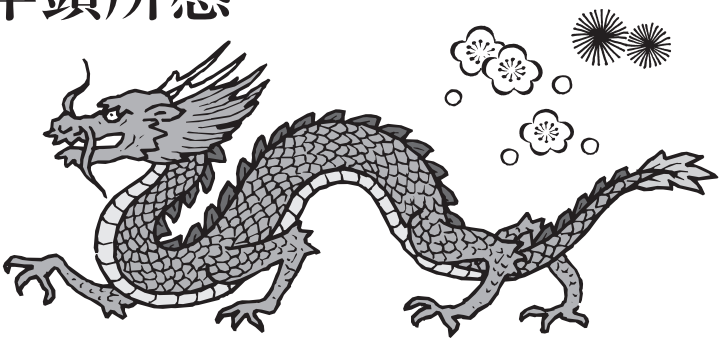
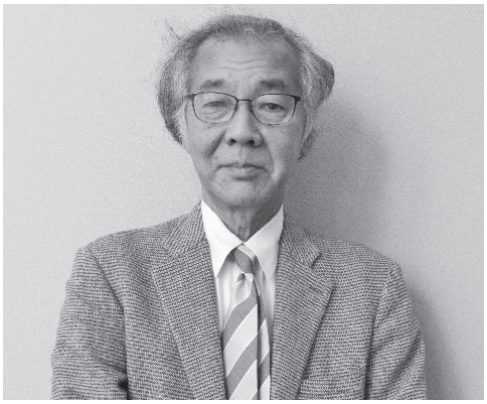
ネットワーク NETWORK
Vol.196
2024
1
JAN
発行・編集
マッセOsaka
公益財団法人大阪府市町村振興協会
おおさか市町村職員研修研究センター
大阪市中央区大手前３丁目１番43号
大阪府新別館南館６階
TEL 06-6920-4565 FAX 06-6920-4561
HP：http://www.masse.or.jp/
E-mail：center-tr@masse.or.jp

年頭所感





おおさか市町村職員研修研究センター
所 長　林　宏昭

新年挨拶

2024年、新しい年を迎えました。昨年は、コロナ対策の緩和に伴い、経済活動も活発になりました。一方で、国際的には大きな問題が生じ、現在でも多くの人たちが砲弾の下での生活を強いられていることには心が痛みます。ご無事をお祈りします。

本年の幕開けは、能登半島での大地震という大災害にも見舞われました。私自身、1995年の阪神大震災の折り、被災地の中で暮らしていました。幸いにも無事に過ごすことができましたが、身の回りの人、施設の被害はもちろん、いわゆるライフラインが途切れる中での生活を送りました。被災者の皆様には心よりお見舞い申し上げます。

現在の地方財政の状況を考慮すれば、緊急事態にすぐさま対応できるだけの予備的な施設や人員を常に備えておく余裕はありません。したがって、初動から避難場所の運営やがれき処理、復旧、復興に向けて、自治体職員にも大きな役割が課されることになると思います。しかしながら、自治体職員の多くは同時に被災者でもあります。当面、国、県、あるいは被害を受けていない自治体からのサポートやNPOなどの支援が必要です。一日も早く従来の生活を取り戻す取り組みがなされ、実を結ぶことを願ってやみません。

日本国内ではもう永く少子高齢化が憂慮されていますが、近くは物価高への対応が課題となっています。物価高は所得が上昇しなければ実質的な生活水準の低下を招きます。国税庁の『民間給与実態統計調査結果』によると、2022年の民間の平均給与（男女計、１年を超えて勤務した民間給与所得者）は458万円でした。これはバブル後の1990年代と同程度の水準です。この間、税制については、消費税率の引上げとともに所得税改正も行われてきましたが、公的負担の拡大をもたらしている大きな要因の一つは社会保険料負担の増加です。公的負担を差し引いた可処分所得が伸びない、あるいは減少する中で物価上昇のみが生じれば平均的な生活水準の維持が難しくなります。

1990年代のバブル崩壊後から、日本では“リストラ”が注目されました。“restructuring”は、本来、再構築や再編成ですが、日本では人員削減と同義に用いられていました。また、非正規の働き方は、勤務先に縛られない自由な働き方としてプラスに評価されることもありましたが、雇い止めなどの問題も出てきました。利潤最大化を目指す企業にとっては人件費の縮小は利潤の増加に直結します。また行革が求められる行政部門でも人件費の削減は大きな効果をもたらしました。しかしその一方で、賃金水準が抑えられてきたことは先に述べたとおりです。昨年から物価高も背景にあり、賃金引上げの動きも見られるようになりましたが、これが良い循環になっていくことを祈ります。

働き方改革も大きな注目を集めています。労働生産性の向上も課題とされています。従来８時間かけて10の付加価値を生み出していた職場が、ITの活用等によって６時間で10の付加価値を生み出すことができれば、差の２時間については余暇、自らのスキルアップ、あるいは別の付加価値を生み出す仕事に従事、

