

# 社会人研修

特定非営利活動法人SET 研究チーム編

# 社会人研修とは

## 目的

- 参加職員の自己理解を探求することによる内発的動機付け力の向上
- 小規模にて実践することによる企画・実践力の向上
- SETや広田で実践されている「人から始まるまちづくり」の体験

## 目指す成果

- 社会でプレイヤーとして活躍するための4つの力の実践  
「自分の想いに素直に理想を描ける力」「チームで物事を進める力」  
「組織を超えて、巻き込んで協働する力」「やってみよう、と行動できる力」
- SETの繋がりを生かした関係人口の創出

## 事業内容

- オンライン事前研修／陸前高田での合宿型現地研修  
／オンラインとオフラインでの月1回の事後研修(半年間)

## 対象

若手職員／中堅職員

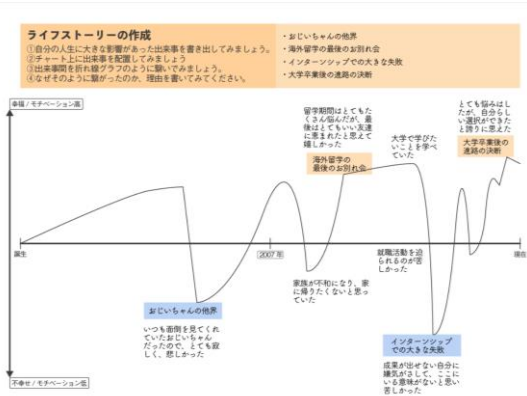
## 場所

合宿型研修:岩手県陸前高田市広田町(4泊5日 応相談)

# 実施スケジュール(例)

## オンライン事前研修

7月



それぞれの人生を振り返る「ライフストーリー作成」と地域理解を深めるための「自分の地域課題と理想を考えるワーク」を実施

## 現地研修(4泊5日)

8月

**1日目**  
東日本大震災津波伝承館見学

**2日目**  
自分と町を見つめ直すワークショップ  
長洞元気村事務局長のワークショップ

**3日目**  
アクション創出ワーク  
アクション創出アクティビティ

**4日目**  
アクション実行

**5日目**  
現地研修振り返り  
事後アクション計画  
現地研修報告会(広田町内)



## オン/オフライン事後研修

9月～翌3月

グループセッション① 08/29(月)

事後アクション① 09/03(土)

グループセッション② 10/05(水)

事後アクション② 10/29(土)

グループセッション③ 11/11(金)

グループセッション④ 11/28(月)

グループセッション⑤ 12/20(火)

グループセッション⑥ 01/20(金)

グループセッション⑦ 03/02(木)

コーチング: 9月～2月で各人全5回

グループセッションでは、ひとりひとりの関心をアクションにしていくプロセスを通して関係性を育みます

# 調査概要

2022年度にNPO法人SETが実施した行政職員・一般企業向けの社会人研修の研修前後のアンケート調査をまとめたものである

## 対象

- ・行政職員 10名(3自治体)
- ・一般企業 4名(2社)

## 期間

	人数	期間
自治体A	5 (若手3、中堅2)	2022年8月～2023年3月(若手) 2022年9月～2022年3月(中堅)
自治体B	3	2022年7月～2022年11月
自治体C	2	2022年7月～2023年3月
一般企業A・B	4	2022年1月～2022年2月

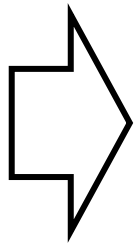
# 調査概要

## アンケート項目

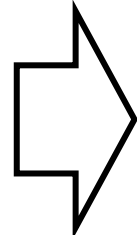
ワークエンゲージメント	仕事に関連するポジティブで充実した心理状態に関する項目
自己肯定感	ありのままの自分を肯定することに関する項目
幸せの4因子	心の要因による長期的に持続する幸せを測定するための4因子
シビックプライド※行政職員のみ	「まちに対する住民の誇り」に関する項目
地域住民との協業※行政職員のみ	地域住民との協業に関する項目

# サマリー(研修前後の各指標の変化)

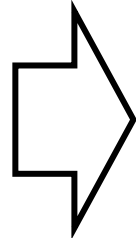
## ワークエンゲージメント

活力	3.55		<b>3.75</b>
熱意	4.15		<b>4.22</b>
没頭	4.09		<b>4.11</b>

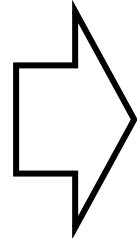
## 自己肯定感

「今の自分が好きだ」 「自分自身に満足し ている」 など	3.55		<b>4.14</b>
---------------------------------------	------	---	-------------

## 幸せの4因子

やってみよう！	3.93		<b>4.48</b>
ありがとう！	5.93		<b>6.02</b>
なんとかなる！	4.03		<b>4.48</b>
ありのままに！	4.64		<b>5.73</b>

## シビックプライド

地域参画	2.36		<b>2.66</b>
愛郷心	2.36		<b>2.88</b>
地域アイデンティティ	2.43		<b>3.13</b>
地域愛着	2.95		<b>3.02</b>

# ワークエンゲージメント

ワークエンゲージメントとは、仕事に関連するポジティブで充実した心理状態であり、**活力・熱意・没頭**の三指標によって測定する

活力	「仕事をしていると、活力がみなぎるように感じる」など
熱意	「仕事に熱心である」など
没頭	「仕事に没頭しているとき、幸せだと感じる」など

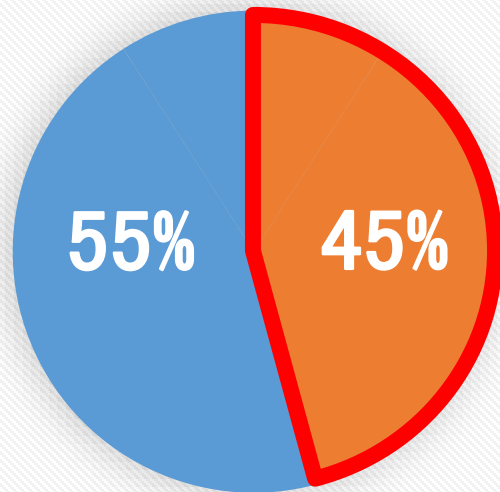
## 【結果】

三指標全ての平均値が研修前後で向上した。そのうち、「活力」の向上が最も大きかった。



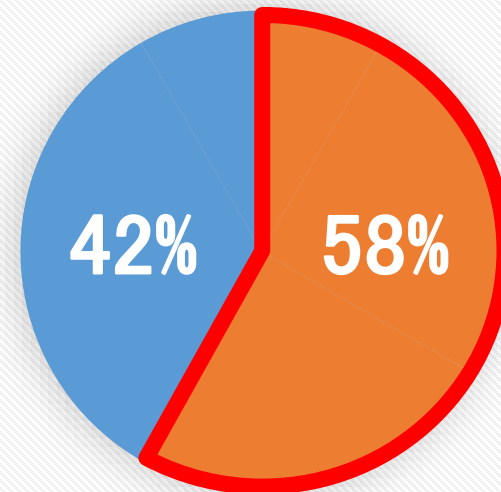
# 仕事をしていると、活力がみなぎるように感じる(活力1)

