

2025上田未来会議

プロジェクトM 若者の居場所実践プロジェクト

学生の居場所 情報発信



INDEX 目次

- 0 1 実践プロジェクト それまでの歩み
- 0 2 高校生 470 名にアンケート
- 0 3 居場所リストと目印ステッカー作成
- 0 4 今後の展開
- 0 5 これから働きかけとまとめ

「若者の居場所」の振り返り

2022 目標と展望の意味が分からず、ワークシートの作成に専念。

「居場所のフォトコンテストをしてマップ化」へ

頭でっかちで、やりたい想いばかり、行政に望むことばかり専攻して、無いものねだりでいました。自分で何ができる?やっとそのスタート地点に皆で立てました。

2023 Xで発信 Xアカウントで@team_ibasho
#伝える見つけるで居場所の情報をポスト

(課題)

- ・Xで継続する難しさ
- ・一時的に注目度が上がっても一過性のものである



若者の居場所は家
や学校に
限られやすい

学生同士が
繋がれる場所が
少ない

学生が
放課後に行ける
場所がない

上田市には若者の居場所が少ない？



実は、上田市内に
若者の居場所はたくさんある

話し合いのテーマ

新たな問題点

- ・居場所はあるが、若者に情報が届いていない
- ・上田市の青少年行政が弱い

新たなテーマ

若者に居場所の情報を伝えるには、どうしたら良い？



居場所シールを作成し目印にする

展開(案)

