

# Community Empowerment Session 2025

—松川町町民提案型まちづくり事業実績報告書—



---

長野県松川高等学校

# 松川高等学校の概要

生徒数	03
高校歴	04
特徴	05
進路状況	06

松川町で唯一の高校  
長野県立松川高等学校

	クラス数	男	女	合計
3 学年	3	65	44	109
2 学年	2	50	28	78
1 学年	2	47	33	80
合計	7	162	105	267

令和7年4月4日現在

## 私立→組合立→県立という稀有な高校歴

- |       |                         |
|-------|-------------------------|
| 昭和34年 | 塚原学園天竜高等学校設立（私立校）       |
| 昭和40年 | 第37回選抜高等学校野球大会出場        |
| 昭和52年 | 経営移管により新法人による天竜光洋高等学校発足 |
| 昭和60年 | 組合立松川高等学校発足（公立学校へ）      |
| 昭和62年 | 県立長野県松川高等学校開校           |

# 松川高校の特徴



## 大臣表彰経験もあるボランティア部

- こども食堂ボランティア
- 町内の花壇整備
- りんご農家の手伝い
- 東北支援交流

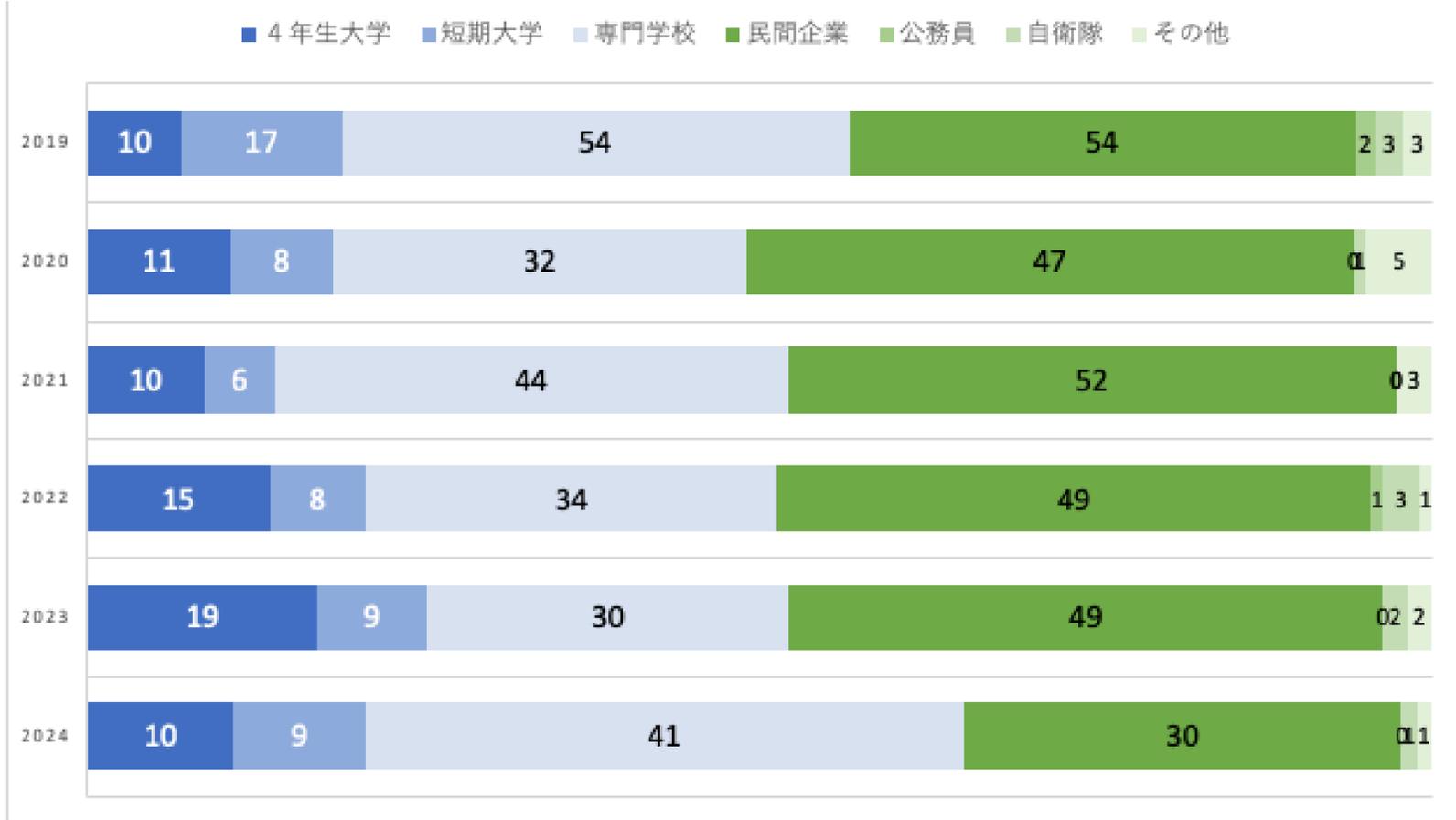


## 生徒自身がつくったスマホルール

- 授業中の学びの乱れやSNS等での人間関係トラブルを回避していくために、自分たち自身でスマホルールを考える
- 授業中にスマホに触れない、テスト前日の断スマなど
- 断スマの代わりに、お昼の時間には好きな音楽を公募して学校中に流したりもする