## 研修前



- いつも感じる (毎日)
- とてもよく感じる (1週間に数回)
- よく感じる (1週間に1回)
- 時々感じる (1ヶ月に数回)
- めったに感じない (1ヶ月に1回以下)
- ほとんど感じない (1年に数回以下)
- 全くない

## 研修後

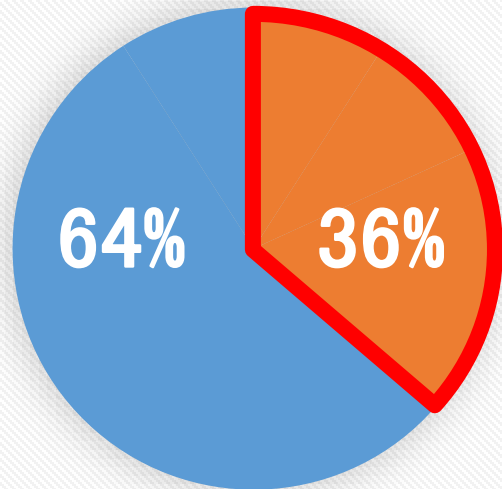


- いつも感じる (毎日)
- とてもよく感じる (1週間に数回)
- よく感じる (1週間に1回)
- 時々感じる (1ヶ月に数回)
- めったに感じない (1ヶ月に1回以下)
- ほとんど感じない (1年に数回以下)
- 全くない



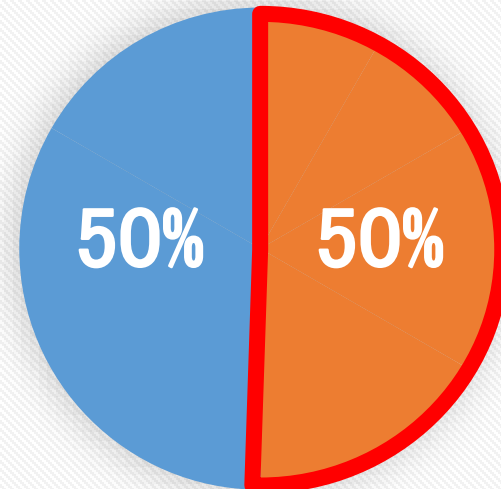
# 職場では、元気が出て精力的になるように感じる(活力2)

## 研修前



- いつも感じる (毎日)
- とてもよく感じる (1週間に数回)
- よく感じる (1週間に1回)
- 時々感じる (1ヶ月に数回)
- めったに感じない (1ヶ月に1回以下)
- ほとんど感じない (1年に数回以下)
- 全くない

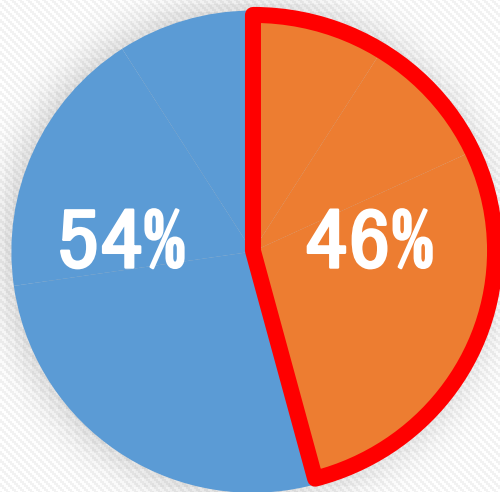
## 研修後



- いつも感じる (毎日)
- とてもよく感じる (1週間に数回)
- よく感じる (1週間に1回)
- 時々感じる (1ヶ月に数回)
- めったに感じない (1ヶ月に1回以下)
- ほとんど感じない (1年に数回以下)
- 全くない

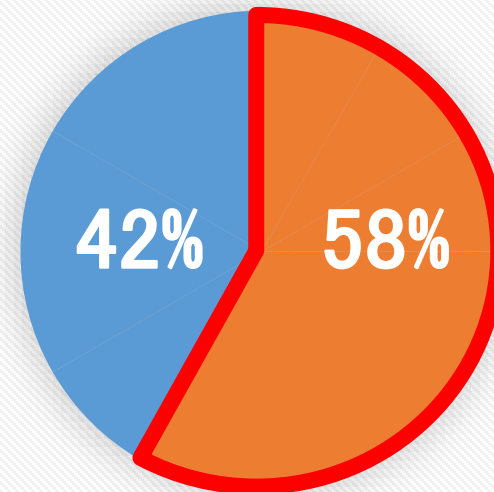
# 朝に目がさめると、さあ仕事へ行こう、という気持ちになる(活力3)

## 研修前



- いつも感じる (毎日)
- とてもよく感じる (1週間に数回)
- よく感じる (1週間に1回)
- 時々感じる (1ヶ月に数回)
- めったに感じない (1ヶ月に1回以下)
- ほとんど感じない (1年に数回以下)
- 全くない

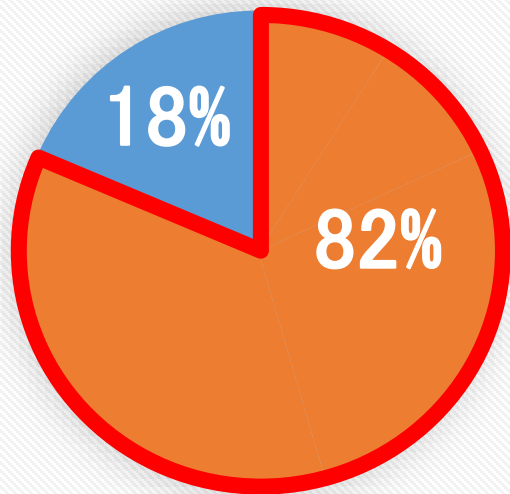
## 研修後



- いつも感じる (毎日)
- とてもよく感じる (1週間に数回)
- よく感じる (1週間に1回)
- 時々感じる (1ヶ月に数回)
- めったに感じない (1ヶ月に1回以下)
- ほとんど感じない (1年に数回以下)
- 全くない

