

高度企画実践人材変容プログラム 入門編

アウトプットの構想ワークショップ



～あなたの“カエル”を見つけよう～

AIに代替される
事務処理

前例踏襲



AI時代、
私たちは
「井の中の蛙」で
あってはならない。

答えのない企画の
構想と実践

1. ワークショップの流れと参加ルール (10分間)

本日のワークショップの目的
あなたの“カエル”を見つけよう

今年度何をどう
変えるか、
構想を組み立て
ましょう

本日時点では
大まかでOK

後から
変えてもOK

本日のワークショップの流れ

14:45 - 14:55
ワークショップ
の流れと
参加ルール

15:05 - 15:25
本トレーニング
プログラム参加の
目標を決めよう

15:45 - 16:05
今年度の
アウトプットの
アイデア出し

16:15 - 16:35
アウトプットと
アウトカムの
設定

16:45 - 16:55
おまけ解説：
ワークショップ
の重要性

14:55 - 15:05
アイデア出しの
ウォーミング
アップ①

15:25 - 15:45
アイデア出しの
ウォーミング
アップ②

16:05 - 16:15
今年度の
アウトプットの
分類

16:35 - 16:45
共有タイム

ワークショップの参加ルール①

プレイズ・ ファースト (praise first)



✓ 相手の意見を尊重し、良い所を見つけて褒めましょう

💬 アイディアを言いやすい場ができます

💡 創造的な思考のエンジンが回り始めます

ワークショップの参加ルール②

アイディアは「量」
質より

思いつきで
OK!

無責任で
OK!

実現性や
有用性の判断は
後回しでOK!

本日のワークショップの流れ

14:45 - 14:55
ワークショップ
の流れと
参加ルール

15:05 - 15:25
本トレーニング
プログラム参加の
目標を決めよう

15:45 - 16:05
今年度の
アウトプットの
アイデア出し

16:15 - 16:35
アウトプットと
アウトカムの
設定

16:45 - 16:55
おまけ解説：
ワークショップ
の重要性

14:55 - 15:05
アイデア出しの
ウォーミング
アップ①

15:25 - 15:45
アイデア出しの
ウォーミング
アップ②

16:05 - 16:15
今年度の
アウトプットの
分類

16:35 - 16:45
共有タイム

アイデア出しのウォーミングアップ① (10分間)

カエル探しゲーム



1. 5分間で、「〇〇かえる」を
思いつくままできるだけ多く挙げる
例) ひっくりかえる



2. より多く挙げたグループが勝ち

本日のワークショップの流れ



本トレーニングプログラム参加の目標を決めよう(20分間)



本トレーニングプログラムを通じて変わったあなたの姿を想像しよう



高度企画実践人材は、常に目標を意識する



目標の設定の仕方によって課題解決のアプローチは変わる

目標の例①
「健康で過ごす」



目標の例②
「ビールを美味しく
飲み続ける」



本トレーニングプログラム参加の目標を決めよう(20分間)



1. 本トレーニングプログラム終了後、
あなたはどうなっていたいですか？
何ができるようになっていく？どんな状態になっている？
グループワークで付箋で挙げて行きましょう！



2. になりたい自分をワンセンテンスで表現してみよう(個人ワーク)
グループワークで出てきたキーワードをヒントにして、
になりたい自分を文章で表現してみよう。
ワークシートに記入してください。

本日のワークショップの流れ

14:45 - 14:55
ワークショップ
の流れと
参加ルール

15:05 - 15:25
本トレーニング
プログラム参加の
目標を決めよう

15:45 - 16:05
今年度の
アウトプットの
アイデア出し

16:15 - 16:35
アウトプットと
アウトカムの
設定

16:45 - 16:55
おまけ解説：
ワークショップ
の重要性

14:55 - 15:05
アイデア出しの
ウォーミング
アップ①





15:25 - 15:45
アイデア出しの
ウォーミング
アップ②

16:05 - 16:15
今年度の
アウトプットの
分類

16:35 - 16:45
共有タイム

1. 妄想タイム：もし首長だったら 何したい？ (15分間)