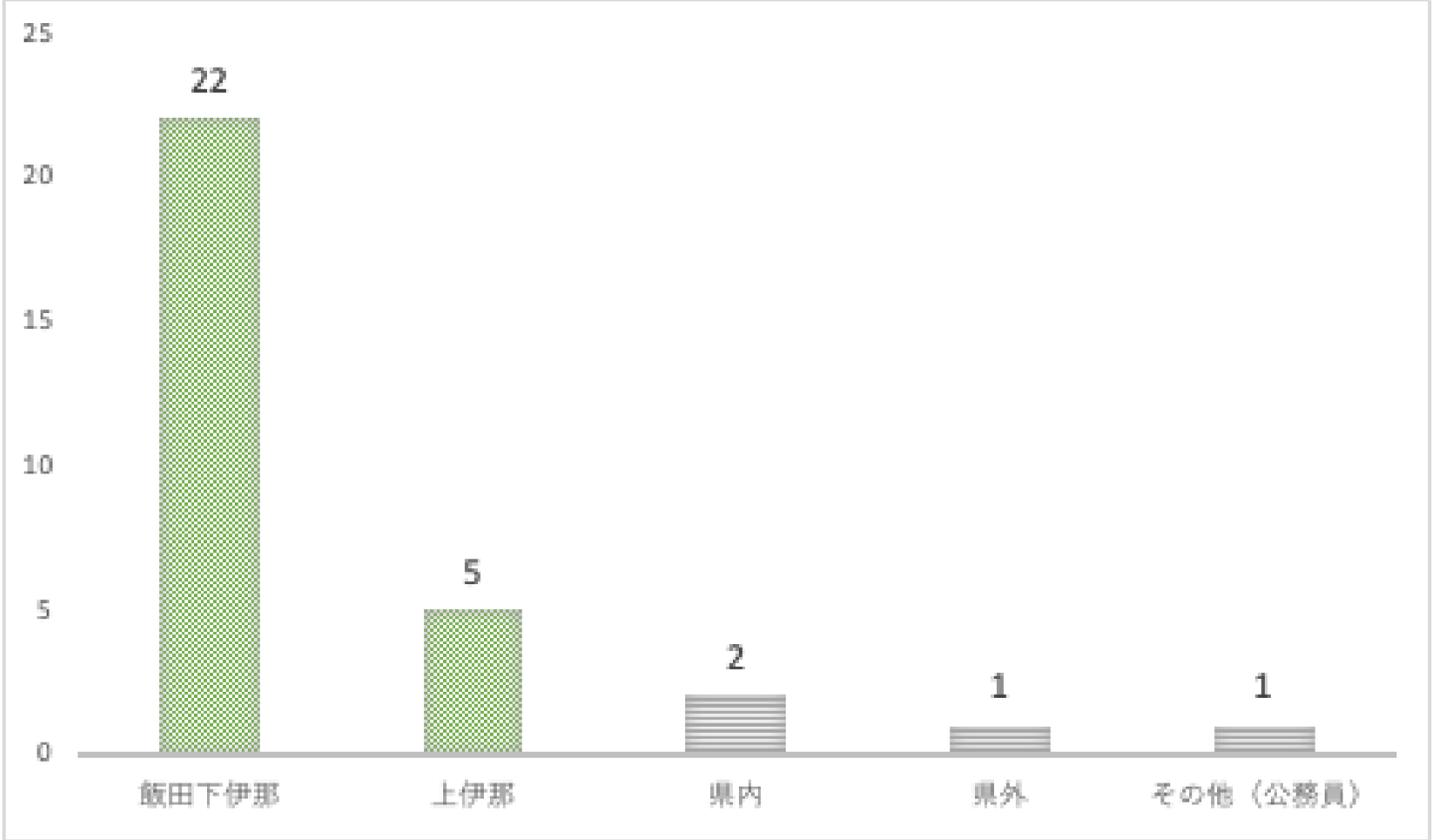
# 松川高校は卒業後の就職者数が多く、かつ地元地域へ就職するのが**強み**

## 卒業後の進路状況



おおよそ半分近くが就職  
2024年は進学割合が増加

## 就職者の地域別動向 令和6（2024）年度



80%以上が飯田下伊那・上伊那地域へ就職



# Community Empowerment Sessionとは

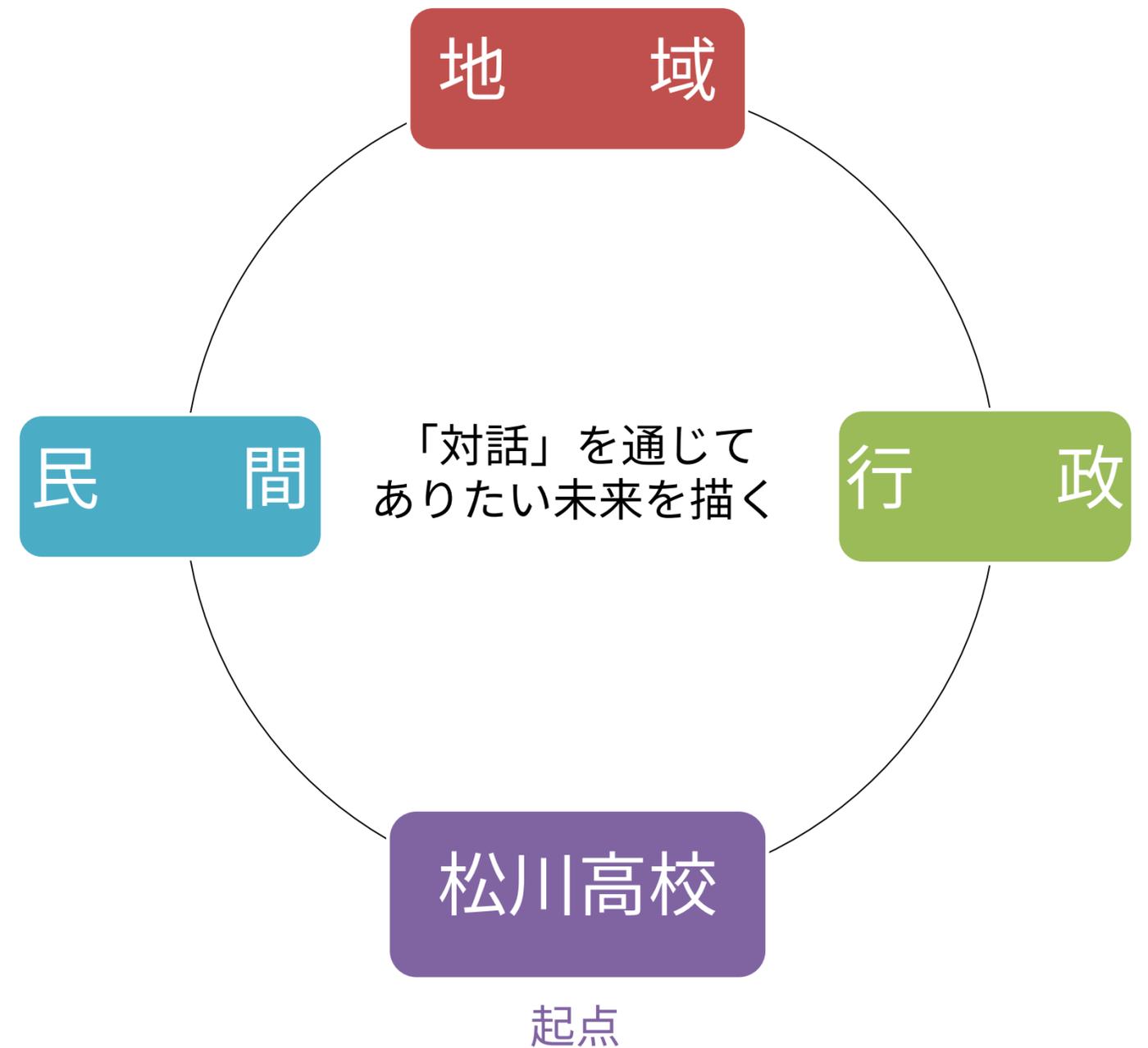
Community Empowerment Session	08
対話とは	09
長期的な進め方	10

# Community Empowerment Sessionとは

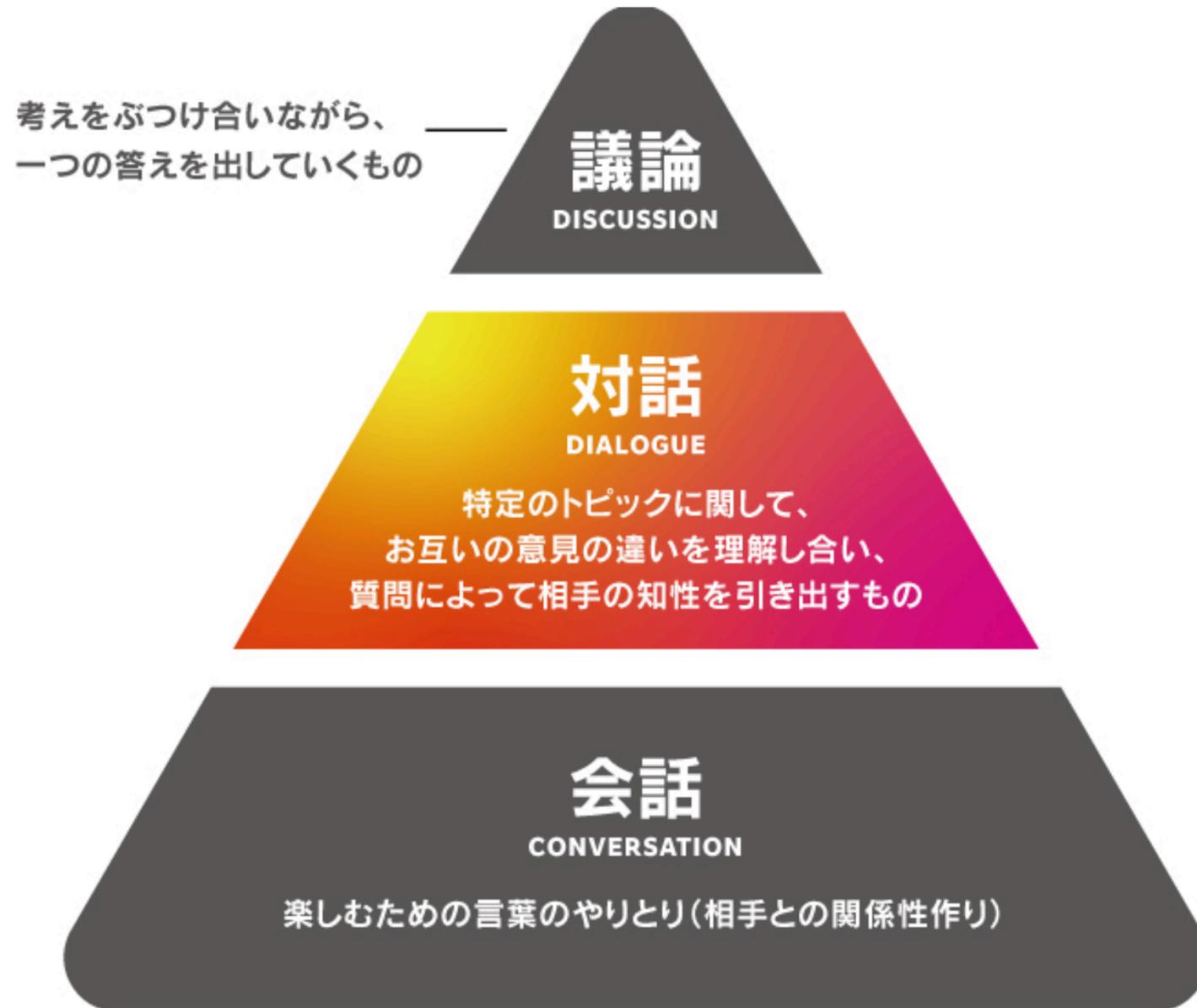
## 「対話」からありたい未来をつくる

松川高校生が起点となり、地域・企業・行政などの多様なステークホルダーが「対話」を通じて共に手を取り合い、ありたい未来を描き、未来に向けてポジティブなインパクトを生み出していくためにプログラム。

対話を起点に様々なアクションを行っていくことを通じて、新しい価値観やビジョンを発信していきます。



# 対話とは



©Future Sessions Inc.

一つの答えを出す「議論」ではなく、特定のトピックに関して、お互いの意見の違いを理解し合い、質問によって新たな知を引き出すのが「対話」です。  
解決策を見出すことが難しい複雑な社会課題が増える中で、多様なステークホルダーによる「対話」の役割は広がっています。

# 長期的な進め方

1年目  
(2025)

2年目  
(2026)

3年目  
(2027)

4年目以降  
(2028)

ありたい未来

対話

チェンジプラン

アクション1

アクション2



## 事業の概要

---

事業の趣旨	12
事業の概要	13
当日までの流れ	14
2日間全体のスケジュール	15
町民対話のスケジュール（9月11日）	16

## 事業の趣旨

**Community Empowerment Session**という今回の企画は  
松川高校1年生が、社会人や地域の人（地域サポーター）との対話  
を通じて自分の将来のありたい姿を見つけるためのイベント。

普段は中々話すことの機会の少ない（親でも先生でもない）大人との対話を通じて、多様な考え方や人生観、価値観に触れ、高校生にとって自分自身の将来を考えるきっかけになればと考え企画しました。

また、「多様なステークホルダーが対話を起点にありたい未来を考え未来に向けてポジティブな影響を生み出す」（Dialogue for change）というvisionを発信する楽天グループの従業員の方にファシリテーター役として入っていただきました。