2024バージョンの居場所シール

デザインのゴール

- ・この居場所楽しそう
- ・気になる、行ってみたい！



若者の居場所を
分かりやすくする目印。
居場所や施設、お店の
入り口にシールを貼る。



上田市内の若者の居場所を 「見える化」しませんか？



(2024提案) 上田市内の若者の居場所を
「見える化」しませんか？



提案だけでは終わらせたくない！



問いかけを「2025実践プロジェクト」へ

本来の未来会議から ⇒

飛び出して、実践型のプロジェクトへ



別日に犀の角やまちなかキャンパスを利用しミーティングへ

実践していくために話し合った事

共通課題

- ・居場所はあるが、若者に情報が届いていない

- ・若者に居場所の情報を伝えるには、どうしたら良い？



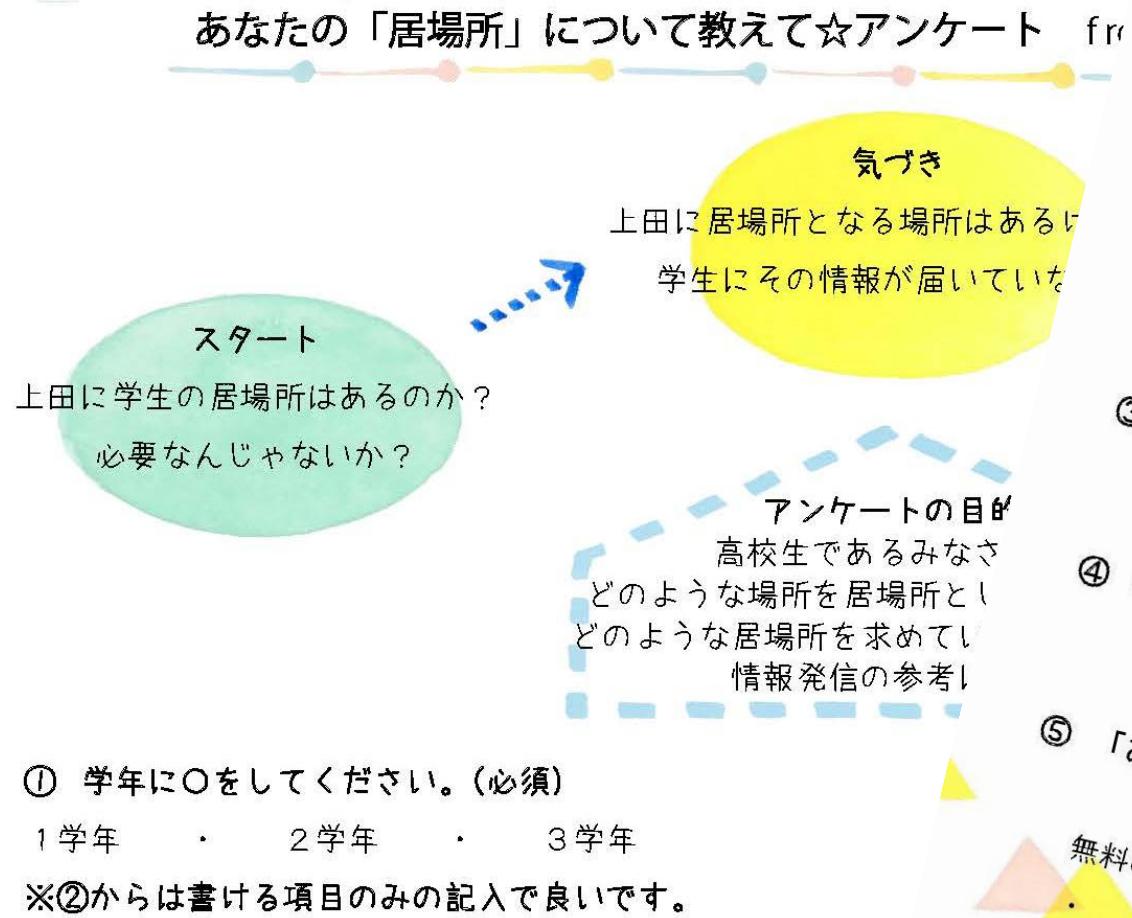
新たな視点

若者の声を反映できた
いない。当事者の声を
集めることが必要



高校生にアンケート調査実施する

Step 1 あなたの「居場所」教えてアンケートを実施（回答470名）



- ② 上田市内でよく行く好きな場所はどこですか。（※場所＝カフェ・お店・学生向け施設、公園）
- ② で書いた場所は、いくつ行くことが多いですか。あてはまる項目に○をしてください。
放課後 · 休日昼 · 休日夜 · その他（）
- ③ あなたがほっとできる、心地よいと感じる場所はどこですか。（②と重複してもかまいません）
- ④ あなた自身はどのようなときにはほっとできる、心地よいと感じますか。
「あったらいいな」と思う居場所について、あてはまる項目に○をつけてください。（複数回答可）
- ⑤ 無料の施設 · 飲食できる · 同世代と交流できる · 静かに読書できる · いろんな世代の方と交流できる
⑥ 具体的にこういう居場所があったら行きたい
Wi-Fiがある

Step 1 あなたの「居場所」教えてアンケートを実施（回答470名）

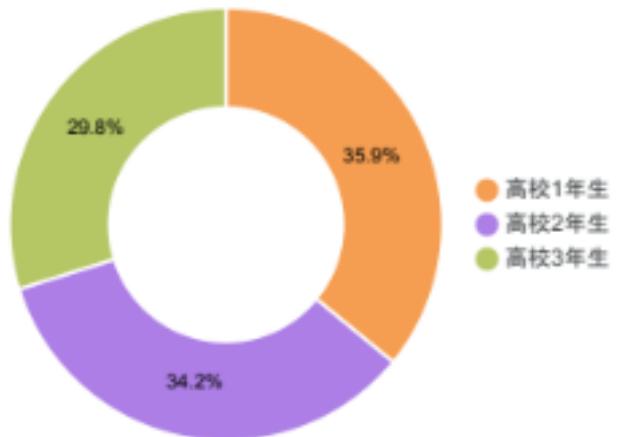
高校生「居場所」アンケート（回答）まとめ

丸子修学館高校
実施期間：2025年7月24日から8月21日
実施方法：Google Formへの入力、プリントへの記入
回答数：379
1年生：158
2年生：122
3年生：102