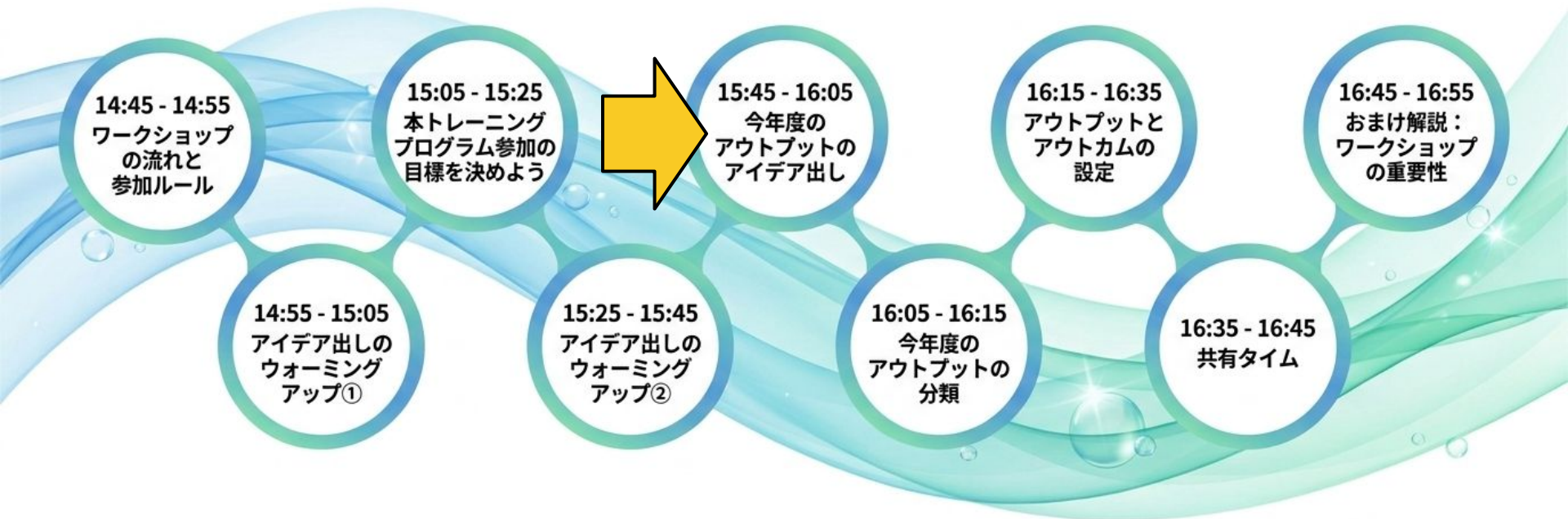
もしあなたが 
首長だったら、
何を変えたいですか？

グループ内で 
思いつくまま付箋で
挙げていきましょう

実現性は 
度外視でOK!

2. 共有タイム (5分間) 

