保たれるような声掛けのタイミングや度合いが課題です。

若者が関心を持つプログラムは何か…

2年続けて15人の参加がありましたが、今後も同じ形式のプログラムを開催した場合、新たな層からの申し込みがあるのか、確証はありません。また、30歳以下で募集しているので、対象人数が絞られるだけでなく、対象者が入れ替わっていくことにも注意して、関心を持ってもらえるプログラムを考える必要があります。

メンバーの感想から、実際に参加してみると普段できない経験ができ、自身の成長につながったことがわかりますが、こうした経験がない人にとっては、プログラムの内容が参加するかどうかの判断基準になると考えます。そのため、1つのことを共に成し遂げるプロジェクト形式で良いのか、若者が関心を持つプログラムは何か、プログラムの回数や開催日時は適切か、さまざまな角度から、検討を重ねていきます。

コーディネーターの3人から プロジェクトメンバーへの メッセージ



コーディネーター

後藤 裕子、大塚 あゆみ、柴田 真光

(写真順)

(ネイバースグッド株式会社)



改めましてプロジェクトメンバーの皆さん、お疲れ様でした。運動会を無事に大成功させた後の振り返りにて、メンバー一人ひとりの言葉が非常に感慨深く、コーディネーターという立場でありながらも私たちも非常に多くの学びをさせていただく機会となりました。1年目同様、大変なことも多かったと思いますが、本当にありがとうございました。

「年功序列」という言葉が言い表していたように、これまでは年長者が時代を牽引してきていました。しかし、変化が著しい現代では柔らかな感性が必要です。そんな感性を持ち合わせている方々が主体となり、年齢に関係なくリードしていく。そんな自信につながるキッカケとなっていたら、嬉しい限りです。年長者である私自身は講座中は意見、感想を口にしないよう努めましたが、その奥にはそんな想いがある、企画をしてきました。振り返りの際のみんなの言葉からはそれぞれに満たされたものが感じられて嬉しかったです。

この先、仕事や社会との関わりに今回の経験が活けてもらえることを願っています。プロジェクトメンバーを始め、ボランティアさんやご協力いただきました地域みなさま、誠にありがとうございました！

柴田 真光

2年目の開催となった『すぎなみU30ミーティング』。昨年度の取り組みを活かしていける部分、新たに意識し直した部分、初めて考える部分など、いろんなものがごちゃ混ぜになっていて、0から1をつくる1年目とはまた違った難しさもありました。多方面に想いを馳せながら、今年も地域の方々と一緒に運動会をつくったことが、皆さんにとってプラスの経験になっていたら嬉しいです。

全く同じメンバー・同じ時間のプロジェクトはつくれないから、こうして皆さんとやってみたからこそ気づけることがたくさんあります。試行錯誤の時間のつらさや、実施してからの手応え、そしてもっとできたなあというもどかしさ。全部、やったから感じられることで、私にとっては、これからに繋がりたい大切な気付きです。

そんな豊かな時間を、一緒に過ごせたことに心から感謝しています。進行で至らない部分ややりづらかったところも多々あったかと思いますが、皆さんに助けられました。本当にありがとうございました。

このプロジェクトでの活動を通して、皆さんの中に育っていった感覚や、これから糧にできる学びは、ずっと残り続けると思うので、これからもぜひ緩やかに自分の暮らす場所に繋がって、楽しみながら力を発揮してもらえたら、そんな嬉しいことはないです。

後藤 裕子

『すぎなみU30ミーティング』の2年目の取り組みとして開催した今回の『すぎなみ みんなの大運動会プロジェクト』は、昨年よりも“みんなの”という言葉を意識し“みんな”とは誰なのか？という問いを念頭に置きながら進めてきました。

例えば、車椅子利用者も参加しやすくするにはどうするか、など、メンバー当事者の意見を交えながら種目内容をブラッシュアップしていったことは、昨年とはまた違う視点だったと思います。普段なかなか出会う機会のない地域の同世代と意見を交換し合えるこの場はとても貴重で、「運動会を成功させる」という共通の目標があるからこそ生まれていく結束感や達成感が、皆さんにとって新しい発見のある豊かな体験になっているといいなと思います。

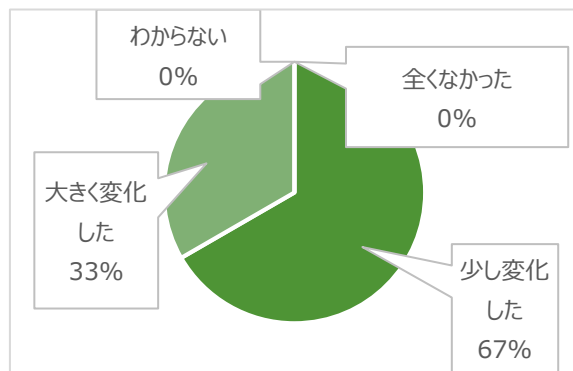
何かやってみたい、という気持ちで一步を踏み出してみることで、見える世界が少し変わることがあります。自分の好きなことや得意なことに気づいたり、新しい考えに出会ったり…そのような経験が新たな刺激となり、関心の広がりや次の行動へとつながっていくと感じています。このプロジェクトが、皆さんにとって次の一步を軽やかにするきっかけになっていたら、嬉しく思います。

皆さん、本当にありがとうございました！

大塚 あゆみ

プロジェクト メンバーの声

プロジェクトに参加して、自身の行動や
考え方に変化はありましたか。



～具体的な変化～

001 |

普段自分が関わらない人たちとのコミュニケーションの取り方。今回参加していた車椅子メンバーが積極的だったということもあったかもしれませんが、どうしてもできないことが多いから任せない選択をするのではなくできることを模索することの大切さを感じた。

002 |

人とのつながりが増えて、意見を出し合ったりするので、頭をフルに使って話すのでまずコミュニケーション力が鍛えられました。また自分たち障害の一部を皆さんに知ってもらい少し理解がある人が増えて個人的にも嬉しかったです。

003 |

最近ヘルプマークをつけている人も増えてきたので、視覚情報で助けが必要かもしれない人に気がつけられるようになった。

004 |

杉並区についていろいろ調べてみようと思った。どんなイベントやお店があるのか巡ったり人との交流を深めようと思った。

005 |

バリアフリーのお店を調べるようになった。

006 |

特に健常者の同年代にどのように見られているのかを意識できるようになったこと。

007 |

色んな目線で考えることが昨年よりも広がったと思う。

008 |

人の個性をより尊重できた。

これから地域とどのように関わっていきたく
すか。(複数選択可/回答者9名)

- ☐ 地域イベントに参加したい：8名
- ☐ ボランティア活動したい：4名
- ☐ 地域イベントの企画・運営をやりたい：8名
- ☐ 地域の団体に所属して活動してみたい：2名
- ☐ 個人や、団体を立ち上げて地域で活動したい：1名