さくら国際高校
実施期間：2025年7月24日
実施方法：プリントを配布し記入
回答数：91
1年生：12
2年生：40
3年生：39

アンケート内容
①学年を選んでください
②上田市内でよく行く好きな場所はどこですか？（場所＝カフェ、お店、学生向け施設、公園など建物のない場所でもOK）
上記②の場所はいくつ行くことが多いですか？
③あなたがほっとできる、心地よいと感じる場所はどこですか？（②と重複しても構いません）
④あなた自身はどのような時にほっとできる、心地よいを感じますか？
⑤「あったらいいな」と思う場所について、当てはまる項目を選んでください。（複数回答可）
⑥具体的にこういう場所があったら行きたいという希望があつたら書いてください。
⑦あなたの趣味（好きなこと）や興味があることを教えてください。

①学年を選んでください

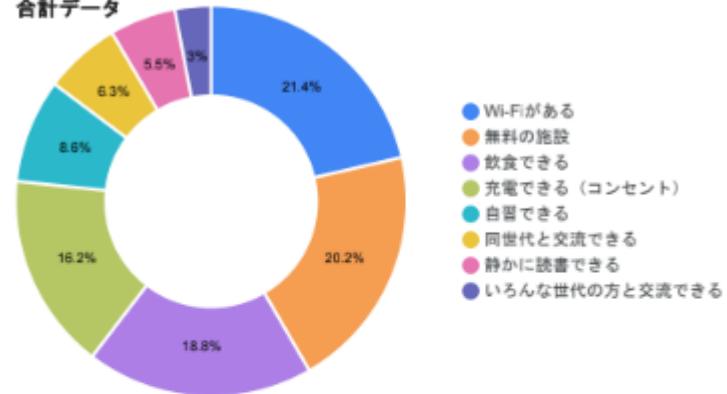


合計回答数

470

⑤「あったらいいな」と思う場所について、当てはまる項目を

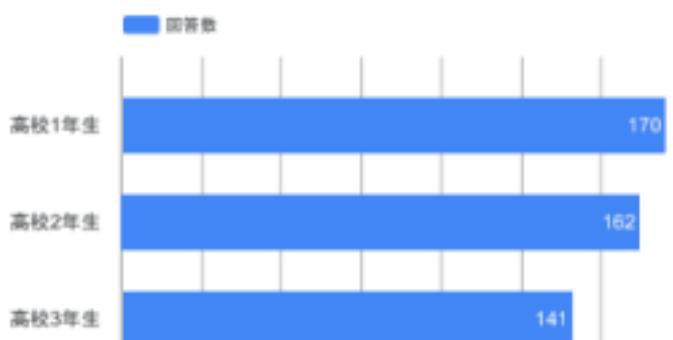
合計データ



1. Wi-Fiがある
2. 無料の施設
3. 飲食できる
4. 充電できる（コンセント）
5. 自習できる
6. 同世代と交流できる
7. 静かに読書できる
8. いろんな世代の方と交流できる

336
318
295
255
135
99
86
47

1-8/8 < >



From 上田未来会議「居場所チーム」

「居場所」について高校生470名に聞いてみた！

「上田未来会議」とは

多世代で話し合いながら地域の問題を発見し、課題解決策を考えていく場です。

「居場所チーム」の今までの歩み

気づき

上田に居場所となる場所はあるけれど、学生にその情報が届いていない！

スタート

上田に学生の居場所はあるのか？
必要なんじやないか？

今年の活動目標

上田にある居場所を、高校生や大学生に向けて
情報発信する！

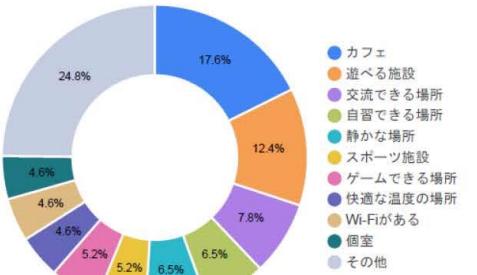
なぜ？？

アンケートの目的
等身大の高校生は
どのような場所を居場所としているのか、
どのような居場所を求めているのかを知り、
情報発信の参考にしたい！

アンケートは丸子修学館高校とさくら国際高校の生徒さんに、回答していただきました！ご協力ありがとうございました！

Q4

具体的にこういう場所があったら行きたいという希望を書いてください



1位 カフェ

2位 遊べる施設

