

2025 年
8

コーチングワンデー

「何を聞いていいかわからない」からの脱却。傾聴だけでない質問力アップ。

2025 年
11

支援者ケアワークショップ @尼崎・西宮（兵庫） ～ゆるまる×がんばるのバランス～

「がんばるとゆるまるのバランス」をテーマに、「ちょうどよい・心地良い」の基準とは？について対話。

2025 年
12

ハラスメント探求発表会

ハラスメントについて、30冊の関連図書を読み、探求を共有し、社会構造から生まれるメカニズムについて対話



ともき×ヒロ×そうまの Talk&Music

全盲でピアニストの"ともき"とトランスジェンダーで講演家の"ヒロ"の対談&クリスマスライブを、モデレーター・そうまのリードで行いました。



シェアスペース

hinata



あなたも hinata を活用しませんか？

園田に暮らす人が、人を呼んでくるもよし。セミナーするもよし。気軽につどえて、気軽に食べて、気軽に学んで、気軽にイベントして、なんだか・ほんのり・ゆるやかにつながり、また何か企画をしていくような。そんな場所に hinata を育ててほしい。



キッチンもついています

お問い合わせは
下記のご連絡先まで！



■ご利用料（税込）

曜 日	時 間	金 額
平 日	7:00 ～ 12:00	3,000 円 (無料イベント 1,000 円)
	18:45 ～ 22:00	3,000 円
曜日関係なく	7:00 ～ 9:00	500 円
土日祝	9:00 ～ 12:00	5,000 円
	13:00 ～ 17:00	6,000 円
	18:00 ～ 22:00	6,000 円
	9:00 ～ 22:00	15,000 円

※上記は準備から片付けまでを含んだ時間です。特に夜間利用の場合 22:00 には必ずご退室願います。※平日の午後は、「軽夕食付 駅近児童ホームつくし（学童保育）」が使用しています。ご理解のうえご利用ください。※小学校の長期休暇時等は、貸出可能時間が変更となります。



NPO 法人

Sunny Side

NPO 法人サニーサイドは、しょうがいがあるとされている人も、しょうがいないとされている人も、地域で共に生きていく為のコミュニティセンターとして 1995 年に設立されました。

●えるうい（就労継続支援 B 型） ●ライフサポートセンター レオラ（介護派遣事業） ●ほっこり庵（共同生活援助グループホーム） ●軽夕食付駅近児童ホームつくし（学童保育）●シェアスペース hinata（地域イベント開催・レンタルスペース） ●人権・平和を守る普及啓発事業 ●ビーマイセルフ（しょうがい者の社会参加事業、カラオケ大会、料理教室、クリスマス会、ちんどん屋など）

hinata Facebook



hinata 公式 LINE



hinata Instagram



サニーサイド HP



住所：尼崎市東園田町5丁目59-1-106

TEL：06-6493-0355 本部/平日10～17時

Mail：info.hinata.mail@gmail.com

みんなで
育てる
hinata

シェアスペース hinata 報告書 2025

シリーズイベント 【hinata主催】



投資の勉強会

いきなり投資も怖い〜という人たちで、ひとまず投資にまつわるyoutubeをみんなで見て、まずは知ってみるとか語るとかから



社交ダンスの会

どの世代でもダンス初心者でも「いっしょに踊るって楽しい」を感じられる社交ダンスへの入り口



マダミス

推理小説の探偵になった気分で作るボードゲーム「Qシャーロック」。少しずつ明かされるヒントを手がかりに、みんなで推理を重ねながら真相へ迫る、ワクワク満点のひとときとなりました。



【ABD】『真のダイバーシティをめざして』

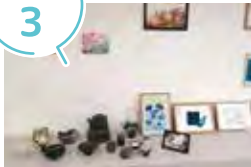
「少数派」は「多数派」から見たら、劣っていると感じる。にめちゃめちゃ「ハッ」とさせられました。



