

令和7年度静岡市協働パイロット事業 企画提案書

団体名：つながりあいず

1 事業のタイトル

聴き合い、受け止め合い、伝え合う。垣根を越えた対話で、市民がつながり続ける事業

2 背景・現状 (事実に基づきデータなどを用い、現在の静岡市にどのような問題があるのかを明確に記載してください。)

■現状と課題

静岡市では、地域のつながりの希薄化や支援関係の固定化など、市民同士の関係性に関する問題が顕在化している。こうした背景は「[第4次静岡市地域福祉計画【前期実施計画】](#)」にも明記されており、「支援へのアクセス不足」「担い手不足」とあわせて、孤立しがちな人の増加や多世代交流の減少、地域活動の担い手の偏在などが課題として挙げられている。

■これまでの取組と気づき

このような状況下で、市が5年間にわたって取り組んできた「ライフデザイン事業」では、多様な市民が思いや人生を語り合い、安心して本音を共有できる“語りの土壌”が少しずつ育まれてきた。私たちはその実践に伴走する中で、多くの人が「自分の話をしたい、聴いてもらいたい」と願っていることを、実感している。

■見えてきた新しい課題と対話力の必要性

令和5・6年度は、静岡市のライフデザイン事業と連携し、出会いの“点”を増やすことに重点を置き、語り合いの機会を多くの市民に届けてきた。共感やつながりの芽が生まれる一方で、「ただ集まり話す」だけでは関係性は深まらず、対話の難しさも浮き彫りになった。

良かれと思った言葉が一般論や否定と受け取られることもあり、言葉の解釈のズレからすれ違いが生じる場面もあった。こうした経験から、心理的安全性を一部の人に委ねるのではなく、参加者全員が「どんな気持ちで聴き、どんな気持ちで伝えるか」を意識し合う“対話力”が、関係性を築く鍵だと実感している。

そして“対話力”は、平時の関係性づくりだけでなく、非常時にも生きるものである。令和4年の台風15号の際、地域で災害ボランティアとして活動する中で、「地域に相談できるつながりがない」「気持ちを話せる相手がない」といった声を実際に耳にした。日頃の関係性が希薄だと、非常時に“つながりの不在”がより浮き彫りになることを痛感している。

■次のステージへ

こうした気づきを受け、令和7年度は“点”を“線や面”にする段階に入ったと考える。つながりが日常に継続し、信頼関係として根づいていくには、学びの機会と、それを支える仕組みをどう築くかが課題といえる。対話は、単に話す・聴くだけでなく、「相手の背景や気持ちを想像し、受け止め、言葉にする」行為。それが可能な関係性こそが、孤立や不安をやわらげ、平時も非常時も支え合えるまちの土台となる。こうした関係性を日常に根づかせる取り組みは、静岡市において今後も継続して取り組むべきテーマだと捉えている。

**3 目指す状態・成果**（現状に対して、どのような状態になっていることが社会の理想的な姿か、明確に記載してください。）

孤独やつながりの不在に対し、「聴き合い・受け止め合い・伝え合う」対話の力を育み合うことで、顔が浮かび合う関係性を日常で築くことができ、孤独感の軽減や、つながりが継続できる地域社会を目指す。

■具体的な理想の状態：

- ・身近な場所で「話してみよう」と思える相手がいると感じる市民が増える
- ・語り・聴き・伝える体験により、孤立感が和らぎ、自己肯定感が高まる
- ・家庭・地域など日常の場で、対話を活かした実践が広がる
- ・平時の対話を通じた関係性が、非常時の安心や支え合いの土台となる

■数値目標（KPI）：

- ・参加者の80%以上が「話しやすかった」と回答
- ・70%以上が「誰かと話してみようと思った」と回答
- ・「困ったときに顔が浮かぶ人ができた」と回答した参加者が50%以上
- ・地域・職場での小規模な対話実践が2ヶ所以上で継続される
- ・異分野（子育て・福祉等）での応用実践が展開される

