

理科遠足レポート

「災害に備えるために」

四月十九日土曜日、創学舎創立四十周年企画の第二弾として、**小学生対象の理科遠足**を実施しました。当日は少し暑かったものの天気に恵まれ、絶好の遠足日和となりました。

今回向かったのは、つくば市にある**防災科学技術研究所**。普段は一般公開されていないエリアで防災について学べるということで、生徒と同じくらい私もワクワク



豪雨体験の会場

研究所に到着



ような学びに出会い、どのような感想を持ってくるのでしょうか。

まず私たちチーム柏教室が向かったのは、クイズを解いて防災について学ぶブースです。択一式

の問題が用意されていたのですが、これがなかなか難しく大人の私でも分からない問題が複数ありました。当然生徒たちも苦戦必至……と思いきや、流石は普段から授業で鍛えられている創学舎生です。問題とセットになっている資料から即座にヒントを読み取り、正解に辿り着いていました。こういった読解力や判断力の高さは授業内外問わず役に立ちますね。生徒たちがどんどん問題を解いていく姿に心強さを感じました。

続いて向かったのは防災グッズを紹介しているブース。災害発生時に持っておくべきものは食料や水だけでなく、閉じ込められたときに使うホイッスルや感染症対策用の除菌シート、人によってはコンタクトレンズや持病の薬など多岐にわたります。

展示されていた防災グッズは食料や水を除いても総重量が約5kgと小学生が持ち運ぶには少し重め。防災グッズ一式を持った生徒に「これを持つて避難できる？」と聞くと首を横に振っていました。係員の方いわく、釣り人が使うようなポケットの多いベストに収納しておくと、取り出しやす以上に、着て運べるため、持って運ぶよりも重く感じないとのこと。実際に着てみた生徒たちは「ちょっと重いけど、持つよりは楽！」とベストの有用性を感じていました。お家に帰った後、「ご家族に「ベストを用意しておくといいいんだよ！」と話してくれていると嬉しいですね。

その後も火山の噴火の仕組みをメントスコラで学んだり、噴火によって飛んできた火山弾を持つてみたりと様々な体験型ブースに参加しましたが、特に生徒たちに印象深く残ったのがVRゴーグルを使った仮想津波体験でした。

予約の都合で残念ながら私は映像を見ることが

できなかったのですが、体験した生徒たちは「凄いですピードで津波が迫ってきた！」と、初めて直に感じる津波の恐ろしさに驚きを隠せませんでした。

▼ VRでの津波体験



▼ 台風発生のしくみを学ぶ



津波によって東北地方を中心に甚大な被害をもたらした東日本大震災は、小学生にとっては生まれる前の出来事です。学校の授業などで当時の様子を学ぶこともありますが、今回のように津波の恐ろしさを直接感じられる体験は生徒にとって貴重な機会でしょう。

災害の恐ろしさを知り、日ごろから災害に備えていれば大切な命を守ることができるはずですが。

理科遠足に参加してくれた皆さん、防災科で学んだことを大事にしてくださいね。そして、残念ながら今回参加できなかった皆さんも、これを機に防災について学び直してみてください。

いつ何が起これども対応できるよう、みんなが防災意識を高めましょう！
(平野)

ギター演奏と「型」

この仕事をしていると、比較的帰りは遅くなります。仕事の帰り道は大概何かしら音楽を聴いていることが多いのですが、家路を彩る音楽として

「燦々太陽がまぶしいぜ〜」みたいな曲を聴きたいとはあまり思わないわけですね。なにせ周囲はもう真つ暗ですから。そこで近頃は激しいパン

クロックよりは、なんとなく夜道に合う、アコースティックギターの優しい音色が映えるような曲を聴くことが増えました。そんなわけで最近はおネコアヤノあたりをよく聴いているのですが、頻繁に聴く好きな曲は弾きたくなるのがギタリストの性。この前の祝日に、カネコアヤノの『祝日』をコピーしました。

さて、コピー自体はつつがなく終わったのですが、こういう場に居合わせた人から「弾こうと思っただけでコピーできるの、すごいね」なんて言っていたことがあります。ところがこれ、それ程すごいことでもないのです。何故なら「知っているからできる」に過ぎないからです。例えば『祝日』であれば、サビのコード進行は椎名林檎の『丸の内サディスティック』と同じです（キーは違いますが）。丸サ進行、なんて呼ばれています。こういった有名な進行は、けっこういろんな曲で使われているものです。他の例を挙げればカノン進行と呼ばれるものもよく出てきて、スピッツやあいみょんなど、様々な有名ミュージシャンが使っています。ですから初見の曲であっても、キーとリズムさえわかれば「〇〇と一緒だね」「あ〜××進行ね〜」なんて思いながら意外とその場ですぐ弾けるのです。このように音楽には言うなれば「型」のようなものがあります。従って、大してギターが上手くもない、勘で音が採れるほどの音感もない私ですら、型に則っているものであればあまり労せずコピーができてしまう、というわけです。

ところで、このことは音楽以外にもしばしば当てはまるのではないのでしょうか。例えば勉強なら、基礎的な問題で必要な知識を身につけてから入試問題に挑むことが大半でしょう。野球なら素振り



でフォームを固めて、それから実際にボールを打つ練習をすると思います。仮に私が阪神のサトテルと同じくらいのパワーを持っていたとしても、スイングが悪いのできつとボールはたいして飛びません。このように「型」を身につけるための練習は、どんな人にとっても必要なことです。こういった基礎練習というのは得てして地味で面倒くさいものですが、何事も楽しく長く続けるためには、結局のところこれが最も大切で、かつ人と差がつくところなんでしょう。そんなことを改めて感じさせられる祝日を過ごしたのです。

