

# じぶん・しごと LAB 事業報告書

一般社団法人小布施まちイノベーション HUB

## じぶん・しごと LAB 開催目的

---

大学卒業後、多くの人が学生生活から社会人生活へと移行します。一同にリクルートスーツに身をつつみ、就活をして、会社に入るというのが一般的ですが、それに疑問を抱く人も増えています。自分は何のために働きたいのか、どうすれば自分らしく働くことができるのかといった本質的な問いに対する答えを探す機会を作るために、「じぶんの想いを起点に自分自身が選びたい、作りたいしごとをみんなと一緒に探求する LAB」という開催趣旨の通り、学生が自身の想いに向き合い、じぶんの想いからしごとを自身の力で作っていく力を養うことを目的としました。

# 開催概要

じぶん・しごと LABでは、以下の2つのプログラムを実施しました。

DAY  
01

長野市

自分の好きに気づく  
名刺カードづくり  
ワークショップ

1/12  
FRI.  
13:00-15:00

@FEAT.space



コラージュで自分の唯一無二  
の名刺カードを作ろう

DAY01はコラージュワークショップを通して、非言語的アプローチで自分の好きを知る、想いに気づく感覚を得るワークショップを行いました。

DAY  
02

小布施町

想いを持って働く  
まちの若手社員との  
本音トーク

2/07  
WED.  
13:00-16:00

@小布施町公民館講堂



小布施の町を回り、そこで働く  
若手社員さんと語り合おう！  
「想いをもちて働く」ヒントが  
得られるかも！

DAY02は小布施で働く若手社員の話聞きました。社員のリアルを聞くことで、『DAY01で気づいた好き』を形にするきっかけづくりを行いました。

# DAY01 コラージュワークショップ

---

対象:長野県内の大学生

場所:長野市内

意図:従来の就活の焦点である仕事内容や待遇だけでなく、参加者自身が何をやりたいのかや何に関心があるのかといった本質的な問いに重点を置くことを目指しました。これを達成するために、言葉ではなく直感からやりたいことや好きなことを見つけることを意図しました。

内容:コラージュワークショップを実施しました。このワークショップでは、参加者が好き・嫌いや、気持ち良い／気持ち悪いといった感情に意識を向け、その結果として一人一人の「こうありたい」「これやってみたい」といった想いを引き出すことができるように工夫しました。

今日のこの場は！

---

あなたの好き嫌い心地よさ



ひとりひとりの”こうありたい”

”これやってみたい”

につながる



# DAY01 コラージュワークショップ

緊張をほぐすためにみんなですべてできるだけ多くの人と自己紹介できるか競争するアイスブレイクを実施。ゲーム式にしたことでより多くの人と自己紹介をすることができ、参加者間の関係性を構築することが出来ました。

当日の流れ

## ○アイスブレイク、自己紹介

アイスブレイク・自己紹介

名前	出身地
最近あった嬉しいこと	自分を表す漢字一文字

7分間でできるだけ多くの人と自己紹介してみてください！  
何人と自己紹介できたか競争です！



自己紹介の様子

## ○コラージュ作成

自己紹介ができたところで、五感ワークを行いました。

五感ワークは、五感を刺激することで、頭ではなく身体に意識を向けることを目的としたアイスブレイク的一种になります。

実際に今回のイベントでは聞こえる音や朝ごはんの味など思い出しながらみんなでシェアしていきました。

五感ワークの様子→



## ○感想共有

# DAY01 コラージュワークショップ

---

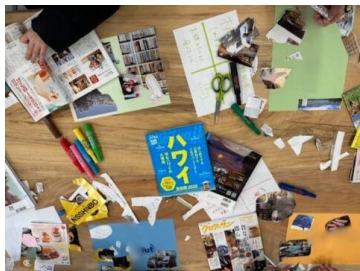
## 当日の流れ

### ○アイスブレイク、自己紹介

自分を表す名刺カードを写真やイラストのコラージュによって作成しました。  
参加者が自分自身を深く理解し、まだ自分が気づいていない価値観を知ることが目的としています。コラージュを作るポイントとして、五感ワークで感じた自分の直感を信じて悩まず作ってみることになります。