プロジェクトに参加してみた感想を自由にお聞かせください。

001 |

何か大きなイベントそれも地域のイベントを皆で作ったのは初めてだったので最初は緊張したがメンバーの助けもあって何とか最後までやりきる事が出来た。

002 |

印象に残っているのは、新しく出来た競技のルールについて話し合いをグループで行った時です。
その時にいろいろ意見を出すのは大変でしたが同時に、決まっていくごとに達成感を感じることが出来たからです。

003 |

同じ班のメンバーが積極的に動いてくれたおかげで心配はほとんどなく本番を迎えることができた。当日予期しないことはいくつかあったが、事前の準備をしっかりとっていたおかげで大きく混乱せずに進められたと思う。

004 |

障害のあるメンバーが、健常者のメンバーにお願いしたいことを言い、それに対して手を貸している光景があり、良かったなと思います。
お互いが、どこをどこまで踏み込んで良いのか分からないながらも少しずつ距離を詰めている、この体験をさまざまな場所で行っていったら良いと思うことが出来ました。ありがとうございました。

005 |

同年代の中で刺激を受けて自分の中の想像力が刺激されて常に楽しかった。

006 |

昨年よりも年齢が幅広く、皆さん意見をはっきり言う方が多かった為、楽しい部分や関わりを大切にすることが出来たと思う。

また、自分が知らないイベントや団体などを知ることが出来て良かった。

007 |

正直、もっとできたことはあったと思う。去年と比べたらいろいろと余裕ができたと思うが、他のところに余力を回すことができていなかった。

また、プロジェクト自体ももっと内容に直結できるものが良かったと思う。

情報をまとめる等を行って、全体共有をミーティングの前に事前にできているとスムーズにできたのでは。
と思うと、データ管理の統一、オンラインのやり取りのやりやすさはもう少し必要だと思う。（そこまで決めてしまえばやると、U30の趣旨と変わるということであれば求めないけれど、運動会を恒例行事にして毎年のレベルアップを求めるなら必要だと思う。）

008 |

継続的に参加できるので人の繋がりができ有意義なプロジェクトだと思いました。年齢的に来年は参加出来ませんが、続けて欲しいと個人的に思います。

資料編

運動会当日に配布したプログラム

(表紙→)

(↓中面)



種目スケジュール

時間	種目	集合場所
10:30	開会式	A
11:10	ペアで見つける杉並人「借り人競争」	B
11:40	倒し倒され「ペットボトル倒し」	A
12:00	昼休み	
13:00	みんなの夢に近づけ「ボールカーリング」	A
13:30	これが分かれ杉並王!「杉並クイズ」	A
14:00	走ってつないで乗り越え「障害物リレー」	C
14:30	踊ってフィナーレ!「ダンシング玉入れ」	A
15:00	閉会式	A

競技のエントリーについて注意事項

- ・午前の種目は「借り人競争」が「ペットボトル倒し」、午後の種目は「ボールカーリング」が「障害物リレー」のどちらかにエントリーができます。
- ・「杉並クイズ」と「ダンシング玉入れ」は全員参加可能な種目のため、エントリーする必要はありません。

わくわくワークショップ

1 西荻みなみ モルックチーム

西荻窪にあるコミュニティスペース「西荻みなみ」で発足したモルックチーム。神明通りあさひや善福寺公園などで、モルックの体験会を行っています。

モルックは木製の棒を投げて、12本の木製ピンの倒れ方で競う、フィンランド発祥の競技。みなさんも体験してみませんか?

2 すぎなみkarutaプロジェクト

区民の方々、日本語学校に通う外国人の方々と日本固有の文化である「かるた」を作り世代間交流や異文化交流を進めています。

ブースでは、杉並について知れる「すぎなみ郷土かるた」と、昨年の運動会で競技にもなった「巨大かるた取り」が体験できます!

すぎなみ大人塾

すぎなみ U30 ミーティング

学びをデザインする！ 公開企画会議



学びをデザインする！ 公開企画会議

1. 概要

日 時：令和7年3月9日（日）15:00～17:00

参加者：44 名

会 場：セッション杉並 講座室

登壇者：総合コース 学習支援者 伊藤 剛
 地域コース 学習支援者 矢野 恒
 はじめの一步コース 学習支援者 荻上 健太郎
 U30 ミーティング コーディネーター 柴田 真光

2. 目的

学習支援者・コーディネーターが、どのような考えで、どのように学びの場を創っているかを聴くことを通して、参加者が自らの「学び」を振り返ったり視野を広げたりし、今後の自らの「学び」についての気づきを得る。

3. 対象

- ・すぎなみ大人塾総合コース、地域コース、はじめの一步、U30 ミーティングの受講生、学び合いの伴走人
- ・すぎなみ大人塾連の方々、社会教育委員の方々、アドバイザーほか

4. 参加者データ（年代内訳）

20 代	30 代	40 代	50 代	60 代	70 代	80 代	合計
4 人	1 人	4 人	8 人	18 人	8 人	1 人	44 人

5. プログラム

あいさつ・主旨説明

第1部 ～人を知る・コースの学びを知る～

- （1）学習支援者を知る
- （2）4つのコースの学びの作り方を知る

第2部 パネルトーク ～学びをデザインする！「公開企画会議」

ふりかえり



6. 開催までの経緯

合同成果発表会に代わり、自らの「学び」を振り返る機会として、令和6年度に初めて実施しました。当初は10月を予定していましたが、延期となり、3月に実施しました。実施にあたり、学習支援者、コーディネーターとの打ち合わせを経て当日のプログラムを決定し、開催となりました。

7. 当日の様子

第1部～人を知る・学びのつくり方を聴く～

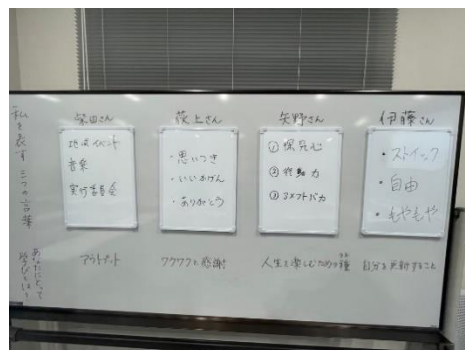
第一部では、「学習支援者を知る」「4つのコースの学び方を知る」というテーマで、4人の登壇者に、質問に答える形で自己紹介をしていただきました。また、今年度の各コースの学びのつくり方や大切にしてきたことなどをお話しいただきました。

自己紹介では、学習支援者、コーディネーターになったきっかけ、子どもの頃勉強が好きだったか、今は学ぶことが好きかなど、4人のパーソナルな部分を知ることができ、身近に感じることができたのではないのでしょうか。

次に、各コースの学びのつくり方をお聴きしました。4つのコースで学びのつくり方、学び方のちがいはありませんが、共通点もありました。それぞれのコースで、どこに重きを置いて学びをつくってきたかがよくわかりました。参加者にとっては、自身が参加したコースの学びを改めて振り返ると同時に、他のコースの学びについても知る機会になったのではないかと思います。