（神山）

私はHSPも、多分。

HSPは、生まれつき「非常に感受性が強く敏感な気質を持った人」という意味です。英語では、Highly Sensitive Person。病気ではなく、あくまでも気質にすぎません。ただ、本人も家族も周囲の人もある一定の知識をもつことが必要で、特に家族の配慮が重要となります。この気質の人は、生きていく上でいろんな場面で損をするからです。

まず、自分のことから紹介します。過去のニュースで書いたことと重複しますが、私は、いじめ・不登校・九年に及ぶ闘病・母子家庭で生活保護をうけていたことによる集落の冷たい言葉などにより、HSP的な気質をもってしまったと思っています。いじめは、小学校の入学式の翌日、授業の初日におこりました。保育園や幼稚園に通ったことがない私には、小学校はま

さに異質の世界で、ささいなことから一年生のボスと衝突してしまいました。ボスの呼びかけで十人ぐらいに囲まれ、ボカスカなぐられました。恐怖、恐怖。私は、ランドセルも他の荷物も全て置いたまま、走って逃げました。どこをどう走ったか記憶はありません。「待てー！」

「おもしろいぜ！」という声が追ってきます。そのとき、眼の前に一人の老女が。私はその人の胸にとびこみました……。そのあとの記憶はありません。そこから、不登校が始まりました。半月ほどでしょうか。結局、担任の先生と母のがんばりで何とか通えるようになりました。担任の先生は、私をなぐった生徒を調べあげ、その家を訪問し、生徒と親の謝罪をとりつけてくれました。私が再登校した日に、全員に事情を話し、殴った生徒達は私に謝りました。クラスの全員が泣いた忘れられない一日でした。

闘病・生活保護・母子家庭などについては、またの機会にしますが、こうした生活の中で、自分の気質が形成されていきました。強い口調で何か言われると、その言い方に反応してしまう。悪口を言われるとひきずり、また言われるのではと気にする。いじめられると受け流せず嫌な気持ちをかかえ続ける。他の人が怒られているのに自分のことのように受けとめる。頼まれたら断わるのが苦手。敏感すぎて疲れる。人の目が気になる。イベントなどでも他の人に気をつかって楽しめないことがある。

こうした一つ一つのことは、勿論全員にあてはまる訳ではありませんが、中には思い当たることがあるのではないのでしょうか。一般的には他にも様々な事象があります。光や音に過敏。店員に気をつかう。正当なクレームなのに担当

者に言えない。賞味期限を人一倍気にする。悪いことを想像しすぎて眠れない。他人の言葉遣いが気になる。テストに向けて勉強しないといけないのにいろんなことが頭にうかんで集中できない。まだまだあります。

実は、五人に一人は、HSP的な気質を備えているそうですが、あてはまる事象が人それぞれなので、なかなか一般化されません。友人や家族に話しても受けとめてもらえないことも多い。自分のことを大切にしてくれる人でも「くよくよしないで」「もっと前向きに」「細かいことを気にしすぎだよ。もっと肩の力を抜いて」「忘れる、忘れる。」「今度はこう言い返さない。」などが返ってくるのがいいところでしょう。

でも、こうした善意のアドバイスは全てズレていることがお分かりですか？ 病気の人に「病気を治せ」というのと同じことです。「くよくよ」「ひとつをとっても」「くよくよする理由」を考えて対応の仕方を教えてあげなければなりません。勿論、善意のアドバイスは言われた人の心を一時的に癒してあげることはできます。「自分の味方がここにいる」ことを感じさせるからです。それでも、根本的な解決にはなりません。

一方でHSP的な人は、優れた特性を備えています。①繊細なアートや感性を好む ②周囲の変化に早く気付く ③気配り上手 ④人の気持ちを探しやすい ⑤洞察力がある、等。こうした特性は生きていくうえで必ず役に立ちます。集団の中でもこういう人がいることはきつとプラスになります。ただそれにはそのHSP的な人が、自分自身のことを理解して分析できるよ

うになることが必要です。勿論、独力では可能性は極めて低いので、ここは「本」の力を借りましょう。書店に行けばHSP関連の本はたくさん出ています。創学舎の大学受験部には、私物ですが、何冊か置いてあります。一年に数人は貸し出して読んでもらっています。その中でお勧めはこの一冊。『繊細すぎて生きづらい』私はHSP漫画家』（ぶんか社）。これは漫画なので読み易いと思います。普段本を読まない高校生、中学生でも十分に読めます。共感する部分がたくさんあるはずで、それは今まで誰にも理解してもらえなかった経験や、人に話しても伝わらないから諦めていたことなどと重なると思います。

さて、解決策ですが、特別なことはありません。理解することだけです。何かの感情や反応が生まれたとき、「あ、これは自分のこの部分からのリアクションだ」と気付くだけで楽になります。病気ではなく「気質」なのですから。そもそも他の人に理解してもらえない、共感してもらえないという事実がHSP的な人の「生きづらさ」の原因なのです。【以下次号】（小林）

パーソナル講師&事務スタッフ募集

創学舎では、この春から大学生になった方を中心に、パーソナルの講師及び夜間事務スタッフを募集しております。
パーソナル講師は、パーソナル各教室で、月～土の17:00～22:00のうち1コマから勤務可。勤務地・曜日時間帯は相談に応じます。**創学舎の卒業生**（集団・パーソナル・大学受験部問わず）には、試用期間経過後、**研修手当として2万円**を支給します。
夜間事務スタッフは、創学舎各教室で、月～土の17:00～22:00の時間帯で週2日以上勤務できる方。
どちらも、兄弟姉妹が創学舎にお通いの場合、**社割が適用**となり、**弟妹の授業料が2割引**となる特典もあります。詳しくは、創学舎HPの応募フォームからお問い合わせください。