

自治研修あきた

No.73

発行 平成28年1月
発行者 秋田県自治研修所
TEL 018(873)7100

派遣研修レポート ～自治大学校第1部課程第125期研修～

(自治大学校での派遣研修に参加している職員から、研修レポートをいただきました。)

秋田県自治研修所 教務班 主査 伊藤幸生

自治研修所教務班 伊藤です。

このたび機会を得て、10/14 から 3/11 まで約5ヶ月、東京都立川市にある総務省自治大学校にて研鑽の日々を過ごしております。

さて、この自治大学校、その名のとおり「学校」ということで、単に研修を受けるのみならず、起きてから寝るまで、生活の全てが学びの場となります。一言で言えば「総力戦」といったところでしょうか。各研



入寮初日に撮影した自室からの景色

修生の年齢は34～46歳とばらつきがありますが、その身分は文字通り学生と化し、それぞれの関係はフラットなものとなります。楽しそうに聞こえるかもしれませんが、実はこのことは想像以上に厄介で、職場の上下関係に慣れた身としては「今更…」という違和感を覚えます。



研修の講義(所謂「座学」)は高名な大学教授陣のほか、総務官僚やそのOBといった顔ぶれが教鞭を執っておられ、実に貴重な経験をさせていただいております。しかしここでの最大のメインの学習は「政策立案研究」であり、その内容は4～5名でグループを組み、政策課題を設定して実地調査を行い、最終的に30ページ程度の報告書をまとめ、15分のプレゼン(政策提言)を行う…というものです。小職は群馬、足立区、岡山、福岡の研修生と鋭意取り組んでいるところです。



さて、この原稿を書こうとしているさなか、小職は研修生の自治会の会長(12～1月)に就任する運びと相成りました。簡単に言えば生徒会長みたいなイメージでしょうか。そんな役など全く似つかわしくないのですが、まあこれも運命と受け入れ、せっかくですので成長の糧にしようと考えております。

何にせよ、この「総力戦」、敗れるわけにはまいりません。小職が今ここに在るその背後には、妻子や身内のほか、尽力してくれた幾多の方々がおられるのですから。

必ずや生き残り、相応の果実を手にして秋田に凱旋しよう。そう、強く思っています。



政策立案チーム立ち上げでの酒席

自治大学校第1部課程125期に入学して、早2か月半が経過しました。

125期は52人(男性39人、女性13人)、北は北海道、南は沖縄県まで、全国から研修性が集まり、寮生活を行いながら、5ヶ月間の研修を行っています。天候によっては、寮の部屋から、右のような見事な富士山を見ることができます。



さて、ここで12月のある1日を紹介しながら、自治大学校の研修内容を紹介します。

・1限9:25~10:35&2限10:50~12:00 民法



この日の午前中は2限続けて民法の講義です。とは言っても、講義を受け続けるのではなく、1限目は発表を行います。講師が指定した最高裁判決について、その事件の概要や判旨、解説を、研修性が3人グループで発表し、それに対する質疑応答を行います。先生からはもちろん、研修生からも厳しい質問が来ます。

・3限13:00~14:10&4限14:25~15:35 スピーチ演習



午後のスピーチ演習は、52人が4つのグループに分かれて行いました。講師からの導入講義の後、研修生は事前に与えられたテーマを元に、1人3分ずつスピーチを行い、講師からコメントをいただきます。私は、講師から「『~けれども』を使って、文章を長く話しすぎなので、気をつけて」とアドバイスをいただきました。自分ではなかなか気付けません。



・5限15:50~17:00 事例演習 小グループ討議

事例演習も4つのグループに分かれて行いますが、さらに3~4人の小グループとなって討議を行います。この日はディベートに向けて、小グループで討議を行いました。内容は「F市のA保育所の廃止について」、入所児童数が定員を大きく下回り、施設も老朽化しているA保育所をどうすべきか、ということテーマにディベートを行いますが、私のグループは廃止派。賛成派はこういう理論で来るだろうから、それに対してはこういう理論で返そう、などと検討を行いました。



自治大学校隣の昭和記念公園のイチヨウ並木です。

ここでは、ある日の3つの講義内容を説明しましたが、憲法、行政法、地方自治制度等の講義の他、4~5人のグループで研修期間の5ヶ月かけて政策立案を行う演習にも取り組んでいます。