といった選択肢があり、いずれも将来的には付加価値の拡大に結びつく可能性があります。同じ付加価値を短時間で生み出すことのできる働き方改革が実現されなければ、個々の勤労者にとっての時間的、金銭的余裕には繋がりません。

日本が現在、様々な面で厳しい局面にあることは承知の上でですが、2024 年が本来の“restructuring”である再構築について検討し、職場そして勤労者一人ひとりが“余裕”を取り戻す年になることを願っています。

引き続き、マッセ OSAKA の研修や研究事業へのサポートをお願いいたします。末筆ながら、今年 1 年の皆さまのご発展とご多幸をお祈りいたします。

新規研修実施レポート

○プレゼンテーション研修～口頭・書面でわかりやすく伝えるために～　9 月 14 日開催
講師：オフィス J. コーポレーション　村瀬　順　氏

本研修は、オフィス J. コーポレーション 村瀬 順 氏をお招きし、パワーポイントを使用したプレゼンテーションではなく、口頭や書面でのプレゼンテーションについてご講義いただきました。

午前中はプレゼンテーション能力向上が求められる背景について、プレゼンテーションの大原則などの基本的な部分から始まり、口頭プレゼンテーション編で説明能力向上のポイント、PREP 法の説明がありました。その後、事前課題の内容をグループで発表、講評を行いました。

午後は、書面で伝えるプレゼンテーションについて、説明資料作成のポイント 11 項目をもとに説明がありました。その後、事前課題で集めた資料をもとに、A4 用紙に切り貼りし、説明の資料を作成、グループで発表を行いました。

全体を通して、基本的な事項や活用事例など、図をもとに説明されるため、イメージしやすくわかりやすい内容でした。また、個人ワーク、グループワークもあるため、実践的で飽きない内容であり、受講生からも大変好評でした。

受講生の声
- ●苦手な分野だと思っていましたが、とてもわかりやすく、あっという間に時間が過ぎました。今後の業務に活かしていきたいと思います。ありがとうございました！
- ●プレゼンや文章作成のノウハウなど演習を通じて経験する事ができてよかったです。

○ハラスメント相談員研修　11 月 14 日開催
講師：株式会社エス・ピー・ネットワーク　安藤　未生　氏

本研修は、ハラスメントの定義と現状から相談対応の留意点、行為者ヒアリングについてロールプレイ等を通して必要なスキルを具体的に学び、最新事例やハラスメント防止に関する法律、判例等を交えて防止対策についても理解を深めることを目的に実施しました。

午前中は、ハラスメントの基本的な知識（定義・加害者への代償・組織への影響・種類等）を学び、法的根拠や事例の紹介をいただき、様々なケースについてどのような場合がハラスメントにあたるのか、グループで検討し、考えを共有しました。

講義の様子

午後は、ハラスメント相談員としての極意や相談の各ステップ（受付→調査→是正→再発防止）におけるポイント等をお話しいただきました。

全体を通してケーススタディの時間が多く、各ケースにおいて講師から解説があり、相談員としてどのような対応をするべきか具体的に学びました。また、相談員役（メインと記録）と加害者役にわかれ、ヒアリングのロールプレイングをする等、実践的な研修であり、受講生からも大変好評でした。

受講生の声
- ●大変有意義な研修で、業務に活かせる内容でした。ありがとうございました。
- ●本研修は新任相談員には大変貴重な研修かと思います。定期的に実施をいただけると幸いです。
- ●ケーススタディが充実しており大変勉強になりました。ありがとうございました。

令和５年度市町村トップセミナー開催報告

○「地域資源を活用した地方創生の実現をめざして」

第１部でご登壇いただいた様子

第２部 対談の様子

10月30日、シティプラザ大阪にて、「地域資源を活用した地方創生の実現をめざして」をテーマに、コロナ禍の回復を踏まえつつ、大阪・関西万博の開幕を控えた大阪府内の自治体が、地方創生を推進するために観光という視点から戦略を考え、持続可能な成長と発展につなげるヒントを求めて、日本旅行「おもしろ旅企画ヒラタ屋」代表 平田 進也氏と一般社団法人日本インバウンド連合会 理事長 中村 好明氏のお二人をお招きするとともに、司会進行･対談のモデレーターとして、グッドニュース情報発信塾 大谷 邦郎氏に参加いただき、開催いたしました。

セミナーは２部構成で実施し､第１部の基調講演（各45分）では、お一人目の平田氏より「ヒラタ流、地方再生のヒント」と題して、地域の特徴が活かされた自治体の取り組み事例を多数ご紹介いただき､「地元の人にはあたりまえと思うことが観光になる」と､「よそ者」「若者」「ばか者」の重要性についてご講演いただきました。また、観光の魅力を再発見し、新たな価値を提示していき、実際にまちに寄ってもらう工夫が必要であるとご説明いただきました。

次に、お二人目の中村氏より「観光で地方創生～地域連携の取り組み実績から～」と題して、はじめに観光・インバウンドという言葉の広義・狭義についてご説明があり、マルチハブ戦略と広域的な連携を含めた新たな視点や自治体の観光戦略の立て方などについてご講演いただきました。