**4 社会的課題**（「2 背景・現状」と「3 目指す状態・成果」を比較し、目指す状態に至らない理由や問題点を明確に記載してください。）

この理想状態に至らない背景には、次のような課題がある：

- ・心理的安全性が保たれた対話の場が、地域や職場（日常）に不足
- ・対話の担い手が限定され、関係性や役割が固定化されやすく、双方向性が弱い
- ・相談機関への相談は、悩みの言語化や自己分析が前提で、その敷居の高さが声を上げにくくしている
- ・困りごとの複雑化に対して、総合的な困りごとを対話できる場が不足
- ・外出困難者や経済的制約を抱える人との接続手段が弱く、包括性に欠ける

さらに、ライフデザイン事業で育まれてきた“語り合う土壌”は、市民の力で継続・発展させていく段階にある。今ここで関係性を育む仕組みを整えていかなければ、静岡市が5年という時間をかけて積み重ねてきた取り組みが一過性に終わってしまうことが懸念される。

**5 事業の概要**（「4 社会的課題」で掲げた課題の解決をするために、どのような事業を提案するのか及びその成果指標について、「3 目指す状態・成果」の内容を踏まえて記載してください。）

本事業は、「聴き合い・受け止め合い・伝え合うこと」を育み合いながら、対話を通じて人と人のつながりが深まり、日常に続いていく関係性が地域に自発的に広がっていくことを目指す。人が本来持つ「話したい」「受け止めたい」という両面性に立ち、立場や役割、属性といった“垣根”を越え、双方向を重視した対話の場を重ねていく。令和5年度は、協働パイロット事業で市のライフデザイン事業に伴走。出会いの“点”＝「機会創出」に注力した。令和6年度は不採択だったが、参加者が自発的に会場費免除制度などを活用し、活動継続の工夫が広がった。

## 5 事業の概要（続き）

一方で、会場確保・広報・アクセス等の課題を乗り越え、多様な市民に対話の場やつながりの機会を安定的に届けていくには、市民だけでは限界があると実感。特に、経済的・時間的な制約を抱える人や、支援につながりにくい人へのアプローチには、公的資源の後押しが不可欠である。

こうした経緯を踏まえ、令和7年度は“点”から“線や面”へとつながりを広げ、日常の中で自然と顔が浮かび合う関係性が育まれるよう、「共有と仕組化」に重点を置く。対話ラボ（インプット）、対話カフェ（アウトプット）、つながりの灯カード（振り返り）を並行展開し、単発で終わらない循環を設計する。「また話したい」「困ったときに思い出し合う」つながりを暮らしの中に根づかせていく。

### ■対象者

本事業では、特定の属性や分野を限定せず、「つながり」に課題を感じている市民を対象とする。特に以下のような人々の参加を想定している：

- ・ライフデザイン事業の参加者およびその周辺の人々
  - ・誰かに話を聴いてほしいと願う人／誰かの話を受け止めたいと感じている人（両面を持つ人）
  - ・支援職や自助グループの活動者など、対話を深めたい人
  - ・「働くこと」「働き続けること」等に不安や課題を感じている人
- （例：非正規雇用や就労困難を経験した人、キャリアを見直したい人など）

これらの人々と出会うため、ライフデザイン事業で育まれたつながりを起点に、地域団体や公共施設、福祉機関と連携して周知を広げる。また、広報媒体や口コミ、参加者の紹介など、暮らしの中にある自然な接点を活かし、参加のハードルを下げ、多様な層との出会いを生み出していく。