私を表す3つの言葉。

4人の登壇者それぞれの“チガイ”がありました。



第2部 ～学びをデザインする！公開企画会議～

事前に、各コースの受講生から、「杉並区で連続講座を開催するならどんなテーマが？」というアンケートをとったところ、30人の方から回答が寄せられました。一覧にした回答リストを見ながら、4人の登壇者が、さまざまな観点から、考えを出し合う「公開企画会議」を行いました。「学びの場」をつくる立場から考えたこと、日頃「学びの場」をデザインする際に悩んでいるところなどをフリーに話していただきました。参加者は、メモを取ったり、うなずいたりしながら聴いていました。

最後のまとめとして、「あなたにとって『学び』とは！？」を4人の登壇者に伺いました。『学び』を表すキーワードは“チガイ”がありつつ、つながりもありました。参加者の皆さんは、何らかの気づきを得たのではないかと思います。

私にとっての「学び」とは！？

それぞれ特徴のあるひと言にまとめてくださいました。





ご自身の「学び」について、どのような気づきがありましたか？

001 |

学びとは受動的ではなく主体的なものであると気付かされました。自分もいつかアウトプットする側としてお話しできる機会が得られたら良いと思いました。

002 |

遊びと学びは表裏一体という言葉に非常に共感しました。遊び、学びながら、自己を更新し、アウトプットして、人生を豊かにしていきたいと思います。

003 |

自分自身の社会・世界(コミュニティや家族など)に対してのモヤモヤをコトバにしながら、他者との違いを見つけ、理解しあうための表現方法を探ること。また、学びとは、人生を楽しむための「種」という表現に共感しました。

004 |

学んだ後の活動(アウトプット)までが学びであること。名刺に堂々と杉並区民と入れたい。

005 |

伊藤剛さんの杉並大人塾の話の内容が素晴らしく考えさせられた。

006 |

遊びは学びの源泉だということ。

007 |

このまま興味のあることには顔を出してコミュニケーションとりながら、で間違っていないと思いました。

008 |

工夫されている学習支援者の大人塾に、今後も参加して自分の意識を高めていきたいと思いました。

009 |

私の「学び」とは、「生」が終わるときに、自分自身を「自分らしい『生』だったな」と腑に落ちて終わるためのものではないかな？と気づきました。

ご感想・ご意見がありましたら、ご自由にご記入ください。

010 |

4つのコースの学習支援者それぞれの感性と知識を交えながら話を聴ける、とても有意義な時間でした。

011 |

社会教育センターの考え方、学習支援者の提案をどのように理解・評価して最終的な企画になっていくのかに、興味が湧きました。

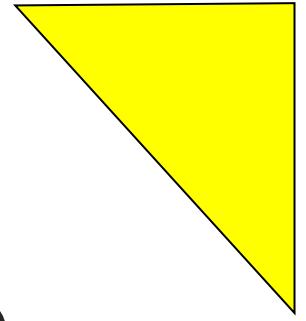
012 |

せっかくの機会だったので、受講生同士の会議もやってみて良かったです。



共催事業

(主催：すぎなみ大人塾連)



社会教育センターでは
講座修了後のつながり・広がり
を支援しています

令和7年度に21年目を迎えるすぎなみ大人塾。

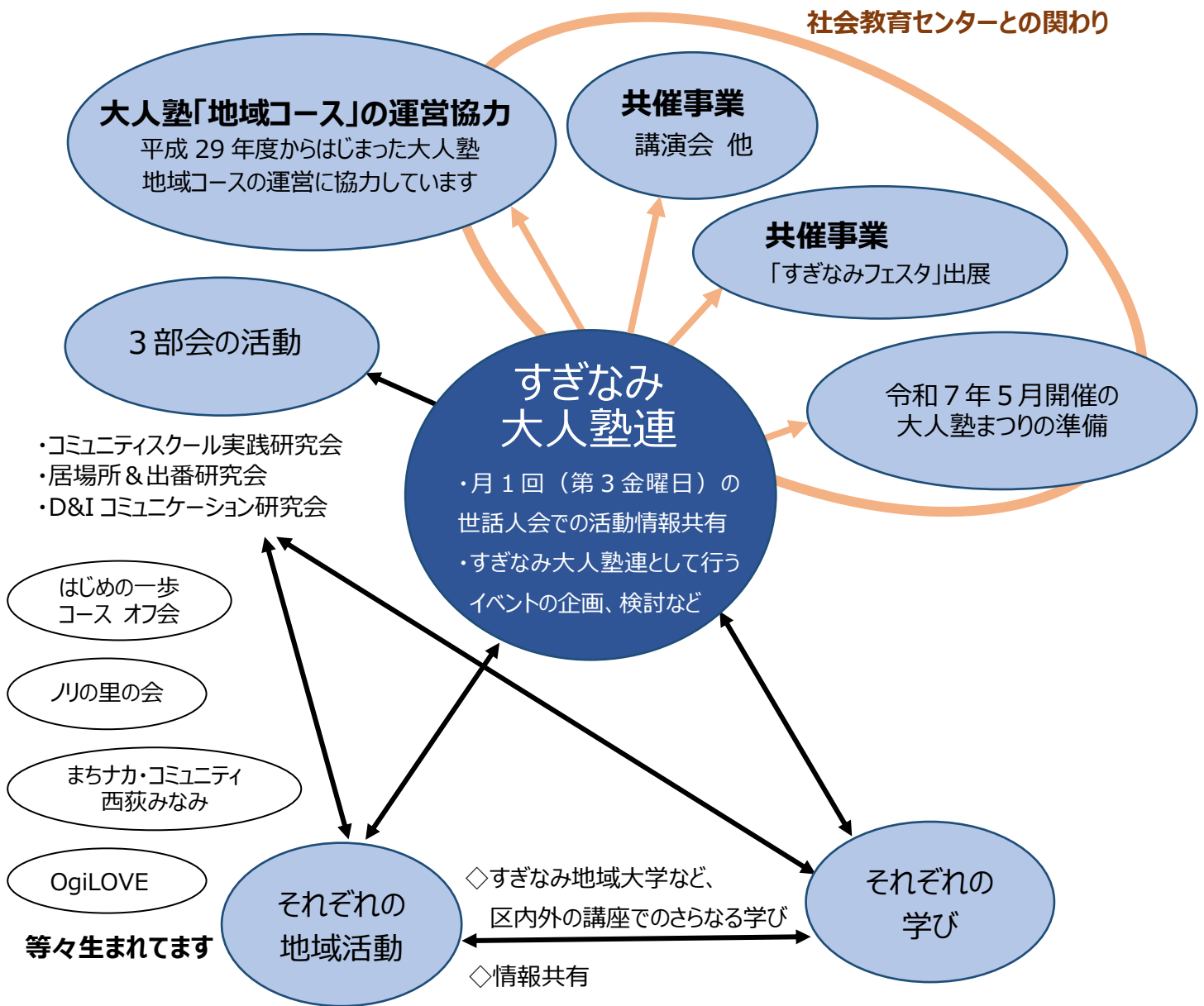
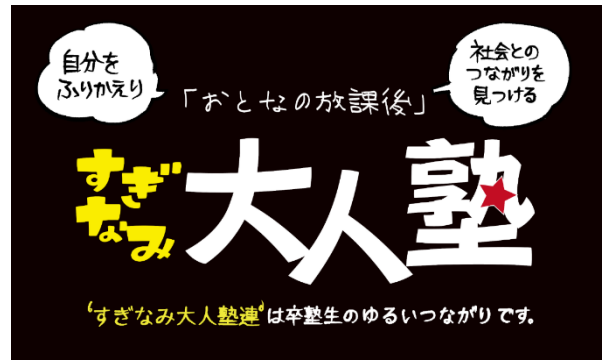
「講座で学んだ発想やつながりを活かして、地域で活動したい！」
「自分でイベントなどの企画を立ててみたい！」
という講座修了者も数多く、大人塾まつりなどで
つながりをつくり続けてきました。