3位 交流できる場所

回答の一部内容

カフェ

- ・ネットカフェ
- ・長時間ゆっくりできる
- ・放課後に気軽に行ける
- ・自習できる・オシャレ

遊べる施設

- ・室内・友達と遊べる
- ・フリーWi-Fiを増やしてほしい
- ・お金がなくても行ける場所

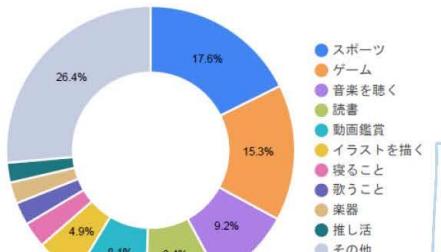
交流できる場所

- ・趣味で交流できる
- ・同世代、色々な人と交流できる
- ・図書館と違って静かすぎず、
気をつかわず、人と会話ができる

and more.....

Q5

あなたの興味（好きなこと）や興味があることを教えてください



1位 スポーツ

2位 ゲーム

3位 音楽を聴く

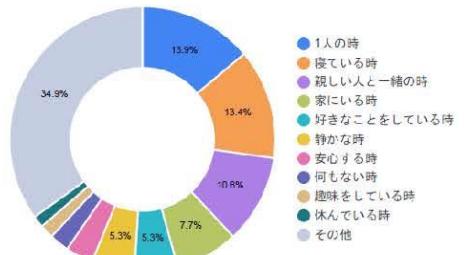
スポーツは野球が一番人気で、続いてバスケット、バドミントンでした。動画鑑賞では、アニメや映画を見ている人が多く、楽器ではギターを弾く人が多いようです。ゲーム制作や動画制作など、自分で何かを作ったり、何か好きなものを集めたりするのが好きな人もいました。

Next: 居場所の情報発信&学生が入りやすいように居場所となる施設にオリジナルステッカーを配布する！

Q1

あなた自身はどのような時にほっとできる、心地よいと感じますか

- 1位 1人の時
- 2位 寝ている時
- 3位 親しい人と一緒にいる時



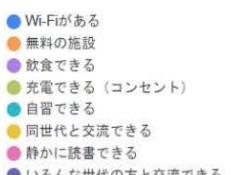
静かにゆっくりまったりしている時にほっとできる人が多い傾向です。「1人の時」「寝ている時」の内容については「何も考えずに」「何もせずに」という言葉がつけられている回答が目立ちました。「親しい人」の内訳は、友達が多く、その次に家族があげられていました。「風に乗ってくる時」「すべてをやりきった時」などの回答もあり、素敵でした。ほっとできる時は人それぞれであるということがわかりました。

ほっとできる心地よいと感じる場所も「自宅」が1位でした。

Q3

「あつたらいいな」と思う場所について当てはまる項目を選んでください

- 1位 Wi-Fiがある
- 2位 無料の施設
- 3位 飲食できる
- 4位 充電できる
- 5位 自習できる

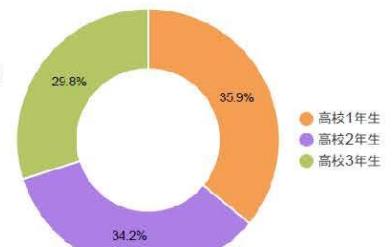


この項目の中で高校生自身が求める条件に○をつけてもらいました

バランスよく1~3学年の生徒のみなさんが回答してくださいました
(回答期間: 2025年7月下旬~8月下旬)

