

## 市民企画講座の報告

企画：ふあん・ふあしいCafé

チームビルディング！  
ファシリテーションでチームが動く  
～学びと行動を引き出そう～



チームが一つの目標にむかって成果を目指す時、ファシリテーターは、安全・安心して話が出る場所を提供することが大切だと学びました。一人ひとりが個性を出し、協力して学び合えるチーム作りについてグループごとに実践練習を行いました。

全3回（11月13日～1月15日）

第1回 11月13日（日）チームが持つ場をいきいきさせる

現代におけるファシリテーターの必要性を学び、「対話による場作り」を「オープンクエスチョン」の質問法で実践しました。

第2回 12月18日（日）チームの力を引き出す

一人ひとりの強みをチームの総合力にするためには互いの視点や解釈を柔軟にすることを学びました。

第3回 1月15日（日）チームで学ぶ仕組みを作る

自主的な学びの仕組みづくりに挑戦しました。「失敗は学びの宝箱」、失敗を追及することで成功する確率が上がることや、行動して一歩進んでこそ、その先の課題が見えてくることを学びました。

## 市民企画講座の報告

企画：abundance  
(アバンダンス)

第2回 12月10日（土）  
講師：はるさん



『強みってなんだろう？はじめてのストレングスファインダー』と題し、ツールを使って自分の強みを知り、それを活かすことで生活の質は3倍に、仕事に対して取り組む確率は6倍に高くなることや、お互いの多様性を尊重し、活かし関わり合うことを学びました。

第1回  
11月19日（土）  
講師：さえさん



『コミュニケーション 4つのタイプ』と題し、参加者が各々質問シートで自分の社会的行動的特性を知ることにより4タイプに分かれ、やる気上がる関わり方・上がらない関わり方をグループワークしました。その後、お互いにシェアすることにより、自分の苦手なタイプとの関わり方を学びました。

第3回 1月21日（土） 講師：青木 幸徳さん

『聴くちからがアップする“アクティブリスニング”』と題し、日常使っている3つの“きく”[聞く][訊く][聴く]の違いを講師のデモンストレーションの後、受講者ペアで話し手と聞き手に分かれてそれぞれきき方の違いを体験。その後“アクティブリスニング”（五感で感じる）のきき方である[利く]+[効く]を使って、同様に話し手と聞き手に分かれて、講師のデモンストレーション後、実際に受講者ペアできき方の体験を行いました。その際10項目の必要な心がけを学び、家庭や職場などで今後活かしていくよう、アドバイスをいただきました。



男女平等 EXPO 高岡 2016 ～粹メンプロジェクト事業～

## プロの料理人から学ぶ 簡単中華料理教室

講師：中国料理-錦州-料理長  
中野 四郎さん



◆◆メニュー◆◆

★麻婆豆腐  
★カニ炒飯  
★大根と豚バラ肉の辛味スープ



12月3日（土）に、ウイング・ウイング高岡6階 キッチンサロンにおいて、男女平等 EXPO 高岡 2016～粹メンプロジェクト～第2回目を開催しました。

中国料理-錦州-料理長の中野四郎さんを講師にお招きして、料理初心者にも作れる「簡単中華料理」を学び、男性が楽しみながら家事に参画できる機会としました。

みなさんに人気の麻婆豆腐では、豆腐が崩れない混ぜ方やとろみの付け方、また、カニ炒飯では最初に玉子かけ御飯の様に混ぜ合わせてしまうことなど、おいしくできるコツを学び、参加者はメモを取るなどして熱心に取り組んでいました。男女が互いに情報交換し合いながら、終始和やかな雰囲気での調理がすすめられ「これなら家でもチャレンジできる」「料理の勘所を聞いてよかった」などの意見があり、男女が支えあって料理にも関れることの大切さを感じました。



## 男女平等推進センター日誌抄

12月・1月

12月3日（土）～粹メンプロジェクト事業～

「プロの料理人から学ぶ簡単中華料理教室」

10日（土）市民企画講座（企画：チーム abundance）

「自分のコミュニケーションスタイルを知ろう！」

【第2回】強みってなんだろう？はじめてのストレングスファインダー

13日（火）男女平等推進プラン情報誌

「ありて」第8回編集会議

16日（金）話スペース「ぼこ あ ぼこ」

18日（日）市民企画講座（企画：ふあん・ふあしいCafé）

「チームビルディング！ファシリテーションでチームが動く～学びと行動を引き出そう～

【第2回】チームの力を引き出す

1月15日（日）市民企画講座（企画：ふあん・ふあしいCafé）

「チームビルディング！ファシリテーションでチームが動く～学びと行動を引き出そう～

【第3回】チームで学ぶ仕組みを作る

21日（土）市民企画講座（企画：チーム abundance）

「自分のコミュニケーションスタイルを知ろう！」

【第3回】聴くちからがアップする“アクティブリスニング”

27日（金）話スペース「ぼこ あ ぼこ」