辛いあったかいものを食べる会

寒い夜にグツグツ燃えたい…！そんな人たちが集まって辛い鍋を食べました。高校生の女の子が企画してくれた会！みんなで楽しい夜を過ごしました！

2025年
3



hinata芸術祭

まちの人の芸術作品を持ち寄って、プチ芸術祭をしました。



ともに語る、ともに生きる。

園田のまちで奮闘する同い年組のいおりとなずなが最近考えていることを共有する会。「ともに生きるって何？」について話しました！



デンマーク発祥！大人の学校 フォルケホイスコーレから考える"学び"とは？

北欧に根付くフォルケは、誰にでも開かれた学びで、試験・成績・評価がなく、対話中心の授業。ともに暮らし、ともに学ぶ特徴を持つ教育機関。留学したお二人の話を聴きました。

2025年
4



われらの南米旅行記

南米での次々と倒れていく過酷な旅報告！絶景が最高でした！



哲学カフェ

「哲学」というと、眉間にしわを寄せて議論するイメージがあるかもしれませんが、哲学カフェは自分の声や相手の意見を聞き、受け止め合う場です。胸の奥底にしまっているようなテーマを出し合い、率直に話し合います。



モデファッション練習会

会議や地域活動など、人が集まる場で参加者の発言や思いを引き出し、場の力を最大限に引き出すファシリテーション。そしてインタビューや司会進行などに用いられるモデレーター。このふたつのロールをみんなで練習しました！



IT勉強会

AIが話題だけれど「実際どうやって使うかわからへんよね」と思っている方へ。自称DX推進担当のさがき、いろんなITツールを試してみた知見をもとに「今さら聞けないAI・ITのあれこれ」についてレクチャーする回です。



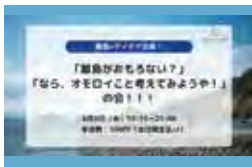
ボードゲームの会

世界的に有名な「カタン」や「宝石のきらめき」などのボードゲームを、地域の人たちと集まって楽しく遊びました。



虫博士の害虫害獣対策講座

知ってるようで知らない害虫駆除や予防について、虫博士がワークショップなどを交えながら連続講座をしました



「離島がおもしろい？」「なら、オモロイこと考えてみようや！」の会

島のローカルな魅力を紹介する事業展開のお話。島の人にはわからないが、外から見るとそれこそ魅力が発見されるのが面白い



役者になってみよう

みんなで一つの間柄を読み合わせる…。なかなかそんな経験ないですよ。演劇をみんなでやりた！という女子高生の声のもと実現したイベント！演劇をやってみたくて、まだ勇気がない…というメンバーが集まりました。演劇って深い！



本に落る日～『モモ』編～

たった1ページの中で自分が感じたことを書き出して。それぞれがそれぞれの深まりを共有することで深い理解が生まれるじっくり潜る読書体験



hinata MG

仏法（仏様が説いた教え）を交えながら、2日間かけて会社の経営を学ぶシミュレーションゲームをしました。とても頭を使った2日間でした。



本読みNIGHT

「本、読みたいなー」と思ってもなかなか読めない……そう思っているのは自分だけじゃないはず！誰かと一緒に読める！とスタートした企画です。細々と月1〜2回のペースで続けてます！



月イチ目標振り返り会（1-6月）

年始に立てた目標って忘れがち。みんなでも集まって月に一回目標を思い出すのと、ついでにその月を振り返ってしまおう！な会でした。

シリーズイベント 【外部主催】



アサーティブへいわ

あらためて、人との関わりをアサーティブとノンバイオレンスコミュニケーションの視点から紐解きました

2025年
5



初鯉と日本酒の会

初鯉を仕入れて、みんなで食べようの会。こんなに幸せなパーティは人生で何回あっても足りないぜ！毎年やりたいです！

2025年
7



みんなでご飯会 そうめん編

たくさんのそうめんを湯掻き、たくさんのそうめんのタレを持ち寄って、楽しく新しい発見がある、そうめんの会でした！

2025年
8



AIの使い方を語る会

みんな、今どんなふうに使ってる？へーそうなんや！便利！なんて言いながらワイワイ共有しました。



俺のジョージキ、それって特権？～男性学から問直す「特権」と社会構造～

男性学について当事者研究もされている西井開さんをお呼びして、「男性が無自覚に持っているかもしれない特権性」を入口に、「男性学」や「ジェンダー」「社会構造」について考えました。

