

ボラステ白熱プログラム

ワクドキの五限 応用編～学び×体験で地域にトビタテ！～

<対象> 全学科学生

<場所/時間> 4号館 101 教室、多目的ホール他/16:30~18:00

<内容> 1/12 (木) カミシバイ方式プレゼンテーション 【松田 道雄先生】
1/19 (木) 動作法/リラックス体操 【三好 敏之先生】
1/26 (木) スポーツ×ボランティア!? 【新明 純平君(学生)】
【佐藤 司さん(職員)】

ボランティア活動や、地域とのつながりについて学生と教職員と一緒に学びあう講座「ワクドキの五限」。11月の入門編に引き続き、1月に応用編が行われました。

【第1回 講師：松田道雄先生】

今回のテーマは、「カミシバイ方式プレゼンテーション」。

その核心である「文字（書かれたもの）と口（目の前の人とおしゃべり）のバランス」について学びあいました。

まず一枚の紙に「生きるうえで大切にしていること」を書き、なぜそう思うのかひとりひとり発表していきました。「食事」、「コミュニケーション」、「人とのつながり」、「譲らないこと」、「決断力」など、これまでの自身の経験を振り返り、様々なことを出し合いました。

それらを踏まえて今度は、学生と教職員が二人一組になり、話をより深めていきました。相手に教え、共感し、キーワードを書き出して話を共有するなど、目の前にいる相手からもたくさんの学びを得られることに気づきました。文字を見せながら話すことで、話のポイントがより明確になり、わかりやすく伝わります。これからのボランティア活動や地域との関わりに活かすことができそうです。

効果的に伝えるために、文字と口頭では、どんな場面で、どのように使い分けるといいでしょう？



学生と職員でペアを組んで話しました。「普段関わっていても、ここまで深く話す機会は初めて」という声も。

【第2回 講師：三好敏之先生】

今回のテーマは「からだところのつながりについて」。『動作法』を通じた人との関わりについて学びました。

『動作法』とは、心理学療法のひとつです。「このころの不応は必ずからだの不調としてあらわれる」といわれています。からだの不調を自分で解消し、自由に動かせるようになれば、こころも落ち着いてくるというものです。



講師の三好先生の指導の下、二人一組で、動作法（リラックス体操）を学び、実際に上げ下ろしや足首ゆるめなど簡単な体操を行いながら、相手が正しく身体を動かしているかどうかの確認や自分自身のからだところを理解することができました。

今回の講座には、地域の方も参加してくださいました。からだが思うように動かない、こころが疲れている人の力になりたいと、日頃から感じている方と一緒に学ぶことができ、大変有意義な学習会となりました。

ました。

また、講座に三好先生と参加したゼミの学生たちは、名取市内の仮設住宅で、日頃から動作法を実践しています。お互いに身体の動きにくいところを確認しながら声を掛け合い、学びを深めている様子でした。



身体のどこが硬くなっているか、動かすに
くいか…手を当てたり、軽く押しながら確
認をしていきます。



初体験でも「ここかな？」と探りながら、ま
た声を掛け合いながら、少しずつコツを体得
していききました。

【第3回 講師：現代社会学科4年 新明純平さん/大学事務局 政策企画室 佐藤司さん】

3回目の講座には、2人の話を聞こうと20人近くの学生・教職員が集まりました。テーマは「スポーツボランティア」。活動を通して、学んだことや大切なこと、私たちの知らないスポーツボランティアの世界について話しました。

『昔の俺みたいになるな!!』と人気テレビ番組風に発表した新明さんは、スポーツボランティアに出会う前までは「めんどくさいかも…?」、「そもそも興味がない…」とマイナスのイメージを持っていたそうです。

しかし、ワールドカップバレー仙台大会や、尚絅学院大学総合型地域スポーツ絆-KIZUNA-の「グランドゴルフ教室」等でのボランティア活動を通して、たくさんの人との交流が増え、「何事もやってみないと分からない」、「経験からのみ得られるものがある」と語り、「知らないことを知ろうとする行動力」、「一歩踏み出す勇氣」が大切だと伝えました。

佐藤さんは、高校時代、野球部のマネージャーだったことや、尚絅学院大学の学生だった頃から続けている、仙台市内での様々なスポーツボランティアの経験を踏まえて、スポーツ



を「支える」楽しさややりがい、多くの人と交流できるチャンスなどについて、語っていただきました。

また、2020年に開催される東京オリンピック。そこに自分はどうに関われるのか、そのために今日からできることは何かを考え、身近に携われるスポーツボランティアはたくさんあることを伝えました。



グランドゴルフ講座でお世話になっている先生もかけつけ、感想をお話いただきました。



「司さんに誘われてボランティアを始めました」という新明君。尚絅の先輩後輩でもある2人で記念撮影!

文：表現学科4年 渋谷佳代
(連携交流課 ワークスタディ学生)