一人ひとり丁寧に自分の言葉で詳細に回答していただきました。◆ここでは大まかにカテゴリー分けをして掲載していますが、詳細な部分も居場所を発信する上での貴重な情報として生かしていきます。

学年の内訳

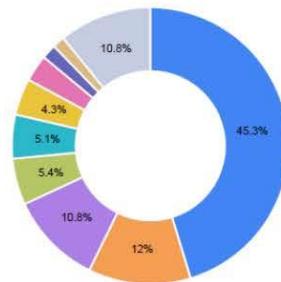


いよいよアンケートの結果発表!

Q2

上田市内でよく行く好きな場所はどこですか

- 1位 アリオ上田
- 2位 カラオケ
- 3位 イオンスタイル上田
- 4位 カフェ
- 5位 公園



いつ行くことが多いですか

- 1位 休日の昼
- 2位 放課後
- 3位 休日の夜

その他にも・・・

いろんな本屋さんの名前があがっていました。また、まちなかキャンパスうえだ・上田映劇・上田城跡など地域ならではの施設もみなさんよく知っていて利用している様子でした。

大人たちへ⇒高校生・大学生にお勧めしたい居場所アンケートも実施

【貴方がお勧めする若者の居場所を教えてください。ご協力をお願ひ】
（以下）は、昨年までの上田未来会議で、3年間、継続して
（以下）より、今年から実践チームに移行
（以下）を発信する

【貴方がお勧めする若者の居場所を教えてください。】

私たち「居場所チーム」は、昨年までの上田未来会議で、3年間、継続して組み、上記の図のような話し合いの経過をたどり、今年から実践チームに移行。今年の活動目標を「居場所の情報を高校生や大学生に向けて発信する」とおり現役高校生に「居場所に関するアンケート」を実施し、実際の声をお聞き。居場所に関するアンケート実施内容○

○国際高校(1~3学年、91人回答)、丸子中学校(1~3学年、100人回答)とのことです。

7月下旬。高校生対象:さくら国際高校
その結果、学生たちが求める居場所は、下記の【参考】のこと。
これらが現役高校生の求めている場所です。
このことについて、貴方が、上田市内で高校生・大学生の居場所として
居場所情報を参考にさせていただきます。ご協力をお願いします。

「若者の居場所」情報
回答期限 令和7年9月10日(水)
問合せ・返信先 上田未来会議事務局：上田市政策企画部学園課
E-mail : gakuen@city.ueda.nagano.jp
又は②テキスト文

2 問合せ・返信ルート
メール gakuen@er...
①以下に記入しメールで返信、又は②ナイス
3 返信方法
4 記入欄「お勧めする場所」は多いほどありがとうございます。欄が足り
ません。

※もしも、理由やお勧めのポイントがありましたら()書きでご記入例:○○駅前のカフェ(雰囲気が良い)、□□公園(一

「若者にお勧めの居場所」(未来会議参加者からの「居場所」情報)

2025.9.13

- ・珈琲 木の実（雰囲気が良いから）/喫茶・お食事 ニュー ピーナス（学生だといろいろ優遇されるため。店員の方がフレンドリーだから）by 滝澤 東治さん

○・上田市常田：宮桜の湯（街中の人情溢れるお風呂に友人と浸かりながら、語らいあえる場所です。大将も女将さんも優しい！）

・上田市中央：上田映劇・トラウムライゼ（高校生までは 500 円、大学生は 1000 円という安さで映画をみることができます。たまには流行りのものから抜け出して、何かに没入してみませんか？）