2025年
9



ゆるえん祭

すべてがふるまいのお祭りゆるえん祭。今年も園田駅前広場で開催しました。ふるまいだからこそ生まれるありがたの連鎖やチャレンジ。今年もいい景色が見えました。



台湾有事へいわ小籠包

関わりのある食べ物シリーズ♪ youtube台湾有事について勉強しながら、小籠包を食べました。



へいわえなー

月1回日常の中で「へいわ」にまつわる対話や、イベントなどを行っている出入り自由な不思議な会



コーチング練習会

コーチングの最初の10分をやってみる練習会。「本当の願い」をつかめるよう、学んだ問いを実践します。



はじめてのヨガ～いつも頑張ってるあなたへ～

少人数でじっくりゆったりと動きながら、自分の"いま"のからだやこころの状態を丁寧に見ていく時間になりました。

単発イベント 【hinata主催】

2025年
10



ゼロ秒思考

3時間考えても3分考えてもあまり変わらない！思考を活性化する練習をしました。



針金アートをつくる会

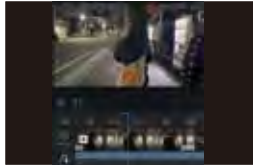
針金とベンチを使って動物のスタンドを作りました！線から立体を作るのが楽しかったです。

2025年
11



ISSHIN ベトナム、フィリピン、タイ報告会

友達に行ったタイやフィリピンの話や修学旅行を休んでまでベトナムひとり旅をした話をしました。ただの旅行話だけど、海外旅行や旅の魅力など、そこでできない体験を共有できる楽しい会でした。



ショートムービーをつくる会

スマホを使ってMV風の映像制作ごっこをやってみました。



なぜな、尼崎に来て一年半経ったよ！報告会

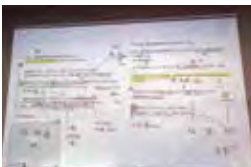
hinataインターンやユースセンターのインターンなど、尼崎でさまざまな活動をしているなぜなさん。そんななぜなさんの尼崎に来て1年半の話をみんなで聞きました。

2025年
1



hinata餅つき大会2025

今年は偶然の出会いで餅つきが出来ました！例年通りいい天気の中、明らかに餅をつきました◎



【ABD】『自分とか、ないから。』

ブッダが本当に言いたかったことは、「自分とかないよ」ということだった！？「ブッダ誕生」「空」「道」の概念から現代に至るまで、その教えを初心者にも面白く教えてくれる本を参加者の解釈で楽しくシェアできました。



【ABD】『自分とか、ないから。』

ブッダが本当に言いたかったことは、「自分とかないよ」ということだった！？「ブッダ誕生」「空」「道」の概念から現代に至るまで、その教えを初心者にも面白く教えてくれる本を参加者の解釈で楽しくシェアできました。

2025年
2



焚き火を囲もう

みんなで五月山に登って焚き火を囲みました。美味しいご飯を持ち寄って、コーヒーを入れたり、魚を焼いたり、みんな思い思いの楽しい時間を過ごしました。



フレンチトーストの会

女子高生2人組がフレンチトーストを食べたいと言ってできた企画。朝8時から集まって美味しくみんな朝活タイムを過ごしました。



園田でチーズフォンデュの会

熱々となろとのチーズに、パンや野菜やソーセージをくぐらせて、みんなでわいわいと心も身体も暖かくなりました。チーズに合うワインや日本酒も美味！

2025年
12



きのこ鍋の会

まだまだきのこも鍋も美味しい季節。みんなで食べて心も身体もボカボカした時間を過ごしました◎



心と体をゆるめる Night yoga

毎日ががんばっている心と体を、呼吸と動きでやさしくゆるめて整えるナイトヨガ。ヨガの時間が、ご自身の心と体にそっと向き合うきっかけになれば…そんな想いで開催しました。

単発イベント 【外部主催】

2025年
5



18歳と21歳の民主主義のために裁判始めちゃった話

選挙の制度や民主主義についてみんなで考えるいい機会になりました。普段政治についてあまり考えたことがない、という参加者もいて、質問や笑いも飛び交ういい会になりました。