

ムラのミライ 活動レポート & ニュース

2018
12

CONTENTS

- Report 1** 名護・コミュニティファシリテーター研修
地域のミライは、自分の暮らしの延長線上に
和田信明 ムラのミライ 海外事業統括
- News 1** メタファシリテーション講座リニューアル
一步ずつ、確実に学べる講座へ
前川香子 ムラのミライ 事務局次長／海外事業チーフ
- Report 2** SDGs講座
私の暮らしにイノベーションを起こす方法
宮下和佳 ムラのミライ 専務理事
- News 2** セネガル／子育て（日本）／ネパール
プロジェクト最新ニュース



認定NPO法人ムラのミライ

関西事務所（本部）〒662-0856 兵庫県西宮市城ヶ堀町2-22 早川総合ビル3F

電話/ Fax 0798-31-7940

高山事務所 〒506-0031 岐阜県高山市西之一色町3丁目820番地1

E-mail info@muranomirai.org ウェブサイト <http://muranomirai.org/>



地域のミライは、 自分の暮らしの延長線上に

和田信明（ムラのミライ 海外事業統括）

2017年4月から2018年7月にかけて、沖縄県名護市で「コミュニティファシリテーターを育てる実践研修～メタファシリテーションを用いた、住民主体による地域づくり～」を実施しました。この研修のメイン講師を務めた和田が、研修の目的や成果をふりかえります。

自分の暮らしを起点に、地域計画を作っていく研修

沖縄県名護市の東海岸。久志地区と総称されるここは、名護市役所や美ら海水族館がある西海岸に比べ、過疎と高齢化が進み、しかも行政区の一つである辺野古では、政府が強制的に新たな米軍基地を建設しようと試みている、ある意味では日本が抱える課題の縮図のような地域でもあります。

この久志地区で4泊5日の研修を4回開催し、

「自分たちがここ（久志地区）に住むとしたら、どのような生活を築いていくか」という地域計画を作っていました。

研修には、全国各地から国際協力NGOの職員、地域おこしの企画会社の役員、大学職員、建築家などの他、研修開催地である名護市や、自分の地域の活性化に取り組む青年たちなど多彩な顔ぶれが参加しました。





個人の歴史からコミュニティの歴史を浮かび上がらせる

研修の目的は大きく二つ。一つめは、「コミュニティを時間と空間の二つの軸で立体的に理解する」ということでした。たまたま出会った地元の方の個々のエピソード、暮らし方を知るだけではなく、そこから共同体としてのどんな歴史が浮かび上がってくるのか、そのような歴史にはどのような背景があったのか、メタファシリテーション手法を使って把握する技術を身につけてもらうことです。

第1回研修で、参加者はフィールドワークでたまたま出会った地元の方たちに了解を得て話を聞かせてもらいました。運悪く誰にも出会わなかったら、それはそれでいいのです。観察することはたくさんありますから。そして、ふりかえりのセッションで、地元の方から聞いた話を時間と空間の二つの軸に配置していきながら、さらに、何が聞けて何が聞けていなかったかを講師と一緒に検証していきました。

※この様子は、2018年2月号のムラのミライニュースレターで取り上げています。バックナンバーはムラのミライウェブサイトからダウンロードいただけます。



外部者がコミュニティをファシリテートするということはありません

そして、この研修の二つめの目的は、「コミュニティファシリテーターとは何か」を考えてもらうことでした。「コミュニティ」と「ファシリテーター」の二つの言葉を何の気なしに結び付けていますが、一体これは何を意味しているのか。コミュニティ「の」ファシリテーターなのか、コミュニティ「を」ファシリテートする誰かなのか。前者ならば、コミュニティの恒常的なメンバーなのか、それともコミュニティ「専属」のファシリテーター（そんなものがあれば）なのか。後者ならば、それは誰なのか。そもそもコミュニティを「ファシリテートする」とはどのようなことなのか。私たちは、このことに対する内省なしにコミュニティファシリテーターなどという立場に立てることはありませんと考えています。