・上田市神畠：食事処「かめや」（何を食べてもおいしい、おなかいっぱいになれる食堂。価格も比較的安価で、優しい気持ちになれるお店です！）

・上田市上室賀：室賀温泉 ささらの湯（お風呂に浸かりながらリフレッシュ！広い休憩所があるので、風呂上がりの読書や勉強もできますよ！）by 中島冬陽さん

○・上田駅周辺のカラオケ（駅近くで時間がある時に寄ることが出来る）、
・お花し支援プロジェクト（学生ボランティアとして訪問ボランティアをしているが、私にとっても、地域と関われる居場所となっている。by 鈴木綾花さん

○・公共での利用：図書館、公民館、サントミューゼ、大学図書館、創造館、パレオ
・市役所の大手ラウンジ、つむぎラウンジ、まちのアトリエ
・各自治会の集会所（みすず台北では、1児童の勉強の遅れを週1回指導している）
・商工会議所のロビー（スペースを解放してほしい）
・519worklodge（技術研修センター）⇒ 有料
・スーパー…………アリオ、イオン
・量販店…………ニトリ、ケーズデンキ、ヤマダ電機などの 1F フロア
・ファミレス…………サイゼリヤ、ガスト
・海野町界隈…………喫茶「故郷」（Wi-Fi なし、色々出て来る不思議なお店）by 畑上綾子さん

○・上田市内で高校生・大学生の居場所で御座いますが、社内の関係者のお子様の事例をお聞きするとアリオ上田などが多く意見として御座いました。
・その他、パレオの図書館なども有るのかなと思いました。
・徒歩・自転車圏内では若い方々が集まる場所はあまり多くないかなと感じています。
by 和田照久さん

○・若者の居場所、検討がつきませんが、図書館とか交流もできるようになればいいのではないかでしょうか。スタバで多くの高校生、大学生を見かけます。
・無料のサードプレイスがあれば良いのでしょうか。
by 宮下ゆう子さん

続々と学生が求める居場所のアンケート結果からおすすめの居場所が集まってきた。

- ・ おすすめの場所
42か所
- ・ 公共施設
公民館 図書館
などなど

アンケートを基に居場所シール原案を作成

居場所シール案

シール制作の目的

- ・学生に上田市内の居場所を認知してもらうための目印

何を伝えたいか

- ・街中で学生に気づいてもらう
- ・居場所に行ってみたいと思える楽しい雰囲気を伝えたい

備考

- ・シールの周りに、「Free Wi-Fi あります」「充電できます」
- 「同世代と会える場所」など居場所のイチオシポイントをシールで貼る

案1：ほっとできる居場所をアピール



- ・アンケートで一番ほっとする場所は自宅という回答
- ・「家」をイメージした案
- ・落ち着ける、ほっとできる居場所のイメージを伝える
- ・また、旗で楽しい場所のイメージも伝える

- ・アンケートでカフェが欲しいという回答が多かった
- ・「カフェ」をイメージした案
- ・ほっとできる居場所ということで「ほっと」を強調
- ・ねこや動物が好きな学生にもアピール



案2：色々な活動ができる居場所をアピール

- ・アンケートでは外の居場所で友達と過ごす学生が多かった
- ・楽しく交流できるイメージを伝える
- ・HOTに「ほっとできる」「旬な」2つの意味をかけている
- ・色々な人がいてもOKなイメージ

- ・学生が居場所に求めるものは、無料 Wi-Fi や充電できるか、自習 OK かなど、利便性を求める回答が多かった
- ・居場所でできることを背景にイラストで配置
- ・居場所には学生の求めるさまざまな機能があることを伝える

Step2 ステッカーデザイン決定に、学生投票真っ最中！

NEXT

アンケートのご協力ありがとうございました！
みなさんが回答してくれた結果をもとに、これから学生が利用しやすく、居場所としても使えるお店や施設が一目でわかるように、ステッカーを掲示してもらえるようお店や施設にお願いをしに行きます！
そのステッカーのデザインを高校生であるみなさんに決めてほしいです☆
よろしくお願いします！