## 事業の概要

日時	9月10日（水） 9月11日（木）の2日間
会場	松川高校 及び 松川町中央公民館 2F えみりあホール
催行人数	松川高校：高校1年生 70名 地域からの参加者：16名 楽天従業員：18名（ボランティア16名、事務局2名）
実施方法	<ul style="list-style-type: none"><li>● 9月10日、11日の2日間に分けて実施する</li><li>● 9月10日（DAY1）は、高校生のみで行い「自分の好きなこと、得意なことに気づき、それを言語化して他者に伝える」ことを目指したワークを実施する</li><li>● 9月11日（DAY2）は、社会人や地域の人を交えた対話を企画し、「自分の好きなこと/得意なことを起点にありたい姿を描き、そこにつながるアクション-第1歩目をクリアにする」ことを目指す</li><li>● 2日目は16グループに分かれて対話を行う。 （グループの規模：生徒5名、地域参加者1名、楽天従業員1名）</li></ul>

# 当日までの流れ

**対話の体験**  
自分の好きなことや得意なことに気づく、言語化する

**対話の実践**  
好き・得意なことをより明確にし他者に伝える  
この先に活かすイメージをもつ

6月18日  
実態調査・対話への導入

8月25日  
対話の体験

8月27日  
松川高校卒業生（大学生・大人）との対話

9月3日  
マナー研修  
楽天従業員に聞いてみたい  
ことのブレスト

9月10～11日  
キャリアデー  
当日

以降  
探求学習の中でアクション  
プランの実行

時前の探究学習

今回のイベント

今後の探究学習 14

# 2日間全体のスケジュール

## DAY1 9月10日

Day 1 @ 松川高校（教室）

GOAL：自分の好き・得意なことに気が付く、言語化して他者に共有できる

時間	コンテンツ
13:50~14:00	移動
14:00~14:20	オープニング
14:20~14:30	各教室への移動
14:30~15:00	アイスブレイク チームビルディング
15:00~15:45	自己分析ワークショップ①
15:45~15:50	休憩
15:50~16:20	自己分析ワークショップ②
16:20~16:30	移動
16:30~17:00	振り返り

## DAY2 9月11日

Day 2 @ えみりあホール

GOAL：自分の好きなこと/得意なことを起点にありたい未来・姿を描き、そこにつながるアクション - 第一歩 をクリアにできている

時間	コンテンツ
9:15	集合
9:30~10:00	昨日振り返り & アイスブレイク
10:00~10:30	楽天従業員・地域のみなさまからのインプット
10:30~11:30	アイデア出し
11:30~12:30	ランチ休憩・フリートークタイム
12:30~14:00	アクションプラン検討
14:00~14:30	共有
14:20~15:00	高校生クロージング
15:00~15:45	楽天従業員クロージング

# 町民対話のスケジュール（9月11日）

9月11日（DAY2）えみりあホール

GOAL：自分の好きなこと/得意なことを起点にありたい未来・姿を描き、そこにつながるアクション - 第一歩 をクリアにできている

時間	コンテンツ	詳細	地域サポーターの役割等
9:15	集合		
9:30~10:00	昨日振り返り&アイスブレイク		
10:00~10:30	地域サポーター・楽天従業員からの インプット	楽天従業員や地域サポーターからの話の共有：自分たちが高校生だったころに好き/得意だったことが今どのようにつながっているか聞く。仕事、趣味、リフレッシュ手段 etc	「高校時代にどんなことをやっていて、それが今どのように役になっているか」の経験を高校生に話す
10:30~11:30	アイデア出し	自分の好きなことを、今後（探求学習期間、またはこれからの人生）どうしていきたいか、そのためにどうすればよいかを極力ブレイクダウンして書き出す	高校生の好きなこと・やりたいことをどう生かしていくことができるか（どんな未来になったらよいか）対話しながら一緒に考える
11:30~12:00	ランチ休憩		高校生と一緒に弁当を食べながら対話する フリートーク
12:00~12:30	フリートークタイム		
12:30~14:00	アクションプラン検討	アイデア出しをもとに今後のプラン検討	高校生がやりたい未来に向かってどんなアクションを起こしていけば良いか、そのファーストアクションも含めて一緒に考える
14:00~14:30	共有	グループ内で共有	グループの高校生からの発表を聞く
14:30~15:00	高校生クロージング	校長先生などからコメントや、今後につながるような話	必要に応じて地域の方からもコメントをいただく
15:00~15:45	サポータークロージング (任意参加)		



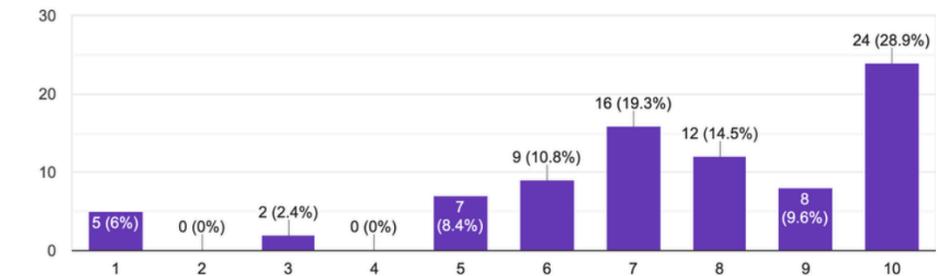
## プログラムの概要

イベントのゴール	18
プログラムの流れ	19
自己分析ツール エモグラフ	20
アクションプラン	22

# イベントのゴールの設定

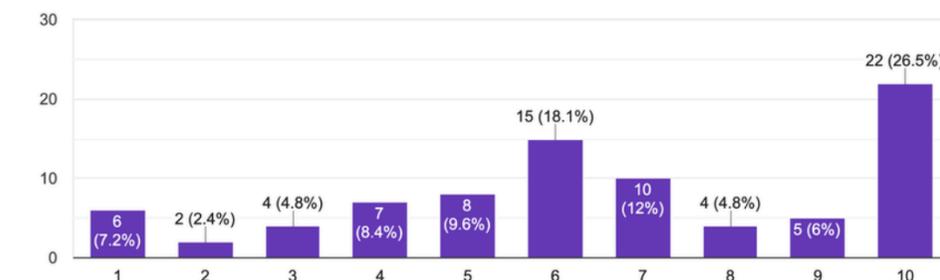
MUST	GOAL	自分の興味や関心・好きなことや得意なことを <u>見つけられている状態</u>
	対象	全生徒（100%）
	KPI	1と回答している生徒を0にする

①現時点で、自分自身の興味や関心、好きなことや得意なことを持っている  
83件の回答



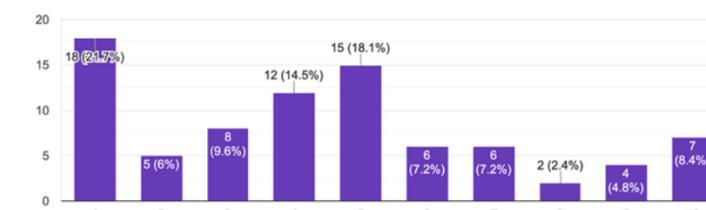
NICE TO HAVE	GOAL	自分の好きなことや得意なことを言語化し、 <u>他者に説明することができる状態</u>
	対象	生徒の80~~100%を目指す
	KPI	<ul style="list-style-type: none"> <li>1と回答している生徒を0にする</li> <li>80%以上が6~10に移行している</li> </ul>

②現時点で、自分の興味や関心、好きなことや得意なことについて、他の人に説明・紹介できる  
83件の回答

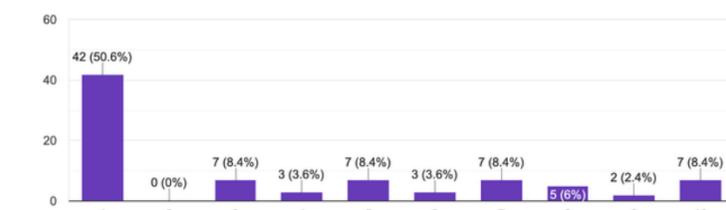


ADVANCED	GOAL	自分の好きなことや得意なことを起点に、自分のありたい姿につながる <u>アクション・第一歩をクリアにできている状態</u>
	対象	生徒の30~50%を目指す
	KPI	<ul style="list-style-type: none"> <li>棒グラフのボリュームゾーンがより右側に寄っている</li> <li>自由記述の内容の粒度が上がっている/文字数が増えている</li> </ul>