第２部では第１部の登壇者に加え、モデレーターとして、司会・進行していただいた大谷氏にも加わっていただき、「わがまちの魅力や誇りを再発見し､磨き上げ､巧みに伝えるにはどうすればいいのか」や「自治体の場合２～３年で人事異動がある中、観光振興担当職員に対する教育方法、どういった人材を求めるか｣､「大阪・関西万博開催に向け自治体が準備しておくポイント」などについて対談していただきました。

全体を通して、地域創生・地域活性化の推進には、府内各市町村や各都道府県の組織横断的な連携が重要だと再認識できたとともに、様々な新しい視点を提供くださり､興味深い内容だったかと存じます。

ご登壇のみなさま、ご来場のみなさまのご協力もあり、盛況のうちに終了いたしました。来年度もトップセミナーを開催する予定ですので、ご参加のご検討をお願いいたします！

会場の様子

最後に、お忙しいところご参加いただいたみなさま、ありがとうございました。非常に多くの方にご参加いただき、ご協力いただきまして大変有意義なセミナーとなりました。これもひとえにみなさまのご協力あってのものと思っております。

今後ともトップセミナーと合わせてマッセ OSAKA のこともよろしくお願いいたします。

第120回　マッセ・セミナー開催報告

○「世代間ギャップ」を埋めて楽しく働く！職場におけるコミュニケーション術

第 120 回マッセ・セミナー（11 月 28 日開催）では、特定非営利活動法人しごとのみらい 理事長 竹内 義晴 氏をお招きし、「世代間ギャップ」を埋めて“楽しく働く！職場におけるコミュニケーション術”について学びました。竹内先生は、元プログラマーであり、管理職を経験された際にコミュニケーション力の必要性を感じられ、コミュニケーション心理学やコーチングを学ばれました。現在は、特定非営利活動法人しごとのみらいを設立され、“楽しくはたらく人･チームを増やす”をテーマに、コミュニケーションや組織づくりの企業研修・講演に従事しておられます。

会場の様子

講演では、まず、講師自身のこれまでの経歴と合わせて、特定非営利活動法人しごとのみらいを設立するに至った経緯や活動内容についてお話しいただきました。

次に、アイスブレイクとして、受講者３～４名のグループになり、世代間ギャップの観点で職場のコミュニケーションについて理想的な状態を 10 とした場合、現在はいくつか、その理由も含め話しあい、現状について共有しました。

世代間ギャップを感じる理由の一つとして、世代ごとに特徴があり、生きてきた時代背景の違いが大きく影響していることがあげられました。また、各世代の特徴を知ったとしても、ギャップを埋めることができるわけではなく、世代ではまとめられない多様性があるということをお話しいただきました。そして、ギャップを埋め、良い関係を築くためには、まず“対話”が大切であるとし、対話の際のポイントを教えていただきました。また、相手と良い関係をつくるスキルについても、具体的な対話の例をあげながら丁寧にご説明いただきました。

最後にまとめとして、もう一度３～４名のグループになり、世代間ギャップの観点で職場のコミュニケーションについて、現在の状況から１あげるためにできること、明日から取り組めそうなことについて話し合いました。

会場の様子

受講者のアンケートでは、「参考になることがたくさんあり、そういうことかと、心落ち着くポイントを得ることができました。ありがとうございました」「自身が持ち合わせていなかった視点を得ることができ、明日から実践できるスキルを学ぶことができました」などのお声があり、大変好評でした。今回の学びをそれぞれの職場で活かしていただければと思います。

今後もマッセ・セミナーやマッセ OSAKA の研修研究事業にぜひ積極的にご参加くださいますようお願いいたします。

新規研修実施報告（特別研修　政策形成能力向上研修）

講師：関東学院大学法学部　地域創生学科　教授　牧瀬　稔　氏

昨年度実施しました、一般研修「政策のスペシャリストに学ぶ！政策形成能力養成研修」が特別研修「政策形成能力向上研修」へとリニューアルし、今年度は６月 22 日～９月 28 日（計４回）のインターバルにて実施しました。

今年度は７団体 10 名の受講生のみなさまにご参加いただき、本研修を実施しました。本研修は研修成果を多くの皆さまに見ていただくために、“マッセ初”研修４日目最終日の午後に公開講座にて政策のプレゼンテーションを行いました。

プレゼン作成の様子

研修では、関東学院大学の牧瀬稔先生より「政策づくりの視点」や「データ収集の意義や技法」、「政策づくりのフレームワーク」や「政策プレゼンをする際のポイント」など３日間にわたりご指導いただきました。

最終日の政策プレゼンテーションの実施を行うに当たり、研修１日目の最後に２チームへ分かれ、想定自治体を検討し、「池田市」「豊能町」に決定しました。チーム内では活発な議論が繰り広げられており、想定自治体の様々なデータを集め、根拠を踏まえた政策のプレゼンテーションを行っていただきました。

