

講座スケジュール



会場について

コラボレーションスペースTakt

静岡県静岡市清水区草薙 1-8-18 草薙アザリー 3F



NPO法人ESUNE 事務所

静岡県静岡市葵区駿府町 1-56 山梨ビル 2F-D

※第2回『出張！もくもくセンター』のみ



※現時点では、対面での開催を予定しておりますが、新型コロナウイルスの感染拡大状況によりましては、オンラインにさせていただく可能性がございます。予めご了承ください。

定員 15人

費用 無料

申し込み締め切り 2021年11月5日（金）

お申し込み・お問い合わせ

右記QRコードからの申し込みか、メールにて

①お名前、②ご所属、③ご連絡先をお伝えください。

メールアドレス：info@s-esune.com（担当：斉藤・宮地）



『若者の一歩目を一緒につくる人』養成講座

フムトコ

「若者」の現状と「もくもく」



NPO法人ESUNEが活動を始めて7年。若者たちと共に活動する中で、

自分の力で
1から何か
やってみたいけど...

自分が
どうしたいのか
わからない

社会に
出るのが怖い

誰も
自分の話を
聞いてくれない

一人は不安

こんな好奇心や不安のような「もくもく」とした何かが、彼らの日常を取り巻いていることがわかってきました。

「50人の若者の自分らしい一歩目を、100人の大人が支える」社会を目指して

そこで私たちは、2021年4月、「もくもくセンター」を立ち上げました。

まずは、個別相談で若者のコトバに耳を傾け、一緒にもくもくの正体を探る。

そこで、新しい「気づき」や「できるかも」がうまれたら、

一緒にイベントを企画したり、ボランティアに参加したり…

もくもくとしたものから、“自分らしい小さな一歩目”をつくる、

伴走支援を行ってきました。

個別相談

伴走支援

小さな一歩

フムトコ 養成講座



しかし、もくもくセンターが目指す社会には、私たちだけの力では及びません。

そこで、この講座を通して、若者がもくもくとした気持ちを抱えていた時、

寄り添って「フムフム」と聴き、その後も一緒に「トコトコ」と自分らしい道を

歩む若者に寄り添える、そんな仲間をこのまちに増やすために養成講座を開講します。

主催

NPO法人ESUNE

助成

ふじのくに未来財団
「静岡朝日テレビ静岡のチカラ基金」



\ フムトコ ってどんな講座？ /

主なプログラムのご紹介

実践型学習プログラム『フムフム』（講座3回＋イベント2回）

一方的なアドバイスをするのではなく、まずは「フムフム」と相手の言葉に耳を傾ける。
もくもくセンターが、若者との対話の中で確立してきた対話の手法『意味の共創アプローチ』を学び、
ワークショップなどの実践を通じて身につけます。



2021
11/10 水

【第1回 オリエンテーション】19:00～21:00 @Takt

< 自己紹介・対人支援の基本作法 >

まずは、若者たちが置かれている現状を知り、「傾聴」など対人支援の
基本作法を学びます。また、これから共に学ぶ受講者の相互理解も深めます。

2021
11/20 土

【第2回 基礎講座】10:00～12:00 @Takt

< 『意味の共創アプローチ』について学ぶ >

若者の語りに寄り添いながらも、その背景となったストーリーにも目を向け、
今まで言葉にできなかった「もくもく」とした想いに輪郭をつける。
そんな「意味の共創アプローチ」を、ワークを交えながら学びます。

2021
12/11 土

【第3回 実践講座】10:00～12:00 @Takt

< 受講者同士のペアワークで実践練習！ >

受講者同士で「意味の共創アプローチ」のロールプレイングを実施しながら、
自分自身の強みや課題、疑問点を見つけます。

【出張！もくもくセンター】

※どちらかの日程でご参加いただけます

今まで学んできたことを生かし、実際に
もくもくセンターのコーディネーターとして
若者の相談に応じます。

2022
1/12 水

18:30～20:00
@Takt

2022
2/19 土

10:00～11:30
@もくもくセンター

若者伴走コミュニティ『トコトコ』（振り返り会・オンラインコミュニティ）

若者の悩みが多様化している今、ひとりの力だけでは対応しにくい現状があります。
サポーター同士も困った時には助け合いながら、「トコトコ」と自分らしい道を歩む若者たちを、
より多様な関係性で支えていくための若者伴走コミュニティです。



2022
3/7 月

【振り返り会】18:30～20:00 @Takt

< 今までの学びや経験を振り返る >

受講者同士で、今までの講座の気づきなどについて共有します。
今後の自分と若者との関わり方を客観的に見つめ直します。

【オンラインコミュニティ】

フムトコ講座の受講中は、Slackというオンラインコミュニケーションツールを使い、
日常的な実践の中での気づきや悩みの共有などを行います。また、講座終了後も
継続して、若者の一歩目をつくる仲間同士のコミュニティとしてご利用いただけます。

フムトコ Q & A

Q「フムトコ」ってどういう意味？

この講座の受講生が、「フムフム」と話を聴き、「トコトコ」と自分らしい道を歩む若者に寄り添えるようなる、
そんな想いを込めました。そして、もくもくを抱えた若者たちにとって、講座の受講者と出会うことが
「一歩目を踏むところ」になってほしいという意味も込めました。

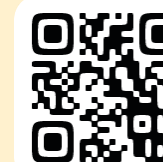
Qどんな人にオススメの講座なの？

- ・一方的なアドバイスではなく、「若者」の想いを汲み上げ、一緒に一歩目をつくることに興味のある方
- ・若者支援に興味はあるけど、自分に何ができるのか模索中の方

Qもくもくセンターについてもっと知りたい！

どのような若者が利用しているのか、どのような一歩目がうまれたのかなどについては、
もくもくセンターHP (<https://esune.mokumoku-center.jp>) で公開しております。ぜひご覧ください！

HPはこちら



申し込みは裏面へ！→