③自分の好きなこと・得意なことが、今後の高校生活や将来につながっているイメージができる  
83件の回答



④自分の好きなこと・得意なことを、今後の高校...ていくためには、何をすればよいかわかっていく  
83件の回答



# プログラムの流れ

自己理解を深め、将来への道筋を見つける7つのステップ。過去の振り返りから始まり、仲間との対話を通じて具体的なアクションプランを作成

## 1日目（9月10日）

**1** 過去～現在の自分を振り返る  
これまでの経験に成長を思い出す



**2** 自己分析  
自身の感情を振り返り向き合い、分析する



**3** 整理・言語化  
気づきを明確な言葉にまとめる



**4** 共有  
仲間と想いを分かち合う

## 2日目（9月11日）

**5** インプット  
好き・得意を将来に活かす方法を学ぶ

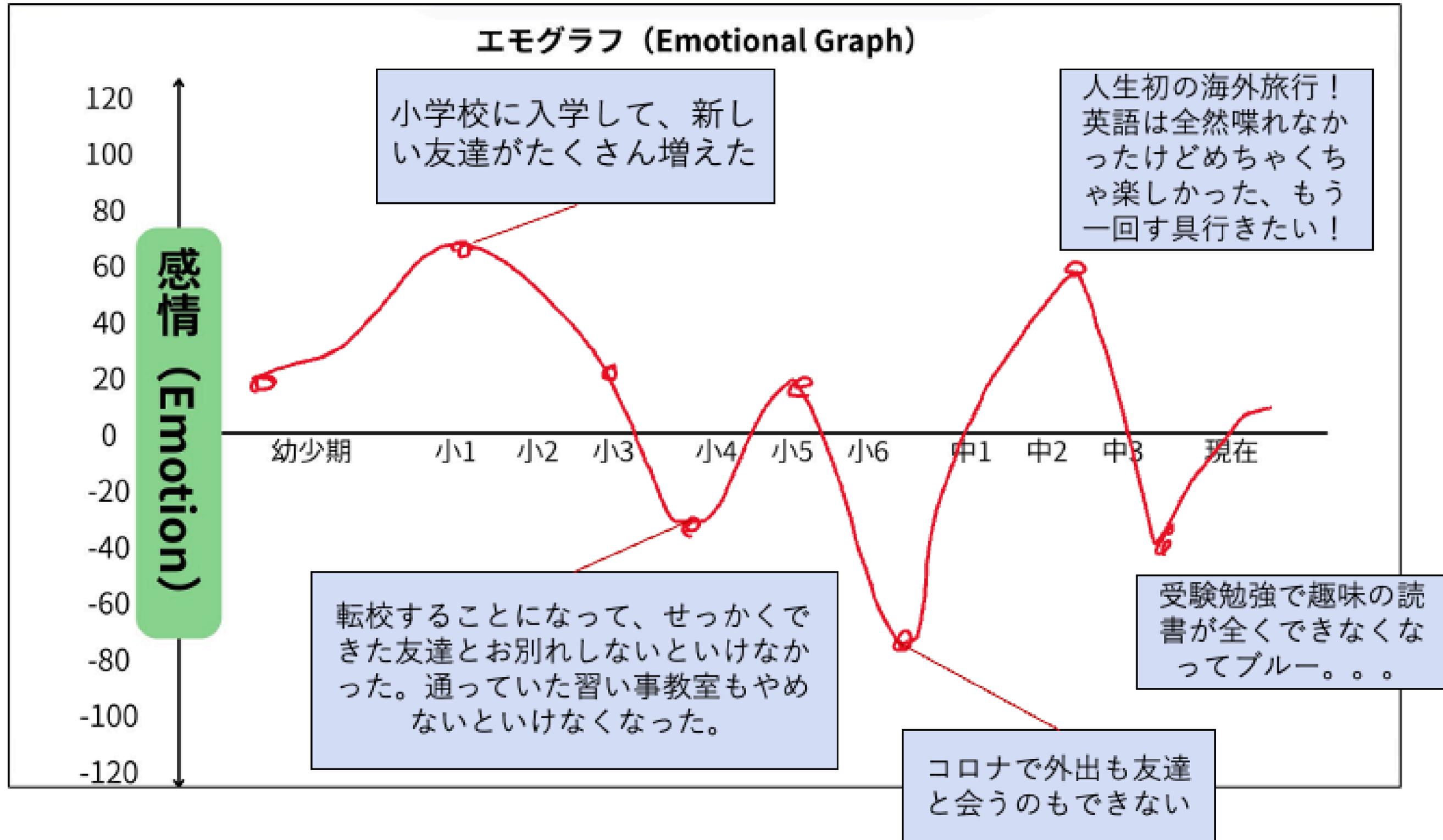


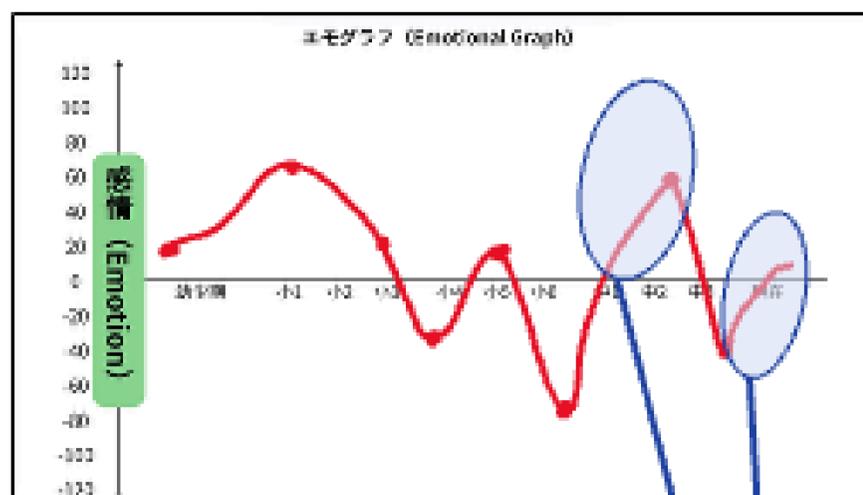
**6** アクションプラン検討  
具体的な合同計画を立てる



**7** シェア・フィードバック  
プランを発表し、中間から意見をもらう

# 自己分析ツール エモグラフ





- 自分の感情はどんな時にプラスに/マイナスになっているのかに気づく
- 自分の感情の波の傾向を知る
- 自分がどんな時にどう考えていたのかを整理・言語化して他者に伝える

## エモグラフを活用した ワークショップ

今日見つけた、

- ❖ エモグラフがあがっている（高くなっている）
- ❖ エモグラフが高い状態が継続している

**自分の好きなこと・得意なこと**の要素・根本につながっていることがあります

# アクションプラン

おいしいご飯屋さんで働く

ベース・ドラムをやってみる

家の稲刈りを手伝う

友達と過ごす時間を大事にする

1人旅に出る

家の稲刈りを手伝う

「かわいい」を研究する

行ってみたいリストをつくる

美術部に入る

新しいことにチャレンジする

色んなことに挑戦してみる

文字のフォントをつくる

英語ができるようになる

本を20冊以上読む

みんなと話せるようになる

ネイリストになる

## イベントを実施してみても（効果）

実施してみてもの生徒の様子	24
参加してくださった地域サポーターの声	33
ボランティア活動としてファシリテーション してくださった楽天の皆さんの声	36

# 実施してみたての生徒の様子



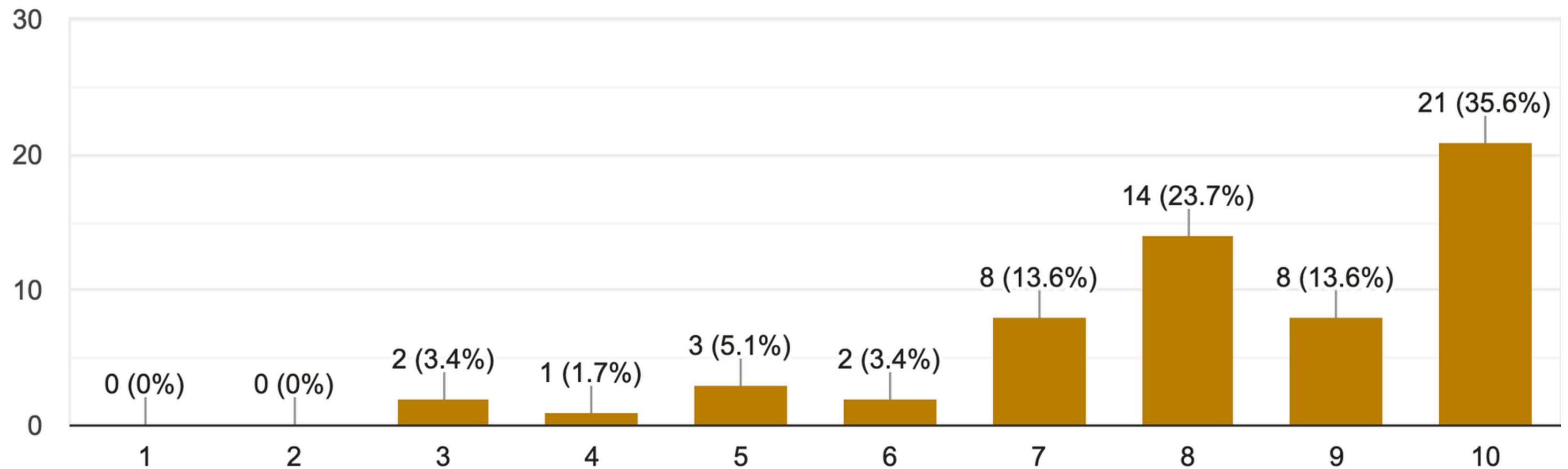
## 参加高校生のアンケート結果より

色々な経験や実践をしている大人と対話することの効果について

# 色々な経験や実践をしている大人の話の聞いたり、対話したりする経験は大事だと思う

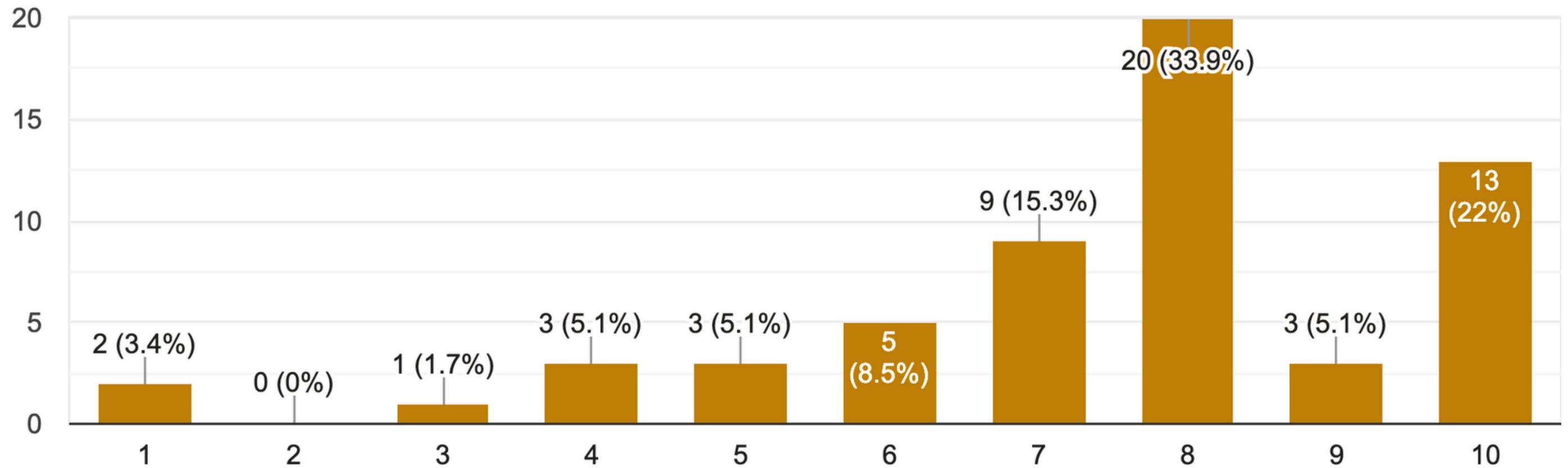
## ⑤色々な経験や実践をしている大人の話の聞いたり、対話したりする経験は大事だと思う