現在 ①と③のデザインが人気です！



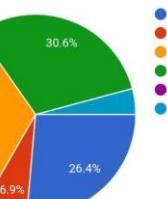
「学生の居場所ステッカー」アンケート

質問 回答 72 設定

「このステッカーが貼ってあつたら、お店・場所に入つてみたいな」と思うデザインをひとつ選んでください。

*完成度を高めるため、デザインはさらに調整する可能性もございます。

72 件の回答



↓この QR コードを読み取ると
すぐに回答できます。(11/14 締切)



ネットがつながらない人ややり方がわからない人は、このリストの気に入ったデザイン1つに直接○を付けて、担任まで提出してください。(名前は不要です)

ご協力お願いします！



by 上田未来会議「居場所チーム」

(デザイン案)

高校生・大学生に「ほっとできる、落ち着ける居場所」「学生ほっとスペース」を紹介するためのステッカー案です。

「このステッカーが貼つたら、お店・場所に入ってみたいな」と思うデザインをひとつ選んでください。

*完成度を高めるため、デザインはさらに調整する可能性もございます。



居場所リスト作成中！

⇒掲載許可を取りに手分けで、お店や施設へ依頼周りを現在実行中(‘o’*) 3 3

**高校生・大学生におすすめしたい
学生ほっとスペース上田**

上田市内で学生がほっとできる居場所のリストを作成しました。おすすめコメントと一緒に、「ゆっくり過ごせるカフェ」「友達と一緒に過ごしたい時」など、過ごし方に合わせて紹介します。ステッカーが貼ってある居場所もあるので、ぜひ行ってみてください！

こちらのリストは、高校生のアンケート、未来会議の参加者の皆さんからいただいたおすすめの情報を元に作成しました。ステッカーは高校生の皆さんにアゲートを行い、6案の中から選んでいただきました。ご協力ありがとうございました。

友達と一緒に過ごしたい時

- アリオ上田 フードコート** 上田市天神が5-1 無料Wi-Fi 飲食できる 学割あり 電源あり 無料の施設
- ファミリーレストラン デニーズ 上田店** 上田市中央西2-4 無料Wi-Fi 飲食できる 学割あり 電源あり 無料の施設
- ファミリーレストラン いっちゃん** 上田市小林1205-6 1F 無料Wi-Fi 飲食できる 学割あり 電源あり 無料の施設

温泉・銭湯でほっとひと息

- まち公園** U-2034 公共施設 一軒貸切のエリアなみびり過ごせる
- 創造館の体育館** 上田市上田原1040 公共施設 貸切がない場合に個人利用できます。1人1時間60円。ネットや卓球台は210円で利用可
- 別所温泉 あいのめの湯** 上田市別所温泉55 無料Wi-Fi 飲食できる 学割あり 電源あり 無料の施設
- 真田温泉健康ランド みれあい真田館** 上田市真田町高木350-1 6種類の温泉が楽しめるほか温泉プールやトレーニングルームも併設。食事処や休憩室もあります