プレゼン発表の様子

プレゼン発表の様子

研修最終日の午後から牧瀬先生の講義、２チームによる政策のプレゼンテーションを公開講座にて行いました。

１チーム目は「池田市」を想定自治体とし、「異次元の子育て革命」と題し、子育て世代の定住人口増加を目指す政策提案を行っていただきました。２チーム目は「豊能町」を想定自治体とし、「『農』の推し活！～農的関係人口を増やせ～」と題し、農的関係人口を増やすための政策提案を行っていただきました。

牧瀬先生と受講生の皆さま

受講生のアンケートでは、「大変勉強になり、今後の業務に活かしたい」「チームで政策提案をするという新たな経験ができた」「他の職員にも受講していただきたい」など好評でした。

４日間のインターバル実施という研修のため、ほかの研修と比べるとご参加の検討も大変だとは思いますが、他の自治体とのネットワークの構築や政策企画に興味のある方などぜひぜひ来年度のご受講をご検討ください！

私たち陽気な修業僧
～第20回～

令和５年度市町村職員研修機関所長等連絡会議へ参加してきました！の巻

研修研究部　　石川　諭司

令和５年 11 月 20 日～ 21 日に千葉県の「市町村職員中央研修所（市町村アカデミー）」で開催されました「市町村職員研修機関所長等連絡会議」へ参加させていただきました。

１日目は、施設見学および交流会があり、施設見学では市町村職員中央研修所の職員の方から研修施設及び宿泊施設を案内していただきました。その後の交流会では、他の研修機関や市町村の職員の方々と、研修企画や研修運営に関する情報交換をすることができました。

２日目は、市町村職員中央研修所学長 岡本 全勝氏の講演に続き、連絡会議が行われ、市町村職員中央研修所及び全国市町村国際文化研修所の令和６年度の研修計画などについて、説明がありました。

岡本学長の講演では、「意思決定のプロセスとして『トップダウン型』と『ボトムアップ型』があり、一般的に欧米はトップダウン型、日本はボトムアップ型の組織構造であるされ、『ボトムアップ型』は、一旦、組織の方向性が決まると物事がスムーズに進むと言われている。また、約 30 年前は、『メンバーシップ型』の日本の職場は効率が良いとされ、諸外国から多くの視察が来ていた。しかし、現在の日本は、他の先進国と比べ、生産性が低くなっている。その要因は、新たな仕事（課題）に対応する必要がある現代において、日本の組織と職場環境が、対応できていないためであり、このような状況で、中間管理職の役割がますます大きくなる」とのことでした。

講演は、45 分間と短い時間ではありましたが、人材の育成をするにあたり大変参考となる内容であるとともに、他の研修機関との交流についても、新たなネットワーク構築に寄与するものであり大変有意義な機会となりました。

今号は
いしかわ ＆ はまだ です！

★★★
スタッフの
つぶやき
Vol.37

（いしかわ）

あけましておめでとうございます！

ちょうど一年ぶりにこのコーナーへの登場となりました…が、実は、毎号「お知らせしマッセ」を担当しこっそり登場していた石川です。今年もどうぞよろしくお願いいたします。

さて、大晦日に年末ジャンボ宝くじの当選番号発表がありましたが、皆さまは夢をお買いになりましたでしょうか。ちなみに私は購入していませんが、マッセ OSAKA の職員の中でも、購入している職員（次ページ登場の職員です笑）がおりまして、発売最終日に購入するため、「今年は 10 億当てますわ」と颯爽と帰っていったのを、昨日のように思い出します（結果は、内緒のようですが…）。

ところで、皆さまは公益財団法人 大阪府市町村振興協会（マッセ OSAKA）が、「サマージャンボ宝くじ、ハロウィンジャンボ宝くじ）」の収益金を活用し、市町村の振興発展を図ることを目的に設立された公益法人ということをご存じでしょうか。知らなかった方はぜひ憶えておいてください。テストに出ます（笑）

サマージャンボ宝くじ、ハロウィンジャンボ宝くじの販売が始まりましたら、積極的に「大阪」で購入されることをおすすめしています。いや、積極的な購入をよろしくお願いいたします !!

＜次ページへ続く＞

マッセ・市民セミナー（大阪府社会福祉協議会との共催）報告

令和５年度マッセ・市民セミナー　成年後見制度利用促進セミナー
地域における権利擁護支援の今後の姿を考える

令和５年 11 月 17 日、大阪府社会福祉協議会との共催事業として「地域における権利擁護支援の今後の姿を考える」をテーマに、マッセ・市民セミナーを開催いたしました。

セミナーは２部構成となっており、第１部では「中核機関としての実践と市民の権利擁護意識」と題して、大阪府弁護士会の小山　操子 弁護士と岸和田市社会福祉協議会　総務課　課長　大川さまにご講演・ご対談いただきました。まず、必要な人へ「成年後見人制度」を届けるにはどうすればいいのか、地域連携ネットワークづくりの進め方や中核機関の必要性などについて説明があり、その制度の利用促進については、権利擁護支援の推進が不可欠であること、また、市民後見人活動がもたらす効果として、「本人と地域社会との関係の広がり」、「他の支援者らの支援の変化」、「地域社会に成年後見制度や権利擁護支援活動への理解の広がり」につながることを講演いただきました。