本日のワークショップの流れ



今年度のアウトプットのアイデア出し（20分間）

1. あなたは何を、どのようにカエル？

2. 以下のカテゴリ毎に、何を变えたいか考えて付箋で挙げて行きましょう。（グループワーク）

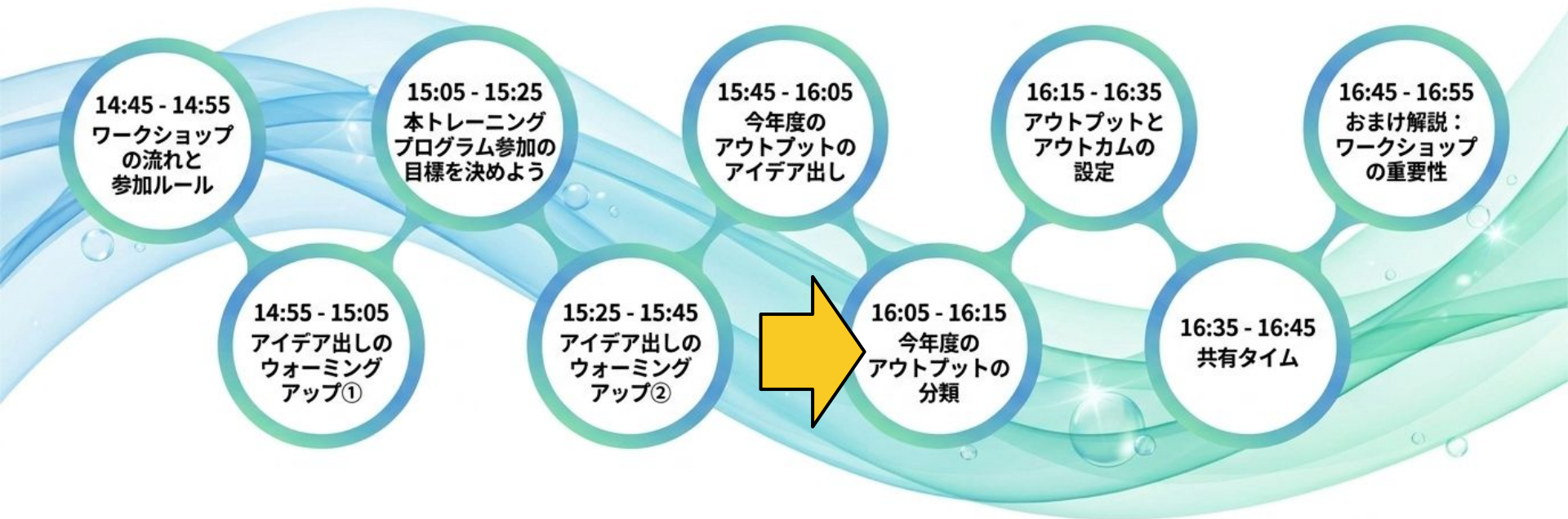
自分

所属の課・組織

地域・社会

3. 付箋の色指定：何を（黄色） どう变えたいか（ピンク）

本日のワークショップの流れ



今年度のアウトプットの分類（10分間）

前のステップで出したアイデアを改めて分類する

今年度中に
変えられるもの

予算の
見直し

チーム編成
の調整

予算の
見直し

オンライン
ツール導入

3年後に
変えられそうなもの