すぎなみ大人塾連世話人会は、卒塾年度を超えたメンバー同士の
情報共有、交流、活動などの場となっています。



すぎなみ大人塾連 活動

すぎなみ大人塾連は、すぎなみ大人塾を卒業したすべての人たちのゆる〜いつながりです。毎月第3金曜日に世話人会を開き、それぞれの活動の情報共有や大人塾まつり、主催講座など、すぎなみ大人塾連が主体となって行う活動に向けての話し合い等を行っています。日頃それぞれが学校運営協議会委員などとして地域と関わり、活動をしながら、それらをゆるやかにつなぐすぎなみ大人塾連の存在は、ほかの地域からも注目を集めています。



地域との関わり

- ◇地域行事への参加
- ◇地域活動団体立上げ

- ◇区民活動運営への参加
 - ・地域区民センター協議会委員
 - ・学校運営協議会委員
 - ・NPO等活動推進委員 などなど

令和 6 年度すぎなみ大人塾連の主な主催事業の実施状況

開催日	内 容	参加者数
8/7～12	阿佐谷七夕まつりにハリボテ出展	来場者約75万人
11/2	「＜保護者の＞＜地域の＞私が“教育”の場に参加するって？」	52人
11/10	すぎなみフェスタに参加	223人
令和 7/3/16	講演会「子どもの心を受けとめる 大人の関わりで大切なこと」	40人（募集）
令和 7/3/26	「＜保護者の＞＜地域の＞私が“教育”の場に参加するって？」 第2章	50人（募集）
令和 6/4月 ～ 令和 7/3月	大人塾まつりの準備 (月に1回実行委員会を開催、実施は令和7年5月17日)	延べ250人

阿佐谷七夕まつりにハリボテ出展

概要

日 時：令和6年8月7日（水）～12日（月）
場 所：阿佐谷パールセンター商店街
平田屋化粧品店前

経緯

「地域のお祭りに参加したい！！」との思いから、平成18年から阿佐谷パールセンター商店街のお店の協力を得て、すぎなみ大人塾連のハリボテ作りが始まりました。」令和5年は「パンドロぼう」で七夕賞を受賞しました。

毎回のお決まり「何を作ろう」から始まり、今年度は「クジラ」に決まりました。仲間の募集、材料手配、ハリボテ作成・完了、運搬、展示現場での最終調整・つり上げ固定と、約2週間午前中から杉並区立第六小学校図工室をお借りして、皆でワイワイと楽しく作業をしました。

今年最大の特色は、杉六小のクラブ活動「はりぼてクラブ」の児童たちを夏休み直前の授業日3日間の午後に指導して、クジラと一緒に泳ぐ仲間の魚を作ってもらったことです。このように、多世代間の地域交流は進みましたが、残念ながら賞には選ばれませんでした。



クジラを背景に「はじめての一步コース」卒塾生

高齢化が進み「ハリボテづくりがきつい・・・」との声も出始めているため、継続性を検討すべき時期にきています。

このイベントから新しい地域活動へ

ハリボテ作りは地域の協力を得なければできません。展示場所を提供してくれる商店会の店、作業場所を提供してくれる杉六小などに加えて、今年度初めて杉六小の児童と一緒に作業できたことは新しい一歩となりました。

これまでの蓄積を生かして、さらに地域との関係を密にする視点が大切と再認識しました。



クジラの骨組み

<保護者の><地域の>私が“教育”の場に参加するって？

概要

日 時：令和6年11月2日（日）19:00～21:00

場 所：セッション杉並

参加者：52人

開催経緯

後述の3部会の一つである学校運営協議会実践研究会（通称CS部会）は、CSに関する学びを深める場です。令和5年8月から4回の懇談を重ね、イベント「<保護者の><地域の>私が“教育”の場に参加するって？」を11月2日に開催しました。

特色ある活動に取り組んでいる3人にお話を聴きました。参加して楽しく持続可能な現代にマッチしたPTAを構築した西田小学校PTA会長の富田さん、小学校を拠点にした特色あるNPO「サイン」代表小山内さん、「ごちゃまぜのラーニングセンター」を目指している高井戸小学校CS委員和田さんの3人のスピーカーからお話があり、スピーカーのお話をファシリテーターの松山さんがまとめました。松山さんが代表して議論を深める質問をしました。

終了後、参加者の多くが懇親会に参加して和気あいあいと交流を深め有意義な時間を過ごしました。

私が“教育”の場に参加するって？

QUESTION. 1 地域と学校が連携・協力するって？

QUESTION. 2 社会に開かれた教育課程って？

QUESTION. 3 『保護者の私』『地域の私』それぞれができることって？

『学校』が変わり始めた今、一緒に考えてみませんか？

小・中学校保護者の大 学校を拠点とする大 学校運営協議会委員の大 地域教育連絡協議会委員の大 地域教育推進協議会委員の大

『学校』に関心がある方ならどなたでもご参加いただけます。 PTAやNPOの取組も、活動紹介

※1) 学校を拠点とする大 ※2) ごちゃまぜのラーニングセンター

日 時 2024年11月2日（土）19:00～21:00（18:30受付開始）

場 所 セッション杉並 2階 講座室

定 員 30名（先着順）

参加費 無料

◆申込み・問合せ 【右のコードよりお問い合わせ・お申込み下さい。】
すぎなみ大人塾 ② susinamitonajuku.ren@gmail.com
杉並区立社会教育センター ☎ 03-3317-6621（月～金 8:30～17:00）

主催 すぎなみ大人塾 共催 杉並区教育委員会

活動を通して

学校教育を良くしよう、学校と地域との交流を深めようなど教育に関心の深い多くの方々が集まり、先進事例を聴くと同時に、志を同じくする仲間とのコミュニケーションが深まりました。このような活動は社会教育の成果として評価できるでしょう。今後も活動を継続します。