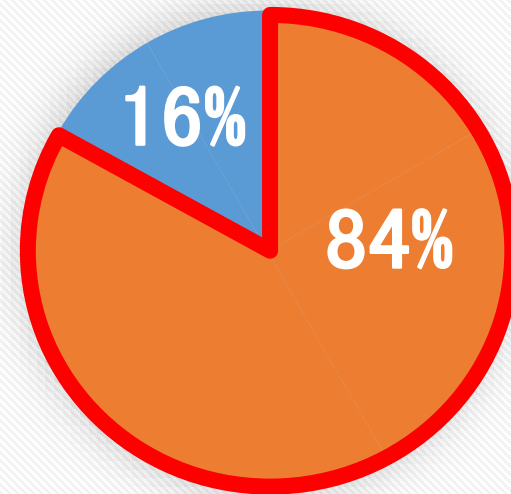
# 仕事に熱心である(熱意1)

## 研修前



- いつも感じる (毎日)
- とてもよく感じる (1週間に数回)
- よく感じる (1週間に1回)
- 時々感じる (1ヶ月に数回)
- めったに感じない (1ヶ月に1回以下)
- ほとんど感じない (1年に数回以下)
- 全くない

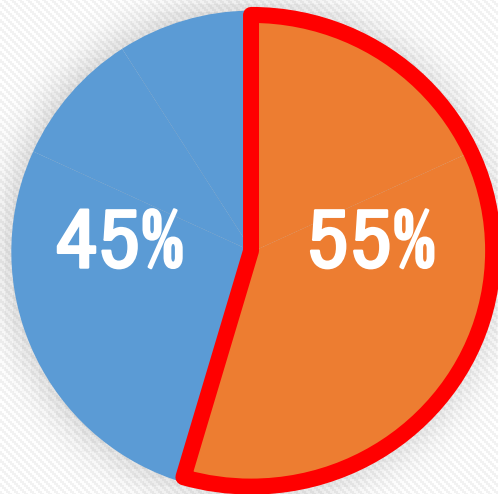
## 研修後



- いつも感じる (毎日)
- とてもよく感じる (1週間に数回)
- よく感じる (1週間に1回)
- 時々感じる (1ヶ月に数回)
- めったに感じない (1ヶ月に1回以下)
- ほとんど感じない (1年に数回以下)
- 全くない

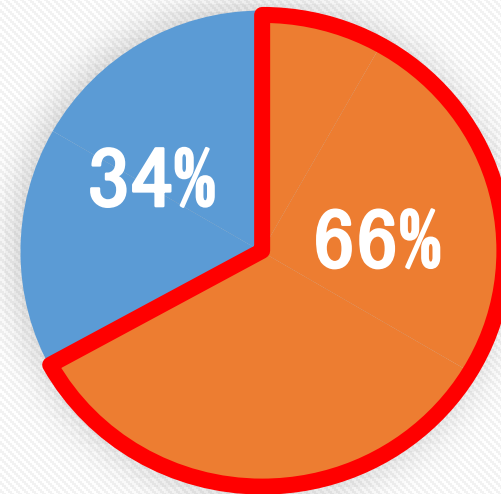
# 仕事は、私に活力を与えてくれる(熱意2)

## 研修前



- いつも感じる (毎日)
- とてもよく感じる (1週間に数回)
- よく感じる (1週間に1回)
- 時々感じる (1ヶ月に数回)
- めったに感じない (1ヶ月に1回以下)
- ほとんど感じない (1年に数回以下)
- 全くない

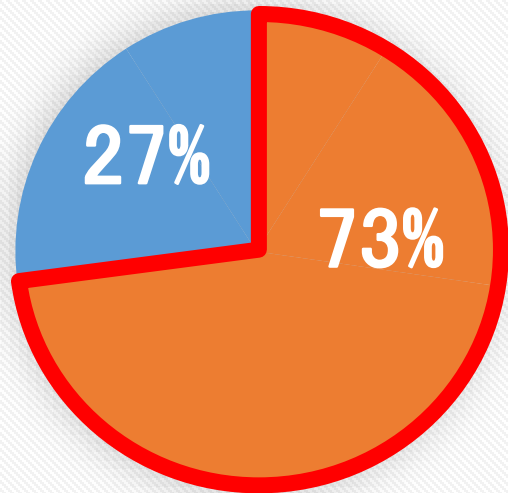
## 研修後



- いつも感じる (毎日)
- とてもよく感じる (1週間に数回)
- よく感じる (1週間に1回)
- 時々感じる (1ヶ月に数回)
- めったに感じない (1ヶ月に1回以下)
- ほとんど感じない (1年に数回以下)
- 全くない

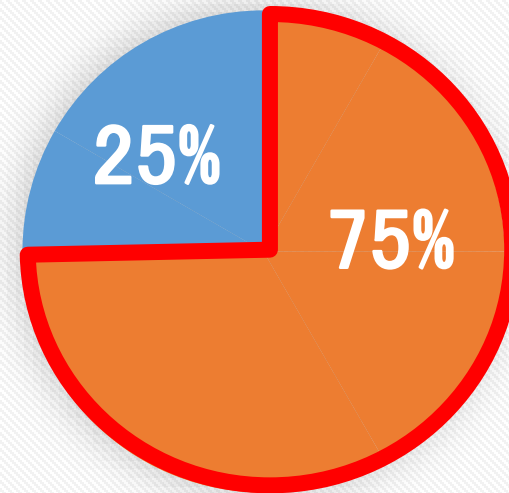
# 自分の仕事に誇りを感じる(熱意3)

## 研修前



- いつも感じる (毎日)
- とてもよく感じる (1週間に数回)
- よく感じる (1週間に1回)
- 時々感じる (1ヶ月に数回)
- めったに感じない (1ヶ月に1回以下)
- ほとんど感じない (1年に数回以下)
- 全くない

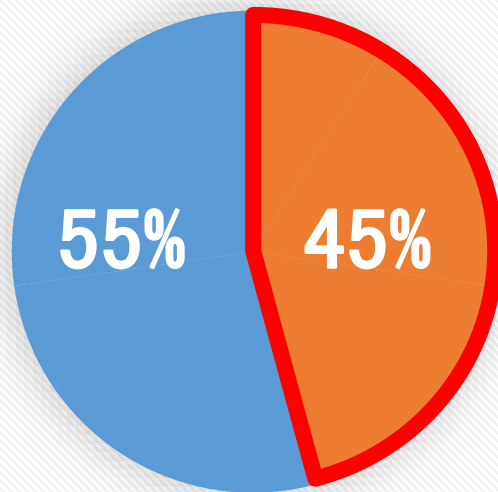
## 研修後



- いつも感じる (毎日)
- とてもよく感じる (1週間に数回)
- よく感じる (1週間に1回)
- 時々感じる (1ヶ月に数回)
- めったに感じない (1ヶ月に1回以下)
- ほとんど感じない (1年に数回以下)
- 全くない