チーム編成
の調整

新事業
立ち上げ

グローバル
展開

オンライン
ツール導入

10年後に
変えられそうなもの

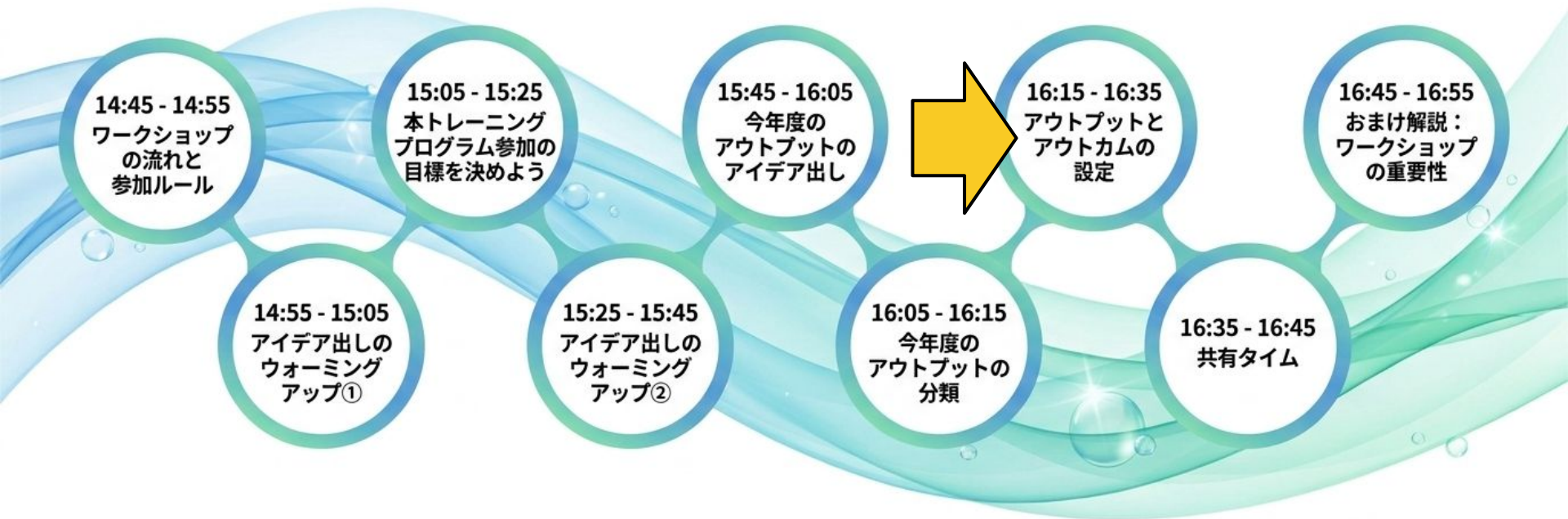
新事業
立ち上げ

グローバル
展開

AI活用
推進

AI活用
推進

本日のワークショップの流れ



アウトプットとアウトカムの設定 (20分間)

1. 自分が今年度変えたいものを選びましょう (個人ワーク)
2. ワークシートに記入しましょう



今年度のアウトプット：
〇〇をカエル！
(自分の手で創り出す変化)



長期アウトカム：
〇〇をカエル！
(所属・地域・社会にもたらされる変化)

3. イメージキャラクターの生成 (おまけ)

