

若者のための夏の特別講座 2025

いつのまにやら〇〇〇〇

第2回 自分の言葉で対話しよう

探索カフェ

やってみましょう  
2025年8月1日

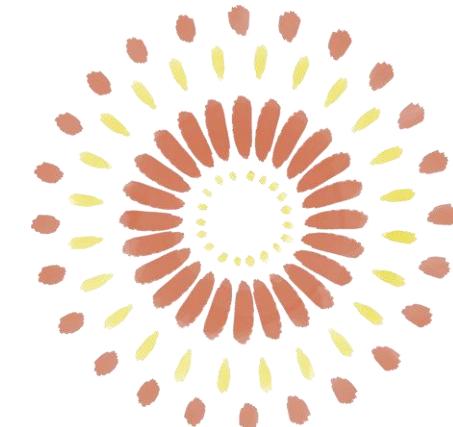
地域共生社会推進課

竜王真紀

# 若者版 笑(省)察カフェ

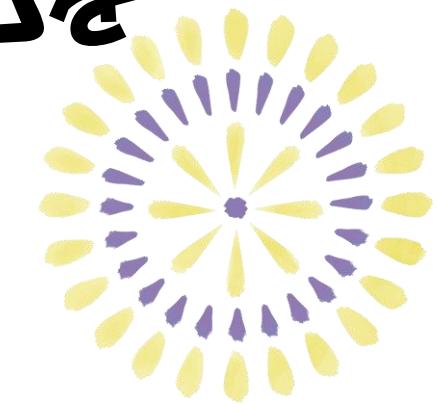
## 今日の目的

1. 交流しましょう
2. 自分を知りましょう
3. 仲間のこととも知りましょう



# こんな風になれたらうな～

- 自分自身の良さ・強みを「自分の言葉」で語れる。
- 自分自身の良さ・強みに気づこう。
- 他者の考えを聞き、視野や考え方のフレームを広げよう。(引き出しを増やそう)



**自分に自信が持て、歩みだそう。**

# 省察(せいはつ・しょうさつ)とは

省察的実践者:ドナルド・アラン・ショーンが提唱した略語

「reflective practitioner」

cf:ふいきえい、内省、反省、リフレクション



自分自身が大切にしてきたもの(価値観、信念、暗默知)を意識化し、振り返り、「ことば」にして、改めて肯定的に捉える学び自分にとって、良いと思われるものに、気づき、それをことばにして再認識する学習

# 省察的な学びとは

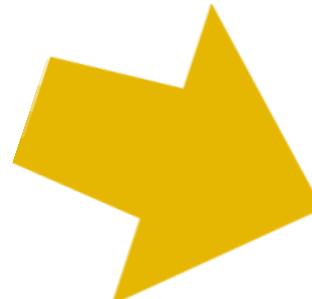


①子どもの学習は形成、

大人の学習は意識変容

②対話を大切にする

③記録に残す



笑察

# いつのまにやら思考のコツ

1回目の講義より

## ●対話を意識していきましょう

特別講座では、仲間の意見を大切にしましょう。同時に自分の意見も大切に。多様な価値観や意見を受け入れながら、自分の中の“大切”を育てていきましょう。

## ●変化を楽しむ

各自、いろんな想いを持ってこの特別講座に参加しています。6回の講座を通じて、変わっていく自分や仲間の姿を楽しんでみてください。

## ●なんども立ち止まろう

いつのまにやら思考の最大のポイントは、急がないこと。なにか違和感を感じたら、立ち止まったり、仲間に相談したりしながらまた進んでみましょう。

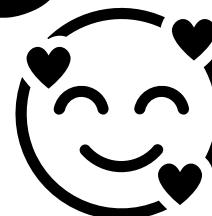
あなたの「いつのまにやら〇〇〇〇」が見つかりますように。

時間	所要時間	内 容
19:15	5分	笑察カフェとは 目的
19:20	10分	やり方説明 個人ワーク
19:30	60分	ラウンドテーブルでの対話 自己紹介 15分×4人
20:30	10分	ふりかえり 今日のテーマにそった一言アドバイス
20:40	5分	自己のアンケート
20:45		終了

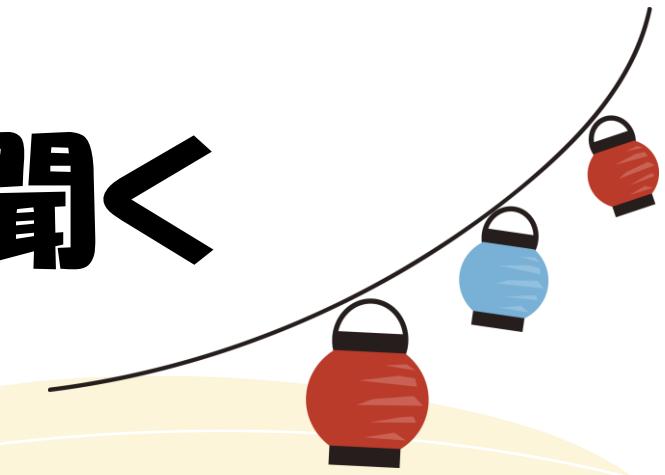
# グランドルール

- ①相手の話を敬意を持って聞く
- ②質問は指摘ではない
- ③メモや記録を取る
- ④守秘義務は守る
- ⑤楽しい雰囲気を作る

笑顔を忘れずに



心理的安全性  
の確保



# 個人ワーク・ 私の推し(オシ)

---

自分の**推し**:好きなもの・好きなことを3つ書いてください。A3の紙にフロッキーで3つ書く  
好きな時間、好きな食べ物、好きな本、好きな人、趣味、特技、好きな言葉なんでも良いよ。

# ラウンドテーブルの方法

省察的ワークショップ。三輪建二式ラウンドテーブルを  
本日のためにアレンジしました。

①4人でグループにない、まず一人の人が、  
私の「オシ」を語る。

他のメンバーは、メモしながら聞き入る。(10分)

②他のメンバーは、その話が終わってから「もう  
ちょっと詳しく教えて～」を聞き、対話する。(5分)。

③ラウンドする

# ラウンドテーブル 1人目

- ・自己紹介
- ・自分が書いた「私の推し(オシ)」  
を語ろう。  
(10分間)

他のメンバーは  
傾聴し、

「もうちょっと教えて」

を問いかける

→問い合わせに自分の  
言葉で応える。



対話

考えてみよう

「オシ＝好き」って  
なんだろう



# 自分のオシ(好き)を考えること ワークを通じて

- ・オシは自分を構成するもの、**強み**でもある
- ・オシを語ることは自分を語ること、自分を見つめる時間
- ・相手のオシを聞くことでその人を知れた  
違った価値観にふれた
- ・オシは変わるもの 1年後の自分のオシは違う  
オシの変化は自分の成長である
- ・言葉にして自分に問い合わせること、自分を気づくことが  
大切



オシを増やしてほしい  
≒自分の良いところを増やそう  
→いろいろな人と出会い、対話を  
して、自分のフレーム(殻)を広げ  
ていこう！

省察(笑察)は、対話で深まる

地域共生社会の実現に向けて

# 求められる若手人材



自分自身を認められ、相手や仲間も認められる人  
(自己効力感がある人)。



互いの喜び、楽しさ、痛み、  
分かち合え、協働できる人。

お疲れ様でした。

表紙イラスト 亀助さん