59件の回答



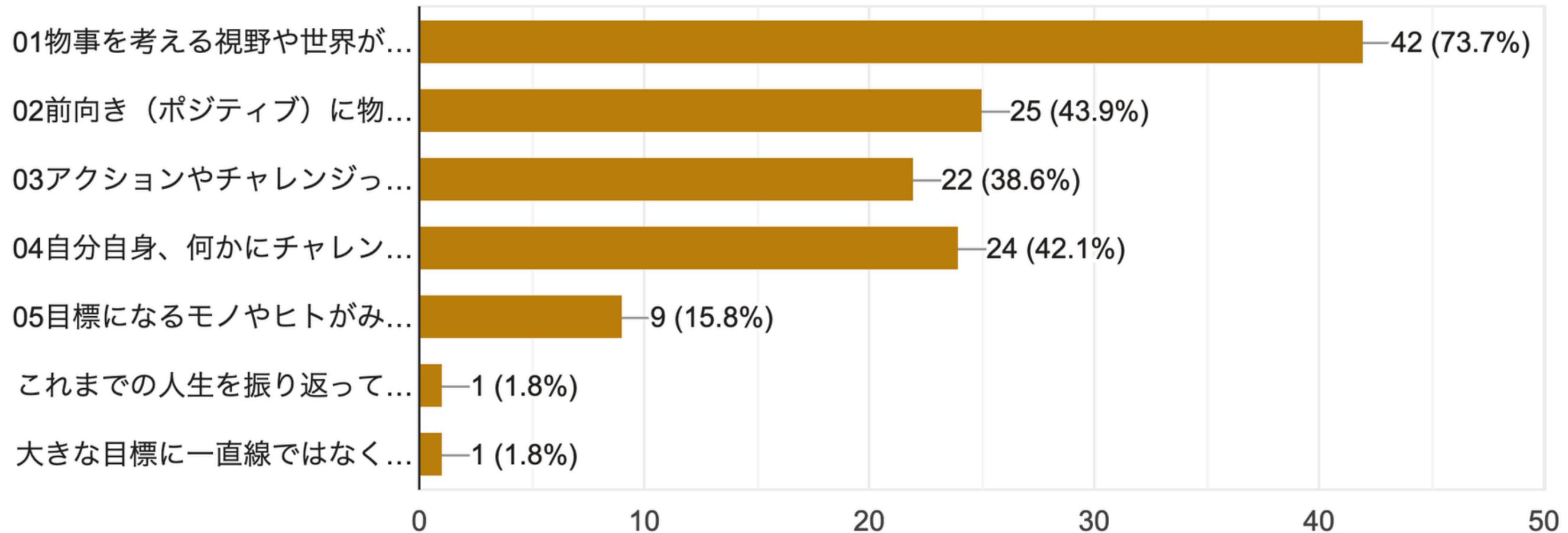
# 色々な経験や実践をしている大人の話の聞いたり、対話したりする経験は、自分の考え方や行動の変化につながる

⑥色々な経験や実践をしている大人と話をきいた...る経験は、自分の考え方や行動の変化につながる  
59件の回答



# 前のページの問いで、少しでも変化につながると答えた人は、具体的にどんな変化があったか

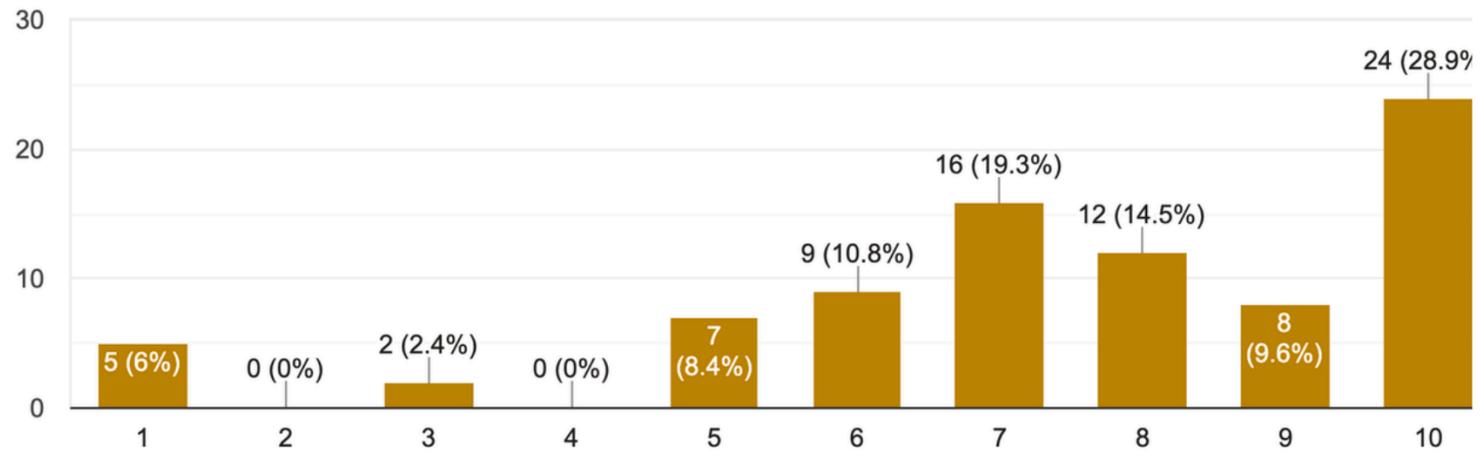
質問⑥で、少しでも変化につながる（2～10）と答えた人は、具体的にどんな変化があったか  
57件の回答