さらに言えば、外部者がコミュニティをファシリテートするなどということは、本来はありませんと考えています。これは、いわゆる途上国のコミュニティと四半世紀関わってきた私たちが、農村やスラムでの活動を通じて得た結論です。では何ができるか。私たちができるのは、地域住民のなかから、あらゆる場面で事実のみを聞く質問を通して相手の気づきを促すファシリテーション能力を持つリーダーを育てることだと考えています。では、そのようなリーダーを育成するとして、外部者として関わる時に一番留意しなければならないのは何か。それは、自分が外部者としてあるコミュニティに関わることが、自分にどんな意味を持つのかを常に自身に問いかけるということです。



自分がここに住むとしたら・・・当事者意識はそこにある

というわけで、「外部者としてコミュニティに関わるのが自身にとってどんな意味を持つのか」を常に問いかけることを、参加者に求めていきました。一番確実な方法は、当事者意識を持つことです。「ここで自分が食っていくとすれば、生活するとすれば」というのが、この場合の当事者意識です。そもそも当事者意識もなしにコミュニティの在り方、将来を決めるような局面にまともに関わることはできないと私たちは考えています。さらに言えば、「自分はどんな暮らしがした

いか」というイメージをかなり明確に持っていない限り、「これからここでどう暮らすか」あるいは「何をして食っていくのか」ということに関して具体的な発想は出てきません。

そのため、第2回目の研修以降、参加者には「自分がここに住むとしたら」何をどのように観察し、情報を集め、そしてそれをどのように「ここでの生活」に結び付けていくかを考えながら、課題に取り組むように要求しました。

わんさか大浦パーク
深田友樹英さん

“地域おこしというと、いつも観光資源の発掘、新商品や作物の開発、観光客の呼び込みなどが話の起点になって、モヤモヤしていた。

ところがこの研修を受けて、私と家族の毎日の暮らしを起点に考えればいいのだと腑に落ちた。まずは私と家族の暮らしがあり、どうしたら私たちが暮らしやすい地域になるのかを軸に考え、行動し、発信していけばよいのだとわかった。この研修はこの地域に暮らす私のためにあったと感じた。”

名護市地域おこし支援員
松尾太士さん

研修参加者より

“これまで移住者にインタビューをしてきても「ここに本当に暮らしたいですか？」という、移住希望者の覚悟をどう聞いたらよいかわからなかった。今後は、この「暮らしを分解する」質問を使って、本気度について、相手と自分（担当者）で共通理解を得ながら聞いていきたい。”

言うは易く行うは難し、「一日の暮らし方」から「地域計画」へ

そして、この研修の最後の課題を「自分たちがここ（久志地区）に住むとしたら、どのような生活を築いていくか」という地域計画をグループごとに作るというものにしました。

まずは、第2回研修で、参加者がそれぞれ「一日の暮らし」をできるだけ細分化し、自分が「こう暮らしたい」という生活には、具体的にどれだけエネルギーが要るのか、食料が要るのか、それはどのように入手するのか考えてもらいました。言うは易く行うは難し、普段の生活ではほとんど意識することのないことですので、参加者にとって、かなり困難な課題とならざるを得ませんでした。ですが、少なくともこのような意識がない限り、どんな示唆も提案も畢竟その場限りの無責任なものになる可能性が高いのです。

さらに、第2回研修の後半から第4回研修にかけて、先に述べた個人作業をグループで統合し、一つの地域計画にまとめていきました。この作業は本来かなりの時間をかける必要がありますが、残念ながら普段は顔を合わせることもない参加者たちが、正味二日ばかりの時間でそれを練り上げるのは至難のことです。したがって完成度から言えばかなり改良の余地がある課題の出来となりましたが、各グループによって選ばれたテーマは「場づくり」や「持続可能な」生活環境などこれからのコミュニティづくりに必要なもので、発想としてはかなり可能性のあるものでした。