温泉・スパ UU ueda 上田市布住79-12 10月にオープン。温泉やスパ、サウナ、ジム、レストランが併設されている。学割あり

北向観音堂 上田市天神3丁目15-16 ここから見える塙田平の夜景が綺麗。上田の魅力の一つだと思います

市街地のおすすめレトロ喫茶

- タリーズコーヒー 上田大屋店** 上田市 大屋1-5 無料Wi-Fi 飲食できる 学割あり 電源あり 無料の施設
- 甘味処 雪屋 Conco** 上田市 天神1-3-3 無料Wi-Fi 飲食できる 学割あり 電源あり 無料の施設
- スターバックス 上田中央店** 上田市 中央北2-8 無料Wi-Fi 飲食できる 学割あり 電源あり 無料の施設
- 食事処 がめや** 海野原上田市海野原120-3 美味しくてお腹いっぱいになります。価格も比較的の安価で、優しい気持ちになれるお店
- カラオケ JOYJOY 上田材木町店** 上田市常田8-5-05 学割や無料Wi-Fiがあり学生に人気のカラオケ店。ダーツやビリヤード、卓球もできる
- ケ ねこ 1店** 上田市中央2-11-20 無料Wi-Fi 飲食できる 学割あり 電源あり 無料の施設
- カラオケ BanBan 上田店** 上田市常入1-18-52 無料Wi-Fiあり。ソフトクリーム食べ放題のサービスもあります。飲食持ち込みOK
- 交流芝生広場 サントミューザ** 上田市天神3-15-15 公共施設 アリオ上田向かいのサンミューザにある広場。芝生が気持ちいい。ベンチもある
- まちなかキャンパス うえだ** 上田市中央2-5-10 公共施設 市内の大学が共同で運営。イベントスペース、学習スペースがある。同世代と交流できる
- 公共施設 フリー-スペース あつたまるご** 上田市上丸子260 誰でも利用OKのフリースペース。自習や、サークルの打ち合わせなどに最適の場所
- キングルodge** 上田市中央2-10 無料Wi-Fi 飲食できる 学割あり 電源あり 無料の施設

**他で紹介している場所で
自習おすすめの居場所**

- ・アリオ上田のフードコート
- ・タリーズコーヒー 上田大屋店
- ・スターバックス 上田中央店
- ・食事処 いっちゃん
- ・まちなかキャンパス うえだ
- ・公共施設 フリー-スペース あつたまるご
- ・キングルodge

これからの展開・展望

- 1 ステッカー・居場所リストの印刷
・市民ICT推進センター（愛称：iプラザ）等に制作協力を依頼予定
- 2 「居場所ステッカー」「学生アンケート結果」「居場所ガイド」を市内の施設や高校・大学へ設置
- 3 「信州上田 若者ウエルカムマップ」
居場所の情報をマップ化して発信(妄想中)

2

市内の施設や高校・大学へ設置



居場所や施設、お店に
ステッカーを貼っていただき
学生に周知と入りやすく誘導



3

「信州上田 若者ウェルカムマップ」

居場所の情報をマップ化して発信



『番外編』長野県主催のまちむら寄り添いファシリテータ養成講座vol.8 実践事例で発表させていただきました。



2. 上田未来会議で検討した若者の居場所づくりプロジェクトについて

齊藤加代美さん（上田未来会議 プロジェクトチーム「居場所」）

プロジェクトを運営する難しさや課題、それをどう乗り越えたかについて共有していただきました。行政に望むばかりではなく、自分ごと化すること、チームで目的を共有すること、メンバーの得意を活かして活動することが大切だと気付いたとのこと。今後の運営ではマンパワー不足、運営資金、活動の継続が課題となっているということも共有していただきました。

出典：開催レポート（県HPより）

これからの働きかけ

学生アンケート結果を貴重な情報を元に
公共施設・民間施設へ働きかけ



「学生が求める居場所の居心地よさをアップ UPI」

(例)

- ・上田市の青少年行政とのタイアップの可能性を探る
- ・公民館、図書館等への働きかけ
- ・民間施設へ協力も仰ぎ、協働できることの市への働きかけ

気づきと課題

○大型ショッピングモールのフードコートは、学生たちにとったらとても心地よい居場所であるが、**本来の目的はお客様の食事の場所であり、厳しい現実に直面している。**また、**上田は他地域に比べて学生の利用が多いほうであると伺った。**



万が一、フードコートの利用制限がかかると学生の自習するなどの居場所が少ない上田において、**実習難民化することは免れない。**

- 運用資金⇒上田市活力ある支援金 長野県元気づくり支援金などの資金を得て、継続事業へと。
- ボランティアベースだけでは、持続可能ではない。
- マンパワー不足

まとめ

若者の居場所 を 「見える化」



若者がそれぞれ
「心地よい場所」を
見つける



学生が楽しめる町
若者が戻ってきたい町 上田