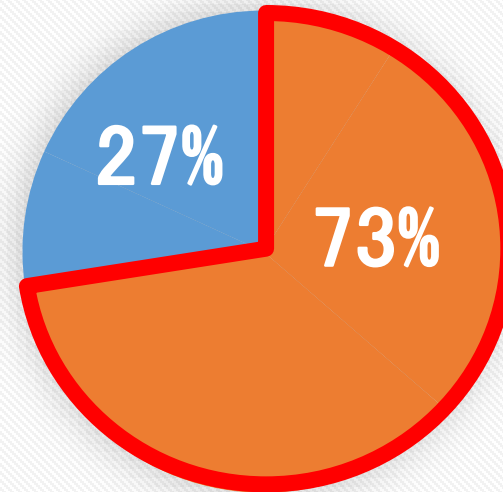
# 仕事に没頭しているとき、幸せだと感じる(没頭1)

## 研修前



- いつも感じる (毎日)
- とてもよく感じる (1週間に数回)
- よく感じる (1週間に1回)
- 時々感じる (1ヶ月に数回)
- めったに感じない (1ヶ月に1回以下)
- ほとんど感じない (1年に数回以下)
- 全くない

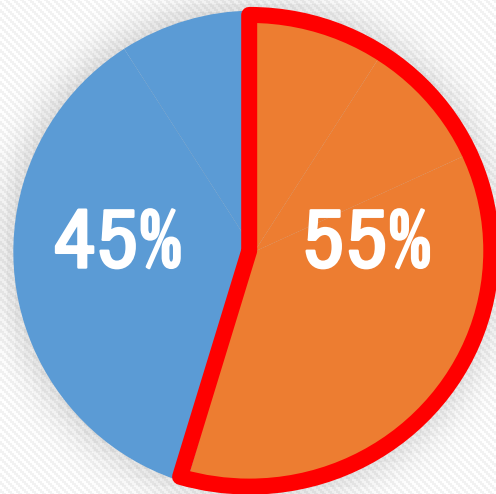
## 研修後



- いつも感じる (毎日)
- とてもよく感じる (1週間に数回)
- よく感じる (1週間に1回)
- 時々感じる (1ヶ月に数回)
- めったに感じない (1ヶ月に1回以下)
- ほとんど感じない (1年に数回以下)
- 全くない

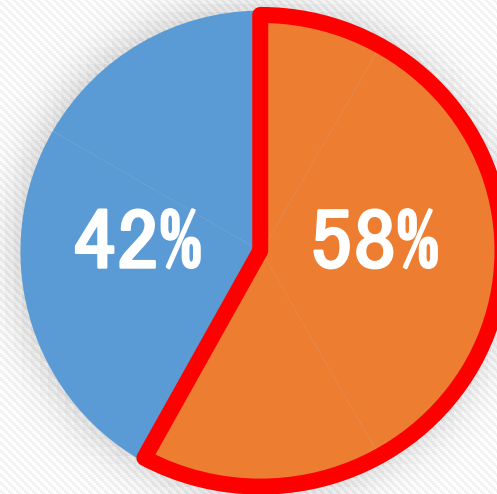
# 私は仕事にのめり込んでいる(没頭2)

## 研修前



- いつも感じる (毎日)
- とてもよく感じる (1週間に数回)
- よく感じる (1週間に1回)
- 時々感じる (1ヶ月に数回)
- めったに感じない (1ヶ月に1回以下)
- ほとんど感じない (1年に数回以下)
- 全くない

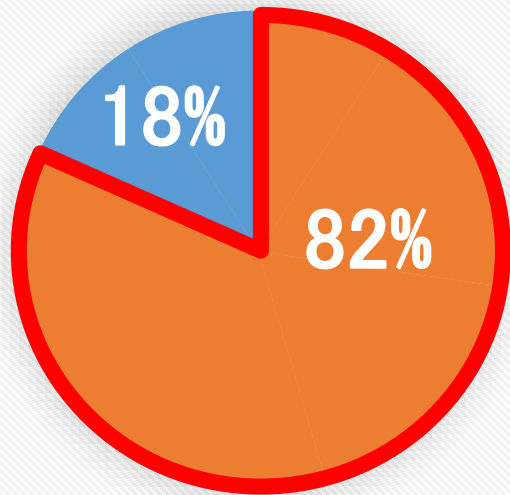
## 研修後



- いつも感じる (毎日)
- とてもよく感じる (1週間に数回)
- よく感じる (1週間に1回)
- 時々感じる (1ヶ月に数回)
- めったに感じない (1ヶ月に1回以下)
- ほとんど感じない (1年に数回以下)
- 全くない

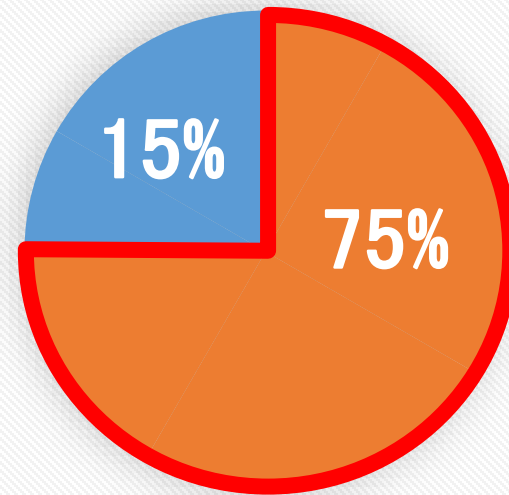
# 仕事をしていると、つい夢中になってしまう(没頭3)

## 研修前



- いつも感じる (毎日)
- とてもよく感じる (1週間に数回)
- よく感じる (1週間に1回)
- 時々感じる (1ヶ月に数回)
- めったに感じない (1ヶ月に1回以下)
- ほとんど感じない (1年に数回以下)
- 全くない

## 研修後



- いつも感じる (毎日)
- とてもよく感じる (1週間に数回)
- よく感じる (1週間に1回)
- 時々感じる (1ヶ月に数回)
- めったに感じない (1ヶ月に1回以下)
- ほとんど感じない (1年に数回以下)
- 全くない



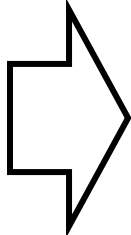
# 自己肯定感

自己肯定感とは、「ありのままの自分を肯定する感覚」のことである。他者との比較によらずに、「今の自分であること」を認め、尊重することで生まれる感覚であり、幸福度と相関関係にある。