※コラージュとは：自分自身の内面を表現するために、写真やイラスト、雑誌、新聞の切り抜きを自由に貼って組み合わせる自己表現方法。

### ○コラージュ作成



### ○感想共有

はじめにコラージュの台紙となるカラフルな色紙を選び、自分の名前を書きました。  
名前を真ん中に大きく書いたりすると早速個性が溢れ出ていました。

# DAY01 コラージュワークショップ

---

## 当日の流れ

### ○アイスブレイク、自己紹介

最後に皆で作ったものをみんなでシェアしました。  
それぞれの個性溢れたコラージュが完成した後、  
「コラージュの中に文字を入れたくなかった」「和の雰囲気を出したかった」  
などそれぞれのこだわりや想いをシェアしました。  
コラージュのこだわりを言語化することで自分の心の奥にある願いや想いに気づき、  
自分ならではの個性や好きを知ることが出来ました。

### ○コラージュ作成

最後にイベントを通しての感想・気づきのシェアを参加者・運営全員が円になって行いました。  
参加者からは「自分の中にあることに改めて気づくことができた」や、  
「自分の直感を大事にする」、「好き」を仕事にしたい」などの感想がありました。

### ○感想共有





# DAY01 コラージュワークショップ

---





# DAY02 小布施の若手社員との対話

対象: 長野県内の大学生

場所: 小布施町

意図: DAY02では、DAY01で意識を向けた自分自身の好きや想いを「働く」に繋げることを目指しました。参加者が実際の働き手の声を聞くことで好きや想いを働くに繋げるきっかけをつくり、その結果好きや想いを起点にキャリアプランを考えることを意図しています。

内容: 小布施の町並みに秘められた先人の想いを紐解くまち歩きを行い、その後、小布施町で働く若手社員にどんな想いを持ち、想いをどう仕事に活かしているのかを話してもらいました。



「はたらくってなんだろう」  
自分の想いを起点に自分自身が遊びたいつくりたいしごとをみんなで一緒に探求する

## じぶん・しごととLaib

2/07 WED. 13:00-16:00 @ 小布施町公民館講堂

① たくさんの方の想いによって作られた小布施を感じるまち歩き  
年間100万人の観光客が訪れる小布施町  
なぜこのように人を惹きつけ続けるのか?  
まち歩きを通じてまちづくりの背景にある想いを紐解きます



② 小布施町の若手社員と、想いや働き方について語り合う  
若手社員のリアルな話を通じて はたらくってどんな感じ?  
自分の想いや働き方についての 想いを働くに繋げることってできるの?  
ヒントを得られるかも! 自分の想いを表現したい!



対象 | 長野県内大学生  
長野県で働くことに興味がある大学生

定員 | 30名  
申込〆切 | 1月31日(水)

主催 | 高等教育コンソーシアム信州  
運営 | 小布施まちイノベーションHUB  
後援 | 小布施町 小布施町商工会  
協力 | 長野県立大学

お問い合わせ | info@obuse-hub.com

お申し込みは  
QRコード  
こちら!

# DAY02 小布施の若手社員との対話

---

当日の流れ

○まち歩き

小布施町に来たのは初めてという人がほとんどでした。

- ・2人横並びが不可能な建物と建物の間をすり抜けていく道
- ・アスファルトと白線といった一般的なデザインと異なる駐車場
- ・個人の持ち物をリノベーションまでして場所を提供してもらった飲食店
- ・栗菓子御三家と呼ばれる栗菓子屋が100年以上共存できている理由 など

○小布施の若手社員の想いを聞く

小布施町へ来たことがあった人も、初めて通った場所や初めて聞く話に興味津々の様子でした。

○学生と若手社員の対話



○感想共有



# DAY02 小布施の若手社員との対話

## 当日の流れ

### ○まち歩き

小布施の若手社員と合流して、対話を行いました。  
どんな働き方やどんな仕事をするのか、これから考えていく学生は

- ・好きなことを仕事にしているのか？
- ・やりたいことが現時点でわからないと

いった悩みを抱えているようでした。



### ○小布施の若手社員の想いを聞く

次に小布施の若手社員が、  
自分の想いと体験を初めて会う学生に伝えました。

- ・好きなことを仕事にして、  
ツライことがあっても好きだから乗り越えられると仕事への愛情が溢れて周囲へ意図せず伝わる人
- ・生活のため、会社のためにも経営を成り立たせなければと社長と密にコミュニケーションをとっているからこそ経営者と同じ目線で話をする人



### ○学生と若手社員の対話

まったく異なる切り口、変遷、価値観であっても  
学生には響いていたようです。

### ○感想共有

# DAY02 小布施の若手社員との対話

---

## 当日の流れ

### ○まち歩き

働く先輩たちの話を聞いてみて、  
今度は学生たちが自分の想いを探ります。  
学生はゼミや研究、アルバイトや趣味などを通じて、  
どんな想いを持っているのかを一緒に考えていきました。