<保護者の><地域の>私が“教育”の場に参加するって？第2章

概要

日 時：令和7年3月26日（日）19:00～21:00

場 所：セシオン杉並

参 加 者：50人（募集）

開催経緯

11月2日の第1章のふりかえりのCS部会を令和7年1月に行い、第2章を行うことにしました。

活動を通して

学校と地域の協働が一層進むきっかけを目指します。

すぎなみフェスタに参加

概要

日 時：令和6年11月10日（日）10:00～15:00

場 所：桃井原っぱ公園

参 加 者：110人（「科学あそび」ブンブンごま作りコーナー）、113人（ミニモルック体験コーナー）

開催経緯

「すぎなみフェスタ」は、区内のお店や団体、交流自治体など150の出店者が集まり、来場者が10万人以上にのぼる大規模な恒例イベントです。

今年度の私たちのブースでは、普段の活動の延長線として、科学あそび「ブンブンごま作り」と「ミニモルック体験」の2つのコーナーを設けました。

ブンブンごまは、ごみとして廃棄されるカプセルトイのプラスチック・カプセルをコマ本体として使うアップサイクルとしました。

ミニモルック体験は、小さい子でも遊びやすいミニ版で体験してもらいました。



ブンブンごま作り風景

活動を通して

イベントでは、子どもたちが夢中で物事に取り組む姿を見ることができました。ぶんぶんゴマづくりに参加してくれた子どもたちからは、「チョットむずかしいな・・・」「わー、うまく回った！」などの声が上がりました。

また、モルック体験では、「初めてやる」や「聞いたことがあるけど、実際にやったことはない」という子どもたちが多く、終わる頃にはとても楽しんだ様子がありました。

今後も、多くの人たちの「声」を大切にしながら、誰もが楽しめる場をつくっていきたいです。

講演会「子どもの心を受けとめる 大人の関わりで大切なこと」

概要

日 時：令和7年3月16日（日）14:00～16:00
場 所：セシオン杉並
参 加 者：40人（募集）
講 師：川上 康則（杉並区立済美養護学校主任教諭）

開催経緯

人間関係やコミュニケーションは複雑です。

これといった正解があるわけではなく、学校でも教わりません。だからこそ、ぶつかり合うこともあります。ましてや、親と子、教師と児童・生徒、上司と部下、先輩と後輩など、そこに「上下」の関係性があれば、うまくいかないことに「なんでそうなの？」と思わずにはいられないこともあるでしょう。

今回は大人と子どもとのコミュニケーションに焦点を当てて、より豊かな関係を築くことを考えてみます。

講演会を通して

複雑な人間関係やコミュニケーションで悩みを抱えている人は多いでしょう。本講演は、大人と子どものコミュニケーションに多くの示唆が得られること、さらに、いろいろな場面で応用するためのヒントとして役立ててもらえたらと期待しています。

大人塾まつりの準備

概要

期 間：令和6年4月～令和7年3月（月に1回実行委員会を開催）

場 所：セッション杉並

参 加 者：延べ250人

経緯

本年度は開催せず、令和7年5月開催に向けての準備に注力しています。前回は令和5年12月に開催しましたが、開催時期はコロナ禍前に開催していた5月が良いということになり、令和6年5月では近すぎるのでお休みすることにしました。大人塾まつり実行委員会を令和6年4月に発足して毎月1回開催し、令和7年5月に向けて準備を進めています。

次年度（令和7年度）はすぎなみ大人塾開講20周年を迎えるので一層の飛躍を目指し、「新しい出会い」をテーマに、「つながりながら大人塾」をキャッチコピーに、地域の人々や団体との交流を深めることを目指しています。

近隣の中学・高校・大学・児童館に参加を促し、より幅広い地域の方々とイベントを育て上げていく飛躍の年です。想定来場者数は、約1,500人を期待しています。

展示・イベント・ワークショップ・物品販売・食の販売等多彩なプログラムを予定し、今回は「謎解きゲーム」で全館を回る企画も設けます。



セッション杉並 2 階講座室の実行委員会風景

大人塾まつりへの期待

大人塾まつりは、杉並区における社会教育の拠点、社会教育センターがある「セッション杉並」全館を使用する恒例のイベントです。すぎなみ大人塾連、すぎなみ大人塾、社会教育センターだけでなく地域の方々や団体を巻き込んで地域の多世代交流の契機となることを目指します。

3 部会の活動

コロナ禍で活動が思うようにできないことをきっかけにして、令和4年度に3つの部会を作り活動しています。昨年度の活動は「すぎなみ大人塾・すぎなみU30ミーティング2023記録集」をご覧ください。本年度はさらなる充実を目指して活動しました。

居場所&出番研究会

★公共の捉えなおし “アナタのキカイをまちのなかに”

コミュニティスクール（CS）実践研究会

★学校の捉えなおし “地域の側から学びの未来を考える” “生きる力を育む地域”

Diversity and Inclusion（D&I）コミュニケーション研究会

★コミュニケーションの基盤の捉えなおし “受け止める行為の先の自分” “協働のベース”

居場所&出番研究会

令和5年7月に開始した活動ですが、令和6年度末で16回実施することになります。

高い気温を避けて7、8月は休み、12月は年末で休み、4月は休み、ということで令和7年1月31日現在で累計14回実施済みです。

阿佐谷地域区民センター前のけやき公園で、同指定管理者 オーチャー・箱根植木共同事業体の手厚い協力を得て「地域の人たちとの関係を作り、子どもから高齢者までの幅広い年代の居場所づくりを目指す」という趣旨で無料の手作り工作を実施しています。

令和6年度の参加者累計は101人です（令和7年1月31日現在）。手がけた作品が出来上がり、それで遊ぶ子ども達が輝くような喜びの表情になるのを見ると、この活動を行う価値があると実感します。殆どが親子連れですが、稀に子どもだけの参加があります。活動が知れ渡り、子どもだけの参加が増えることは大歓迎です。

余談ですが、実施場所が公園のため、蚊取り線香を焚いていますが、数多い蚊の攻撃に工作を中断してしまう参加者がいたことは残念でした。



CS実践研究会

すぎなみ大人塾連メンバーに何人も学校運営協議会委員や地域教育推進協議会委員などの学校関係者がおり、それぞれが個別に学校教育を良くするための活動を進めていますが、学校横断型の話し合いの場がありません。

そこで、すぎなみ大人塾連メンバーが中心になって、CSに関する学びを深める場を作ることになりました。令和5年8月、11月、令和6年3月、7月と懇談を重ね、前述の11月2日のイベントを開催しました。その振り返りの懇談から、3月26日に第2章を行うことになりました。

卒塾生の集まりや仕組み

平成17年に始まったすぎなみ大人塾から多くの卒塾生が巣立っていきました。卒塾生が立ち上げた集まりや仕組みがたくさんあります。

直近では、令和5年度「はじめの一步コース」の第1期生。令和6年に卒塾後も、2カ月に1回イベント(お花見、暑気払い、一周年のお祝い、ボウリング大会など)の「オフ会」を開催して、お互いの近況報告を行い交流を続けています。