# 自分の興味や関心、好きなことを持っている

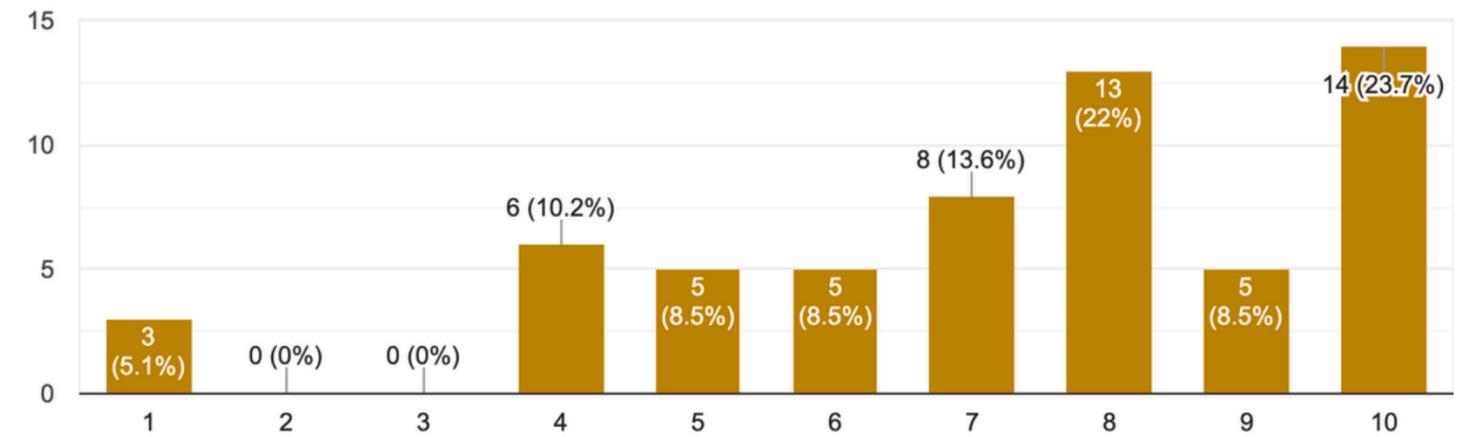
実施前（6月18日） n=83

①現時点で、自分自身の興味や関心、好きなことや得意なことを持っている  
83件の回答



実施後（9月12日） n=59

①現時点で、自分自身の興味や関心、好きなことや得意なことを持っている  
59件の回答



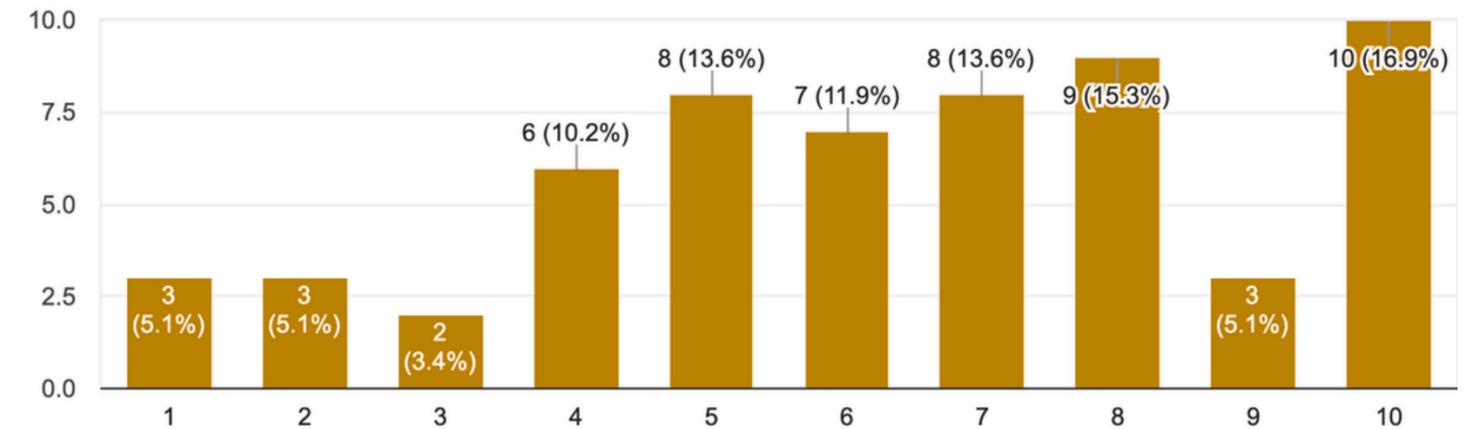
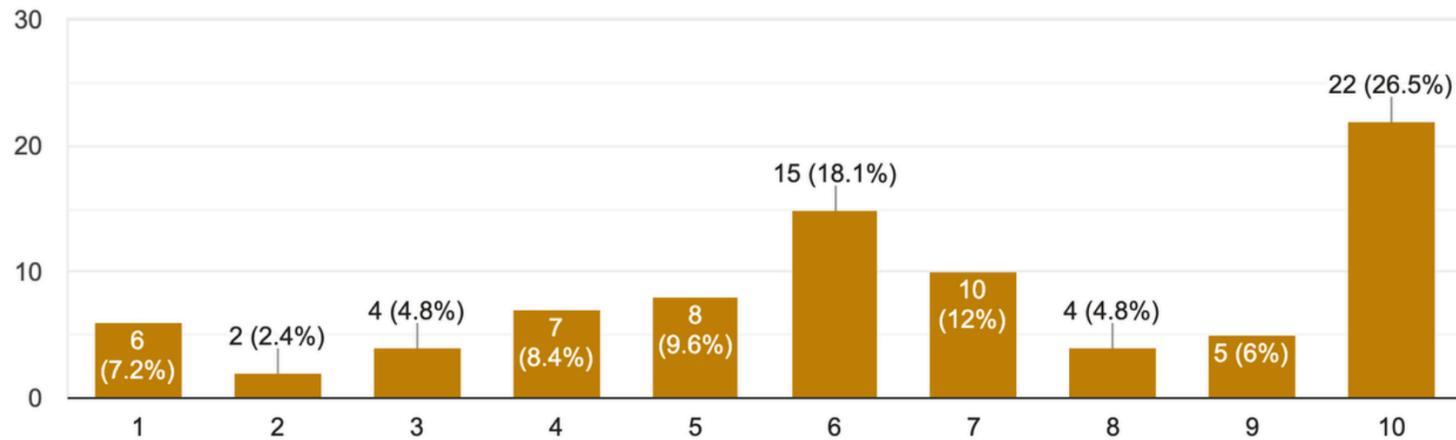
# 自分の興味や関心、好きなことを他者に伝えることができる

実施前（6月18日） n=83

実施後（9月12日） n=59

②現時点で、自分の興味や関心、好きなことや得意なことについて、他の人に説明・紹介できる  
83件の回答

②現時点で、自分の興味や関心、好きなことや得意なことについて、他の人に説明・紹介できる  
59件の回答



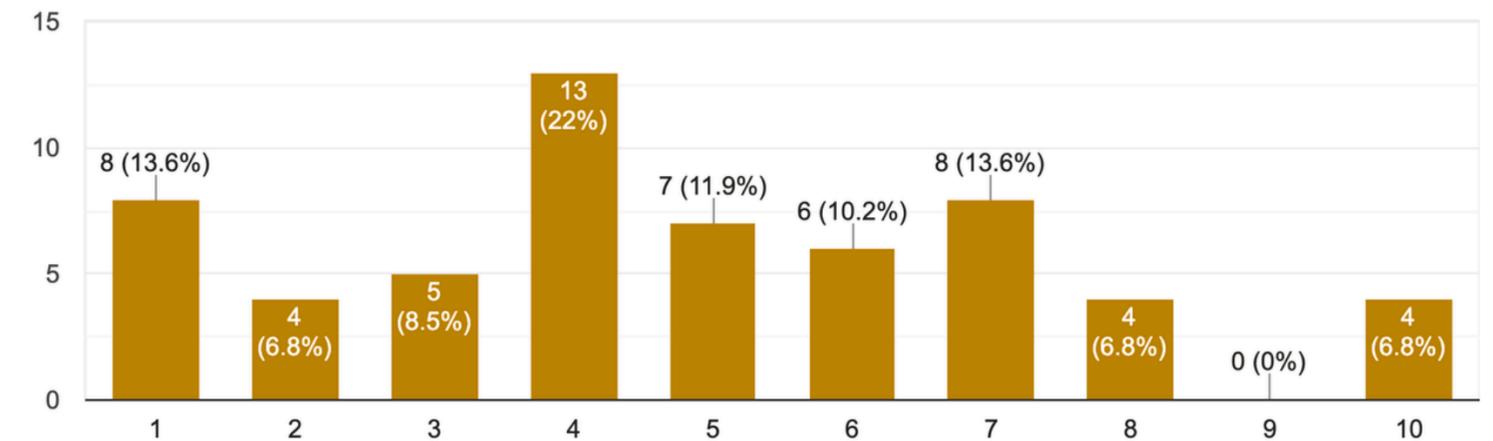
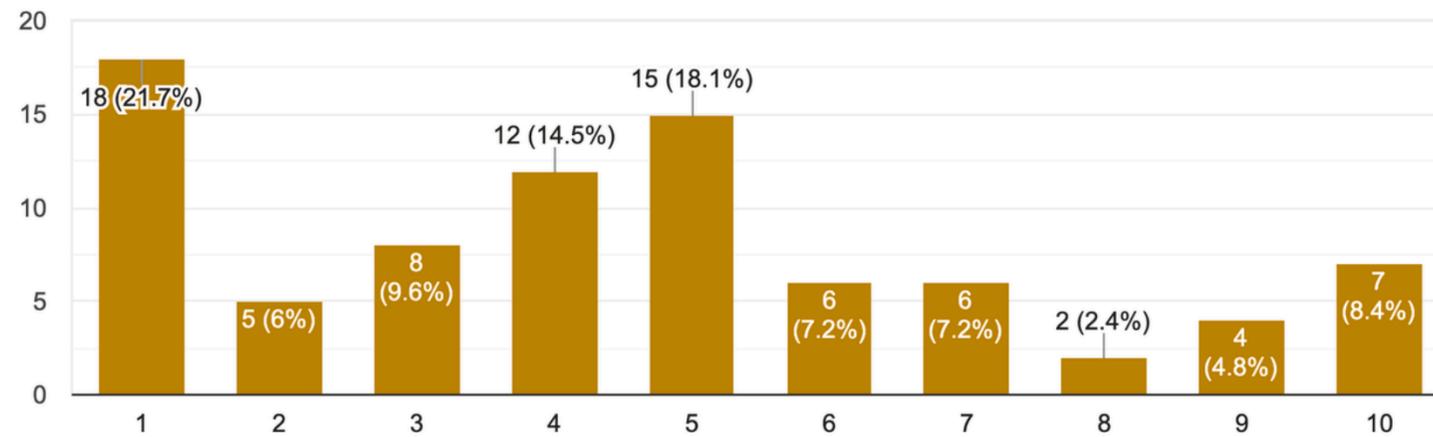
# 自分の興味や関心、好きなことが今後の高校生活や将来につながっているイメージができる