## 【結果】

6つの質問の平均値が研修前後で数値が向上した。また、個別で見ても全ての質問において研修前後で向上が見られた。

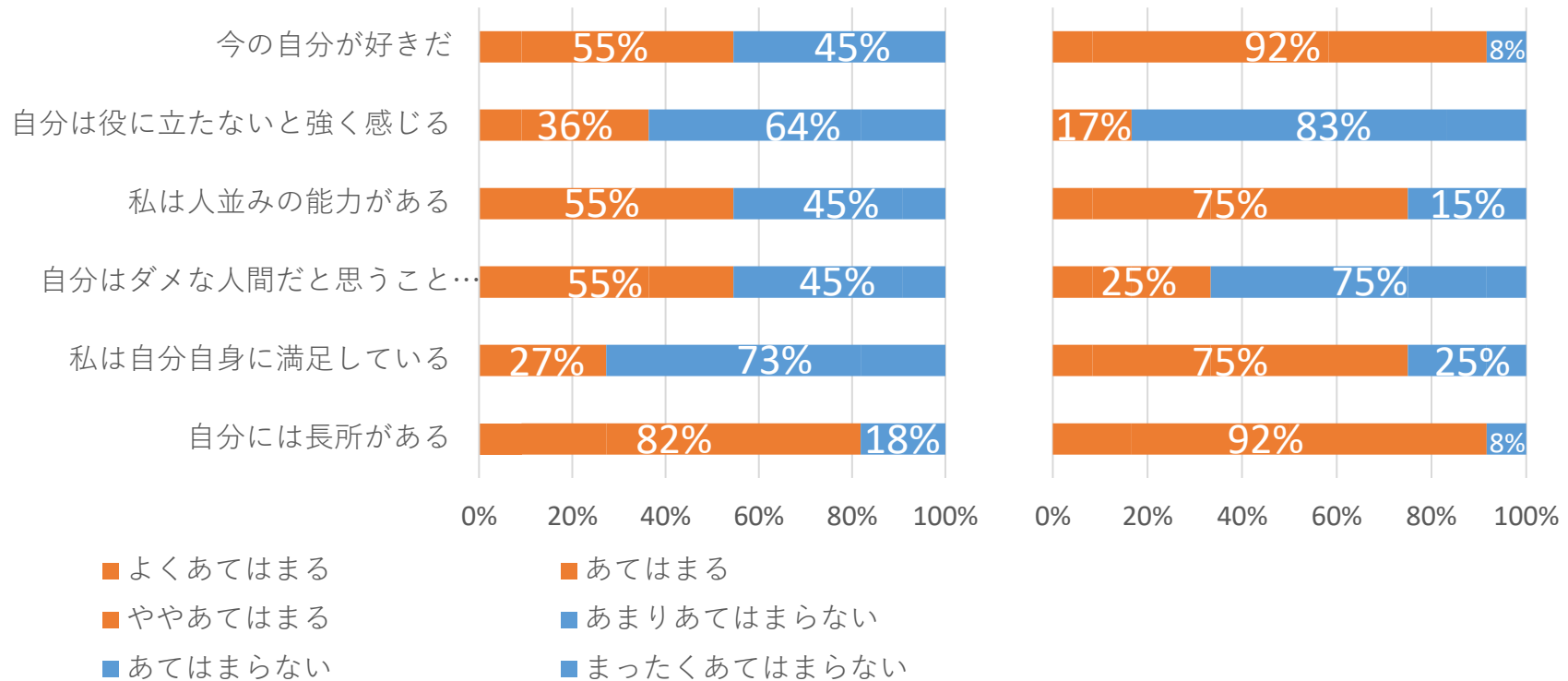
「今の自分が好きだ」  
「自分自身に満足している」  
など

3.55  4.14

# 自己肯定感

## 研修前

## 研修後



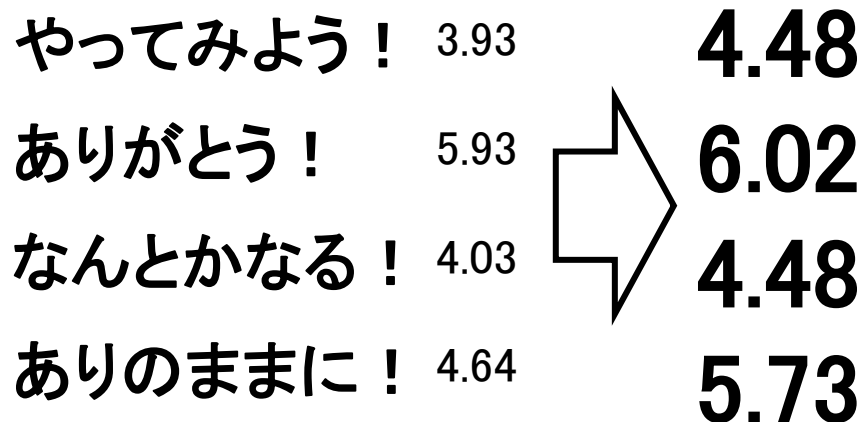
# 幸せの4因子

幸せの4因子とは、心の要因による長期的に持続する幸せを測定するための4因子

第1因子 やってみよう！	「私は有能である」など
第2因子 ありがとう！	「人の喜ぶ顔が見たい」など
第3因子 なんとかなる！	「私はものごとが思い通りにいくと思う」など
第4因子 ありのままに！	「私は自分と他者がすることをあまり比較しない」など

## 【結果】

4因子全ての平均値が研修前後で向上した。そのうち、「ありのままに！」因子が最も向上した。



# 幸せの4因子

表の数値は平均値		研修前 (平均)	研修後 (平均)	研修前 (合計)	研修後 (合計)
人生満足度尺度	ほとんどの面で、私の人生は私の理想に近い	3.91	4.58	20.92	24.09
	私の人生は、とてもすばらしい状態だ	4.09	4.67		
	私は自分の人生に満足している	4.82	5.42		
	私はこれまで、自分の人生に求める大切なものを得てきた	4.91	5.25		
	もう一度人生をやり直せるとしても、ほとんど何も変えないだろう	3.73	4.17		
幸せの第1因子 やってみよう！	私は有能である	3.27	3.75	15.73	17.92
	私は社会・組織の要請に応えている	3.82	4.42		
	私のこれまでの人生は、変化、学習、成長に満ちている	4.82	5.33		
	今の自分は「本当になりたかった自分」である	3.82	4.42		
幸せの第2因子 ありがとう！	人の喜ぶ顔が見たい	6.00	6.00	23.73	24.08
	私を大切に思ってくれる人たちがいる	6.09	6.08		
	私は、人生において感謝することがたくさんある	5.73	6.08		
	私は日々の生活において他者に親切にし手助けしたいと思っている	5.91	5.92		
幸せの第3因子 なんとかなる！	私はものごとが思い通りにいくと思う	3.55	4.42	16.10	17.92
	私は学校や仕事での失敗や不安な感情をあまり引きずらない	4.27	4.25		
	私は他者との近い関係を維持することができる	4.55	4.92		
	自分は人生で多くのことを達成してきた	3.73	4.33		
幸せの第4因子 ありのままに！	私は自分と他者がすることをあまり比較しない	4.27	5.00	18.54	21.49
	私に何ができて何ができないかは外部の制約のせいではない	4.82	5.08		
	自分自身についての信念はあまり変化しない	5.00	6.08		
	経営・運営の判断を頻繁に切り替え過ぎない	4.45	5.33		