また、すぎなみ大人塾の卒塾生有志などで立ち上げた自主グループや団体があります。

- ・「総合コース」から当事者研究の自主勉強会「ノリの里の会」
- ・「荻窪コース」から荻窪を中心とした地域活動団体「OgiLOVE」
- ・「西荻コース」から「まちナカ・コミュニティ西荻みなみ」

それぞれ新たなメンバーを増やしながら、多岐にわたる活動を行っています。



はじめの一步コース卒塾生のオフ会（令和6年5月）

資料編

これまでの
講座タイトル一覧

すぎなみ大人塾 これまでの講座一覧

敬称略。肩書は開催当時

年度	コース	タイトル	学習支援者	学習支援補助者	申込者数	曜日・回	ゲスト講師
平成17 2005	昼	あなたが見つけるミステリーツアー ～“すぎなみ”の新しい楽しみ方～	(株)計画技術研究所 竹迫 和代	常盤ヶ丘アカデミー 丹羽 史泰	27	火曜 午前 全9回	(株)博報堂 生活総合研究所所長 林 光
	夜	すぎなみ社会起業家塾 ～イノベーションは杉並から起こす～	(株)三井物産戦略研究所 新谷 大輔	NPO法人生涯学習知の市庭 東島 信明	53	水曜夜 全9回	(有)フェアリッシュ 伊藤 弘美
平成18 2006	昼	すぎなみ暮らし塾 ～30代からの未来プロデュース～	(有)毎日の生活研究所 矢郷 恵子	—	19	金曜 午前 全18回	NPO法人せたがや街並み 保存再生の会理事 松田 宏
	夜	すぎなみソーシャルデザイン塾 ～杉並をデザインする社会起業家になる～	(株)三井物産戦略研究所 新谷 大輔	NPO法人生涯学習知の市庭 東島 信明	30	水曜夜 全18回	ワークショップ企画プロ デューサー 中野 民夫
平成19 2007	昼 上半期	スローフードな地域づくり ～地産地食～	(有)毎日の生活研究所 矢郷 恵子	—	30	木曜 午前 全9回	マクロビオティック料理研究家 中島 デコ
	昼 下半期	私が起業するコミュニティカフェ	参画はぐみ工房 竹迫 和代	—	34	木曜 午前 全9回	WWBジャパン代表 奥谷 京子
	夜	すぎなみソーシャルデザイン塾 ～人・モノ・組織をつなぐ社会起業家になる～	(株)三井物産戦略研究所 新谷 大輔	NPO法人生涯学習知の市庭 東島 信明	67	水曜夜 全18回	NPO法人フローレンス代表 駒崎 弘樹
平成20 2008	昼	エコシック（おしゃれにエコ） 前半～すぎなみオーガニックを育てよう～ 後半～すぎなみファクトリー～	(有)毎日の生活研究所 矢郷 恵子 参画はぐみ工房 竹迫 和代	—	27	木曜 午前 全18回	翻訳家 池田 香代子
	夜	社会起業家塾～ 人・モノ・組織をつなぐソーシャルデザインする	(株)三井物産戦略研究所 新谷 大輔	NPO法人 T F F 手塚 佳代子	42	水曜夜 全18回	(株)マザーハウス代表取締役 山口 絵里子
平成21 2009	昼	だがしや楽校を開こう！ ～新たなつながりと集いの場が未来をつくる！	高千穂大学准教授 松田 道雄	地域コーディネーター 谷原 博子	20	火曜 午前 全18回	静岡県 まちなびや 弓削 幸恵
	夜	すぎなみ社会デザイン塾 ～みずから社会を変える人＝社会起業家になる	(株)三井物産戦略研究所 新谷 大輔	NPO法人 T F F 手塚 佳代子	66	水曜夜 全18回	NPO法人ココロネット理事長 増田 秀暁
平成22 2010	昼	だがしや楽校を開こう！ ～持ち味のおすそ分けと語りあいが未来を拓く	高千穂大学准教授 松田 道雄	地域コーディネーター 谷原 博子	30	金曜 午前 全19回	—
	夜	はじめてのソーシャル・アクション ～自分らしい社会貢献の実践力を身につける	(株)エンパブリック代表 広石 拓司	NPO法人 T F F 手塚 佳代子	52	水曜夜 全18回	NPO法人CANVAS副理事長 石戸 奈々子
平成23 2011	昼	だがしや楽校的社会的な作り方 ～あたたかくやわらかな地域コミュニティづくりからはじめよう	東北芸術工科大学教授 松田 道雄	地域コーディネーター 谷原 博子	32	月曜 午前 全18回	—
	夜	はじめてのソーシャル・アクション ～つながりづくりの実践力を身につける	(株)エンパブリック代表 広石 拓司	NPO法人 T F F 手塚 佳代子	52	水曜夜 全18回	Ena Communication 取締役社長 樋柴 ひかる
平成24 2012	昼	だがしや楽校を開こう！ ～人が、地域が生き生きしていく「和」のコミュニティ学習～	東北芸術工科大学教授 松田 道雄	地域コーディネーター 谷原 博子	30	月曜 午前 全17回	—
	夜	はじめてのソーシャル・アクション ～現場に学び、現場を創る！～	(株)エンパブリック代表 広石 拓司	NPO法人 T F F 手塚 佳代子	35	水曜夜 全18回	本郷・湯島マーチング委員会 利根川 英二

