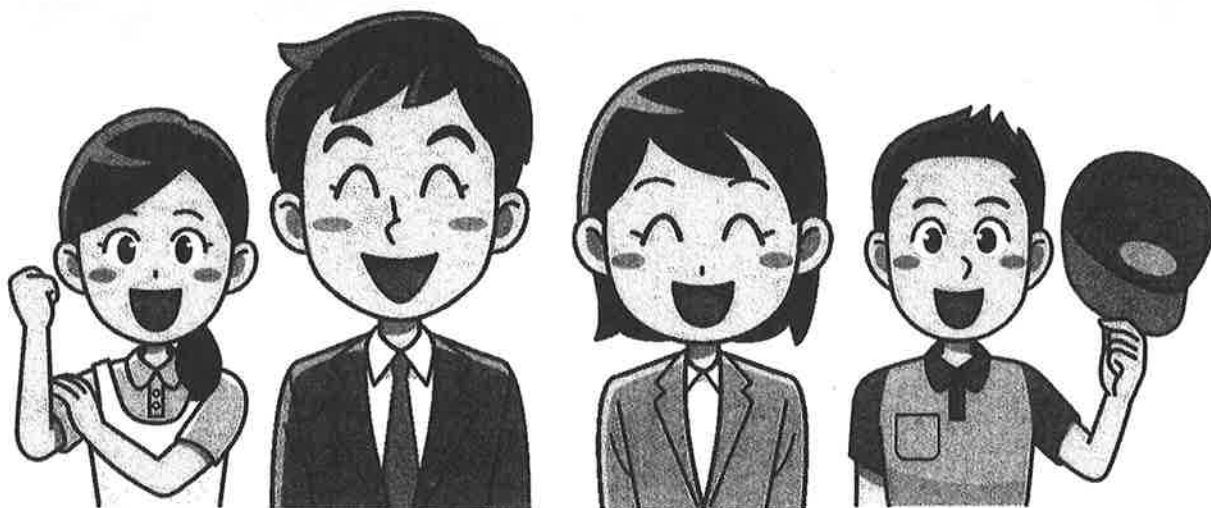


令和2年度

# 八戸圏域 住民活動促進講座

## 自分にあった活動をしよう！

得意なものを生かし、活動するためのコツ



日時 令和2年11月22日(日)

AM10:00~PM12:00

場所 五戸町立公民館 小ホール

講師 石岡 百合子さん 株式会社JOY 代表取締役  
キャリアコンサルタント

内容 前半：石岡 百合子さんによる講演

後半：ワークショップ&意見交換・交流

~今までの自分自身を見つめ直し、

自分に合う活動分野を探してみましよう~

主催 八戸市市民活動サポートセンター ふれあいセンターわいぐ

## 講師プロフィール

### 石岡 百合子さん

- ◇ 株式会社 JOY 代表取締役 キャリアコンサルタント
- ◇ NPO 法人青森県男女共同参画研究所 副理事長
- ◇ 青森県女性ロールモデル事例
- ◇ 青森県いきいき男女共同参画社会づくり表彰  
奨励賞女性のチャレンジ部門賞個人賞
- ◇ ワーク・ライフ・バランス、キャリア支援等の各種講座講師多数

.....MEMO.....

~~~~八戸市市民活動サポートセンター・ふれあいセンターわいぐとは~~~~

ボランティアや住民活動に「関心がある」「参加してみたい」「団体をつくりたい」「発展させたい」と思う人たちのためのサポートセンターです。

少人数での打ち合わせや、各種住民活動情報の収集ができる「情報交流サロン」と、団体の資料やチラシ作成などに便利なパソコンや印刷機・紙折り機を設置しております。

また、住民活動に役立つ情報や住民活動団体の紹介を掲載した「市民活動ハンドブック」の発行、住民活動に関する相談業務や関連講座などを行っています。

センターの愛称『わいぐ』は南部弁の「わあ、いぐ (=私は行く)」という言葉がもとになっています。

E-mail support@waigu.info





|                |                                                                                  |
|----------------|----------------------------------------------------------------------------------|
| <b>キャリアとは？</b> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 狭義のキャリア</li> <li>2. 広義のキャリア</li> </ol> |
|----------------|----------------------------------------------------------------------------------|

|                 |                                                                                                                                                                                                                         |
|-----------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>地域が抱える課題</b> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 防災・防犯対策(安心・安全)</li> <li>2. 子育て支援(待機児童、発達支援)</li> <li>3. 福祉・保健衛生(高齢者福祉)</li> <li>4. 環境対策(温暖化、自然環境保全)</li> <li>5. 地域活性化・文化振興(産業振興)</li> <li>6. 都市基盤整備</li> <li>7. 教育</li> </ol> |
|-----------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|-------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>現状把握</b> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 地域社会の状況 <ul style="list-style-type: none"> <li>● 資源・人材</li> <li>● 地域の魅力・特徴</li> <li>● ネットワーク</li> </ul> </li> <li>2. 自分自身の状況 <ul style="list-style-type: none"> <li>● 資源(経験・得意分野・意欲)</li> <li>● 期待される役割</li> <li>● 仲間・リーダーシップ</li> </ul> </li> </ol> |
|-------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|                 |                                                                                                                                                |
|-----------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>求められる人物像</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 誰に対しても公平</li> <li>● 上から目線でない</li> <li>● 柔軟なコミュニケーション</li> <li>● 豊かな感性と心配り</li> <li>● ポジティブ</li> </ul> |
|-----------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|                  |                                                                                                                                                                                      |
|------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>“私”はどんな人？</b> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 欲求・願望<br/>自分はどうありたいのか</li> <li>2. 価値観<br/>やりがい・大切にしていること</li> <li>3. 強み、能力<br/>経験があつてできること</li> <li>4. 弱み、課題<br/>経験がなく、まだできないこと</li> </ol> |
|------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

**1. 地域の課題を把握するためには**

- 住民アンケート
- 話し合いの場を設ける

**2. 地域の資源を活用するためには**

- 人財の活用
- 歴史的な場所を活用する

---

---

---

---

---

---

---

---

**3. 無理なく始めて継続するためには**

- 負担なくできることから始める
- 遊び心を忘れずマンネリ化を防止
- モチベーションを高める工夫

**4. 活動の輪を広げるには**

- 地域団体間の交流(町内会・学校)
- 世代や地域を越えた交流

---

---

---

---

---

---

---

---

**5. 組織運営上の工夫は**

- まちづくり協議会を設立した
- 青年部を結成した
- 役員の人数を増やした

**6. 参加者を増やす工夫は**

- 声かけ、挨拶運動をしている
- ちょっとだけ手伝うのもOKにする

---

---

---

---

---

---

---

---



# 私は…

|     |
|-----|
| 1.  |
| 2.  |
| 3.  |
| 4.  |
| 5.  |
| 6.  |
| 7.  |
| 8.  |
| 9.  |
| 10. |
| 11. |
| 12. |
| 13. |
| 14. |
| 15. |
| 16. |
| 17. |
| 18. |
| 19. |
| 20. |