未来は、これまでの歴史の延長線上にしかない

この地域計画を作るにあたって、研修前半に取り組んだ、地元の歴史を知るフィールドワークが生きてきます。「これから」を考えていくためには、「これまで」をよく理解している必要があるからです。歴史を学ぶというのは、具体的にどんな事実が起こったのかを学ぶことです。未来は、その延長線上にしかありえません。

フィールドワークで参加者たちが地元の方たちから聞き取った話は、それぞれが非常に興味深い個人史であるとともに、第二次大戦後の沖縄の歴史を如実に語るものでもありました。それぞれの話を総合すれば、やはりこの久志地区でのいくつかのターニングポイント、歴史の転換点が見えてきますし、その中で必死に生きてきた地元の皆さんの生活が見えてきます。しかし、コミュニティの歴史として見てみると、やはりコミュニティそのものをどのように設計し、将来どのようにしていくかという視点がなかったことがよくわかります。そのようなことができていれば現在の過疎化、高齢化はなかったわけで、地域おこしの必要もなかったということになります。

今回の研修のような「地域づくり」をテーマにした研修を実施するときには、集団としてどういう生活を築いていくのか、地域の資源をもとにしたエネルギーや食糧の需給、その持続可能性を「自分の生活を築く」という当事者意識をもって考えることが重要になってきます。そのためにも、現在この地域で何が生産されているかということだけではなく、どのような地形、気候、水系があり、植生があるのかなど、心構えから言えば新たに入植した開拓民のつもりで観察する必要があります。幸いにして、久志地区のひとつ、汀間（ていま）地区の区長さんが時間の許す限り地区内を案内してくださり、この研修の学びをより深めることができました。

こうして振り返ってみると、コミュニティとは何か、外部者としてのかかわりとは何かということのを再定義することを促す契機となることを試みた研修だったと言えます。その意味で参加者たちは大変な思いをしたのではないかと思いますが、今後新たな視点をもってそれぞれのフィールドに向きあえることを信じています。

※この研修は、JICA（独立行政法人国際協力機構）の「NGO等活動支援事業 NGO等提案型プログラム」にて実施し、名護市の全面的な協力を得て実現しました。

一歩ずつ、確実に学べる講座へ

メタファシリテーション講座のラインナップを2018年11月開催分より、リニューアルしました。「練習ドリル」や「質問パターン」といった新しい教材を使いつつ、今まで以上に、講座終了後の各自の実践に重点を置いた内容をお届けします。

より、講座終了後の実践に重点を置いた講座へ

「事実質問の面白さが分かった」「事実質問は、すごく効果的」
今まで、参加者から好評をいただいたメタファシリテーション講座ですが、同時に、「講座終了後に実際に使おうしても難しかった」という声も聞かれました。一に練習二に練習、といえども自分の質問の仕方は正しいの？と疑問に思うこともあるでしょうし、その場ですぐに指導を受けることもできません。家族・友人との対話や仕事の場で実践しようとするには、講座に参加するだけではハードルが高かったのでは…という反省をもとに、講座の進め方を全体的に見直すことになりました。

リニューアル後の講座、こんなふうに変わります

旧

入門セミナー

メタファシリテーションの基本について学び、実際に手法を使った対話の練習をする。

基礎 | 講座

事実質問を使った対話に挑戦してみる。講さらに講座内で練習を積み重ねていく。

新

体験セミナー

事実質問を使った会話事例を紹介し、事実質問とはどのようなものかを体験。ムラのミライの活動や、ステップ1～3講座の紹介もおこなう。

ステップ1 事実質問とは？

事実質問と、思い込みを引き出す質問。練習ドリルや質問パターンを活用しながら、この2つの質問の違いを理解し、思い込みを引き出す質問を事実質問へと変換する方法を学ぶ。

各講座の日程等の詳細は、ムラのミライウェブサイトをご覧ください！

体験セミナー



メタファシリテーション講座



リニューアルのポイント

✓ 3ステップで、着実にメタファシリテーション手法を身につける

これまでの講座は、とにかく対話練習を積み重ねることで、事実質問を使った対話を学んでいただくものでした。ただ、これはサッカーに例えるなら、初心者がいきなり試合に参加してボールを蹴ってみるようなもの。そこで、二つの基礎講座を**ステップ1~3の3つの講座にリニューアル**。まずは事実質問についてしっかり学んでから、事実質問を使った対話にトライ・・・と段階的に学べるようにしました。

