

金沢市市民活動サポートセンター

令和7年度 協働のまちづくり

# ファシリテーター講座

令和7年10月 3日 18:30~20:30

11月14日 18:30~20:30

場所：金沢学生のまち市民交流館 交流ホール  
(石川県金沢市)

講師 橘 泰至(たちばな やすし)

# 次第

【1日目】 対人スキルを身につけよう！

- ▶ チェックイン・アイスブレイク（10分）
- ▶ ファシリテーションとは？（5分）
- ▶ ワーク2つ  
「ファシリテーターは何を聴いている？」  
「聴いてみよう♪」

【2日目】 会議のデザインを学ぼう！

# グランドルール

▶ 否定しない（違う意見があっても良い）

▶ どんどんチャレンジ！

間違いOK！失敗OK！ナイスチャレンジ！（^^）

▶ プライベートなことは「ここだけの話」  
（個人情報の保護、守秘義務）

## 【アイスブレイク】

- ▶ 各グループで  
一人ずつ順番に全員が話す
- ▶ 所要時間:3分間 (約1分/人)

- ▶ 名前

(10月3日は登山の日)

- ▶ テーマ:「令和7年 あなたの登山」

山=目標、ゴール

仕事、プライベート、社会貢献など何でもOK

# 講師紹介

橘 泰至  
(たちばな やすし)

▶ 趣味: スキー

・日本スキー連盟

競技者番号(05000421)

日本ランキング54位(最高位)

・石川県スキー連盟

フリースタイル部 副部長

▶ ファシリテーションで  
スキーが上手くなりました



# ファシリテーションとは？

- ▶ 語源: facilitate  
容易にする、促進する、円滑にする
- ▶ 問題解決や合意形成を促進する技術
- ▶ 21世紀でもっとも重要なスキル
- ▶ ファシリテーションを働きかける人  
=ファシリテーター(進行者とは限らない)

# ファシリテーションとは？ 「〇〇しやすくする」こと

- ▶ 話しやすくする
- ▶ 書きやすくする
- ▶ 動きやすくする
- ▶ 見えやすくする
- ▶ 覚えやすくする
- ▶ まとめやすくする
- ▶ 参加やすくする
- ▶ 共有しやすくする
- ▶ 持ち帰りやすくする
- ▶ 本音を言いやすくする
- ▶ 会議後に動きやすくする
- ▶ 働きやすくする
- ▶ 生きやすくする

(出典:加留部貴行「参加したくなる会議のつくり方」ぎょうせい)

# ファシリテーターの対人スキル

## ▶ 聴く・認める

参加者の言葉・心を受け止めるスキル

参加者が沢山話すことで、安心感の醸成、満足度が高まる  
聴くことで、質問やフィードバックの質が高まる

## ▶ 質問する

参加者の意見を引き出し、議論の質を高める  
議論の流れを変える。整える。

## ▶ フィードバックする

より深いコミュニケーション、意見の深掘り  
議論の内容と質を高める

ファシリテーターは“何を”聴いている？  
“何を”利いている？(注意を払っている？)

- ▶ グループで書き出してみましよう
- ▶ ヒント 聴 = 耳+目心

# 聴いてみよう♪(グループワーク)

- ▶ テーマ「令和8年に実現(達成)したいこと」
- ▶ ファシリテーター  
何を聴くか？1つ決める → 質問してみましよう  
(チャレンジしよう！)
- ▶ 振り返り
  - ・ファシリテーターがやってみたこと
  - ・どうなったか？何が起こったか？

# 全体シェア・質疑 (20:10~20:25)

▶ 各グループから1名

○ファシリテーターとしてやってみたこと 1つ

○今日、何を持ち帰りますか？ 1つ

# 参考

## ◎聴き方の例

「～というとは？」

「具体的には？」

「それから？」

「例えば？」

「そして？」

「エピソードを教えてください」

「他には？」

【会議のお悩みや当日聞きたいこと】

「意見が出ない」

「最初から積極的に意見を、言ってもらえるにはどうしたらいいのでしょうか？」

原因・理由	ビジョン	アクション案
▲心理的安全を醸成できていない	◎安心安全に発言できる	<ul style="list-style-type: none"><li>・挨拶をする</li><li>・笑顔で存在する</li><li>・否定しない</li><li>・アイスブレイクをする</li><li>・少人数で話す</li><li>・発言ではなく、書く (電子ツールの活用も有効)</li></ul>
▲何を言って良いのか分からない	◎何を応えたら良いか明確になっている	<ul style="list-style-type: none"><li>・目的・意図・ゴール・ビジョン 解決した状態を聴く</li><li>・具体化する 例 ▲「どう思いますか？」と聞かず ◎「現状の問題点は？」 →「その原因は？」 →「どうなったら良い？」 →「試してみたいことは？」</li></ul>

【会議のお悩みや当日聞きたいこと】

「会議や少人数でのグループ交流(4~6名程度)の際、参加者同士(初対面)でも会話をしてほしいのですが、ファシリテーターに対してのみしか話さない参加者がいます。グループ内の参加者全員で会話するにはどうしたらよいでしょうか。」

原因・理由	ビジョン	アクション案
▲会話の「切欠」が欠如している	◎参加者同士で共通の話題や接点がある ◎参加者同士が自発的に対話している。	・参加者同士で、自己紹介や共通点探しをする。 ・発言の準備をする 私見・疑問点などを 発言の前に書き出しておく ・マインドマップなどの発散系ツールを活用する
▲ファシリテーターの過干渉	◎参加者へ権限移譲できる ◎参加者からの回答や反応を「待てる」	・「参加者で○○について考えてください。」ファシリテーターは参加しない。 ・他の参加者が質問やコメントを始めるのを、口を開かずに、笑顔で待つ。 ・ファシリテーター抜きで、参加者同士で「できる」と信じ、勇気を持って待つ。