### ○小布施の若手社員の想いを聞く

おもに学生は授業やゼミ、研究、アルバイトや趣味などから、  
なぜこれを選んだのか？ やってみて何を感じているのか？  
について話していました。  
ひとつの事柄から話が広がる人もいれば、  
大学での機械工学研究と接客アルバイトの  
2つの経験から自分の好きを探っている人もいました。

### ○学生と若手社員の対話

### ○感想共有



# DAY02 小布施の若手社員との対話

---

## 当日の流れ

### ○まち歩き

### ○小布施の若手社員の想いを聞く

### ○学生と若手社員の対話

### ○感想共有

話に熱が入り、まだまだ聞きたい！という声も出ながら終わりを迎えました。  
最後に全員で輪になって、過ごしてきた時間を振り返りました。

学生からは

- ・「好き」を仕事にしているのか悩んでいたが  
まさに好きなことを仕事にしている人を見て、勇気がもらえた
- ・ポストイットでフィードバックをもらって見て、  
こういう部分も自分にあるのかと新しい発見があった  
といった声があり、仕事について知るだけでなく、  
モチベーションアップや自己理解につながったようです。

若手社員からは

- ・伝える側になることで考えなければならないことが  
今までと変わり、よい機会になった
- ・学生からの言葉が素直に嬉しかった
- ・学生と接することで新たな気づきを得たり、初心を思い出せて刺激になった

伝えたいことをうまく伝えられなかったという反省をしていた若手社員もいました。それだけ伝えたいものが、自分にあるという証拠なのだと感じました。





# DAY02 小布施の若手社員との対話

---





# 成果

---

## 〈定量〉

- ・じぶん・しごと LABでは、**2日間**に分けて開催。DAY01は**長野市**で、DAY02は**小布施町**で実施。
- ・応募人数は、DAY01で**16人**、DAY02で**10人**。
  - 参加人数は、DAY01で**10人**、DAY02で**8人**。その中で**4人が両日参加**。
- ・アンケート結果に関しては以下の通りである。

## DAY01

- 「コラージュワークショップから自分の好きを見つけるヒントを得ることはできましたか？」に対しては平均 **9.8/10点**
- 「想いを持って働くことへの意識は高まりましたか？」に対しては、**9.2/10点**と**高い評価を得た**。

## DAY02

- 「本日のプログラムから自分の好きを見つけるヒントを得ることはできましたか？」に対して平均 **8.1/10点**
- 「想いを持って働くことへの意識は高まりましたか？」という設問に対しては平均 **8.3/10点**という**高い評価を得た**。

## 〈定性〉

- ・普段なかなか話す機会の少ない小布施の**若手社員**と**学生**が**一対一**で**話せる機会**を作ることができた。
- ・小布施の**若手社員**が**学生**に想いを伝えることで、**自分自身の想いを表現する自信**をつけることができた。
- ・小布施町でDAY02を実施し、まち歩きと社員との対話を行うことで小布施の企業を**学生**に**認知**させることができた。
- ・DAY02終了後、**まちの人事部の運営に関心**があり、**インターンとしての参画を希望する学生**が**4名**いた。

# 今後に向けて

---

今後は以下を踏まえ、より効果的な活動を継続的に行っていきたい。

## ・広報を計画的に行う。

今回は広報期間が短く計画的に広報ができなかったため

今後は広報期間を延ばし、SNSでの定期的な発信を行うことなど、計画的な広報を行いたい。

## ・コミュニティ化していく。

今回は2回の単発イベントだったが、今後は定期的を実施し

学外ゼミのような学生のコミュニティ化していく。

参加者とイベント企画を行うなど参加者の活躍機会を増やしていきたい。

その準備として今回の参加者にはオンラインコミュニティに入ってもらっている。

## ・企業との接点を増やしていく。

今回は社員との対話のみが企業との接点だったが、次回以降は経営者と学生が対話する機会や

企業の若手社員と学生が共同でプロジェクトに取り組むなど企業との接点を増やしていく。

## ・長野市と小布施町の2拠点実施の継続

を学生人口の多い長野市内で実施することで、小布施町で実施するDAY02への参加のハードルを下げる事ができた。次回以降も長野市と小布施町の2拠点で実施をしていく。

DAY01