

まつやまNPOサポートセンターの情報誌

# サポセンだより



---

2～3P 特集① 今の自分よりも、大きな力を得るには？

他の団体と力を合わせ、助け合い、大きな成果を得る方法をお伝えします。

---

4～5P 特集② 「会議」を実りあるものにするために

単なるおしゃべり会にならない、「会議」のコツについてお伝えします。

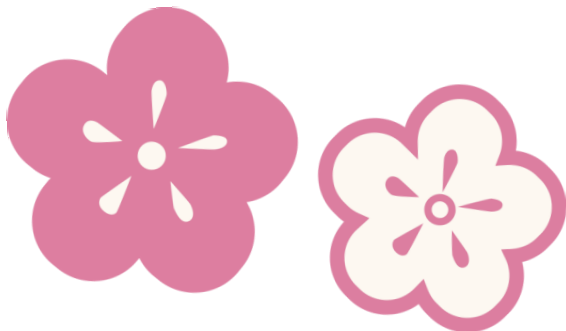
---

6～7P おしらせ 生涯現役交流集会 & NPO交流会のおさそい

2月、3月に開催する交流イベント2つをお知らせします。

---

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

# 今の自分よりも、大きな力を得るには？

一つひとつの団体では、できることには限りがあります。それよりも大きな目標に向かって進んでいくためには、他の団体と協力（協働）することが求められます。では、どうすればそれができるのか、なかなかわかりにくいのも現実です。今回は、協働の取り組みに向けたコツをご説明します。

## 1. 「今、精いっぱい」なあなたへ

### ● 「余裕がない」ところにチャンスがある

「今やっていることだけで精いっぱい。とても他の団体との協働なんてできないよ」とお嘆きではありませんか？やるべきことが山積みになり、プレッシャーとストレスで押しつぶされそう。そんなときに「協働しましょう」といわれても、そんな余裕があるわけない…そう感じているときこそ、チャンスです。

「精いっぱいになっているとき」とは、「今までのやり方が通用しなくなったとき」であるといわれています。今まではそれで大丈夫だったのに、そのやり方では太刀打ちできない、無理が出てきている。そうしたときこそ、「今までとは違う、全く新しいやり方」を取り入れるタイミングなのです。

### ● 一呼吸置くことで、次につながる

では、全く新しいやり方とはなんのでしょうか？おそらく今までは、全てを一人（あるいは自団体だけ）で成し遂げてきたのではないのでしょうか。

一人でできることには限りがあります。それが目いっぱいになって息もできなくなったのなら、いくつかのことを手放して、一呼吸を置くとよいでしょう。そして、落ち着いてみれば、次につながる手口が見つかります。

その手口の一つに、協働があるのです。



## 2. 自分と周囲を振り返る

### ● まずは不要なものをそぎ落とす

とはいえ、自分たちとすぐに手を組み、一緒に動いてくれる相手を見つけるのは極めて難しいことです。性急にことを進めたために、かえって物事が失敗したり、進まなくなってしまったりすることもしばしばあります。こうした新しい取り組みは、じっくりと構えて進めるとよいといわれています。

ですから、いきなり協働を目指すのではなく、まずは自分たちの周囲を見つめて、どんな相手がいるのか、その相手は普段何をしているのか、どういったことを目的としているのかを知ること努めるとよいでしょう。

一方、自分たちがどんな目的を掲げ、今何に困っていて、その原因は何かも探るようにします。もし、本来の目的から外れるようなことや、負荷のかかりすぎることをしていた場合には、思い切ってそれらを止めたり、いったん休止状態にすることも必要です。

### 3. つながりを作る

---

#### ● 出会う機会を作る

振り返りができれば、いよいよ、つながり作りに取り組みます。

サポートセンターなどの窓口で情報を集めたり、県内各地で開かれている交流イベントに参加したりすることで、少しずつ外の人に会う機会を作っていきます。このとき、出会う人の数を追いかけるのではなく、話の合う人、気の合う人、尊敬できる人を中心に接点を設けるよう心がけます。



#### ● 相手に関心を持つ

接点を持つ時のポイントは、相手に関心を持つことです。協働の相手を探したい、ネットワークを広げたいと思っていると、どうしても自分の話を聞いてもらいたいと思いがちです。では、一方的に話をして「協力してください」というのでは、相手に要求を押し付けることにつながりかねません。

そこで、まずは相手の思いや取り組みに関心を持ち、「この人になら何か協力してもいいな」と思える人に出会うことを優先します。あなたが何かしてあげたいと思える人なら、一緒に何かに取り組んでいても、きつとうまくやっていくことができるでしょう。

### 4. 仲良くなる

---

#### ● 定期的なコミュニケーションを忘れずに

これぞという人との出会いがあった後、今後のつながりも欠かさないようにしていきます。

お礼のはがきを送る、メールマガジンや会報誌を送るといった方法や、相手の開催するイベントに参加したり、こちらのイベントに招待したり…というやりとりを繰り返します。無理せず、だからと言って疎遠にならないようなお付き合いを心がけましょう。

