

新型コロナウイルスによる学級閉鎖からの新学期に向けて

## 学級づくり実践ガイド

<北海道発>



北海道教育カウンセラー協会

2020年4月6日

## 今回の発刊の経緯と今後の方針について

—仲間とつながり、教育者だからできる取り組みを—

北海道の鈴木知事は2月28日、新型コロナウイルスの感染が道内で広がっているとして、2月28日「緊急事態宣言」を出し、3月19日で一区切りとし、道民に向けて、特に週末の外出を控えるよう呼びかけました。その後、学校の休校措置も全国に先駆けて行いました。

社会的な不安の影響が、子供たちだけではなく、大人たちにもあると感じ、急遽、新型コロナに対するWG（CVPWG コロナウイルス予防ワーキンググループ）（大友秀人・中村正巳・吉田ゆかり・瀬尾尚隆・伊藤友彦）を結成し、「歩きながら考えよう」をモットーに、まず、私が3月10日付での「緊急メッセージ」を、SGE担当理事の瀬尾尚隆さんが3月22日付で「新学期に向けて」で全道の仲間呼びかけました。それと同時並行で、事務局長の吉田ゆかりさんが支部のHP（<https://www2.hp-ez.com/hp/hkk/top>）にSGEの実践記録のコーナーを設置し、今行える、また、4月5月で行えるSGEの実践記録を公認リーダー、スペシフィックSGEアドバイザーに呼びかけ、伊藤友彦さんを中心に即座に多くのエクササイズが寄せられ、随時HPにアップをしてきました。

3月11日WHOのパンデミック宣言により、北海道や日本だけの問題ではなく、グローバルな状態での推移を見ながらの**長期戦を覚悟した対応（応戦）**が今後も求められます。

今、日本は、社会活動を最低限保証し、感染拡大を抑えていく方式を取っていると思います。我々教育者も、子どもたちの学習環境の保証と感染拡大抑止のバランスを模索しなければなりません。その中で、**治療者でない教育者の我々が忘れてはならないのは國分先生から教わった「ふれあいは人を癒す」というSGEの根本精神と「問題を解決するためには何でも使っていく」という折衷主義の考え方**です。物理的な接触は制限されても精神的な接触は無限大です。そのためには「行動変容」の3つのツボ、思考（柔軟な発想で）行動（変化に対応できる新たな行動パターン）感情（ネガティブをポジティブに）を押さえながら、「前に前に」進んでいきたいと思います。我々の学びを今こそ生かし、仲間とつながり、未来のある子どもたちを守り、育てていきましょう。

追伸

「**自他の隔たりがない境地がワンネスだよ**」と國分先生から教えられたこの言葉が思い出され、冊子のサブタイトルを「**oneness 仲間とともに**」としました。

集まらず、メールのやり取りでこれだけの作業を短期間に進めることができたのは、これが形になれば、多くの仲間を勇気づけることができるとの思いがあったからです。皆さんに感謝します。他の情報発信も模索しますが、今のところは、支部のHPが情報発信の有効手段です。今後もHPに随時役に立つ情報を発信していきますので、よろしく願いいたします。

2020年3月30日

北海道教育カウンセラー協会代表

大友 秀人

# 緊急メッセージ

## 全道の仲間へ

新型コロナウイルス感染のニュースを毎日のように目にして、「不安」に思っているのは、子どもたちだけではなく、我々教育者も同じです。また、今回の問題は、世界的な問題にもなりつつあります。国連のSDGs（持続可能な開発目標）は、2030年までに、（貧困をなくす）など17の目標を掲げています。2030年を見据えてのキーワードは、「変化と対応」です。例えば、想定外の異常気象等。これからはそのような「変化」が続きます。その「変化」に対してどのように「対応」するか、それも事後処理ではない予防としての「対応（応戦）」が問われます。まさに、先の見えない「不安」との戦いです。

新型コロナウイルスについての正しい知識を持ち、対処するのは勿論のことですが、子どもたちのこころのケアの大前提は、まずは、我々大人がこのような対応（応戦）の気持ちを強く持つことです。北海道教育カウンセラー協会は、今年で設立20年を迎え、北海道で1000名以上の教育者に養成講座を中心に活動を展開してきました。養成講座では私がサイコエジュケーション（心の教育）毎年担当し、「元気アップ、スキルアップ」のモットーを皆さんに実体験していただきました。教育カウンセリングは、「治療」よりも「開発と予防」に特徴があります。「受け身」よりも「能動的」に対応していくことです。

「カウンセリングとともに生きる（存在への勇気）」の著書で國分康孝・久子両先生から、(Courage to be) と (Being is choosing) の揮毫を2018年5月20日付けでいただきました。今こそ、我々教育者が、子どもたちとともに、各職場・地域・家庭で（存在の勇気）を持ち、我々の叡智を結集して応戦（生きることは選択の連続）し、明るい未来を切り開いていきたいと思えます。

共々に、頑張りましょう！

令和2年3月10日  
北海道教育カウンセラー協会  
代表 博士（心理学）  
大友 秀人

## 新型コロナウイルスによる学校閉鎖からの新学期に向けて

### 1 はじめに

「コロナ疲れ」という言葉があちこちで聞かれます。2020年3月22日現在、修了式や離任式は分散形式で、時間も通常の修了式の時程ではない学校が多いと思います。つまり、**しっかりとお別れができない**。学年や学級に想いを持っていることがあっても、引きずっている子がいることが予想されます。