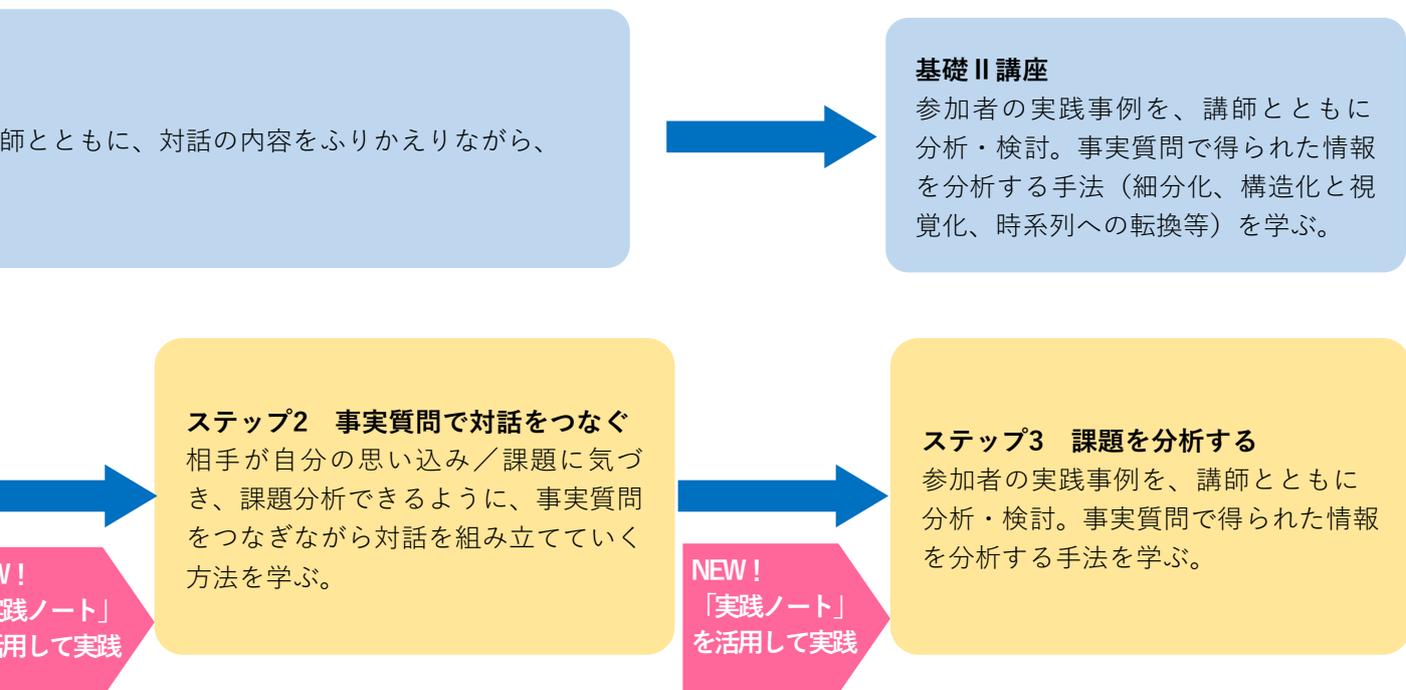
✓ 新しい教材を使い、事実質問についてしっかり理解する

体験セミナーやステップ1では、**事実質問の練習ドリル**や、**質問パターン**を教材として使います。まずは事実質問とはどんな質問なのか、そうでない質問との違いは何か・・・についてじっくり時間をかけて取り組みます。

✓ 講座に参加した後の実践を「実践ノート」でサポートする

ステップごとに講座終了後の**実践ノート**を配布します。実践ノートに沿って対話に挑戦することで、次のステップに参加するまでに、何に気を付けて練習をしていけばいいかをわかりやすくしました。

