



申込はこちら

申込期間

10月期コース
2025年9月1日(月)～9月23日(火)17時
12月期コース
2025年11月1日(土)～11月30日(日)17時

鎌倉FiKA 2025

自分に出会う6日間

鎌倉の自然のなかで
ゆったりと焚き火を
囲んで語らいながら、
自分が抱えていた
思いや声に少しでも
耳を傾けてみませんか。
対話や表現を通じて、
自分自身を見つめる
6日間のプログラム。

ありのままの
あなたで大丈夫。

全6回 各コース
定員20名

10月期コース
2025年10月～11月

12月期コース
2025年12月～2026年1月

各コースの内容に違いはありません。全てのプログラムに参加できることが望ましいです。

*海岸での焚火は、神奈川県藤沢土木事務所と鎌倉消防署に届出を行っています。*申込者多数の場合は選考後、結果をご連絡させていただきます。なお、締切時点で定員に満たない場合は、二次募集を実施いたします。

鎌倉 FiKA2025

— 自分に出会う 6日間 —

6日間のプログラムを開催いたします。

不確実性が高まる社会、先行きへの不安を強く感じる方も多いのではないのでしょうか。
鎌倉 FiKAは今年で 5年目。鎌倉の自然のなかでゆったりと語らいながら、自分が抱えていた
思いや声に耳を傾ける時間を過ごします。うまく話せなくても大丈夫。参加者一人ひとりが
プログラムを通して、自分自身の思いに気づき、ありのままの自分を確かめ、進む道を見つけ
るきっかけを講師と一緒にさがしませんか？

これまでの取り組みを含め鎌倉 FiKAについてはこちら>>

鎌倉 FiKA



(参加対象)

義務教育を終了した **15歳** 以上
市内の在住・在勤・在学者が対象です。

すべてのプログラムに参加
できることが望ましいです

各コース
定員 20名

無料
参加費

詳細は QRコードより申込フォームをご覧ください。

申込者多数の場合は年代・性別などの
バランスを考慮して選考します。
(一部、応相談)

(プログラム)

焚き火を囲んでの対話や室内での表現、街歩きを通じて、ありのままのあなた自身を確かめていきます。
2ヶ月間、合計 6日間。[10月期コース][12月期コース] とも各プログラムの内容に違いはありません。

10月期コース

- | | |
|-----|---|
| 1日目 | 2025年 10月 4日(土) 10:00-14:00
対話 @エキマエ大船ビジネスポート
ハイウェーブ |
| 2日目 | 2025年 10月 5日(日) 10:00-14:00
対話 @きらら腰越(腰越学習センター) |
| 3日目 | 2025年 10月 10日(金) 16:00-19:00
焚火対話 @材木座海岸 |
| 4日目 | 2025年 10月 25日(土) 10:00-14:00
鎌倉歩き @鎌倉・北鎌倉周辺 |
| 5日目 | 2025年 11月 7日(金) 16:00-19:00
焚火対話 @材木座海岸 |
| 6日目 | 2025年 11月 16日(日) 10:00-14:00
対話 @エキマエ大船ビジネスポート
ハイウェーブ |

12月期コース

- | | |
|-----|---|
| 1日目 | 2025年 12月 13日(土) 10:00-14:00
対話 @エキマエ大船ビジネスポート
ハイウェーブ |
| 2日目 | 2025年 12月 14日(日) 10:00-14:00
対話 @エキマエ大船ビジネスポート
ハイウェーブ |
| 3日目 | 2025年 12月 19日(金) 16:00-19:00
焚火対話 @材木座海岸 |
| 4日目 | 2025年 12月 27日(土) 10:00-14:00
鎌倉歩き @鎌倉・北鎌倉周辺 |
| 5日目 | 2026年 1月 9日(金) 16:00-19:00
焚火対話 @材木座海岸 |
| 6日目 | 2026年 1月 18日(日) 10:00-14:00
対話 @エキマエ大船ビジネスポート
ハイウェーブ |

- | | |
|------|--|
| 対話 | カードなどを使ったワークを楽しみながら、お互いの異なる視点を見出し、自分や他者に向き合うプログラム。 |
| 焚火対話 | 夕方の海岸で、焚火を囲み、火を見つめながら、他者と共鳴し、自分を開いていくプログラム。 |
| 鎌倉歩き | 鎌倉のまちや自然の中をみんなで歩きながら、さまざまな発見をしていくプログラム。 |

天候や都合によりプログラム内容(日時・場所)が変更になる場合があります。海岸での焚火は、神奈川県藤沢土木事務所と鎌倉消防署に届出を行っています。

(講師陣)

生きることがわくわくした学びに変わる

いもいも <https://imoimo.jp>

いもと はるひさ

いもいも主宰 **井本陽久**

1969年、神奈川県生まれ。東京大学卒業後、母校栄光学園数学教師になる。思考力教室「いもいも」主宰。
「いま、ここで輝く。」(エッセンシャル出版社)や「プロフェッショナル仕事の流儀」(NHK) など多くの本やテレビで紹介される。
鎌倉 FiKAでの講師は 5年目となる。



(申込方法)

申込フォームよりお申込ください。申込者多数の場合は選考後、結果をご連絡いたします。

申込
期間

10月期コース
2025年 9月 1日(月)～ 9月 23日(火)17時
12月期コース
2025年 11月 1日(土)～ 11月 30日(日)17時



申込
はこちら