### ■実施方針とアプローチ（＝4の課題解決に向けた実行策）

1. 心理的安全性のある対話の場を増やす
  - ◇少人数・双方向・参加者主体の設計を重視し、初参加でも安心できる空気感を大切にす
2. 「聴く・話す」の固定された役割を解く
  - ◇誰もが聴き手・語り手になれる場の設計とし、関係性や役割の固定化を緩和する
3. 「相談の敷居が高い」「孤立」「複雑化した困りごと」への対話的アプローチ
  - ◇対話の必要性を学び合い、言葉にならない思いや迷いを伝え合える設計とする
  - ◇対話のプロセスを通じ、孤立感をやわらげ、自発的なつながりを育てる
  - ◇就労や生活など複雑化した困りごとにより、共感を起点に向き合う構成とする
4. 包括性ある展開
  - ◇生涯学習センター等の公共施設を活用し、費用・アクセス両面から多様な参加を促進
  - ◇外出困難者、経済的・時間的制約のある人にも、柔軟に接続する工夫を実施
5. 「続けたい」関係性を育む設計
  - ◇初回・単発参加でも「また参加したい」と思える場づくり、内容を重視
  - ◇継続参加者には関係性の深化を促し、双方向のつながりが自然に生まれるよう意識

## 5 事業の概要（続き）

具体的には、以下の3つの柱を中心に構成する（予定）：

### 1. 連続参加型プログラム「対話ラボ（仮称）」・・・インプット

└学び・実践・共有・仕組化：全6回（対面・オンライン）

※参加者と内容を共創する為、内容は変更になる可能性あり。現時点でのイメージを以下示す。  
同時に場づくりの担い手が増えることを意識して実施。

#### 1回目：対話の意味・必要性を問い合う／安心できる場づくり

- ◇なぜ「対話」が必要なのか、参加者自身の言葉で紐解き合う。
- ◇どんな「気持ち」で、聴く・受け止める・伝えるのか。
- ◇話し手への尊敬、労い、共感とは。

#### 2回目：伝える・聴く体験ワーク（感情表現や沈黙への理解）

- ◇感情や沈黙への向き合い方を通じて、“聴く”の解像度を上げる。

#### 3回目：共感から始まるつながりとは？（他者理解の深め方）

- ◇共感とは何か、誤解やズレも含めて語り合いながら考える。

#### 4回目：テーマ別おはなし会（働く・暮らす・家族など）

- ◇日常にある具体的なテーマで語り、共感と違和感の交差を体験。

#### 5回目：関係性が続くとはどういうことか？／関係の解像度

- ◇「つながり（が続く）」とはどういう感覚か、実感を言葉にする。

#### 6回目：振り返り・他の場への応用検討とモデル化

- ◇自身の変化を可視化し、次につなげる小さなモデルを試作する。

### 2. 単発型プログラム「対話カフェ（仮称）」・・・アウトプット

└誰でも、1回だけでも・何度でも参加できる対話の場：2ヶ月に1回程度（対面・オンライン）

- ・身近なテーマをもとに少人数で語り合い、日常にある想いを共有
- ・話す／聴く体験を通じて、気づきを得る“リフレクション（ふりかえり）”時間を設ける
- ・初参加でも混ざりやすく、継続参加者にはゆるやかなつながりが育まれるよう設計

### 3. 実践共有・可視化プログラム「つながりの<sup>あかり</sup>灯カード（仮称）」・・・振り返り

└「自分の気持ち」「仲間とのつながり」「みんなの声」を見える形で残していく

各回の終了時に「灯カード（仮称）」に、気づき・感じたことなどを自由に記録。（言葉・絵等）

- ・個人のふりかえり：素直な気持ちを見つめ、気づきを受け止め、継続や実践につなげていく
- ・参加者同士の交流：希望者には“いいね”やコメントを通じて共感を伝え合う
- ・会としての知見蓄積：同意が得られた記録は、活動改善や発信にも活用する

#### ■成果指標（KPI）：

- ・参加延べ人数 100 名以上
- ・参加者の 70%以上が「話す／聴くことが心地よくなった」と回答
- ・「困ったときに顔が浮かぶ人ができた」と回答した参加者が 50%以上
- ・地域や職場など 5 件以上で、参加者が学んだ対話の実践継続
- ・灯カードの記入 30 件以上、うち希望者分を活動改善・発信に活用

団体名：つながりあいず

## 6 市と協働をする理由（団体独自で行うのではなく、市と協働することが必要な理由や、市と協働することによって得られる効果等を記載してください。）

本事業は、静岡市が5年間かけて育んできたライフデザイン事業の成果を市民の手で継承・進化させる取り組みである。引き続き、市と連携することにより、以下の効果が期待できる。