(前川香子 ムラのミライ 事務局次長／海外事業チーフ)



私の暮らしに イノベーションを起こす方法

宮下和佳（ムラのミライ 専務理事）

ああ複雑、ああ大変

日々の暮らしを意識的に変えることで、地球規模の課題解決に近づけば、こんなにうれしいことはない。たとえばSDGsの目標の一つとしてうたわれている「持続可能な消費と生産のパターンを確保する」ためにできることって、何だろう？
ひとりの消費者としてやれること、色々と思いつきます。

でも色々ありすぎて、考えが拡散してしまいます。頭がゴチャゴチャしてきて、ああ大変だなあと、しんどくなってしまう。

そう、大文字の理念を私の日常や仕事にいきなり結びつけようとしても、間にあまりにも多くの

物事が横たわっているように思えます。それを無理やりシンプルにしようとして、極端な方針にとびついてしまうことすらあります。

「〇〇が諸悪の根源。だから、一切食べない」

「〇〇をやめれば、〇〇も〇〇も良くなる」

何をやめて何を残すか。確信が持てなくて、「もっと確かな指標」を探してさまようこともあります。

ムダな物を減らすために断捨離。ミニマリスト的生活。

ムダな思考を減らすためにマインドフルネス瞑想。

一体いつから私たちは、シンプルになるための手段をこんな風探し求めるようになったのでしょうか？



私の朝食、おばあちゃんの朝食

今年の夏から新しく始めた講座「アイスクリームと猫と小さな政治 あなたの暮らしがSDGsを実現することになるための3つの法則」（長い！）。私もスタッフとして講座に参加しました。

講座の中で、私自身の一日の生活を細かく分解して追ってみるという作業をした時のことです。朝起きてから夜寝るまでの行動を細かく挙げ、ひとつひとつの行動に付随する要素をもれなく抽出して、またその要素についても分解していきました。

たとえば今朝の食事。オフィスに出勤してからコーヒーを淹れて、生協で買ったバナナを食べました。バナナはエクアドルからの輸入と書いてあります。ビニール袋に入っています。食べ終わると、バナナの皮とビニール袋という二つが残りました。皮は事務所のバルコニーに最近置いたコンポストに入れます。ビニール袋はゴミ回収に出します。

さて、このバナナは誰が、どんな農場で、どんな風に栽培したんだろう。どんな流通経路を経て生協で販売されるに至ったんだろう。ビニール袋はどこでどう作られたものだろう。ゴミは西宮市に委託された民間企業が収集している筈だけど、どこに持って行き、どう処理されているんだろう。バナナだけでもこれだけの要素が出てきて、さらに分解していけそうです。

何とまあ、私の生活、なかなか複雑化しているなあ、と改めて気づきました。たとえば私の祖母が今の私の年齢だった時の生活と比較すると、出てくる要素がずいぶん様変わりしている筈です。ビニール袋はまだありませんでした（レジ袋などに使われている合成樹脂フィルムができたのは1977年）。エクアドル産のバナナは1960年代から輸入されていましたが、おばあちゃんちの朝食の食卓にはのっていなかったそうです（うちの母・談）。



シンプルは難しい

たかだか50年ほどの間に、私たちの暮らしはずいぶん複雑になりました。おばあちゃんの頃はもう少しシンプルでした。

「シンプルにするのは、複雑にするよりも難しい」

(Simple can be harder than complex)