第２部では「市民後見人の活躍と権利擁護支援への新たな可能性」をテーマに、八尾市 健康福祉部　地域共生推進課　主査　広田さま、八尾市社会福祉協議会　権利擁護センター　副主任　安田さま、八尾市市民後見人　佐保川さまより、ケースレポートを交えながら、様々な立場からの関わり方についてご報告があった後、大阪弁護士会の井上弁護士、大阪社会福祉士会の山田社会福祉士、成年後見センターリーガルサポート大阪支部の坂本司法書士を迎え、制度や活動支援などについてのパネルディスカッションを行い、市民が市民を支える権利擁護支援の今後の姿について考える機会となりました。コーディネーターは種智院大学 人文学部社会福祉学科 明石教授にお務めいただきました。

それぞれのお立場からご発言いただき、制度理解や現場の声など多くの知見を得られるセミナーとなりました。

今号は
いしかわ ＆ はまだ です！

★★★
スタッフの
つぶやき
Vol.37

（はまだ）

あけましておめでとうございます。マッセ OSAKA 派遣１年目の濵田です。

時がすぎるのは早いもので、この３月末で１年が経とうとしております。

さて、突然ですが「仕事を追え、仕事に追われるな」この言葉、耳にしたことがありますでしょうか。かの有名なアメリカの政治家 ベンジャミン・フランクリン による言葉です。

年度末に近づき、事業の実績確認や支払いなどなど、業務が慌ただしくなり仕事に追われていませんか？

これをやらなきゃ、あれをやらなきゃ、あそこにいかなければ。などとこんな自主性がない状態、やらされ仕事になっている時は誰しも経験があると思います。

仕事から急かされる状況になると当然、心の余裕がなくなり、アイデアが出ない、周囲への心配りが疎かになる、やっつけ仕事でクオリティが低くなる ... など悪循環が生まれやすい。

そうならないように「仕事には追われるな、仕事を追いかけろ」というのだと思います。

精神的に仕事に追われない「仕事を追う」ということは、自主的に自分で積極的にやる。目的意識を持って取組む、仕事を追い立てるくらい、先の先の仕事を自分で探して取組むくらいがちょうどいい。

仕事を追いかけるくらいの気持ちでいるために、仕事を楽しむ工夫を自分で考えて行動したいですよね。

その第一歩として、「時間的に余裕があるから、明日やればいいか」を「今日の内にやりきる」ことをできる限り実践するようになりました。

この意識一つで仕事の効率が良くなったと思います。些細なことでもいいので、簡単なことから「仕事を追いかける」につながる何かを実践すれば、「仕事に追われている」から「仕事を追え」に変わっていくと思います。

皆さまが実践している「何か」があれば、教えていただければうれしいです。

目まぐるしく変化する時代の中で、地方行政、自治体職員が目指すべき方向性について、学識者・行政経験者などの著名人に、政策提言を頂きます。

【第 36 回】
株式会社イヴレス
取締役兼 CHO
hiMe story 所属
御堂　剛功 氏

【キャリアデザイン】が描けないからこそ今すべきこと

『やりたいこと、したいことがはっきり決まってる人？』と講義中に聞くタイミングがある。

その際に手を挙げる人は約 1 割しかいない。これは地方自治体職員、一般企業、学生どの世代に聞いても同じ比率である。

実際のところこれから就職活動を控える学生に聞いても 1 割程度、内定式も終わり来年の 4 月から就職先が決まっている学生に聞いても 1 割程度、新社会人になった新卒のメンバーに聞いても 1 割程度、更には 20 代、30 代、40 代、50 代、60 代のどの世代に聞いても 1 割程度しか手が挙がらないのが現状であり、ファクトである。

ということは面接担当者本人も、やりたいこと、したいことが解っていないにも関わらず、求職者に対してやりたいこと、したいこと、将来のビジョンを聞いているという状態にあるということだ。

すると求職者は内定をもらうがためのトークになり、本質からは大きくずれてしまう。そして入社後ギャップが生じて早期離職、またはキャリアデザインが描けないなどという状態に陥る。

そんな中、近年多くの人が自己啓発、自己実現を求めて様々なセミナーに参加したり、勉強することが多い。ところが、セミナーに参加をすると大体、やりたいこと、したいことを見つけなさい。と言われる。

解っているのだ。しかし当の本人は見つからないから参加している。

時には言われる表現が変わることもある。夢、目標、ビジョンを持て！表現は変わっているが言っている内容は同じ。

このサイクルにはまり、多くの人々は答えを探そうと様々なセミナーに参加をする。

セミナー難民と言う言葉もあるくらいだ。

そこで、私の講義では少しアプローチを変えて質問をする。

『素直に答えてほしい。この中で幸せになりたくない人いますか？』と聞くと誰も手を挙げない。

『であるならば、既に自分にとっての幸せが既に“ある”ということじゃないですか？』

そこで更に問う。

『あなたにとっての幸せとは何ですか？』

ここで一旦整理したい。

今までの概念は“やりたいこと、したいことが解らないから見つけよう。”

