

まつやまNPOサポートセンターの情報誌

サポセンだより



2～4P あなたが一番輝ける「自分の強み」を見つけるコツ

あなたが一番輝けることって何でしょうか？それを探すコツをお伝えします。

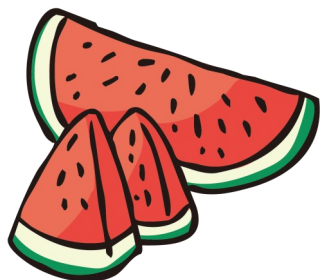
5 P 「まちづくり協議会通信・つなぐ」、もうご覧になりました？

27年度から発行スタート。まちづくり協議会の情報紙をご紹介します。

6～7P 平成27年度 松山市市民活動推進補助事業 採択団体決定！

今年度、市民活動推進基金の補助を受けて活動する団体をご紹介します。

8 P おしらせコーナー



【発行】
まつやまNPO
サポートセンター

特集

あなたが一番輝ける「自分の強み」を見つけるコツ

6/6(土)に開催した「事業目標マップ作成講座」では、あなた(個人や団体)の強みが何かを探り、支援対象者のニーズを想定し、自分たちの行動を振り返ることで、成果を上げながら労力を減らすための方法を、参加者が自らの手で探りました。

今回は、その中で集まったテーマの一つである「自分の強み」を見つける方法をお伝えします。

1. 自分の強みって何？

「あなたの強みって何ですか？」と聞かれて、あなたは即答できますか？

日本人は、一般的に控えめで謙虚なところがあります。そのため自分の強みをすぐに言える人は、少ないのではないかと思います。また、「自分はいったい何が得意なんだろう…」と考えることも、普段の生活ではあまり意識することなく過ごしているのではないのでしょうか。

ですが、自分の強みを見つけ出すことは、わたしたちがよりよく生きるうえで、とても大切なことです。物事をうまく成し遂げるコツは、「自分の強みを活かし、弱みの部分は他の人に助けてもらう」ことだといわれています。苦手なことをやり続けるよりも、強みを活かしたことに集中することで、あなたは今よりももっと多くの成果を生み出すことができるでしょう。

● 「強み」の定義とは…

では「強み」とは何でしょうか。

ここでは「あなたが一番力を発揮できること」だと考えことにしましょう。逆に「弱み」は「あなたがさっぱり力を発揮できないこと」だと考えます。そして、「一番力を発揮できること」とは、以下の3つの要素に分けられるように思います。

- ① 上手にできること
- ② 人の役に立てること
- ③ やっていて楽しいと感じること

次のページ以降で、上記の要素について詳しくお伝えしていきます。あなたにとって、それがどんなものであるか、各項目で時間を取って考えてみてください。



2. 強みの要素①「上手にできること」

第1の要素は、「上手にできること」です。

あなたが、他の人よりも上手にできること、得意なことは何でしょうか？

長年続けてきたことや、人から「うまいね」「すごいね」と言われてきたことは何でしょうか？

何か資格は持っていますか？あるいは、専門的な訓練を受けたことは何でしょうか？

自分にとっては何でもないこと(できて当たり前)でも、他の人から見ればすごいと思われることはいくらかもあります。また、3年、5年と継続して続けることができたことも、「上手にできること」だといってもよいでしょう。

この場合、比較となるのは「全くの素人」です。そこから比べて、いくらかでも経験があるようでしたら、「上手にできること」として考えてもよいように思います。

【私が「上手にできること」は…】(下に書いてみましょう)



3. 強みの要素②「人の役に立てること」

第2の要素は、「人の役に立てること」です。

「私なんて何の役にも立てなくて…」と遠慮する必要はありません。

今までの人生の中で、だれかに何かをしたことで「ありがとう」と言われたのなら、それがあなたの「人の役に立てること」になります。お礼を言われた、感謝されたのみならず、お返ししてもらったり、何か謝礼をもらったりしたのでしたら、それはまさに役に立っていることの証です。

あなたが今、日常生活や仕事を通じて、人々に提供しているサービスも役に立っています。家事をすることや子どもをお風呂に入れること、伝票を書くこと、受付で対応をすることなど、特別なことをしなくとも、あなたが「人の役に立てる」ことは見つかるはずです。

【私が「人の役に立てる」ことは…】(下に書いてみましょう)



3. 強みの要素③「やっていて楽しいと感じること」

第3の要素は、「やっていて楽しいと感じること」です。

あなたの楽しみは何でしょうか。何をしているときに楽しく、あるいは何をしているときはあまり楽しめないでしょうか。時間を忘れてそれに取り組むことができるのは何でしょうか。人と話すのが好き、文章を書くのが好き、調べ物が好き、料理が好き、子どもをあやすのが好き…もちろん、昼寝をしたり、食べることが好きな場合だってあるでしょう。

楽しいことは、長続きして、しかも熱意をもって取り組みます。そうしたことも強みの一つなのです。

【私が「やっていて楽しいと感じること」は…】(下に書いてみましょう)