これは、Appleの創業者スティーブ・ジョブズの言葉です。

私はこの言葉を知った時「おお、確かに！ジョブズすごい！」と思ったのですが、おばあちゃんにこの言葉を聞かせても、あんまり響かなかっただろうなと思います。

あらゆる場所からあらゆるモノや情報がやってくる環境です。生活はどうしたってゴチャゴチャしてきます。そこに埋没しながら、解決したい・

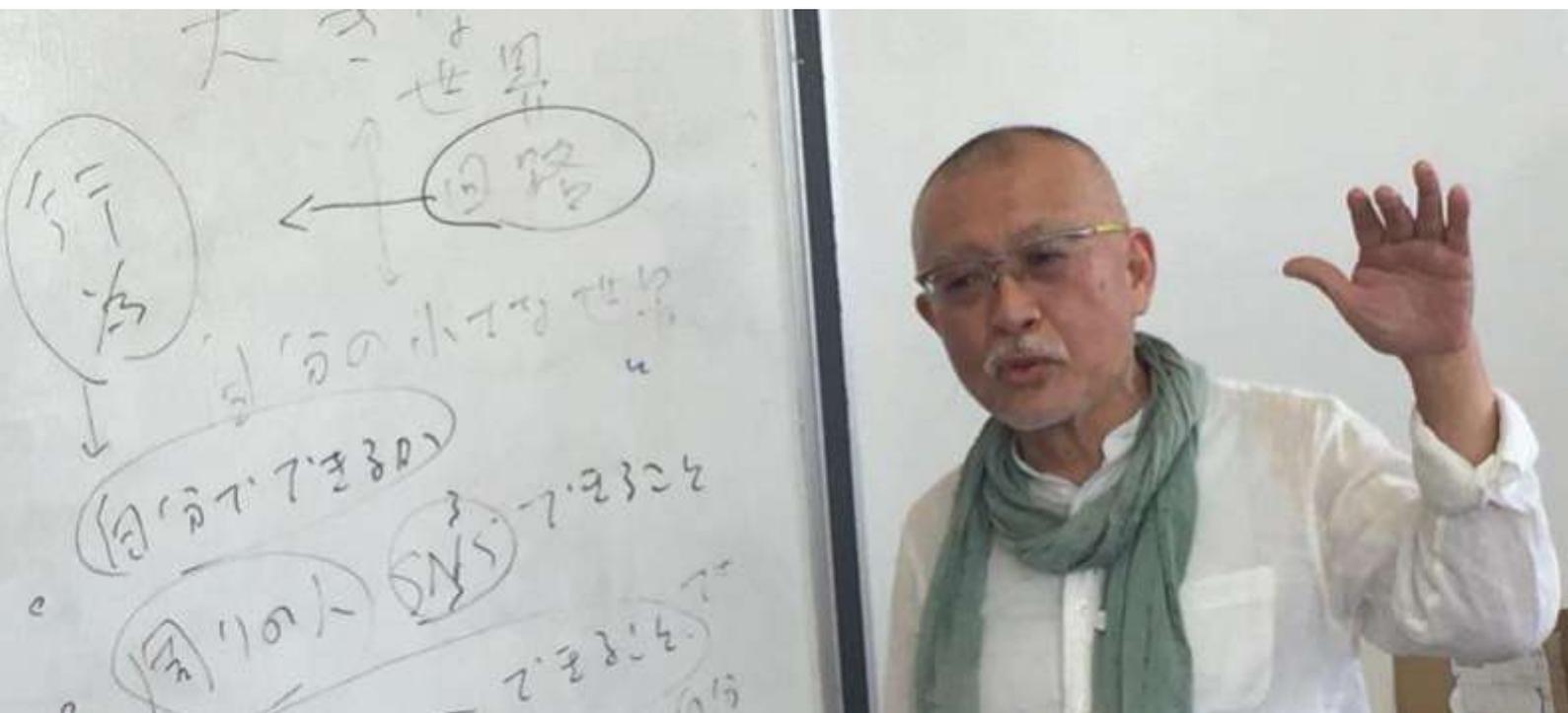
変えたい・実現したいことにつながる切り口を見つけるのは、気が遠くなるような作業に思えます。

さきほどの言葉に続けて、ジョブズはこう言いました。

「物事をシンプルにするためには、懸命に努力して思考を明瞭にしなければならないからだ。だが、それだけの価値はある。なぜなら、ひとたびそこに到達できれば、山をも動かせるからだ」