実施前（6月18日） n=83

実施後（9月12日） n=59

③自分の好きなこと・得意なことが、今後の高校生活や将来につながっているイメージができる  
83件の回答

③自分の好きなこと・得意なことが、今後の高校生活や将来につながっているイメージができる  
59件の回答



## 生徒たちの生の声（振り返りシートより）

自分で「したくない」「嫌い」と決めつけるのは人生損しているなと思った。  
人生が楽しくなるために何ができるか考えて、楽しく生きていきたい。

普段先生や家族以外の大人と話したことがなく、心臓がバクバクだったけれど、自分から話すことで相手をもっと知ることができたし、自分のことも知ってもらうことができた。

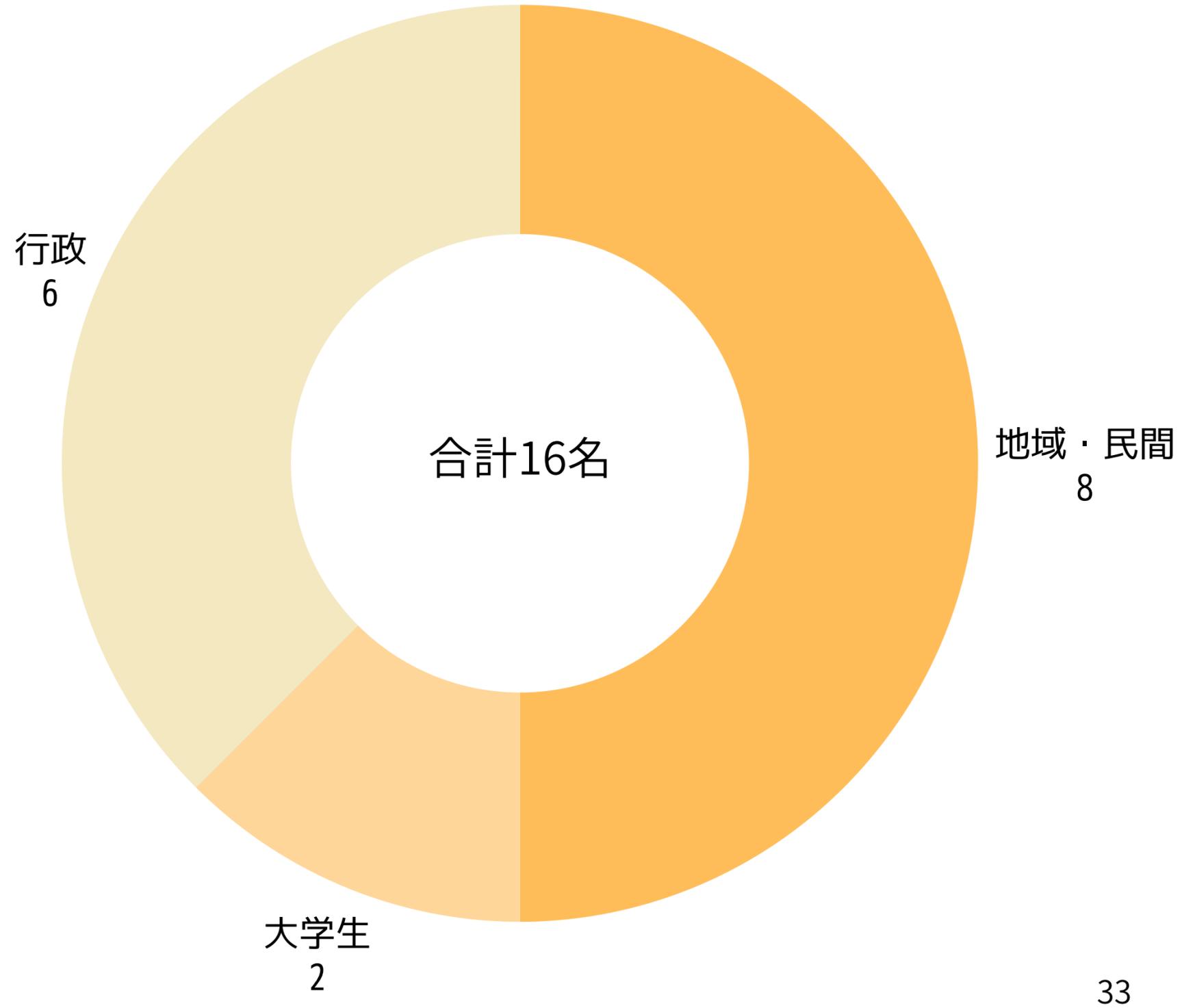
自分がモチベーションがあがる時の共通点として、人との関わりが多いことに気づいた。人との関わりを将来の仕事に活かしたい。  
進路に向かって前向きに考えていけるようになった時間だった。

「どうしよう」ではなく「どうしていくか」が大切。退屈だと思ったら、いやがるのではなく、自分から楽しめるように考えていく意識をしていきたい。

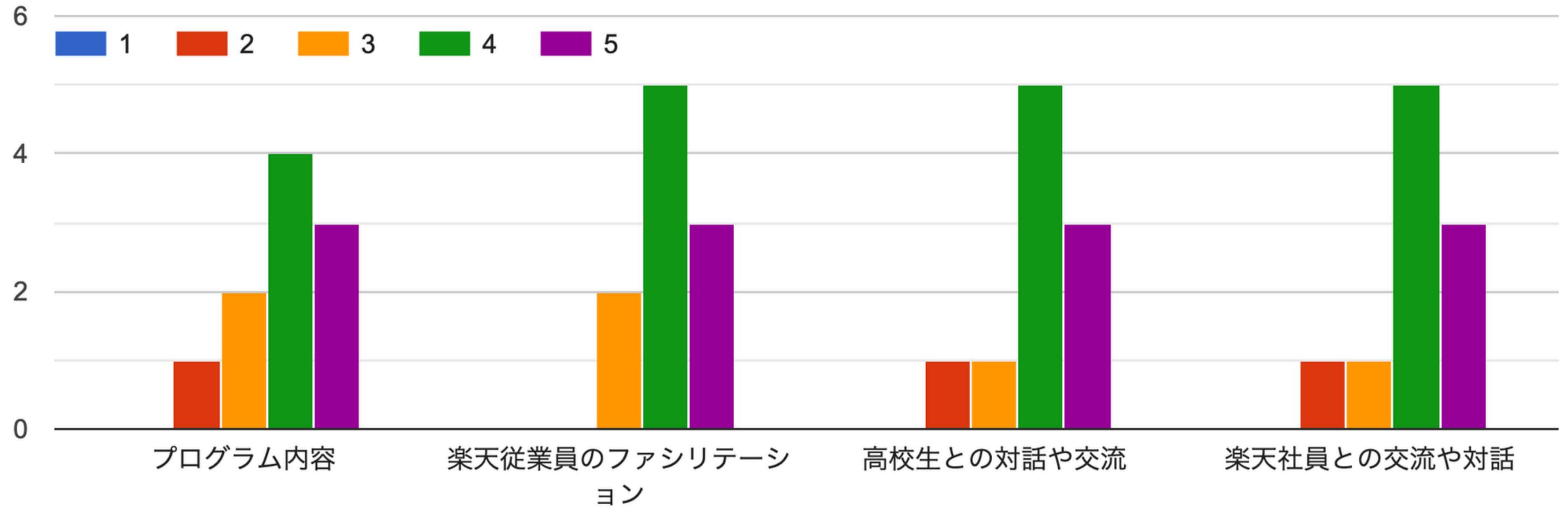
これまで考えることが苦手だったので知らんぷりをずっとしてきたけれど、整理することで頭の中が解決され、自分の将来のことに真剣になることができました。

自分のことを話すとき、否定されるのが怖くて普段だったけれど「がんばったんだね」「えらいね」という温かい言葉をもらい、過去の後悔も前向きに考えることができるようになった。

参加して下さった地域サポーターの声



# このイベントに関する満足度



高校一年生という時期にどのような環境を提供できるかで、その先の高校生活への心が変わっていくと思うので、《自分に向き合う》という時間がとても良い時間だったと思う

小さく対話を続けていくことが、未来への大きな変化（一歩）に繋がるので、小さな行動を続けようと思った。

今回のようなことを、年3回くらいできるとよいと思う

「ちょっと気になるな」「楽しそうだな」と思ったことは、ぜひ試してみてください。ひとりで難しいときは、友だちや大人に話してみるときっと道がひらけます。そんなあなたを地域のみんなで応援しています。時間がとても良い時間だったと思う

同じグループの高校生はほとんどの人が今過ごしている毎日がいちばん楽しい！と答えていたのがとても素敵で印象的でした。

1人1人の人生が変わる機会になるかもしれないという本気の気持ちで接したので価値観が変容した人が居たことはとても嬉しく感じた

ボランティア活動としてファシリテーションして下さった楽天の皆さんの声



高校生という人生の節目となるタイミングでのキャリア教育に関わらせていただいただけで、本当によかったです！

今回高校生にしたように、自分のチームメンバーに対しても、個性を理解したり対話を試みたりする姿勢を観ことを心がけ、率先してよいチームワークを発揮していきたいなと思います

全く違う環境、年齢の人とどうコミュニケーションをとれば意図が伝わるか今までにない頭の使い方を常にしていました。結論、自分がしっかり熱意、考えをもって接しているかが重要でした。

学生たちと濃い時間を過ごしたあとに別れを迎えるのは少し胸がいたみますね。最後に生徒が残してくれたスピーチや、チームの学生が「ありがとうございました」と言ってくれた瞬間、それは単なる言葉以上のものを感じました！

このプログラムを通じて、人生のやりたいことの1つ 地方の生徒の人生の選択肢を増やすことに片足踏み癒れることができました

高校生から学びっぱなしの2日間でした。  
[思い出に残っていること]  
・高校生が徐々に自分を出してくれた時のうれしさ  
・担当した生徒さんが課題に取り組む中で楽しそうに、時に恥ずかしそうに、今の思い出を話してくれた時の感動・・・

# 6

## 事業収支決算

収入の部

40

支出の部

41

## 収入の部

項目	内容	予算額	決算額	備考
補助金	町民提案型まちづくり 事業補助金	300,000円	299,000円	
事業収入		0円	0円	
自己資金		19,600円	320円	
合計		319,600円	299,320円	

## 支出の部

項目	内容	予算額	決算額	備考
ファシリテーター 交通費	高速バス代 (行き) 16名*5,000円 (帰り) 15名*5000円	147,200円	155,000円	R7年9月の運賃値上げ による増
フォシリテーター 宿泊費	16名*9,020円	142,400円	144,320円	
フライヤーデザイン 製作費		30,000円	0円	自前での制作に変更
合計		319,600円	299,320円	

# 7 今後の見通し

長期的な進め方	40
アクションプランから	41
企画を検討しているもの	42

# 長期的な進め方

1年目  
(2025)

2年目  
(2026)

3年目  
(2027)

4年目以降  
(2028)

ありたい未来

対話

チェンジプラン

アクション1

アクション2

# 高校生が考えたアクションプランから

## 好きなことをする時間を取ることで楽しいなる

### 1 わたしという人間

わたしは絵を描いている時間や人と話しているときが1番楽しいと感じる。キャリアデーを通してこの好きなことをする時間を取ればもっと楽しく充実して過ごせるんじゃないかと思った。

