

## 令和元年度女性コーディネーター養成講座「大崎塾」

令和元年度女性コーディネーター養成講座「大崎塾」を開催しました。

大崎塾は、自分も相手も大切に自己表現を学び、地域や職場等で活躍できる女性コーディネーターを育成するための、笑顔いっぱいあふれる講座です。

今年度の大崎塾は、昨年度に続きコーチング研修会社ドリームフィールド代表の阿部侑生先生を講師に迎え、「自分らしく 笑顔の種まきをするあなたに きっと 出会う」をテーマに全5回シリーズで実施しました。

第1回目は、「心の扉がオープンになるコミュニケーションを体感しよう！」と題し、楽しく自己紹介をしたり、ゲームをしながら相手を思いやる気持ち、心の扉を開くコミュニケーションを学びました。

第2回目は、心がラクになる、相手も自分も笑顔になるコミュニケーションについて、「ほめる」と「認める」の違いについて学びました。グループワークを行い、相手の話に対して、「わたし」を主語として相手に伝えるメッセージが、言われて嬉しい言葉であることを実践により学びました。

第3回目は、公開講座として開催し、受講生以外の方の参加も募り、多くの方々に参加していただきました。子どもの幸福度世界一の国『オランダ』に学ぶ人にやさしい社会、教育について、オランダ研修から帰国したばかりの阿部先生よりご講演をいただきました。オランダの教育方針、学校方針や取組みを紹介していただいた後、コーチングを取り入れたオランダの小学校の授業をグループワークにて体験し、学びの可能性の広さや、「答えではなく問うこと」を探求するオランダの学習方針を体験しました。

第4回目は、「自分のやりたいことの見つけ方～ワクワクの種を育てよう～」をテーマに、自分の名前に隠された意味（使命）、価値リストから自分の大切にしている言葉を選び自分の価値を確認しました。その後、二人一組で価値観を整理する質問を互いに行い、自分の価値観（価値のワード）をあらためて知ることができました。また、理論的でわかりやすい話し方「PREP法」を学び、自分の思いをPREP法で作成し互いに発表しました。

最終回の第5回目は、感動いっぱいの「みんなの夢の発表会」を行いました。発表者は、1分間であらかじめ色紙に書いてきた「座右の銘」（好きな言葉、大切にしている言葉）を発表しました。聴講している他の受講生は、発表者へ向けて応援メッセージを記入しました。発表会終了後、発表者全員へ「言葉の花束」として、受講生皆さんから応援のメッセージカードが贈られました。

### 第1回目の様子



楽しい自己紹介でリラックス



相手に伝えるには「思いやり」が大切！

## 第2回目の様子



言われて嬉しい言葉、Iメッセージで愛を♡



講師 ドリームフィールド 阿部侑生先生

## 第3回目の様子



多くの方が参加した公開講座



オランダの小学校の授業を体験しました

## 第4回目の様子



お互いに質問して自分の価値観を整理



「PREP法」を学びました

## 第5回目の様子



大切なことば「座右の銘」の発表会



受講生皆さんから温かいメッセージカード