回答項目	7	6	5	4	3	2	1
	とてもそう思う	かなりそう思う	少しそう思う	どちらともいえない	あまりそう思わない	ほとんどそう思わない	全くそう思わない

# シビックプライド（行政職員研修のみの項目）

シビックプライドとは、「まちに対する住民の誇り」のことである。自分自身が関わって地域をよくしていこうとする、当事者意識に基づく自負心が含まれる。

地域参画・地域アイデンティティ・愛郷心・地域愛着の四指標で測定する

地域参画	「地域社会の一員としての責任を真剣に考えている」「自分は地域社会に変化を起こすことができると思う」など
地域アイデンティティ	「自分の人生と地域が結びついている」「〇〇町に関わる人」という言葉は、自分がどういう人物かをよく説明する言葉である
愛郷心	「この地域は、他のほとんどの地域より良い場所である」「地域のスポーツチームを積極的に応援する」
地域愛着	「地域は住みやすいと思う」「地域が好きだ」「地域の人に対して役立つことをしたい」など

## 【結果】

四指標全ての平均値が研修前後で向上した。このうち、「地域アイデンティティ」の数値が最も向上した。

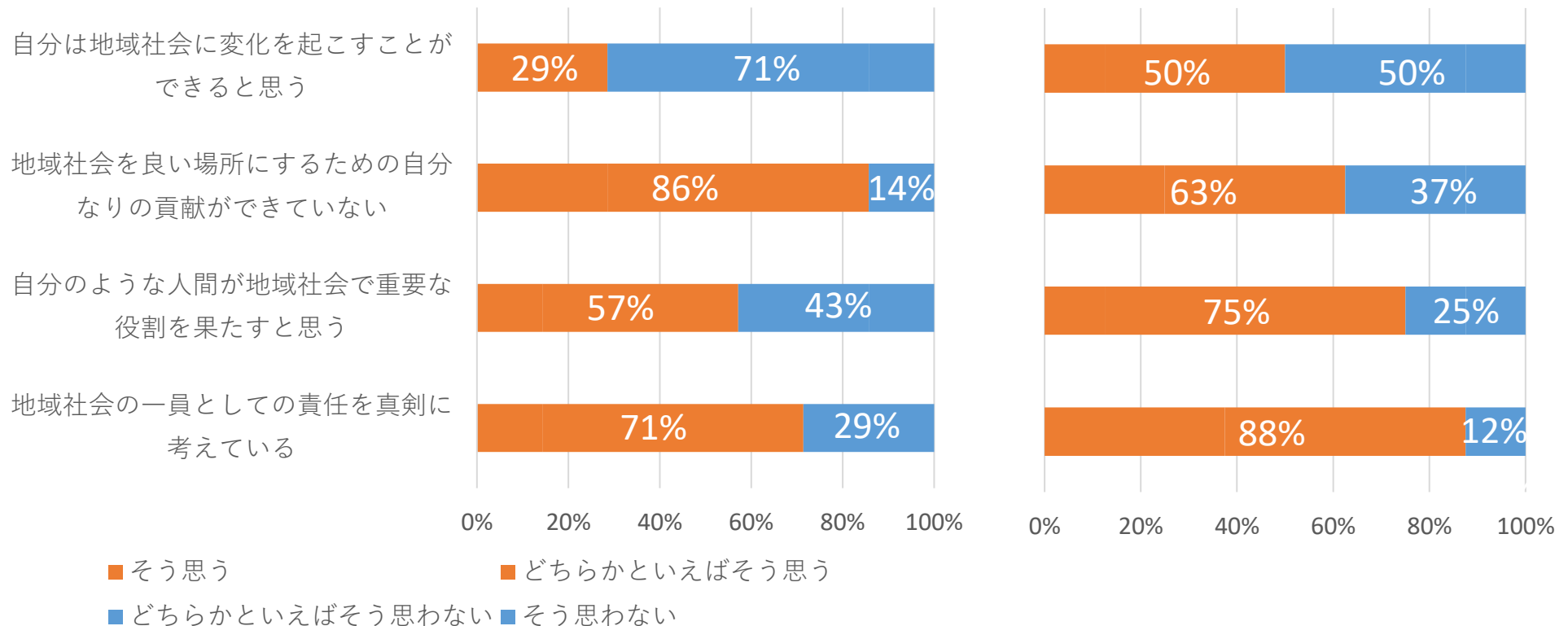
地域参画	2.36	➡	<b>2.66</b>
愛郷心	2.36		<b>2.88</b>
地域アイデンティティ	2.43		<b>3.13</b>
地域愛着	2.95		<b>3.02</b>