- ・これまでのライフデザイン事業参加者を起点に、スムーズに周知と参加者集めが可能になる
- ・市の公共施設や広報チャネルの活用により、多様な層への接続が促進される
- ・「支援する／される」を超えた、官と民が共に育ち合う協働の新しい関係性を提示できる
- ・対話の重要性を市職員自身が体験することで、行政内部にも対話文化が波及する

市が持つ公共性とネットワークを活かすことで、市民の対話文化が多く市民・地域へと広がる。その意味でも、市との協働は不可欠である。

## 7 団体の担う役割

当団体は、ライフデザイン事業で培った関係性と対話文化の実践知を活かし、本事業の企画・運営全般を担う。具体的には以下を担務とする。

- ・プログラムの全体設計と進行管理
- ・ファシリテーション（対面／オンライン双方）および参加者サポート
- ・参加者への周知・広報（ライフデザインのつながりも含む）
- ・実践者同士のゆるやかな連携後押し
- ・各回の実施内容の検証および成果の整理
- ・オンライン参加や外出困難者への配慮と調整（柔軟なアウトリーチ設計）

単なるイベント運営ではなく、地域に根づく「聴き合う文化」を市民自身の手で紡ぎ続けるための仕組みづくりに注力する。

## 8 静岡市に担って欲しい役割

本事業は、静岡市が展開してきたライフデザイン事業の成果を、市民の手で継承・発展させる取り組みである。これを確かなものとするために、市には以下の協力をお願いしたい。

- ・ライフデザイン事業の関係者・参加者への広報協力（つながりの活用）
- ・協力企業への周知や参加促進への後押し（職場内の対話促進などを想定）
- ・公共施設の提供（対面開催における会場確保）
- ・市の広報媒体（HP、SNS、市民向け広報紙等）を通じた周知・発信支援
- ・今後の市施策（地域福祉、子育て、介護、教育等）への応用を見据えた連携

市の持つ公共性とネットワークを活かすことで、市民の対話文化が多様な市民・地域へ広がる。「支援する／される」を超えた、官と民が一緒に育ち合う協働の新しい関係性を、共に実践していきたい。

9 事業計画・実施スケジュール（協働パイロット事業で実施する事業のスケジュールを記載してください。2年間にわたる事業を検討している団体は、2年目の計画についても記載してください。）

【令和7年度実施スケジュール（予定）】

月	対話ラボ（連続開催）	対話カフェ（単発開催）
7月	キックオフ／対話の意味・必要性を問い合わせ	－
8月	伝える・聴く体験（感情表現や沈黙への理解）	キックオフ／対話カフェ
9月	共感から始まるつながりとは？（他者理解の深め方）	ワークショップ
10月	番町学園祭にて取組紹介	
11月	テーマ別おはなし会（働く・暮らす・家族など）	－
12月	－	おはなし会
1月	つながりの継続を考える（関係の解像度）	ワークショップ
2月	振り返りと共有、モデル化の検討	－
3月	成果報告会	