全国の同職の方々と共に学びながら、議論し、とても充実した研修生活を送っています。卒業まで多くのことを吸収し、今後の県政に反映できるよう、精一杯残りの研修期間も頑張っていきたいと思います。



～研修をのぞいてみよう～ 組織力向上研修

平成27年度から実施している組織力向上研修から「女性職員キャリアデザイン研修」についてご紹介します。



女性職員キャリアデザイン研修 ～私らしい「未来」を考える

女性の活躍は社会の成長の重要な鍵を握っていると言われていた今、40代の女性職員を対象とした「女性職員キャリアデザイン研修」が実施されました。これまでの働き方、ライフイベント、価値観などを見つめ直し、目指したい自分の未来について考えました。

《研修からのお役立ちポイント》抜粋



新たな価値を見いだす



1 仕事と向き合うための パラダイム転換

長年の経験に基づいた価値観や考え方、行動を変えることはそう簡単にはできません。

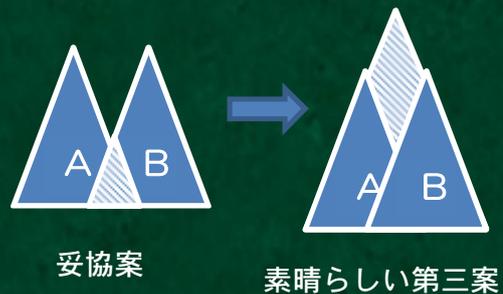
しかし、良い結果を手にするためには、自分の凝り固まった「パラダイム」（＝ものの見方、考え方）に働きかけなければなりません。

「パラダイム」を転換することは、時には、苦痛を伴いますが、それまで見ていなかった新たな視点をもたらします。行動が変わり、結果も変わります。



2 組織としての相乗効果

一方的な命令・強制型のスタイルでは継続的に成果を出すことが難しくなっています。価値観の違う多様なメンバーがお互い協力しあい、影響を高めあうことで、1人では成し遂げられないような素晴らしい成果を生み出すことができます。



3 “頭”の準備体操 (パラダイム転換のための)

コップの使い道を考えてください。
ただし、液体を入れる以外で。
何個、思いつきましたか？



役立ちます！
研修



*仕事上のお悩みに対して、ヒントを研修内容からお伝えします。



身体の使い方を変えよう！

最近モチベーションが上がらず悩んでいます。前向きに仕事と向き合いたいのですが、仕事をこなすのに精一杯で、これでいいのかと悩んでいます。すぐ出来る良い方法ありませんでしょうか？

ヒント

感情と身体の使い方は切り離すことができません。感情が下がりそうになったら、次の3つの方法を試してみてください。前向きな感情にふさわしい身体の使い方をすることによって、モチベーションを上げることができます。

虎の巻1 姿勢 で感情が変わる

感情がマイナスの状態になりそうになったら、胸を張り、上を向くこと。
身体の使い方が感情をつくる。

虎の巻2 呼吸 で感情が変わる

緊張しそうになったら、息を深く、吐き続けること。
リラックス物質のセロトニンが自動的に放出する。



虎の巻3 表情 で感情が変わる

不安を感じたら、幸せそうな笑顔になること。口角を上げ、目尻を下げれば、
神経ネットワークを介して脳が「笑顔になっている、私は楽しい」と判断する。

《(出典) フィジカルコントロールの技術 産業能率大学
職場で活かすセルフモチベーション研修より》

編集後記

サーカスの象は、ロープで杭につながれたまま、決してそこから逃げ去ろうとはしない。なぜなら象は、「自分にはたいした力がない」と思い込んでいるからだ。(アレクサンダー・ロックハート『自分を磨く方法』より)

象が「パラダイム変換」を遂げたとき、杭とロープから逃れ、自由の身になることでしょう。新たな価値観に触れることが「パラダイム変換」のきっかけになるとのこと。多様な価値観の宝庫である研修を通して、皆さんの素晴らしい力を存分に発揮できるようお手伝いをしたいと思います。

自治研修あきたNO.73をお届けします。

(教務班 棚橋)