

福井ウェルビーイングつながるカイギvol.1 実施結果

1 日時 令和7年2月22日(土) 13:30~15:30

2 会場 道の駅 若狭美浜 はまびより2階イベントスペース

3 内容

・ミニセミナー

↳福井県におけるウェルビーイングについて

・ゲストトーク(2名)

↳志野祐介氏 志野製塩所 ご自身の活動とウェルビーイングについて、今後の展望など

↳加治まや氏 福井県地域おこしマネージャー ご自身の活動とウェルビーイングについて、今後の展望など

・ウェルビーイングを考えるワークショップ(詳細は次頁)

↳幸福実感マップにもとづいたチェックイン→私のウェルビーイング→私達のウェルビーイング

・ネットワーキング

4 参加者 7名

5 参加者アンケート(n=6)

① 本イベントを楽しめましたか(☆の数で評価。☆5つが一番高い評価)

平均評価:☆4.16

② 本イベントにて、自分自身の幸福実感・ウェルビーイングを高めるヒントを見つけることができましたか
できた 100% できなかった0%

③ 参加者からのご意見・ご感想等(一部抜粋)

・まずは自分自身の考えや深層心理を理解することが大事だと思う。時々時間をとって今回のワークショップのような内省の時間を取ろうと思う。周囲のみなさんのために、周囲の方と接する際に自分ができるだけウェルビーイングな状態でいたい。

・つながるカイギの吉田さんのワークを簡易的に身近な人と取り組む機会を作ってみたいと思う。ワークで相手の幸せを知ること、共有することで理解が少し深まり幸福実感が高まると感じた。

・恒常的にウェルビーイングな状態(幸せだと感じたり、逆に不安や不満を大して感じていない状態)でいるためには、やはり自己理解を深めることから始まるように感じる。県民の皆さんが自己理解を深める機会や「まずは自分を知ることが大事だな」と感じれる機会・場面が増えると良い。

・今回のワークを、地域や団体単位で取り組める機会をさらに提案し、出張開催など柔軟な形で展開していくことで、より多くの方が参加しやすい環境を整えて自分にとっての幸せ感、幸福実感を深めていく機会をもっと作っていったらどうかと考える。

・志野さんの生き方は幸せライフそのもので、本当の豊かさとは何か? を考えるきっかけになった。

・良い繋がりもできて、皆さんの幸福実感を共有させてもらい良い学びになった。

6 当日の様子



7. ワークショップ詳細

・【チェックイン】

↳2グループに分かれて、名前とどこから来たか、今どんな気持ちかを簡単にシェア。



・【幸せ実感マップの作成&シェア】

↳無地の用紙の真ん中に名前を記入し、その周りに自身が幸せを感じるモノ、ヒト、コトなどを自由に描く。それをグループ内で順番にシェアし、自分を知ってもらう。聞くほうは相手を自分のモノサシではかからないよう、ただ感じる、聞くことに徹する。



・【わたしとわたしたちのウェルビーイングの作成&シェア】

↳作成した幸せ実感マップや、グループの人の話を参考に、自身のウェルビーイングを3つ記載し、その理由も考える。次にその中から、職場や家庭、サードプレイスなど周りの人と取り組めそうなことを1つピックアップし、どのように取り組むかを考える。それらをグループ内で発表し、フィードバックをもらう。



・【グループ発表】

↳各グループの代表が、グループ内でた意見や気づきなどをシェアする。

(わたしとわたしたちのウェルビーイング記載用フォーマット)

ウェルビーイングを暮らしのためのワークショップ
SUNIHA
UNIHA

わたしにとってのウェルビーイング		
①	②	③
理由	理由	理由

わたしたちのウェルビーイング

●身のまわりの人とかなえたいウェルビーイングは？

実現のアイデア

移住者とつながる

福井ウェルビーイング つながるカイギ vol.1

参加費
無料

2025

2 / 22 SAT.

14:00-16:00

会場

道の駅 若狭美浜
はまびより

2階イベントスペース
(美浜町松原35-15-1)

お申し込みはこちら▼



GUEST



志野製塩所 志野佑介さん

福井市越前海岸在住 百笑
長崎生まれ日本の海沿いあちこち育ち美味しそうなやつらはだいたい友達。
東京農業大学国際農業開発学科卒。半農半学生の日々からケニアでのNGO活動を経て、千葉で農業を10年、8年前に移住後、現在は福井で製塩、養鶏、稲作、海士、飲食など地域の恵みを最大限にいただきながら百笑として暮らしています。

福井県地域おこし協力隊 歴史観光推進マネージャー 加治まやさん

福井市在住。東京生まれ。
日本の歴史と美術が大好きなモデル兼ライター。モデル業の傍ら歴史好きの趣味が高じて歴史関連番組などに多数出演。福井県地域おこし協力隊歴史観光推進マネージャーとして、福井の歴史観光の発掘をメインに発信中。

タイムスケジュール

14:00～14:20 インTRODクション&ウェルビーイングについて
(福井県庁 幸福実感ディレクター 飛田)

14:20～15:00 ゲストトーク 15分 × 2組
(志野製塩所 志野氏, 福井県地域おこし協力隊・加治氏)

15:00～15:30 ウェルビーイングワークショップ
(サニハユニハ株式会社 吉田)

15:30～16:00 ネットワーキング

ファシリテーター

●こんな人におすすめ

- ・ウェルビーイングについて幅広く知りたい人
- ・県内の移住者と繋がりたい人
- ・幸せについて考えたり話したい人

●ウェルビーイングって?

Well (良い) + Being (状態)
から構成される言葉で、
個人の心身の状態と社会がより
良い状態であること



飛田章宏 /

福井県庁幸福実感ディレクター、大学・企業と連携し県民の幸福実感を高めるプロジェクトを推進



小針翼 /

福井県庁ウェルビーイングコーディネーター、演劇ワークショップファシリテーター、2024年10月より福井に移住



吉田美帆 /

サニハユニハ株式会社代表一級建築士、ランドスケープデザイナー、薬草・果樹を取り入れた循環型の庭づくり、森の再生の活動をおこなう

お問合せ

福井県庁ウェルビーイング政策推進チーム・ウェルビーイングコーディネーター

担当：飛田・小針

メール：a-hida-y5@pref.fukui.lg.jp

電話：0776-95-9916