年度	コース	タイトル	学習支援者	学習支援補助者	申込者数	曜日・回	ゲスト講師
平成25 2013	月 上半 期	だがしや楽校を開こう！ ～「自分みせ」からつながり広がる地域と出 会い～	東北芸術工科大学教 授	地域コーディネー ター	24	月曜 午前 全9回	—
	月 下半 期	永福だがしや楽校を開こう！ ～「自分みせ」からつながり広がる地域と出 会い～	松田 道雄	谷原 博子	33	月曜 午後 全9回	—
	土 上半 期	土曜の朝は、哲学しよう！ ～自分の生き方を共に探る場ツクリ学～	(株)エンパブリック代表 広石 拓司	学習支援リポー ターズ	17	土曜 午前 全9回	—
	土 下半 期	まちなかアート発見！ ～クリエイティブなあなたを探そう～	女子美術大学准教授 日沼 禎子 アサヒ・アートスクエア ディレクター 坂田 太郎	—	15	土曜 午前 全9回	美術家 小山田 徹
平成26 2014	月	個性を活かす「みせ」びらき ～学び合いと地域交流でみがく発想力と活 動力	東北芸術工科大学教 授	学校地域コディ ネーター	33	月曜 午前 全12回	—
	土	大人のまちの楽しみ方 自分発！「アソビノベーション」入門	(株)エンパブリック代表 広石 拓司	(株)エヌキューテ ンゴ	39	土曜 午前 全12回	美術家 住中 浩史
平成27 2015	だがし や	だがしや楽校deワクワク大作戦 ～ゆるく楽しく地域とつながろう～	東北芸術工科大学教 授	学校地域コディ ネーター	29	土曜 午前 全14回	東京大学大学院教授 牧野 篤
	アソビ ノベ ーシ ョ ン	大人のまちの楽しみ方 アソビノベーション+ ONE ～放課後だよ！20～40代 全員集合！ ～	(株)エンパブリック代表 広石 拓司	(株)N9.5 齊藤 志野歩	34	土曜 午前 全14回	—
平成28 2016	土昼	だがしや楽校入門編 ～気軽に「みせ開き」でまちに出よう～	フリーアナウンサー 谷原 博子	—	17	土曜 午前 全14回	東京大学大学院教授 牧野 篤
	水夜	アソビでほぐす思考と身体 ～アソビノベーションでヘルスプロモーション～	(株)エンパブリック代表 広石 拓司	杉並TV 高橋 明子	26	水曜夜 全14回	聖路加国際大学教授 中山 和弘
平成29 2017	総合	GENERATION LAB ～コノ時代ヲ解説セヨ～	(株)アソボット代表取 締役	NPO法人場とつ ながりラボhome' s vi ファシリテ ーター	45	水曜夜 全15回	ジャーナリスト 高瀬 毅 明治学院大学教授 坂口 緑 国立国語研究所 石黒 圭 三省堂国語辞典編集委 員 飯間 浩明
	高円 寺	高円寺で〇〇カフェ まちのなかに対話する場をつくってみよう	(一社)地域デザイン プラットフォーム理事 川上 和宏	朝枝 晴美 平塚 圭子 増田 由巳子 湊 真澄 吉田 善博	31	木曜夜 全10回	長仙寺住職 坂井 常宏 小杉湯 平松 佑介 杉並第四小学校校長 高橋 浩平
	西荻	ぶらっと西荻 ～くらしをサイズアップしましょう～	クリエイティブディレク ター	綾部 庄一 伊東 芳紀 高橋 ゆかり 多田 邦晃 種岡 祐子 三澤 和宏	42	土曜 午後 全5回	カフェカノン 山中 啓優子 東京女子大学教授 松尾 慎 西荻窪町会会長 秋山 成子

年度	コース	タイトル	学習支援者	学習支援補助者	申込者数	曜日・回	ゲスト講師
平成30 2018	総合	コトバ・ラボ	(株)アソボット代表取締役 伊藤 剛	—	100	金曜夜 全10回	国立国語研究所 石黒 圭 窪園 晴夫 間淵 洋子 柏野 和佳子 大阪大学教授 金水 敏 東京大学教授 岡ノ谷 一夫 東京電機大学教授 小林 春美 作家 川添 愛
	高円寺	もっと高円“人” まちの“たまり場”をデザインする	(一社)地域デザインプラットフォーム理事 川上 和宏	朝枝 晴美 増田 由巳子 湊 真澄 吉田 善博	34	水曜夜 全9回	Book Cafe Diner イコ チ 蔵下 博史 ヒトツナ 浅井 義彦 國松 佳子 吉田 善博 Co-Minkan実行委員会 共同代表 横山 太郎
	西荻	ぶらっと西荻パート2 あたらしい大人、西荻で始めよう	クリエイティブディレクター 船尾 卒	綾部 庄一 伊東 芳紀 高橋 ゆかり 多田 邦晃 種岡 祐子 三澤 和宏	31	土曜 午後 全5回	東京女子大学教授 松尾 慎 養鶏家・牛の歩みGRO UP代表 窪田 幸子 西荻案内所 奥秋 圭 (株)三井物産戦略研究所 新谷 大輔
平成31 / 令和元 2019	総合	プラネット・ラボ	(株)アソボット代表取締役 伊藤 剛	—	69	月曜夜 全10回	気象予報士/空の探検家 武田 康男 サイエンスライター 保坂 直紀 国立極地研究所 本吉 洋一 国立天文台 小久保 英一郎 国立天文台暦計算室 片山 真人 京都大学防災研究所 矢守 克也 NPO法人鶴見川流域 ネットワーク 岸 由二 国立環境研究所 江守 正多
	高円寺	真剣！多世代“食べり場” ～高円寺“大人食堂”を開こう～	(一社)地域デザインプラットフォーム理事 川上 和宏	朝枝 晴美 増田 由巳子 湊 真澄 吉田 善博	39	水曜夜 全11回	カレーキャラバン 江口 亜維子 加藤 文俊 (株)エヌキューテング/ま ち暮らし不動産 代表 齊藤 志野歩

年度	コース	タイトル	学習支援者	学習支援補助者	申込者数	曜日・回	ゲスト講師
平成31 / 令和元 2019	西荻	ぶらっと西荻パート3 西荻で、学びと遊びを活かす人	クリエイティブディレクター 船尾 卒	綾部 庄一 伊東 芳紀 高橋 ゆかり 多田 邦晃 種岡 祐子 檜枝 光太郎 三澤 和宏	45	土曜 午後 全5回	社会福祉協議会 中島 篤 大人塾卒塾生 種岡 祐子 星川 安之 東京女子大学大学院生 胡 怡 東京女子大学教授 松尾 慎 理学療法士 高橋 結香 地域包括支援センターケア24西荻 黒松 利砂
令和2 2020	オンライン	それぞれの新しい日常を考えよう	(ファシリテーター) 理学療法士 高橋 結香	—	24	日曜 午前 全1回	東京大学先端科学技術 研究センター准教授 熊谷 晋一郎
	荻窪	“新”荻窪はっけん伝 ～今だからこそ 知ろう・つながろう・伝えよう～	(株)エンパブリック 高橋 明子	加藤 俊也 染谷 貞夫 原田 佐和子 檜枝 光太郎 渡邊 麗	32	土曜 午後 全6回	ogibon編集長 松崎 淳一 バイオリニスト 尾池 亜美(VTR出演) 荻窪音楽祭実行委員長 水島 隆明 野鳥写真家 西村 真一 荻窪の記憶プロジェクト 松井 和男
	方南 和泉	大人の寺子屋 ディープなまちで遊びと学び	ハズオン埼玉常務理事 西川 正	飯島 典子 岩崎 彰宏 伊藤 歩 田中 美江子 前田 穂奈実 矢口 祥子 矢部 由美子 吉橋 正美 企画協力 浅野 雅子 上田 正昭	23	木曜 午前 全5回	(株)HLC 日比 健 忍者の頭領 ベビーカーおろすんジャー 方南銀座商店街振興組 合理事長 新井 清市 和泉第三町会副会長 梅田 清永 専修大学附属高等学校 教諭 渡邊 賢 レストナック幼稚園園長 横田 光子 子ども・子育てプラザ和泉 所長 上田 正昭