# シビックプライド（行政職員研修のみの項目）

## 地域参画

研修前

研修後



# シビックプライド(行政職員研修のみの項目)

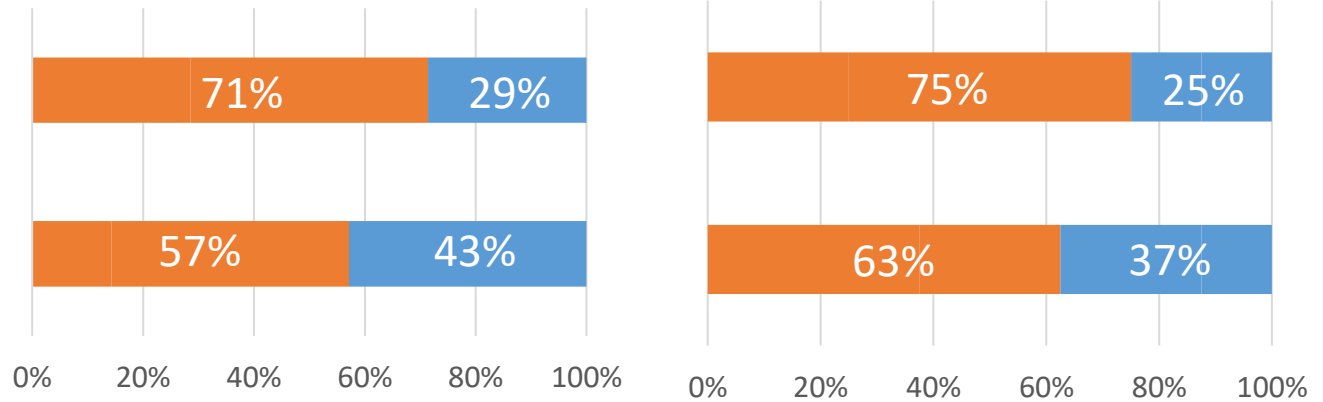
## 地域アイデンティティ

研修前

研修後

「〇〇町（あなたが働いてる町）に関わる人」という言葉は、自分がどういう人物かをよく説明する言葉である

自分の人生と地域が結びついている。



- そう思う
- どちらかといえばそう思う
- どちらかといえばそう思わない
- そう思わない

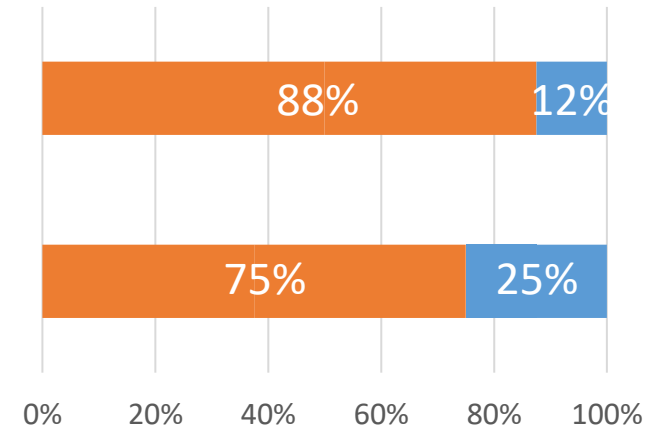
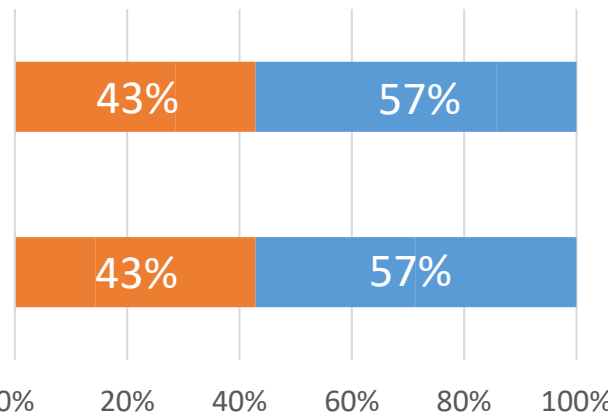
# シビックプライド（行政職員研修のみの項目）

## 愛郷心

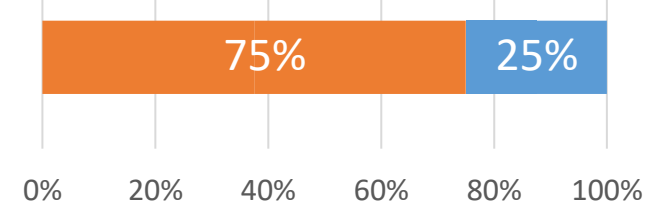
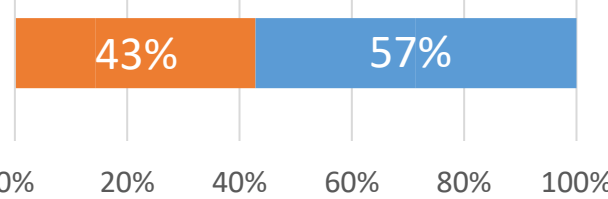
研修前