これは

“無いものを有るものにする”という思考回路である。

ただし、幸せにおいては、既に自分の中（内側）に“ある”答えを言語化することになる。前提が“無い”ではなく“ある”から始まる。これは大きな違いだ。

しかし、答えが自分の心の中（内側）に“ある”にも関わらずうまく言語化出来ていない人が多い。すると、本で読んだり、ネットを検索したり、人に聞いたりする人もいる。

しかしよく考えてほしい。

例えば御堂剛功（皆さんの名前で結構です）、【10 年後、幸せ】とネットで検索して出てくるような URL があれば教えてほしい。まず無い。

何処にもあなたにとっての幸せなんて載っていないのだ。

こんな人もいた。

『そうですね。私が関わる人みんなが笑顔で幸せ。それが私にとっての幸せです』

悪くはない、しかしこれは外側の条件しか言っていないということに気づいているだろうか？

何故なら、私が関わる人みんなが笑顔で幸せ。しかし、自分は常に人の顔色を伺いながら、言いたいことも言えず常にモヤモヤ悶々としている。でも周りは笑顔で笑っている。『あなたは幸せですか？』と聞くと『？』が出てくる。

『この私が関わる人みんなが笑顔で幸せ』の時に内面にフォーカスをする。というのも、自分の心がどんな状態で過ごしているのかがとても重要になるのだ。

お金をたくさん持っていようが、良い家に住んでいようが、良い車に乗っていようが、その時の自分の心の状態が 1 番重要であるということ。

ここに幸せが隠されているように思う。

では、自分がどんな時に心惹かれて、しっくりきて、たのしくて、うれしくて、ワクワクして、よろこびを感じるのだろうか？

自分の感情を捉えているようで捉えてないことが多い。

上記にもあげた、自身の幸せな心の状態が解っているようで解ってない状態で、やりたいこと、したいことが本質的にわかるのだろうか？キャリアデザインが描けるのだろうか？

ここで重要になるのが『感情と繋がる』ということになる。

感情と繋がり自分を知って、自身の取り扱い説明書を人生をかけて作成して行くようなイメージだ。
ただ、『感情と繋がる』といってもピンと来ない人も多い。
それは、昨今ノウハウばかりが重要視され、スキルアップばかりを図り、自分を知るということがかなりアンバランスな状態になっているからだと思う。

【“感情と繋がり自分を知る”について】
自分が常日頃どんな感情を抱いて生活をしているのか？を判断（ジャッジ）をいれずにただ観る（俯瞰）ということである。
最初はイラつく、腹立つ、うれしい、たのしい、気持ちいいなど自分の感情に名前をつけていく（ラベリング）。そんな感じで良い。そもそも自分の感情を捉えていないことがほとんどだからだ。

実践の中で、不快な感情もあれば、快な感情も含めた様々な感情が自分にもある事に気づいてくるようになる。
特に不快な感情が出た際に諦める。無かったものにする。見て見ないふりをする。いわば克服行動や逃避行動に動く。

具体的な例を上げてみよう。
他人と比べてしまう自分がいたとする。
すると、『他人と比べても意味ないぞ！比べるなら過去の自分と比べていかに成長しているのかをみれば良い』と言われると“確かに”と脳内では否定が出来ず、『比べるのを辞めます。改善します』と決意したかのようにみえる。
ただし、またすぐに比べてしまう自分がいたりもする。すると“比べないと決めたのにまた比べる自分がいる”と自己否定を入れてみたり、“どうせ私は”みたいな感じで、諦めたりすることもある。

ここで注意すべき点は、比べてしまう感情が既に存在するのにも関わらず、無かったものにしようする動きである事に気づいてほしい。

既に人と比べてしまう自分が存在するということ。

その比べてしまうという感情が出てきたときの、自分の思考癖、パターン、そして無意識に自分の思い込みの世界（無意識の選択）にハマり込んでしまう癖が強いんだなと自分をハッキリ認知することが重要である。

先に言っておくが、それらが悪いわけではなく、ここでは自分を知ることが目的だ。
自分の中（内側）から湧き出た感情に対して、どのような反応をする癖があり、その癖が出た時にどんなパターンを持って思い込みにハマる傾向が強いのかを知ること。理解すること。受け入れること。赦すこと。これこそが自身の取り扱い説明書作成の材料となり、自分の求める幸せを理解し始め、自身で選択出来るようになれば、正にセルフマネージメントに繋がるわけだ。
ただし、心の領域は私の経験上、頭で理解して解ったつもりになっても、実際には日常生活（リアルな実践の場）の中から、本人自らが体感し、実感し理解し身につけていくものだ。

もちろんすぐにものにできたりするセンスが良い人もいる。ただ、ここは年齢や役職も関係がない為、自分と向き合い内側を知っていくというのは、その人のタイミングでもあるということ。