生成AIを使って、自分の目標を叶えるサポートをする
キャラクター画像を作成してみましょう



本日のワークショップの流れ

14:45 - 14:55
ワークショップ
の流れと
参加ルール

15:05 - 15:25
本トレーニング
プログラム参加の
目標を決めよう

15:45 - 16:05
今年度の
アウトプットの
アイデア出し

16:15 - 16:35
アウトプットと
アウトカムの
設定

16:45 - 16:55
おまけ解説：
ワークショップ
の重要性

14:55 - 15:05
アイデア出しの
ウォーミング
アップ①

15:25 - 15:45
アイデア出しの
ウォーミング
アップ②

16:05 - 16:15
今年度の
アウトプットの
分類

16:35 - 16:45
共有タイム

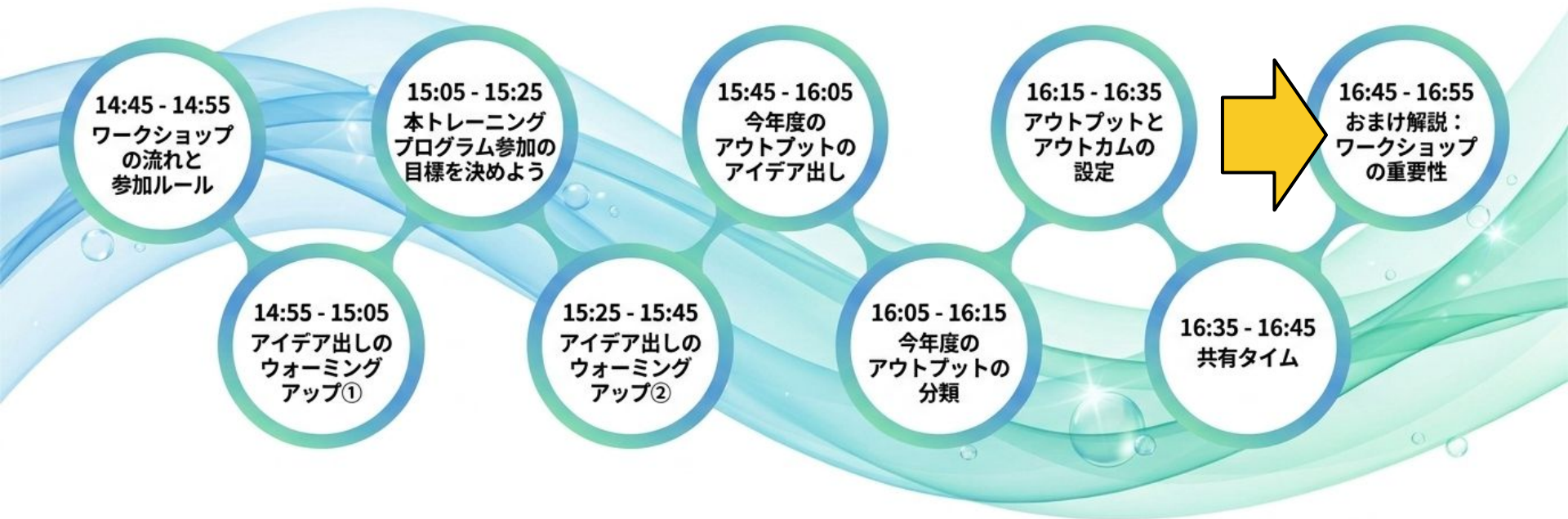


共有タイム（10分間）



1人1分で、今年度設定したアウトプットを発表しましょう

本日のワークショップの流れ



おまけ解説：ワークショップの重要性

ワークショップとは？



work (仕事・作業)



shop (作業場・工房)



「ワークショップ (workshop)」の語源は、英語の work (仕事・作業) と shop (作業場・工房) を組み合わせた言葉。

もともとは、「職人がものづくりを行う工房・作業場」を意味していた。

現在の「参加者が一緒に考え、試し、創る場」という意味は、この「工房」のイメージから発展したもの。

AIが使える時代に なぜワークショップなのか？

A：ワークショップというプロセスを経て以下を乗り越えるため

認識の固定化

関係性の固定化

認識の固定化とは

- 当事者に暗黙のうちに形成された認識によって、物事の深い理解や、創造的な発想が阻害されている状態
- 人間は、認識が当たり前のもので固定化されていくと、その前提が「なぜこうなっているのか？」を改めて考えなくなる
- 無意識に自動化された認識は、変化の足枷となることがある



関係性の固定化とは

- 当事者同士の認識に断絶があるまま関係性が形成されてしまい、相互理解や、創造的なコミュニケーションが阻害されている状態
- 組織や社会において、他者との関係性は時間が経つにつれて安定し、固定化されていく
- 互いの認識や前提に「ズレ」があったまま関係性が固定化されてしまうと、その溝を乗り越えることは難しくなり、「あの人はわかりあえない」という状況が生じる



ワークショップの目的

認識の固定化を 乗り越える

無自覚だった前提に揺さぶりをかけ、対象への深い理解と新しい発想を得る

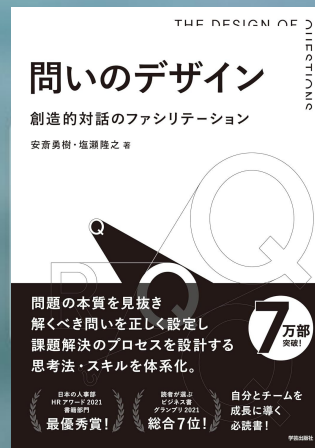
関係性の固定化を 乗り越える

対話の中でコミュニケーションを深め、日常の関係性を編み直す

参考図書

問いのデザイン：創造的対話の
ファシリテーション

<https://amzn.asia/d/0cyCYiq0>.



次回（第2回）のご案内

日時

2026年7月6日 (月)
10:00 - 17:00

場所

沖縄市ITワークプラザ
(会議室大)

内容

- ・ 創造的思考入門
- ・ 論理的思考入門
- ・ ゲストトーク(首長or議員)
- ・ アウトプットの設計ワークショップ



構想から、実践の海へ。

- 本日は「構想」のスタートライン。
- 次回（7月）：このアイデアを具体的な「設計」へと進化させます。

AI時代をリードする高度企画実践人材へ。