### 5. 助け合いの関係を作る

---

#### ● まずは相手に協力する

ある程度、相手のことを分かってくると、いよいよ協働をはじめる時期になります。そのとき、まずは、相手に協力できそうなことを申し出てはいかがでしょうか。ここに至るまでに振り返りをしていることで、いくらかの時間的余裕ができていることでしょう。そこで作り出した余裕を使って、無理のない範囲で相手の成功をサポートします。それにより、相手もあなたのことを助けてくれるはずです。

#### ● こちらからもお願いしてみる

相手へのサポートを行った後、あなたからも、「自分が苦手で困っていること」「相手が得意としていること」で協力をお願いをしてみます。ここまでの手順を踏んでいけば、よほどのことがない限り断られることはないでしょう。

センターでは、みなさんの協働をお手伝いいたします。お気軽にお問い合わせください。

## 特集

# 「会議」を实りあるものにするために

この時期、今後の活動に備え、助成金や来年度の事業計画を決めるなど、会議を行う機会が多くなります。しかし、いつもは会えないメンバーや会員たちと集まると、つい話が盛り上がりすぎたり、だらだら話してしまったりなど会議を進める上で困ることも多いはず。大切な会議で、生産性を格段に向上させ、短時間に適切な結論を出し、今後の活動に反映させるためにはどうすればいいでしょう？

## 1. 会議に向けた事前の準備

### ● 会議の必要性

会議は、複数の人を一定時間拘束します。そのため、できることなら会議の開催数は少ない方がよいでしょう。そうするには、書類で連絡するなど代替案を考えて、必要最低限開催しましょう。最近では、インターネットを使ったテレビ電話サービスなども一般的になっています。

このとき、会議の目的を意識すると、代替の方法を思いつきやすくなります。協議することがあるのか、情報を共有するのか、モチベーションを高めるのか、考え方や視点のすり合わせを行うのか…それに応じて、会うべきかどうかを決めることが出発点になります。



### ● 議題、ゴール

会議はいきなりするのではなく、あらかじめ、どのような議題にするのか、どのようなゴールに向かうのかを決めておくと、会議の目的を達成しやすくなります。それには会議の進め方や議題の時間配分、優先順位も大切です。参加者が意見を出し合い、最後には納得して終わる会議にしましょう。

会議を開催する前には、必ず議案書(議案を箇条書きで記したメモ)を関係者に配布しておきます。何を、どの順番で話すのか決めておくことで、会議中の脱線を防ぐことができます。

### ● その他しておくこと

参加者(議題に関係がある必要最低限の人数)、安心して発言するためのルール(話は最後まで聴く、人を責めないなど)を決めます。その後、開催日時や場所を決め、資料や道具類(ホワイトボードなど)を準備し、参加者に会議の議題等を事前に周知します。余裕があれば、決定権がある人から、あらかじめ意見を聞き取り、方向性を調整しておくと、会議での決定がスムーズに進みます。



## 2. スムーズな会議のコツ

---

### ●リラックスさせる(アイスブレイク)

会議を始める前に、音楽をかけたり、軽く雑談をして、参加者の緊張を和らげます。

お茶やお菓子があるとリラックス効果が高まります。

### ●会議内容の共有と議論

まず、事前に伝えておいた会議の内容を共有します。その後、参加者からの議題提案を受け、その案の  
ほうが良いと思えば積極的に変更します。特に提案がなければ、議案書の順番で協議を行います。

原則として、優先度の高い議題から話し合い、参加者から多くの意見、反対意見、質問が出るようにしま  
す。お互いに納得して会議が進められるよう、出た意見をボードに書くなど、きちんと内容を理解している  
か確認することが大切です。

協議の前半は、「質」よりも「量」で意見をもらいます。後半は、前半で出た意見を絞り込むようにします。  
このように「意見出し⇒絞り込み」という流れを意識すると、会議をスムーズに進行しやすくなります。

### ●休憩

人間が集中できる時間は限られています。一説には、45分程度が限界だといわれています。

そこで、まとめて一度に話すよりも、うまく10分程度休憩をして、気分を変えてみましょう。

### ●終了時間

会議の終了時間が近づいたら、会議の結果(ゴールの達成度や各議題の担  
当者など)を確認し、次の会議の日時を決めます。会議の終了時間は、参加者  
の納得度を見ながら、できるかぎり守りましょう。



## 3. 「話しっぱなし」の会議にしないために

---

会議が終わった後、ついつい気が緩んでしまいがちですが、開催当日には議事録を作成し、すぐに  
参加者に決定事項を確認します。一番重要なのは、決定事項の進行状況です。担当者が責任を持って  
進めているかを確認し、せっかく開催した会議を意味のあるものにしましょう。

今回は、会議の方法についてご説明しました。

サポートセンターでは、会議の進行役もお手伝いしていますので、ぜひお声掛けください。



## お知らせ

# 生涯現役交流集会 2/20(土)開催

～笑顔で活躍・「生きがい」実感！～

今、「生涯現役」という言葉が世間の関心を集めています。年齢を重ねても活躍ができるライフプランを設計し、“市民活動”、“社会貢献”などに参加意欲を促進するきっかけづくり、出会いの場となるイベントを開催いたします。