年度	コース	タイトル	学習支援者	学習支援補助者	申込者数	曜日・回	ゲスト講師
令和3 2021	総合	学びカタ・ラボ	(株)アソボット代表取締役 伊藤 剛	—	88	金曜 午後 全7回	ブックディレクター 山口 博之 日本科学未来館 展示ディレクター 宮原 裕美 映画バイヤー/プロデューサー 関根 健次 曹洞宗僧侶 藤田 一照 東京大学先端科学技術研究センター准教授 熊谷 晋一郎
	荻窪	「新・荻窪」はっけん伝を描こう ～荻窪を聴き歩き・知らなかったことを深めよう～	(株)エンパブリック 高橋 明子	加藤 俊也 染谷 貞夫 原田 佐和子 檜枝 光太郎 渡邊 麗	24	土曜 午後 全5回	郷土愛好家 朝倉 紘治 木の芽のいえ 永石 礼子 永石 尚也
	方南 和泉	大人の寺子屋 ～つなげよう 方南和泉の“わ”～	地域クリエイター 後藤 裕子	飯島 典子 岩崎 彰宏 伊藤 歩 田中 美江子 前田 穂奈実 矢口 祥子 矢部 由美子 吉橋 正美	20	木曜 午後 全5回	跡見学園女子大学地域交流センター長 土居 洋平 明治大学和泉ボランティアセンター NPO法人お出かけサービス 杉並理事長 樋口 蓉子 跡見学園女子大学教授 鍵屋 一 ハンズオン埼玉常務理事 西川 正
令和4 2022	総合	ジブン・ラボ	(株)アソボット代表取締役 伊藤 剛	—	33	金曜 午後 全5回 土曜 全2回	(企画協力者) 東京大学先端科学技術研究センター准教授 熊谷 晋一郎
	荻窪	荻窪に自分の居場所・活動場所をつくろう ～大人の放課後＝「部活」をはじめよう！～	(株)エンパブリック 高橋 明子	加藤 俊也 染谷 貞夫 原田 佐和子 檜枝 光太郎 渡邊 麗	20	土曜 午後 全7回	—
	方南 和泉	大人の寺子屋 ～学びで得られた地域の“ち”から～	(同) はじまりの和泉 代表社員 後藤 裕子	飯島 典子 岩崎 彰宏 田中 美江子 前田 穂奈実 矢口 祥子 矢部 由美子 吉橋 正美	23	月曜 午後 全1回 木曜 午後 全5回	ハンズオン埼玉常務理事 西川 正 堀ノ内南町会防災会副会長 山内 泰彦 マシンガンズ 滝沢 秀一 共用品推進機構専務理事 星川 安之

年度	コース	タイトル	学習支援者	学習支援補助者	申込者数	曜日・回	ゲスト講師
令和5 2023	総合	チガイ・ラボ	(株)アソボット代表取締役 伊藤 剛	—	70	金曜 夜 全9回	(企画協力/メイン講師) 東京大学先端科学技術 研究センター准教授 熊谷 晋一郎 (ゲスト講師) おれんじドア実行委員会 代表 丹野 智文 タルク女性ハウス代表 上岡 陽江 東京大学先端科学技術 研究センター特任准教授 綾屋 紗月 公立小学校指導教諭・ 学校心理士 森村 美和子 北海道医療大学看護福 祉学部特任教授・浦河 べてるの家理事長 向谷地 生良 浦河べてるの家ソーシャル ワーカー 山根 耕平 熊谷研究室ユーザーリ サーチャー 廣川 麻子 熊谷研究室ユーザーリ サーチャー 牧野 麻奈絵
	久我山 ～ 浜田山	みんなで遊楽体験 ～まち発見クイズ・プロジェクト～	やのや主宰、まちづくり コーディネーター 矢野 恒	尾関 久子 岡田 美津江 平出 義明	44	土曜 午後 全8回	ハンズオン埼玉常務理事 西川 正
	はじめ の 一歩	ワクワクからはじまる大人の放課後デビュー	東京学芸大学准教 授 荻上 健太郎	—	78	土曜 午後 全5回	地域の方々 稲留 和紀 染谷 貞夫 渡邊 麗
令和6 2024	総合	フツウ・ラボ	(株)アソボット代表取締役 伊藤 剛	—	59	土曜 午前 全8回 ・ 午後 全1回	(企画協力/メイン講師) 東京大学先端科学技術 研究センター准教授 熊谷 晋一郎 東京大学先端科学技術 研究センター特任准教授 綾屋 紗月 (ゲスト講師) 上智大学外国語学部 英語学科教授 出口 真紀子
	久我山 ～ 浜田山	コミュニティデザインって？ ～人とつながるしくみを考える～	やのや主宰、まちづくり コーディネーター 矢野 恒	尾関 久子 岡田 美津江	45	土曜 午前 全7回	伝説のコピーライター 竹島 靖 コミュニティデザイナー、 studio-L TOKYO代表 西上 ありさ 小杉湯となり 小林 友希

年度	コース	タイトル	学習支援者	学習支援補助者	申込者数	曜日・回	ゲスト講師
令和6 2024		ワクワクからはじまる大人の放課後デビュー			33	土曜 午後 全6回	すぎなみ大人塾連・ Co-enプロジェクト 門倉 誠 阿佐谷地域区民センター 指定管理者 山下 新人 まちナカ・コミュニティ 西荻みなみ 秋山 成子 富田 幸路 望月 美智子 船尾 卒 仲村 弘之 令和5年度 はじめの一步コース 卒塾生有志 令和6年度地域コース 「久我山～浜田山コース」 受講生有志

30歳以下の若い世代向けの講座等 これまでの講座一覧

敬称略。肩書は開催当時

年度	コース	タイトル	学習支援者	学習支援補助者	申込者数	曜日・回	ゲスト講師
令和4 2022	—	講座＆ワークショップ みんな、どう風働いて生きてるの？	ネイバースグッド(株) 代表取締役 柴田 真光	—	16	日曜 午後 全5回	ドキュメンタリー写真家 佐木 瞬 インスタグラマー シゲタ ツヨシ 地域デザイナー・はじまりの 和泉代表 後藤 裕子 まちサロンおきやんち代表 味香 興郎
令和5 2023	—	すぎなみU30ミーティング みんなの大運動会プロジェクト	ネイバースグッド(株) 柴田 真光 後藤 裕子 大塚 あゆみ	—	16	日曜 午前午 後 全8回	—
令和6 2024	—	すぎなみU31ミーティング みんなの大運動会プロジェクト	ネイバースグッド(株) 柴田 真光 後藤 裕子 大塚 あゆみ	—	17	日曜 午前午 後 全9回	—

すぎなみ大人塾・すぎなみ U30 ミーティング 2024 記録集

登録印刷物番号

07-0003

令和6年度版

令和7年5月発行

編集・発行 杉並区教育委員会事務局 生涯学習推進課 社会教育センター

〒166-0011 杉並区梅里一丁目22番32号

電話 (03)3317-6621

記録集（PDF ファイル）は、杉並区公式ホームページでご覧になれます。

<https://www.city.suginami.tokyo.jp>