※すべての会に「つながりの灯カード（仮称）」を導入し、自分の気持ち・仲間とのつながり・みんなの声を記録・共有していく（自由形式・希望制）

【2年目以降の展開（令和8年度）】

令和7年度で築いたつながりを更に広げ、より多様な人々が「顔が浮かぶ関係性」を持ち、自走的につながり続けられる地域づくりへと移行していく。

■ “線” から “面” へ。小規模実践を地域・職場・学校など多様な現場へ波及

◇特定の参加者だけでなく、当事者や関係者が自立的に対話を継続できるよう応援

■ アウトリーチ・個別対応の試行開始

◇外出困難者や経済的制約のある人へもつながる仕組みを模索

◇訪問対話・紙媒体との連動・地域拠点の対話拡張なども含め検討

■ 地域対話ファシリテーター（仮称）の共有

◇地域で対話を広げていく担い手が、経験を通じて自然に現れてくるような場づくりを実施

■ 実践内容の記録と成果の体系化

◇冊子・映像・Web発信等で共有。他地域への応用・展開検討（つながりの灯カードの活用等）

10 協働パイロット事業終了後の展望・今後の活動展開（協働パイロット事業終了後にどのように事業展開をしていく予定か記載してください。）

本事業で培った実践と関係性をもとに、終了後は以下の展開を目指す：

■ 地域に根づく「顔が浮かぶ関係性」の持続と拡張

◇対話ラボやカフェで生まれた関係性を、日常の中で持続・拡張する小さな対話実践として継続

◇参加者自主運営の少人数対話会や交流活動へと発展する応援

## 10 協働パイロット事業終了後の展望・今後の活動展開（続き）

### ■地域に根づく“対話の担い手”の共育と対話文化の循環

- ◇「育成」ではなく、関わる中で自然と“担い手”になっていく関係性を重視
- ◇各人が持ち場（学校・子育て・介護・地域活動など）で活かせるよう、実践の場を開拓

### ■持続可能な仕組みと資金調達の確保

- ◇一部プログラムの有料化、企業との協働（対話研修など）による資金確保
- ◇地域福祉や共助の担い手育成として、助成金や補助金、協賛金の継続的獲得を目指す
- ◇少額でも地域の人々から応援を得る「共感型資金循環（寄付やクラウドファンディング）」の導入検討

### ■気づき・学び・実践の記録・発信

- ◇成果や対話の記録を灯カード等を活用し、冊子・映像・Webなどで広く発信
- ◇他地域への展開や、モデル化に向けた情報発信・ネットワーク形成を継続

### ■官民が共に育ち合う「協働モデル」の深化

- ◇「支援する／される」を越え、行政と市民が共に学び合い、対話文化を育てる構造を提示
- ◇静岡市の地域福祉計画にも接続する、分野横断的な共創の形として発展させていく

## 11 実施体制及び主要スタッフの経歴

### ■実施体制

これまでの活動で出会った人や地元の個人事業主の方、企業の方(主に中小企業家同友会)、行政、障害者支援機関、地域包括支援センター、地域活動団体、民生委員児童委員、保護司、市会議員や県会議員、マスコミなどのご協力を得ながら、つながりあいずが中心となり、地域の中で新しい出会い、つながり続けるためのイベント等を実施する。また、SNSを活用したつながりの見える化も継続実施し、活動を周知する体制も整える。企画・立案・実施などは、下記主要スタッフを中心にイベント毎に希望者が役割を担い合いながら実施する。

### ■主要スタッフ

◇三上静佳（代表）：2022年度ライフデザインワークショップファシリテータ養成講座修了

2021年6月当団体を設立。就職氷河期世代で、60社以上の職を経験。非正規雇用を経て、約3年の就労支援員経験と地域ボランティアに従事。2023年に個人事業主として起業し、企業のスキマを埋めるオンライン事務を行うほか、静岡のものづくりに関する団体を有志で立ち上げ、運営や助成金申請など裏方を担っている。「出会っていないだけ」が口癖で、自分に合う人や場所は必ずあると信じ、日々活動している。

◇杉山真希（副代表）：2021年度ライフデザインワークショップファシリテータ養成講座修了。

静岡市地元企業で課長職として「人事・総務・庶務・営業」など幅広い経験を積み、フットワークの軽さと「人が笑顔になること」への情熱を武器に、行動。人と関わる仕事をしつつ、鉄工所での溶接、式場での食事準備・提供、歯科助手、キッチンカーや飲食店のサポート、送迎など、スポット的にさまざまなフィールドで活動。副代表として企画や運営を担い、明るく親しみやすい人柄で、場の内外に「つながり」の輪を広げている。

## 11 実施体制及び主要スタッフの経歴（続き）

◇原田陽子（会計）：2022 年度ライフデザインワークショップファシリテータ養成講座修了  
障害福祉サービスを運営。就労支援事業所では、企業就労を目指す障害のある方々へのマッチングや職場定着支援に取り組む。また、社内外の人材育成に携わり、職員研修の企画・運営や小中学校でのキャリア教育にも参加。「働くこと」の先にある well-being を追求している。