(You have to work hard to get your thinking clean to make it simple. But it's worth it in the end because once you get there, you can move mountains)

山を動かしたい。でも、どう努力して、どう思考を明瞭にしたらいいのか？



その答えのひとつが、今回の講座でやった「分解する」という作業だと思います。

シンプルに、ひとつひとつ、細分化して考える。その中から、自分にできるアクションがおのずと明らかになっていく。

ムラのミライがネパールで実施しているプロジェクトでは、住民自らが講師となって、ごみに関する啓発活動をしているのですが、まずやるのは、ごみの組成調査です。どんな種類のごみがどれだけあるのか、可視化してみるわけです。

私もそのプロジェクトの報告を見ながら、自身自身の出すごみの内訳を意識するようになりました。

- 1) どんな種類のごみがどれだけあるのか
- 2) それぞれがどんな過程を経て我が家にやってきているのか
- 3) それぞれのごみが、どんな過程を経て再資源化または分解・処理されるのか

これらをひとつひとつ細かく具体的に考えていく中で「お、生ごみは簡単に減らせるのでは？」と気づいたからこそ、さきほどのバナナの皮を

入れたコンポストを始めるという行動を起こしたのでした。

一方でプラスチックごみはというと、自分や周囲の心がけで減らせる部分もありますが、何かを買う時に既にパッケージされているプラスチック（ビニール袋、トレイ、ラップなど）はどうしても持ち帰ることになりますので、販売者や自治体・政府の協力が必要です。これから、彼らも巻き込んで変えていく必要があります。

そのためにも、バナナが入っていたビニール袋がどこからどうやって私の手元まで来たかを分解して考えてみようと思います。

生活の中のひとつの行動を細かく細かく分解する。そこに出てくる要素をさらに細分化して考える。このシンプルな方法で、「私がまずやれること」がハッキリしました。

色々な場面に関して、この作業を繰り返し、少しずつ変えていけば、いつの間にか私の暮らしはビックリするほどイノベーティブ（革新的）なものになるかもしれません。iPhoneがそうだったように・・・。

アイスクリームと猫と小さな政治
あなたの暮らしがSDGsを実現することになるための3つの法則
年内の開催予定は

2018年12月8日（土）、9日（日）京都

2018年12月15日（土）、16日（日）東京

お申込みはこちらから！



プロジェクト最新ニュース

ムラのミライが実施している、セネガル、日本、ネパールでの各プロジェクトの最新ニュースをお届けします！

セネガル

モデル農家を育てる研修を実施中

セネガルでは現在、地域資源を活用した農法を実践し、持続的な農業経営をおこなえるモデル農家を養成するための研修を継続しています。

2018年7月には、和田による研修を実施。

- ・効率的な水やりの時間帯、量と頻度
- ・農業経営において考えるべき要素(土、水、時間、空間)

などの理解を深めました。これをもとに各自の畑で栽培計画を立てます。

次の研修までは、村人たちが研修内容を理解し、実践に移しているかを知るために、カウンターパートのIntermondes（アンテルモンド）と

ムラのミライスタッフで月に1回程度、各村を訪問し、モニタリングをおこなっています。

モニタリングでは、研修生たちが水と土を守るための方法や、水を節約する方法など、これまでの研修内容をよく理解していることが分かりました。しかし実践まではあと一歩です。

ファーマーズ・スクールも着々と整備中。羊や牡馬を導入したり、栽培計画を立てています。今後は、コンポストづくりのデモンストレーションなど、地域資源を活用した農業モデルを実践・普及する場として活用しながら、研修生たちの活動を応援していきます。

（菊地綾乃 ムラのミライ 海外事業コーディネーター）

※この活動はJICA草の根技術協力事業（草の根パートナー型）にて実施しています。

事業名「地域資源の循環による農村コミュニティ生計向上プロジェクト～セネガル農村青年層のためのファーマーズ・スクール」



子育て(日本)