日 時 2月20日(土)11時～16時

会 場 南海放送本町会館(本町1-1-1)

参加費 入場無料(飲食等一部有料)

主 催 松山市生涯現役交流集会実行委員会



### ●「生涯現役トークライブ」

ゲストにタレントの渡辺正行さんをお迎えして、南海放送ラジオ公開放送「生涯現役トークライブ」を行います。生涯現役としてのエピソードなど、元気をもらえるトークライブを楽しみませんか？事前申込はありませんので、当日はお早めにお越しください。

### ●市民活動推進事業表彰式

松山市では、市民活動の推進に多大な貢献をした方を顕彰することにより、その活動に感謝の意を表すとともに、従業者への励ましと今後の市民活動のより一層の活性化を目的として、平成18年1月に「松山市市民活動推進事業表彰」制度を設けています。

今回、交流集会の会場でその表彰式典を実施します。

### ●生涯現役を目指すための各種紹介・相談ブース

「生涯現役」を目指す皆さんが、生きがいをもって笑顔で活躍できるようなサポートを、各種・相談ブースでご提供します。

### ●NPO、地域団体の“飲食・即売コーナー”

寒い冬でも心から温まる飲食コーナーをオープン。発酵食品のレシピやおいしいコーヒーの淹れ方などを学んでみませんか？また、野菜・果物を袋詰めできる販売コーナーもあります。お楽しみに！



**2/20は、ぜひ南海放送本町会館へお越しください！**

**おしらせ まちづくり・市民活動交流会のおさそい**

**おしらせ まちづくり・市民活動交流会開催**

## **NPO・地域・企業が集まる、まちづくりの輪！**

住んでいる地域や社会のために、自分ができることで貢献したい。そう考えるNPO、まちづくり協議会、企業の方々が出会い、交流し、刺激し合う場をご用意しました。春から新しい流れを生み出すためのきっかけづくりに、ぜひご参加ください！



**日 時** 3月5日(土)13時～16時

**会 場** コムズ5F大会議室（三番町6-4-20）

**参加費** おひとり様300円

**定 員** 80名

**対 象** 市民活動、社会起業などに興味のある方



### **●NPOのプレゼンコンテスト「NPO of the Year 2015」**

NPOが自分たちの活動をPRし、来場者からの投票で1位を決めるプレゼンコンテスト。毎年、面白いPRやためになるPRをするNPOが登場し、年々レベルが上がってきています。限られた時間の中で、自分たちを魅力的に見せるための様々な工夫を学ぶチャンスです。来場者からの投票に応じて、団体に寄付金が分配される「ドネーションパーティー」形式で行います。



### **●名刺交換・異分野交流会**

違う業種、違う分野などなかなか出会う機会の少ない方々と名刺交換や交流をし、今後の活動に役立つ情報交換やネットワーク作りができる場をご提供します。



### **●わが町、わが社、わが団体自慢コーナー**

まちづくり協議会、企業、NPOが、自分たちの活動を紹介する展示コーナーも設置。お菓子、雑貨等の物販や飲食コーナーも併設し、来場者の皆さんにお楽しみいただきます。

# 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
1/30(土) 13時～15時 コムズ3F会議室3	【コムズフェスティバル】 スマートな女になろう。	もっとステキな自分になりたい女性のために。 スマート＝知的で、洗練された女性になるために、自分の生き方をどうすればいいのか、日々の習慣をどう変えればいいのか、自己改革のセミナーを開催します。 【参加費】500円(茶菓代) 【定員】12名
2/13(土) 13時半～16時半 コムズ4F視聴覚室B	【NPOの設立講座】 NPO法人の設立講座	NPO法人設立の方法を具体的に全部解説。 NPO法人の設立に向けた、書類作成の実践講座。法人になるまでの段取り、株式会社など他の法人格との違い、どの書類をいつまでに準備するかをご説明します。 【参加費】無料 【定員】30名/1団体5名まで
3/6(日) 13時半～16時 コムズ3F調理室	【NPOの設立講座】 高校生からの まちづくりスクール	まちづくりの基本を学ぶ、一歩先行く若者講座。 高校生・大学生等を対象に、まちづくりや市民生活、市民活動の基礎を、ゲームを通して学びます。これからどう生きるかを考えたい若者向けの講座です。 【参加費】無料 【定員】20名
<b>【講座の内容お問い合わせ、参加お申込みは…】</b> まつやまNPOサポートセンターまでお電話、FAX、Eメールでお気軽にどうぞ！ TEL:089-943-5790 FAX:089-943-5796 Eメール pico@npo.coms.or.jp		

### ☆出前講座 開催場所募集中！

皆様の地域や会社で「NPOってどんなものか知りたい」「NPOをはじめたいけど、何をすればいい？」という声はありませんか？ センタースタッフが講座を出前いたします(60～90分。3名様から交通費のみ実費でお受けいたします)。

講座ご希望の方は、センターまでお気軽にお問い合わせください。

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



まつやまNPO

検索