ジョブコーチ養成研修や産業カウンセラー養成講座で学びを深め、本人支援に加え、出会った職員や職場、地域にも前向きな変化が生まれるような関係づくりに注力している。

現在はこれまでの経験をもとに、福祉と企業がつながる“人づくり・仕組みづくり”の場を広げるべく、新法人の立ち上げに挑戦中。福祉の枠を越え、誰もが共に育ち、働き、生きていける社会の実現を目指している。

◇鈴木淳江（庶務）：2022 年度ライフデザインワークショップファシリテータ養成講座修了

「隙間時間ならなんでも動くよ」との柔軟さとフットワークの軽さが持ち味。みんなが笑顔で過ごせる未来をつくりたい—そんな想いを胸に、環境問題をライフワークとしながら、読み語りや小説執筆、不登校支援、障害者支援など、地球にも人にも役立つことに取り組み、自分自身も楽しめる活動を日々大切にしている。

無理なく、自然体に関わりながらも、やると決めたら丁寧に、着実に。その気軽さとあたたかさが、信頼と安心を生み出し、「ホッとできる存在」として、仲間を支えている。

◇三上雅樹（広報）：2023 年度ライフデザインワークショップファシリテータ養成講座修了

仕事を辞めた経験を通して、仕事以外の人間関係が大切であることを学ぶ。その後、半ひきこもりの状態になり、就労支援を受けた経験あり。就労支援で出会った方に声をかけ「つながり」づくりのための「卓球会」を月一で開催した。現在は個人事業主としてホームページ制作やイラストレーターとして活動中。つながりあいずのホームページや似顔絵作成などでも団体をサポートしている。

◇鈴木雅義（顧問）：2022 年度ライフデザインワークショップファシリテータ養成講座修了

夢追人。自身が思い描いた夢に向かって少しずつ歩を進めている。しかしながら、ゴールを見据えつつもうまく行ったりいかなかったりを何度か経験しながらつながりあいずと出会う。つながりあいずの理念に感動し、現在は顧問として俯瞰的視点とこれまでの経験からの示唆をもって、活動を支えている。目指す夢はオールインクルーシブな世の中を構築すること。揺るぎない思いが行動の源となっている。

◇齋藤綾（広報）：2022 年度ライフデザインワークショップファシリテータ養成講座修了

就職氷河期世代。新卒での就職が叶わず、社会の歯車から外れたまま、試行錯誤と苦労を重ねる日々。七間町や清水中心市街地活性化事業に携わり、まちづくりにおいて最も重要なのは人とのつながりであることを実感。静岡県移住コーディネーターとして着任時には、傾聴を大切にしながら、寄り添う姿勢での伴走支援を実施。現在は、若年者向け就職支援コーディネーターとして活動する傍ら、Webライター、司会なども手がけるパラレルキャリア。

団体名：つながりあいず

**12 その他アピールしたいこと**（団体の専門性や先駆性、創造性など、特に団体としてアピールしたいことを記載してください。）

私たち「つながりあいず」は、これまでの4年間の活動で延べ200人を超える方と出会い、令和5年度の協働パイロット事業では行政との連携を通じて50人を超える方との新たなつながりが生まれました。世代や立場を越えた出会いの中で、「また話したい」「顔が浮かぶ人がいる」といった関係性が育ち、対話が人の暮らしに自然に息づく実感を得ている。

正面から「解決」しようとするのではなく、語り合いの中で自らのペースで次の一歩を見出していく——私たちは、就労や人間関係など複雑な悩みが少しずつほぐれていく場面に、幾度も立ち会ってきました。そうしたプロセスそのものが、支援の枠を越えて、人と人との関係性が“処方”となる社会的処方の実践でもあると感じている。

特定の対象に偏らず、多様な人が双方向につながる設計を実践し続けてきたことが、私たちの強みであり、柔軟な対応力と創造性につながっている。また、参加者とともに場をつくり上げていくプロセスは、制度や専門性に頼らない市民発の協働のかたちとして、これからの地域づくりに新たな視座を与えるものだと考える。