

ファシリテーターのために 岐阜県・郡上市

本セミナーでは

ファシリテーターは必ずしも司会者ではありません。

本来ならばグループワークの時、グループごとに司会や書記を決めていただい行いますが、こうした役割分担をはじめグループワークが順調に進むための促進者・潤滑油の役割です。ただし今回の「遠距離介護支援セミナー」では、ファシリテーターが司会を兼ねることとしています。

注意点としては

- ✓ 原稿棒読みの様なファシリテーターにならないこと
- ✓ 会話を促進する言葉を使うこと それで… 詳しく教えてください… 他の方はどう思われますか… どんな意見でも構いませんよ… などなど
- ✓ 笑顔を忘れずに

※ファシリテーションカード

今回は以下の 7 枚のラミネートされたカードを用意しました。このカードは今グループ内で話していることがわき道にそれないようにするために利用します。テーブルの真ん中においておくという方法もとれますし、発言者が手に持つという方法もとれます（発言者を明確にしたり、次にお渡しくださいといたりする使い方もできます）。うまくご活用ください

| | | | | | | |
|--|---|--------------------|---|---|--|--|
| 出身は？ お名前は？ 今のお住まいは？ 今日ここまでの 交通手段は？ かかった時間は？ | 郡上にお住まいの 方との関係は？ 最近訪問したのは いつ？ 気が付いたことや 驚いたことは？ | 身体や心に起きて くる変化は？ | 一人暮らしを継続するために… どんなサービスが あるとよいか？ 必要か？ どんなサービスが 困りごとですか？ | 一人暮らしを継続するために… どんなサービスが あるとよいか？ 必要か？ どんなサービスを 知っている？ | 今後生活していくうえで… ご本人の不安や 困りごとは？ ご家族の不安や 困りごとは？ | 今後生活していくうえで… ご本人の不安や 困りごとは？ ご家族の不安や 困りごとは？ |
|--|---|--------------------|---|---|--|--|

では以下は進行一例です

ファシリテーター①-1 アイスブレイク：自己紹介

（自己紹介カードを持って）では、自己紹介ということですので私からさせていただきます。かくいう私が一番緊張しているのですが、まず口火を切ることで私自身リラックスしたいと思います。

私は、白鳥出身の〇〇〇〇といたします。今住んでいるのも白鳥で、走ることが好きですので今日は走ってきましたと言いたいところですが車で 30 分ぐらいかけてきました。よろしくをお願いします。

では、時計回りということで、このカードをお渡ししますので自己紹介のほどよろしくお願ひします

(参加者の自己紹介のたびに「今日よろしくお願ひしますの拍手をお願ひします」なんてのもよいかも)

ファシリテーター①-2 アイスブレイク続き：自己紹介続き

では、もう少しお互いを知りましょうということで、次はこんなカードです。(カードを示しながら)郡上市にお住まいの方との関係、今日は除いて最近の訪問はいつで、何か気が付いたり、驚かれたりしたことはありましたか？もちろんお話しできる範囲で結構ですのでよろしくお願ひします。では、どなたからしますか？(さっきと反対周りでとか、目が合ってしまったねとか)〇〇さんから申し訳ありませんが手短にお願ひします。でないと私が後藤先生に怒られそうです。では〇〇さんお願ひします。

ファシリテーター② グループワーク①；高齢者の身体と心の変化

では、みなさん、今の権太郎さんをイメージしていただいても結構ですし、実際郡上にお住いの皆さんの親御さんをイメージしていただいても結構です。年齢を重ねるにつれ身体や心にはどんな変化が起きてくるのでしょうか？どなたかご意見ありませんか？

誰かが話せば… なるほど、ほかの方はどうですか？ご遠慮なさらずにどうぞ

20秒待っても話が出ないときは… いきなり話してくれといっても難しそうですので、まずはお隣の人と年齢の伴う体や心の変化について思いつくことを話してみてください。よろしくお願ひします。……ではどんなお話がありましたか？お隣と話したことをいくつか挙げてください。〇〇さんいかがですか？(一人で考え二人で相談しグループで話し合う方法を“議論の雪だるま”といいます)

ファシリテーター③ グループワーク②：地域のサービス

では、またまた権太郎さんをイメージしていただいても、皆さんの親御さんをイメージしていただいても結構です。

権太郎さんにしろ、皆さんの親御さんにしろ一人暮らしを継続するにはどんなサービスがあるとよい、あるいは必要だと思いますか？私この紙に書きますのでどんどん言ってみてください(準備されているA3用紙に記入)いろいろありますよね。

ちなみに、そもそもこうした高齢者の方々を支えるサービスってどんなサービスをご存知ですか？

誰かが話せば… そこから繋げて

誰も話さなければ… 議論の雪だるまに

ファシリテーター④ グループワーク③：本人家族の不安

一人暮らしは何とかできそうな権太郎さんではありますが、ではこうなってしまった時、今後生活していくうえで、ご本人やご家族である皆さんはどんなことが不安になると思いますか？どんなことが困るでしょうか？

まず、ご本人は今後生活していくうえでどんな不安や困りごとが起きるでしょうか？どうぞ思いつくままお話しください。私はいつものように記録します。

ご本人さんの不安や困りごとはいくつか出たので、では次いで皆さんの様なご家族の方はどんな不安や困りごとが起きるでしょうか？どうぞお話しください。

ファシリテーター⑤ 今日の感想

感想を少しお話しただけですか？

すみません最期に少しでもご意見をいただきたいのですが、今後郡上市ではこういったセミナーを継続開催したいと思いますがそのヒントをいただければと思います。

(以下の項目について参加者に少しご意見をいただき、記録すること！パパッと出ただけでOK)

Q1 離れて暮らすご親族についてどのような心配、不安がありますか？

特にお年寄りや周囲に心配をかけないように元気に振る舞う傾向があるとされています。実際はどうでしょうか？

Q2 こういったセミナーは都会でも行われていますが、今回のセミナーの特徴はご親族の住む地域の具体的な内容をお伝えできることです。ただし、そのためには今日のように帰省していただかなければなりません。このように地元で行われるセミナーについてどのようにお考えですか？

Q3 今日のセミナーは最初にお聞きした心配や不安の解決のお役にたてたでしょうか？もうちょっと詳しく聞いてみたかったこと、他にこんなことを知りたかった、というのはございますか？

Q4 帰省してまでしてセミナーをお受けいただくのは大変だと思いますが、こういう地元開催のための何か有効な人の集め方ってありますか？

といったところでしょうか。皆さんのご健闘を期待します<m(_)_m>