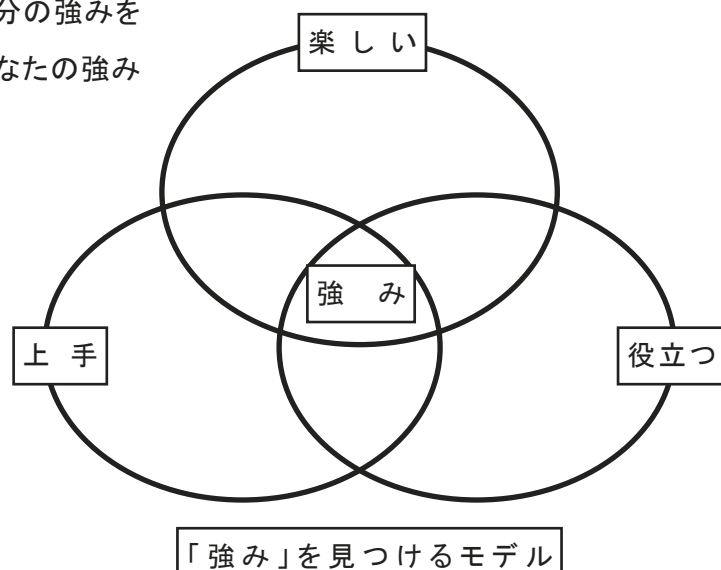
4. 3つの要素が重なるものは何？

以上の3つの要素が見つかったら、それを統合・分類していきます。

3つの要素がすべて重なるものが、あなたにとって一番の強みです。2つの要素が重なるところも、また、強みであるといえるでしょう。ただし、やはり3つ重なるところの方がよりあなたが輝くことができる強みであるといえます。

それぞれに書き出した項目は、もしかしたら統合することで何か別のものが生まれるかもしれません。例えば、「おしゃべりが好き」「受付や店員の仕事をしてきた」「パソコンの使い方を教えて感謝された」という要素が集まると、「説明の必要な商品(家電や保険)の接客」が強みになるかもしれません。

ぜひ、みなさんもお時間をとって、ご自分の強みを見つけてみてください！意外なものがあなたの強みになるかもしれませんよ？



ニュース

平成27年度 松山市市民活動推進補助事業 採択団体が決定。28団体応募に対し18団体が採択！

5/28(木)コムズにおいて、松山市市民活動推進基金を活用したプログラムである「松山市市民活動推進補助事業」の選考会が行われました。当日は、朝9時から夕方4時半までかかる選考があり、今まででも最大規模の応募であった28団体の審査が行われました。

● 今回採択された団体の名称と事業概要は？

【立ち上がり支援団体】※設立3年未満対象

団体名	提案事業の概要
NPO法人 ライフサポートアゴラ	悩み相談や学習相談を受ける窓口を設置し、子ども達に学習指導を行いながら交流の場の推進と学習の充実を図る。団体の周知活動としてチラシを作成、配布する。
NPO法人 SHARE LIFE DESIGN	外国人留学生と日本人(地域住民)を食でつなぎ、異文化交流会を開催する。外国の料理と日本の料理を交互に作り、双方の食をきっかけにした異文化理解を行う。
NPO plaisir	発達障害の本人や家族とその周囲の人たちとの交流の場を、音楽を通して実現する。定期的な音楽サロンと講師を招いての講演会を開催する。
Dog for Life Japan	補助犬使用者の社会進出、自立しやすい環境づくりのために補助犬についてのパンフレットを作成し、認知度を高める。また、ペットと補助犬との違いをよりわかりやすくするためのケーブ作成を行う。
子規チーム	世界各国の俳句をリードするメンバー(コアメンバー)を選定後、自作の句の提供を依頼し、収集したデータを国際俳句交流サイトによって公開する。松山市を世界の俳人たちの不動の俳句交流拠点とし、松山市の知名度向上を図る。
NPO法人アン・ディ・ム ジーク愛媛	松山に音楽家を迎え、チェロやピアノによるアウトリーチ事業やコンサート事業を行う。
泊きずなグループ	独居老人と小中学生による野地菊ロード作りや花壇作りを通して地域交流を図り、高齢になっても安心して暮らせるまちづくりを進める。
ピアリンク in えひめ	望まない妊娠や性感染症の罹患を防ぐため、また若い女性に増加する子宮頸がんの予防を啓発するための媒体(パンフレット)を作成し、正しい性の知識を伝える活動を行う。
特定非営利活動法人 愛媛県相談支援協会	障害福祉サービスを利用する方の満足度を高められる福祉人材の育成のため、日本相談支援専門員協会から講師を招き、研修会を開催する。
久米はいじの会	国指定史跡「久米官衙遺跡群(久米官衙遺跡・来住廃寺跡)」を地域の誇りとして大切に想い、地域の歴史的遺産である久米の文化的・地域資源を知る・触れることを通じて、久米の地域興しを推進する。