更に自身の取り扱い説明書を作成するのに大事な点は、マイナスな感情、プラスな感情、ネガティブ、ポジティブどの感情が湧き出てきてもオッケーという認識を持つこと。このどっちでも大丈夫というバランス感覚がとても重要になる。

このニュートラルなバランス感覚を私は ZerO と呼んでいる。

ZerO の状態になる為の４つの鍵がある。

①相対（ペア）表裏一体
②関係性
③目に見ている世界と目に見えない心の世界が同時に２つ存在している
④外側に感じるものは自分の内側の反映である
※著者『ZerO』理論参照

この４つの鍵を理解できれば、認めたくなかった自分、隠していた自分、見てこなかった自分、自分の起点となるエネルギーの源泉まで理解出来るようになり、今までとは一味違う、自分の取り扱い説明書が出来るようになり、自分を知ってセルフマネージメントが出来るようになるからこそ本質的なキャリアビジョン、強いて言うならライフビジョンが見えてくるようになる。

良い、悪い、ポジティブ、ネガティブ、自己肯定、自己否定、どんな自分がいたとしても。一旦ニュートラルな ZerO の視点に立ち返り、本来自分が望むべき幸せな選択（セルフマネージメント）が出来るようになるからこそ、感情と繋がり自分を知ることが大切なのだ。

答えは必ず自分の中にある。

最後に、『ZerO』理論が全てだと思っているわけではない。
自分と向き合う手法は世の中にたくさんある。
自分と向き合い、理解していくことを強くオススメする。

◇ 執筆者 Profile ◇
御堂　剛功（みどう・たけのり）
兵庫県西宮市出身。

高校卒業後バンド活動に明け暮れるが、夢半ばで音楽の道を断念し、大手企業に営業として就職。
入社当初はパソコンのシャットダウンもできなかったが、入社後半年で営業成績トップに。営業成績低迷エリアを立て続けに全国１位にするなど、数々の実績を上げる。
その後、経営戦略・人材育成の責任者として日本最大手の化粧品グループ会社や医療法人、コンサル会社で勤務。
どの会社でもめざましい功績をあげる。大学での講義、企業や学生に向けた講演を全国各地で年 200 回以上を行う。現在は、地方自治体に向けた研修も口コミで広がり、メンタルヘルスや、モチベーション、キャリアデザインなどの研修を主に行う。

第27回

ココだけの… こぼれ話

本コーナーは、日常生活をイキイキと活動している現職の行政関係者を取り上げ、どのように仕事に活かしているかをお披露目していただくコーナーです。執筆者は、マッセ OSAKA の職員が研修や交流会などで出会った方や、マッセ OSAKA に派遣されていた先輩方にお願いしております。

修験者としての日本遺産プロモーション

柏原市　市民部　にぎわい観光課　吉田定弘 さん

本市の「亀の瀬」と呼ばれる地域は、令和２年度に文化庁から日本遺産の 99 番目のストーリー『「葛城修験」－里人とともに守り伝える修験道はじまりの地』の構成要素として認定を受けました。

「修験道」、一般にはあまりなじみがないかもしれませんが、簡単に言うと山岳に登り、厳しい自然の中で修行を行うことで**超自然的な力である「験力」を得、その力を衆生に役立てる**という信仰形態で、修行する人は「山伏」や「修験者」と呼ばれます。

修験者の多くは専業の宗教者ではなく、「在家」と呼ばれる一般の人々であり、普段は企業にお勤めのサラリーマンや自営業の方などです。私も市役所に就職してから、ふとしたことがきっかけで修験者になりました。

修験装束の筆者

日本遺産に認定されてから、普段の業務の中でも「修験道」「葛城修験」といったワードに触れる機会が多くなりましたが、本市の地域が修験道に深く関わっていることはあまり知られていません。

一般の参加者を募り、修験者と共に山を歩く「体験修行」のようなイベントなどを行いながら少しずつではありますが、修験道と地域の関わりなどについて知っていただく機会としています。昔話に出てくる天狗のような恰好をした修験者と歩く機会はなかなかありませんし、私の山での実際の修行体験などに基づいた修験道の話にはそれなりの説得力があるようで、参加者の皆様にはご好評をいただいております。

ふとしたことがきっかけで始めた修験道がこのような形で日本遺産のプロモーションに役立てることができ、嬉しく思っています。

体験ツアーの参加者

研修 日本縦断！

全国の特色ある職員研修を随時紹介します。

第30回

茨城県自治研修所

はじめに

あけましておめでとうございます！

年初めの「研修☆日本縦断！」を担当することになりました、茨城県自治研修所です。

さっそくですが、皆さま茨城県といえば何を思い浮かべますか？　水戸黄門？　納豆？

茨城県は、北関東の一番東に位置する県です。山あり、川あり、海あり、日本で琵琶湖に次いで大きい湖もあり！　の自然にあふれた場所でありながら、都心へのアクセスもよくとても住みやすいところ。春には「国営ひたち海浜公園」のネモフィラ、夏には太平洋で海水浴にサーフィンに野外フェス、秋には日本三大花火大会の「土浦全国花火競技大会」、冬には真っ白に凍結した日本三大名瀑の「袋田の滝」が見られるなど、自然を感じられる観光スポットが数多くあります。