研修後

地域のスポーツチームを積極的に応援  
する（プロ、アマチュア、学校な  
ど）



この地域は、他のほとんどの地域より  
良い場所である

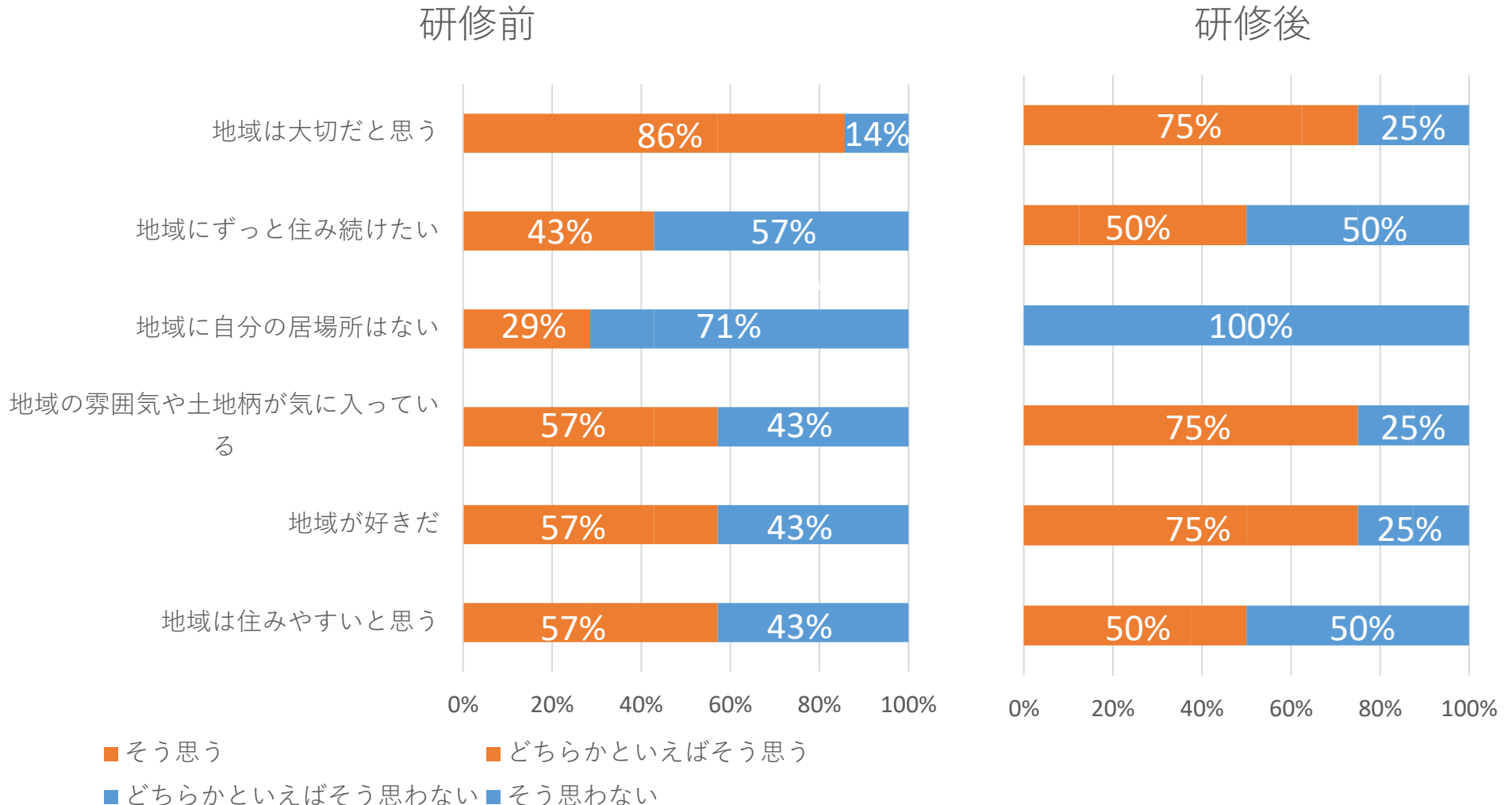


- そう思う
- どちらかといえばそう思う
- どちらかといえばそう思わない
- そう思わない



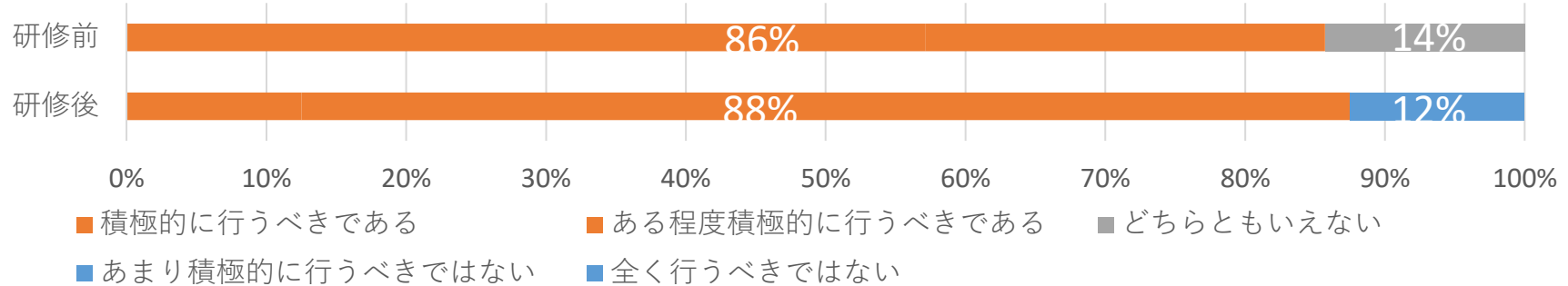
# シビックプライド（行政職員研修のみの項目）

## 地域愛着

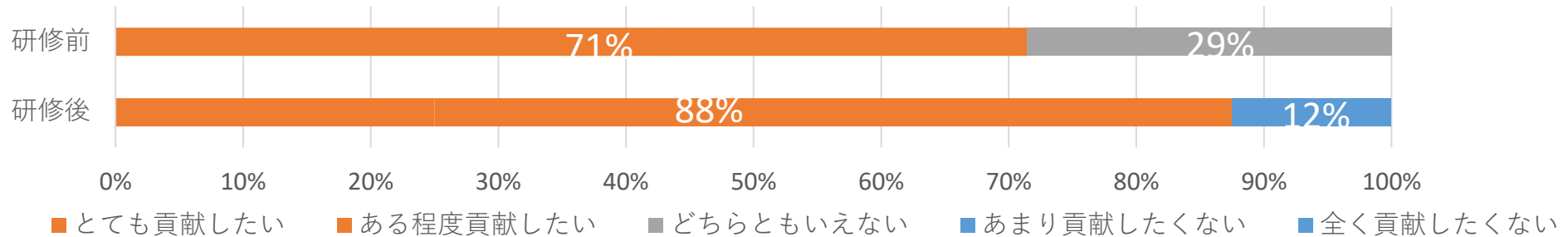


# 地域住民との協業（行政職員研修のみの項目）

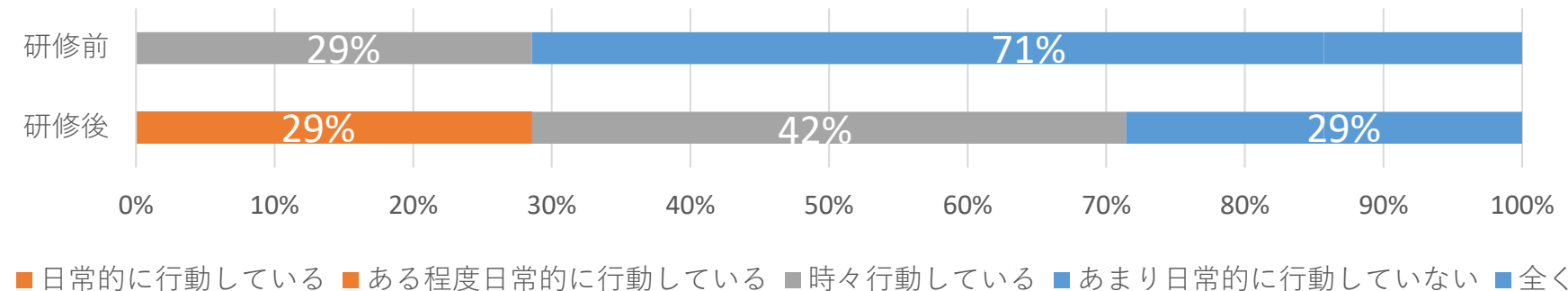
地域住民との協業の推進についてどのように考えていますか？



地域住民との協業において自分自身の貢献についてどのように考えていますか？



地域住民との協業について具体的にどれくらい行動していますか？



# 考察

## ①ワークエンゲージメント

活力・熱意・没頭の三指標すべてが向上している。研修後のコーチングでこれまでの自分の原点を探り、今の自分にそれがどう影響しているのかを俯瞰し、その気づきを普段の日常生活や日々の業務に活かしていくのかを引き出したことが影響していると考えられる。

## ②自己肯定感

「今の自分が好きだ」「私は自分自身に満足している」など、自己肯定感において全ての質問項目が向上しているのは、研修中のワークショップや対話などで、自分自身の意見や考えを話し、それが肯定されるコミュニケーションが繰り返されたことや、自分の意見や考えが実際に形になった成功体験があったことによるものだと考えられる。

## ③幸せの4因子

現地研修や事後研修において自分たちで考えたアクションを実行することによって、「やってみよう！」や「なんとかなる！」因子が向上したと考えられる。

## ④シビックプライド・地域住民との協業

広田町民から町についてのさまざまな話を聞いたことによって、自分の務める町の課題や理想の姿について相対的に考えられるようになったため、シビックプライドが向上したと考えられる。