相手との距離がぐっと近づく、 事実質問インタビュー

西宮市で子育て中の女性の自立を支援する「a little (ア・リトル)」との協働で「西宮で助け合う子育て現状調査」をおこないました。

同市の子育て中の女性が調査員として、ムラのミライによるインタビュー手法の研修に参加し、調査を実施しました。これまで子どもの話題以外を知人や友人と話す機会が少なかった調査員Sさん。インタビュー調査をやってみて、「子育てしている一人一人の物語を事実質問で聞くことができ、約40分のインタビューで相手との距離が縮まったのがとても嬉しかった。」とのこと。

これから、調査員とともに調査結果の分析をおこない、今後の西宮での助け合う子育てを実現するための取り組みに生かします。

山岡美翔 (ムラのミライ理事/事務局)

※この調査は、ジョンソン・エンド・ジョンソン社会貢献委員会2018年度助成プログラム「ママの健やかな心と体サポートプロジェクト～西宮で広げる、地域で助け合う子育ての輪～」の一環として実施しています。



ネパール

村でどのくらいゴミを出しているの？ オバちゃんたちによる調査スタート！

昨年、ソムニード・ネパールとエコレンジャーたちによる研修に参加したガネッシュ・マルガ村の女性たち。研修に参加したことで、各家庭でゴミの分別を始めていますが、村全体で取り組みたい！と動き出しました。とはいえ、ゴミを減らすにも、まずは村の現状を知ることから。

- ・今、村には何人の人が住んでいるのか？
- ・一日にどんなゴミがどのくらい出ているのか？
- ・村には何があるのか？

といった調査をはじめました。調査にあたっては、エコレンジャーたちが調査に必要な研修をおこない、ガネッシュ・マルガ村の女性をサポートしています。

田中十紀恵 (ムラのミライ 事務局長)

※この活動は (公財) リそなアジア・オセアニア財団の「環境プロジェクト助成」を受けて実施しています。



ムラのミライについて

「ない」ことは本当の問題なのか？

認定NPO法人ムラのミライは、1993年に岐阜県高山市で設立されました。設立当初は「インド山村部の貧困層を助けよう」と、識字教室や収入向上活動など、「ない」ものを投入する支援から始まりました。

しかし、さまざまな活動を経て、都市化と市場経済化の進展がコミュニティとコミュニティの維持してきた自然資源やセーフティネットを衰退させ、多くの社会課題を生んでいること、それが海外・日本に共通する構造であることに気づきました。



コミュニティに「ある」ものを引き出し、課題解決を促す

そこで、住民との対話を通じてコミュニティに「ある」もの＝彼らの持つ経験や知識を引き出し、住民自身による課題分析・解決を促す独自の「メタファシリテーション手法」を開発。徹底的に住民主体にこだわり、インド、ネパール、セネガルで、コミュニティが資源を維持、活用、循環させる仕組みや暮らし方を創り出していくためのプロジェクトを実施してきました。

地域づくりで、医療で、子育てで

「●●がないから、××ができない」という思い込みをひっくり返し、住民を本気で課題解決に向かわせる力を持つと、高い評価を受けるようになったメタファシリテーション手法。この手法を書籍『途上国の人々の話し方』やムラのミライの理事・職員・認定講師によるセミナー・研修で伝え、住民の行動変化を促すスキルを持つファシリテーターを育成してきました。国際協力分野だけではなく、日本国内での地域づくりや、医療・介護、子育てといった分野で実践する人が増えつつあります。



メタファシリテーション手法とは（団体としての正式な定義）

メタファシリテーション手法とは、ファシリテートする側が当事者に対して事実のみを質問していくことによって、当事者が思い込みに囚われることなく自分の状態を正確に捉え、そのことによって自分の経験知から課題の解決につながる示唆を主体的に得る過程を創り出す手法である。またこの手法は、ファシリテートする側が事実のみを訊くことによって自分が現在何を訊いているのか正確に認知すること、すなわちファシリテートする側のメタ認知（meta cognition）を促し、ファシリテーションの過程そのものの客観性とファシリテートする側と当事者とのコミュニケーションの効果を最大限に担保する。