### 2 アクションプランをやってみて

**BEFORE**  
あまり充実してなくて楽しいと思えることがいりなかった。  
たくさんの人と話をうとしていなかった。  
**AFTER**  
好きなことをたくさんしたら楽しかった。  
たくさんの人と関わり楽しむことができた。

### 3 次に挑戦してみたいこと

人との関わりを大切にし、関わりを増やしたいからバイトをがんばりたい。  
あきらめのためにお金を稼ぐ

## 好きなことしながら新しいことに挑戦する

### 私という人間

私は失敗体験から新しいことに挑戦が苦手なと感じる。しかし、好きなことには全集中で取り組むことができた。今までは、自分からやりたくはなかったけれど、たまたま、興味のあることには全集中で取り組むことができた。だから、好きなことと新しいことに挑戦してみたい。

### アクションプランの詳細

少し苦手なもので失敗と恐れず挑戦する。  
1日1回は1人の時間を取る。

### アクションプランをやってみて

**BEFORE**  
1人の時間を作ることができなかった。  
**AFTER**  
自分のペースで新しいことに挑戦することができた。友達と一緒に1人の時間を大切に取ることができた。

### 次に挑戦してみたいこと

いつも一緒にいる人だけでなく、新しい人とも仲良くできる。また、新しいことに挑戦してみたい。

## 朝歩くことから始まる1日

### アクションプランの詳細

月に距離関係なく外に出て歩く。毎日別の道を歩いて歩く。

### アクションプランを立てた理由

一日のスタートをもっと爽快に始めたいと思って朝の涼しい風を身にひながら歩くことで目が覚めることができ、気分も上がる。さらに眠気が覚めることによって身体が活発に動き出し、物事の効率化を図ることができ実現できるのではないかと考えた。

### アクションプランをやってみて

**Before**  
歩いた後外に出ることもなく何となくスマホをいじったりして時間有効活用せず毎朝の時間が過ぎてしまっていた。

**After**  
朝自分の気分によって道を変えたりして外の涼しい風に当たりながら歩くことにより疲労の軽減やストレス緩和、気分も上がる。歩かないような道を歩くことにより、新たな発見をすることができた。歩心も育むことができた。このことから私は一人で朝の涼しい時間帯に何か新たな行動を起こしたり新たな発見をすることで幸せを感じる。イヤなのではないかと考えた。

### 次にやってみたいこと

ただ何かアクションプランだからではなく自分自身で自主的に取り組む。

## My Style

私は将来は絵に携わる仕事がしたい。そのためにも絵を描く練習を毎日欠かさないようにしたい。そのためにも、普段描かずにいるような絵に挑戦しようと思った。

### Rule

いつも省略してしまっている細かい部分まで描き込む。  
動きを感じられる絵を描く。  
指や下半身などの複雑な形状にも挑戦する。

### Before

いつも上半身だけの絵や似たような構図でしか描いていた。

### After

一目でどんな絵なのか分かるような絵が

### Challenge

好きなアニメのキャラクターを描く。似顔絵を描く。一色だけ描いたり一筆で描いたり縛りをつけて描く。

## 高校のテストの点数を上げるためにやったこと

### アクションプランの詳細

分からない問題を先生に聞いたり自分で資料集や教科書を見て問題を繰り返し解いた。復習をする。

### アクションプランを立てた理由

中学生の時全然問題を解けなかった。分からない問題も、頑張って解いてみた。復習を怠らないうちに問題を解く量を増やした。復習を怠らないうちに問題を解く量を増やした。

### Before

問題を解いては良かった。復習を怠らないうちに問題を解く量を増やした。

### After

復習や予習を怠らないうちに問題を解く量を増やした。復習を怠らないうちに問題を解く量を増やした。

### まとめ

中学生の時みたいにならないように人に聞いたり、復習したりするのを怠らなく続けていきたい。

## 社会との関わり方について

### 1 アクションプランを立てた理由

将来使える力をつけたい。それから、行動することによって、自分の強みや弱みを知ることがある。

### 2 アクションプランの詳細

バイトを始める。

### 3 アクションプランをやってみて

**Before** 今の生活のままで将来どうなるか不安がある。  
**After** たくさんのお客さんと話し、関わることで、言葉遣いや態度などが変わってきた。社員さんとの会話や働きやすさなど、さまざまなことを学んだ。

### 4 次に挑戦してみたいこと

バイトなどでコミュニケーションを学ぶことで、様々な社会経験が出来る。次はボランティア活動に積極的に参加し、自分自身の成長を促していきたい。

## 私の将来の夢を実現させるために

### 1 私の将来の夢に必要な事

私の将来の夢は、デザイナーになること。もちろん他の事、例えばプログラマーについても学ぶ必要がある。そのために、デザインセンスが必要。さらに高いデザインセンスが必要。

### 2 アクションプラン詳細

○コミュニケーション能力を向上させる。  
○スキル、ポートフォリオについて調べる。  
○デザインセンスをあげる。  
○スキルを実際に何度も使う。

### 3 アクションプランをやってみて

**Before** スキルについて調べた。自分から調べた。デザインについて調べた。自分から調べた。  
**After** スキルについて調べた。自分から調べた。デザインについて調べた。自分から調べた。

### 4 次に挑戦してみたいこと

○今よりもスキルについて詳しく調べる。実際にやってみる。  
○友達や先輩に協力してもらい、人に教わりたい。  
○SNSを通して情報収集し、最新のデザインやトレンドを知る。  
○ポートフォリオを制作し、SNSで公開して反応を見る。

## 集中力について

### 1. 私という人間

私は勉強や日常で飽き性な性格であると気づきました。理由は、途中で退屈してしまったり、すぐに退屈してしまったりです。

### 2. アクションプラン詳細

飽き性だから10分でも同じことをしてやる。

### 3. アクションプランをやってみて

**< Before >**  
やる前は、一つのことに最後まで取り組むことができなかった。  
**< After >**  
やってみて、前よりも集中して取り組むことができた。続けることができた。

### 4. 次に挑戦してみたいこと

今度からは、10分ではなく30分集中できるようにする。

## 悔いのない高校野球にする

### 1 私という人間

先生がいないところでだらけてしまったり、自分で考えて練習ができていない。自分で考えて行動できていない。それが試合に出ている。今も続けていて、最後の夏は勝ちたい。今のうちに後悔のないようにやりたい。

### 2 アクションプラン詳細

全カブレートが野球をした。練習メニュー、全カブレートなど全カブレートで練習する。練習メニュー、全カブレートなど全カブレートで練習する。

### 3 アクションプランをやってみて

**BEFORE** 私生活で親に色々任せたりして自立出来ていなかった。  
**AFTER** 野球に真剣になれた。意味のある練習ができた。私生活でも大きい声で挨拶ができるようになった。

### 4 次に挑戦してみたいこと

誰が見ても全カブレートでわかるように自分の基準を上げてチームメイトの基準を上げていきたい。

## コミュニケーション向上について

### 1 私という人間

今の自分は何か後先のことを考えずにいろいろな人に声をかけてしまう。初対面の人にも声をかけてしまう。声かけさせてもらうことがあった。そこで、いろいろな人と話して楽しいと感じ、相手の笑顔を見て、自分が上がる。笑顔を見て、相手の笑顔を見て、自分が上がる。

### 2 アクションプラン詳細

○話す時に相手の気持ちを考えて話そうとする。  
○初対面の人に対して、積極的にコミュニケーションを取れるように自分から話そうとする。

### 3 アクションプランをやってみて

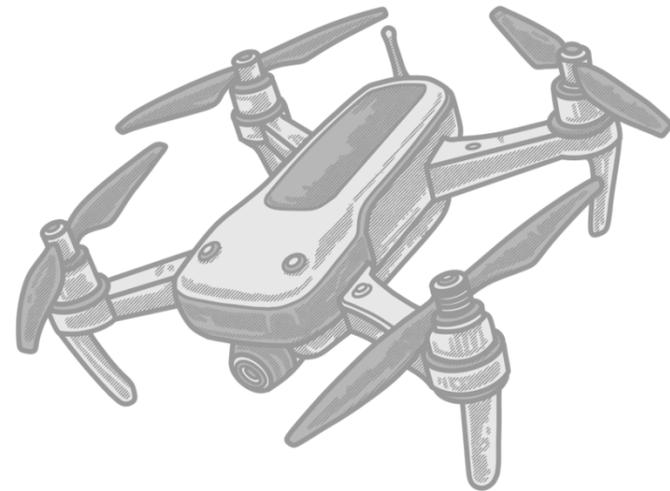
**BEFORE** 自分の何げない言葉で、相手の気分を悪くさせていることがあった。  
**AFTER** 今話しかけている状況に相手はなっているか確認しながら話しかける。相手の笑顔になる話があった。私は「相手の笑顔を見るのがエネルギーになるタイプ」だと実感した。

### 4 次に挑戦してみたいこと

一緒にいるだけで「自然と笑顔になる、てくれる人」になるためにリアクションを多くする。

# 企画の検討しているものの（例）

ドローンを「空飛ぶ道具」から「地域の産業・課題・未来をつなぐハブ」へ



空き教室を活用して  
様々な人が出会い交流する居場所へ



コミュニケーションの基礎と他者との  
違い、自分の発見楽しむ哲学対話



[生徒のアクションプランより]  
人脈形成の場に積極的に参加したい  
年齢が違う人とも話せるようになりたい  
ボランティアに積極的に関わりたい  
人との関わりを大切にしたい  
新しいことに挑戦したい  
特定の友達以外と人と関わりたい  
楽しいと思えることを増やす