茨城県自治研修所について

茨城県のことを知っていただいたところで閑話休題、当研修所について紹介いたします。当研修所では、茨城県で働く県職員と県内市町村等で働く職員を対象とした研修事業や研修支援を行っています。県・市町村職員共同の研修機関として昭和47年に創設されました。現在は、創設当時の施設から、水戸駅から徒歩約10分と大変便利な場所にある茨城県水戸合同庁舎へと拠点を移し、研修の企画・運営をしています。

法務エキスパートの育成

今回は、当研修所で市町村職員を対象に実施している「法務マスター研修」を紹介いたします。

「法務マスター研修」は、4月から10月までの約半年間、全20日に及ぶ当研修所で一番研修日数の長い研修です。本研修では、自治体職員に必要な法務に関する総合的な知識を習得し、各市町村の行政運営の中心的役割を担うべき法務能力・政策形成能力の高い法務事務リーダーを育成することを目的としております。法務に関する知識を学び、グループで条例案を作成するという講義と演習を盛り込んだ研修であり、毎年、各市町村の法務担当者だけでなく、様々な部署に所属している方に受講いただいております。平成16年度の開講から現在までの19年間で延べ300人を超える方が修了し、各市町村で活躍されています。また、本研修では、これまで全日程を対面形式で行っていましたが、今年度からオンデマンド形式やオンライン形式も組み入れて実施いたしました。今後も受講生の声を踏まえて、柔軟にカリキュラムの運用が出来るように努めます。

最近の研修風景

むすび

このたびは、貴重な機会をいただき、マッセOSAKAの皆さまに感謝申し上げます。

茨城県自治研修所では、茨城県内の自治体職員研修を担う機関として、公務員として求められる知識・技能を身につける場、自治体職員同士の交流の場を提供していけるよう、これからも研修運営に邁進します。

皆さまにとって、本年がさらなるご活躍とご発展の一年となりますように！

茨城県水戸合同庁舎外観

シリーズ バトンタッチ 第193回

研修担当課の皆さんが、次々に仲間を紹介し、ネットワークを広げます。今回は、大東市の三宅さんからのご紹介で･･･

守口市　人事課　門田　欣大 さん
◆人事課での仕事風景

大東市人事課の三宅さんからバトンを受け取りました、守口市人事課の門田と申します。

人事課に配属されて今年で３年目です。研修のほか、会計年度任用職員の給与事務・任用管理を主に担当しています。

さて、次年度の新規採用職員研修を準備する時期になってきました。今年度は、積極的に研修に取り組んでもらうため、「どのような職員になりたいか」というテーマで１人５分程度のプレゼンテーションを設定しました。初日にテーマを説明し最終日に発表という形式をとったため、研修担当としては、５分も持つかなと不安に思いながら見ていましたが、無事全員が立派な発表をしてくれました。

一方で、様々な年代の職員を採用する中で、今後どのような形で研修を実施していくべきかという課題にも直面しており、いろいろ頭を悩ませながら検討しているところです。

最後になりますが、いつもお世話になっております、マッセOSAKAの皆様、各市町村研修担当者の皆様には、この場をお借りしまして御礼申し上げます。

次回は、門真市の武智さんにバトンタッチさせていただきます。武智さんよろしくお願いします。

次回は、**【門真市の武智さん】**にバトンタッチ！

お知らせしマッセ ★★各種ご案内★★

令和５年度　研究成果報告会

本年度実施している研究会の成果報告会を以下の日程で実施予定です。

内容等の詳細が決まり次第、あらためて職員研修担当課を通じてご案内します。

皆様のご参加お待ちしております。

◆「持続可能な行財政運営を考える研究会
～財政規律と健全性の確保に向けて～」
【指導助言者】金坂　成通　氏
甲南大学マネジメント創造学部　教授
実施予定日：令和６年３月 13 日（水）

◆「自治体と民間等のマッチングから施策実現までのプロセスについて考える研究会」
【指導助言者】津久井　稲緒　氏
長崎県立大学経営学部　准教授
実施予定日：令和６年２月 29 日（木）

各種報告書のご案内

マッセ OSAKA で発行した各種報告書は、研修担当課にお送りしていますが、大阪府新別館南館５階にも配架し（一部を除いては）無償でお持ち帰りいただくことも可能ですので、マッセ OSAKA にお越しの際は是非どうぞ！

なお、今年度は下記の報告書を発行予定です。

◆研究会報告書
- 「持続可能な行財政運営を考える研究会 ～財政規律と健全性の確保に向けて～」
- 「自治体と民間等のマッチングから施策実現までのプロセスについて考える研究会」

◆研究紀要
「スマートシティ ～持続可能な未来社会に向けて～」

「宝くじ★
買うんやったら☆大阪で！」