



# 学校だより

令和7年度11月号  
令和7年11月11日  
校長 小澤 秋仁

<http://www.kiyose.ed.jp/kiyosetyuugakkou/index.html>

## 受け身

校長 小澤 秋仁

柔道の全日本体重別選手権が11月1日2日に行われました。“78kg級の梅木真美選手は4試合全て一本勝ちの優勝”とニュースで報じておりました。ポイント狙いの試合が増加傾向にある昨今の柔道界に抗うように、気持ちよく一本勝ちを披露しました。「挑戦者の気持ちで」と語る謙虚な姿勢が、彼女に連覇を呼び込みました。「柔道の基本は受け身。受け身なくして成長なし。」私の中学校時代、体育の授業担当で柔道部顧問である教員が語っていた格言です。授業では受け身の練習を繰り返しました。何故受け身が基本なのか、「受け身は失敗を恐れない練習であり、投げられても痛さやケガから自分を守り、己だけでなく相手も怪我から守るためだ。」というのです。また、「相手が思い切り技をかけ上達できるよう、受け手が適切に受け身を取らねばならない。」受け身は投げ手の上達を支援するのです。

実は、その中学校の同級生である筈川幸司さんを本校の“伝える力”の育成のために講師としてご協力いただきました。彼はNPO法人日本語スピーチ協会理事長として、世界54カ国、200以上の都市を周り、日本語教育を中心とし、“伝える力”について、ワークショップを通して受講生たちを鍛えています。かつて中国の北京大学、清華大学で教鞭をとられ、“筈川メソッド”という独自の教授方法で日本語コンテストの優勝者を200人以上輩出した方です。外務大臣賞や文化庁賞なども受賞しています。



当日、褒める練習からスタート。筈川さんの声に続き復唱しました。続いて、二人組になり褒め合いました。相手の良いところを伝えていく“ポジティブ・フィードバック”を実践しました。考えてみると“褒める”練習などしたことがありません。褒めることも練習しなければ上手くなれないと気付かされました。続いて生徒に配布した文章を、筈川さんが一人芝居で読み上げ、生徒は気になる部分をチェックしました。チェックした内容を二人組になり、伝えます。その際に、「気に入った理由と、自分の経験の中からそれにまつわるエピソードを語る。」という指示が出ました。これがスピーチの基本となるとのこと。どんなスピーチも理由にエピソードを加えると説得力が増すというのです。相手を変えて繰り返し“気になったところ”をスピーチしました。「政治家など、スピーチが上手いといわれる人は、同じことを何度も話しているから。基本の型を何度も繰り返す。型が身につけば、自分で工夫し型破りのスピーチができるようになる。型がないスピーチはカタナシに過ぎない。」始めは躊躇してなかなか語れなかった生徒たちが、回数を重ねるごとに声が大きく、表情が豊かになっていったのです。

筈川さんが“ポジティブ・フィードバック”を大切に、取り入れる理由はご自身の30年前の体験によるのです。

ハラスメント全盛期に、息苦しさを感じて海外へ飛び出しました。そこで見つけた答えが「ポジティブ・フィードバック」でした。教師も学生も、互いを励まし合う言葉を使うだけで、教室の空気が一変しました。放課後、クラスメイトの関係、先輩後輩の関係も良くなりました。誰かがマウントを取ろうとしたら、まわりが「すごいね!」「よくできたね!」と褒めてしまうので、その“マウント”もすぐに静まります。ネガティブな言葉を口にする人がいたら、まわりが「大丈夫」「気にしないで」「あなたのいいところたくさんあるよ」と声をかけるので、「仲間はすれにするな!」と言わなくても、自然と仲間はすれがなくなりました。

“ポジティブ・フィードバック”は、雰囲気も、そして人も変化させるのです。

相手を変えて短いスピーチの回数を重ねると、慣れてきたのか内容に広がりや深みが増していきました。筈川さんによれば、相手のスピーチの良い所や、隣のペアから聞こえてくる言葉を意識的にあるいは無意識に取り入れることで磨き上げられるとのことでした。そして次のように強く語ったのです。「受け手が目を開き笑顔で傾聴すること。受け手が笑顔なら話し手が思い切り失敗することができる。安心して失敗できる環境は、スピーチの上達を加速させる。」

“伝える力”は受け手の笑顔による受け身によって上達し鍛えられるのです。

次は長いスピーチへと難度を上げます。慣れてきましたが謙虚に“挑戦者の気持ち”で柔らかな笑顔に語りかけます。

## 清瀬市ビブリオフォーラム

本校では、1学年と2学年で、ビブリオバトルを行いました。それぞれの大会で勝ち抜いたバトラーが、10月18日(土)に行われた清瀬市ビブリオフォーラムに参加しました。

1年生代表作品は、永田美絵著“星座と神話大じてん”です。「夜空に輝く星たちに物語がある」と説明。星を繋いで作られた星座と、それに関連するギリシャ神話の世界を解説する事典を紹介しました。



2年生代表作品は、結城真一郎著“#真相をお話します”「名探偵が登場しません。」さらに「真相は一つだけではないのです。」と紹介。興味を誘う発表でした。



## 赤ちゃんのチカラプロジェクト

10月17日(金) 子育てネットワークピッコロさんのご協力を賜り、3年生を対象に“赤ちゃんのチカラプロジェクト”が行われました。1時間赤ちゃんの事を学んでから、実際に赤ちゃんを抱いてみる活動です。遠慮がちな生徒が赤ちゃんの笑顔に誘われるようにあやしたり抱いたりしていました。泣き出す赤ちゃんを懸命に笑わせようとする姿に心が和みました。みんなそうやって、いろいろな方々に、抱きしめられ愛されてここまで成長してきました。赤ちゃんの笑顔と早めの鼓動に命を感じました。



## 小中連携 清瀬小運動会ボランティア

10月4日(土) 清瀬小学校では運動会が行われました。かつて、自分らが小学校時代にやってもらったよ



うに、今度は自分が中学生として、「お手伝いをしたい」と、清瀬中の生徒36名がボランティアに名乗りを上げました。トラックラインの修正、用具の準備回収、椅子の脚ふきなど、お手伝いをしました。持続可能な循環型の関係が構築できつつあります。

## CS 委員会

10月18日(土)第3回CS委員会を開催しました。火の花まつりボランティアについての振り返り、図書館開放について、チューリップ植栽活動について、今後の清瀬中の教育活動など意見を交換しました。



## 学校支援本部 英語検定・漢字検定

学校支援本部のご協力により、10月3日(金)に第2回英語技能検定、24日(金)に第2回漢字技能検定を本校にて行うことができました。本校では資格検定試験の受験を推奨しております。資格取得は自信にもつながります。ぜひとも次の機会は挑戦してみてください。



## 新生徒会による生徒集会

10月23日(木)に新生徒会発足に伴い、認証式を行いました。新生徒会長に続き、本部役員、専門委員会委員長、学級委員長、議長が全校生徒の前で就任の挨拶と方針演説をしました。