【成熟促進支援団体】※設立3年以上対象

団体名	提案事業の概要
タンデム自転車 NONちゃん倶楽部	通常では体験できない競輪場を利用して、タンデム自転車のパイロット(タンデム自転車の先導役)を競輪選手に担当してもらい、レクリエーションを楽しむとともに、パイロット募集も兼ねたイベントを実施する。
NPOえひめセラピー ドッグの会 Bonds of life	一般財団法人 国際セラピードッグ協会の大木代表及び認定ハンドラーを迎え年間4回の訓練会を開催し、ハンドラーとセラピードッグの育成を実施。
特定非営利活動法人 和道	高齢者福祉の現場に高齢者自身が関わることを目指し、ボランティア養成講座(ボランタリー精神・高齢者心理・介護の初歩・認知症対策等)を開催する。
特定非営利活動法人 愛媛難聴者協会	愛媛県内・松山市内の障害者団体と連帯・協同し、障害種別を超えた障害当事者の声をJR松山駅高架化に伴う再開発事業の関係機関に届ける。
地 域 猫 啓 発 団 体 ねこ☆にゃらーず	猫の里親探し事業、動物愛護啓発事業、地域猫や野良猫の繁殖制限指導事業
特定非営利活動法人 えひめ消費者ネット	オリジナル副読本「みんなの生活手帳(仮)」を教員用・生徒用の2種類作成し、市内の小中学校等に配布する。また、学校からの要請に応じて、副読本を活用した出前授業を実施する。
特定非営利活動法人 禁煙推進の会えひめ	愛媛県内の高校生を対象に健康増進の啓発をクイズ形式で行う。
ほりえみらいくらぶ	堀江地区および近郷住民を対象としたサマーナイトフェスタ(音楽祭)を実施。子ども達が障がいを持たれている方や高齢者と「音楽」というツールを介し、お互いの個性を学ぶ場所として活用し、子ども達の健全育成を行う。

【今回採択団体の分析】

今回採択された主な事業は、福祉分野が8件、動物関連分野が3件。他、まちづくり、文化芸術系と続きます。また、応募件数は昨年は21件、今年は28件と大幅に拡大し、その内訳として設立3年未満の団体が多く、新しく活動を始めた団体がチャレンジする傾向にあります。その結果、審査も厳しく行われており、取り組もうとする事業の緊急性や、市民から預かった寄付金を使用すべきかどうかの重要度をいかに訴えることができるか、が今後の鍵になると思われます。

本補助事業は、市民の皆さんから頂くご寄付と、市の拠出を合わせて運営する「市民活動推進基金」によって運営されています。みんなの力で基金と補助事業を盛り上げるため、皆様のご寄付をお待ちしています。寄付を検討されている方は、市民参画まちづくり課(TEL:089-948-6330)までお問い合わせください。

お知らせコーナー

【サポートセンターの講座・イベント情報】

日 時・会 場	講 座・イベント名	内 容
8/22(土) 13時半～15時半 コムズ3F会議室2	【NPOの基礎講座】 NPOのはじめかた	「思いをカタチにする」NPOをはじめるには?! NPOの立ち上げ方などを学ぶ講座。今回は「NPO松山 冒険遊び場」(子ども育成)がゲストです。 【参加費】無料 【定員】30名
9/26(土) 13時半～16時 コムズ3F会議室2	【NPOの実務講座】 サクサクつくろう! チラシづくりのコツ講座	基本を押さえたら、結果が出た。 チラシをPRツールとしてよりよく作るにはどうすればいい のでしょうか。プロのアドバイスを受け、PR力を高めませ んか? 【参加費】無料 【定員】30名/1団体3名まで

【大切なお知らせ】

3月決算のNPO法人、事業報告書等の提出期限は6月末日です！

NPO法人は、毎年度事業終了3か月以内の間に、所轄庁へ事業報告書等を提出しなければなりません！6月末日を過ぎて未提出の場合、取り急ぎ所轄庁へ連絡の上、速やかに事業報告書等を提出しましょう！また、松山市NPO登録を受けている団体も、事業年度終了後に事業報告書、収支決算書、役員名簿の提出が必要です。手続き方法などがわからないときは、まつやまNPOサポートセンターまでご一報ください。

イベント開催時の食中毒や事故にご注意！

夏になり、アウトドアでのイベントも増えると思います。夏は、水の事故や虫刺され・へびなどの被害、食中毒などが発生しやすく、注意が必要です。イベント開催時には必ず点検、確認を行うほか、各種の行事保険(損害保険)への加入を行いましょう。

出前講座 開催場所募集中！

皆様の地域や会社で「NPOをはじめたい」というご希望はありませんか？センタースタッフが講座を出前いたします(60～90分。3名様からお受けいたします)。

お問い合わせは まつやまNPOサポートセンターまで

☎790-0003 松山市三番町6丁目4-20 コムズ内

Tel:089-943-5790

Fax:089-943-5796

E-mail: pico@npo.coms.or.jp



まつやまNPO

検索