このことを踏まえながら、**新年度の学年や学級開きを考えるべきだ**と思います。

また、しだいに収束の方向に向かうと思いますが、**新型コロナウイルスに対する対策は、忘れてはならない事**です。昨日まで、しつこく言っていたことが、急に全く問題ないにはなりません。

これらのことを考えると、**通常の学級開き（出会いと関係づくり）に加えて、ストレスへの対処、過去にとらわれている気持ちを、未来志向に変えていくことを丁寧にして**いかないといけないと考えています。

### 2 実践上、気をつけること

学級開きのエクササイズでは、握手や身体接触を通して、心的距離を縮めていく発想のものが多くありますが、感染対策としては、難しくなります。

例えば、**握手はNG→お互いのひじタッチやアイコンタクトに変更する**。など。

ポイントは、**多方面から示されている感染症予防対策を考慮しているか**です。

また、自分の担当する学年・クラスの状況（持ち上がり・学級解体後・担任のみ変更など）を考慮していくことも必要です。それぞれの置かれている状況を考えながら、柔軟にいきましょう。

### 3 最後に

4月の状況が見えない中、方針が二転三転して落ち着いて準備もできない状況ですが、**こんな時こそ、同じように悪戦苦闘している仲間がいるのだ**ということを忘れずに、子どもたちが早く普通に笑顔で生活できる学校にしていければと思います。

2020年3月22日

北海道教育カウンセラー協会SGE担当理事

CVPWG 新型コロナウイルス予防ワーキンググループ座長

瀬尾 尚隆

3月から5月ごろまでに実践できるSGEの指導例を紹介します。あくまでも子どもたちの不安などの心の健康を取り戻すための予防を前提としたもので、感染者が出た後は想定していません。

また、身体接触をしない、活動スペースをとるなどの3密（密閉・密集・密接）を避けるための具体的な配慮事項（緑のマーカー）を表記しました。各地域・学校・学級などの実情に合わせて現場でご活用ください。

#### 新型コロナウイルス流行時にエクササイズを実施する際のポイント

○旧学年学級に想いを引きずっている子がいることを踏まえて、丁寧に学年や学級開きをすること。

○感染症対策を十分に講じたうえで、身体接触は避けるなど、柔軟にエクササイズを展開すること。

○先が見えず、落ち着かない状況だからこそ、教育カウンセラーの仲間の存在を忘れないこと。

#### 目次 SGE 実践記録

##### <新型コロナウイルス流行時のエクササイズ>

1	別れの花束（コロナウイルスバージョン）	p.5
	ワークシート	p.6
2	身振り手振り「新聞紙の使い方」	p.7
3	名刺配り	p.8
	ワークシート	p.9
4	ザ・ビンゴ「コロナに挑戦！」	p.10
	ワークシート	p.11
コラム	緊張がみるみる静まる呼吸法	p.14

##### <新学期に使えるSGE実践>

5	X先生を知るイエス・ノークイズ	p.15
	ワークシート（問題例）	p.16
6	アウチでよろしく！	p.18
7	4つの窓～好きなもの同士集まれ！	p.19
8	あわせアドジャン	p.20
9	座席表づくり	p.21
	ワークシート	p.22
10	ようこそ新入生	p.23
	ワークシート	p.24
11	質問バトル～友達のことをもっと知ろう	p.25
	ワークシート	p.26

編集後記	p.27
------	------

# 「別れの花束」～ありがとうのメッセージ～

エクササイズ名	「別れの花束」～ありがとうのメッセージ～ (新型コロナウイルスバージョン)
授業者	学級担任・副担任・他学年教師
対象者	小学生・中学生
学年 人数	中学1～2年 計560名 分散登校の学級(15～20人で×30学級)で実施
実施月	2020年3月18～19日
実施場面	新型コロナウイルス感染防止のため、臨時休校になり、学年末にクラス全員が集まれない状況の時に行った。
ねらい	1年間過ごした学級の仲間に、感謝を伝えることで、中断された学校生活への区切りをつけ、気持ちを切り替える。学級のメンバーから、メッセージをもらい、自分の成長を確認する。次年度のよい人間関係の基礎とする。
出典	構成的グループエンカウンター事典 P500～501
(アレンジした場合)ねらいと変更点	・感染症対策のため、非言語とした。 ・カードは直接手渡さず、担任がいったん回収し、担任から次回登校日に渡すことにした。(厚生労働省HP:WHOは手紙では感染例がないことを確認) ・シェアリングは、学級通信などの紙上で行うこととした。
作成上の留意点	学校生活が中断したことで整理がつかない気持ちに配慮する。
ワークシート等	あり
時間	約20～30分。時間内に書けなかった生徒は家庭で書いてくるのも可。
流れ	①ねらいの説明 ②教師のデモンストレーション「先生ならこんなふうに書きます。」 ③ルールの説明 「話をしない」「読んで嫌な気持ちにならない表現」 ④目を閉じて1年間を振り返り、一年間一緒に過ごした友達にありがとうの気持ちを込めて、送る言葉を考える。 ⑤気持ちが落ち着いたらメッセージを書く。 ⑥カードを担任に渡す。担任が子どもごとに分ける。 ⑦次回の登校日に、もらったカードから自分の成長を確かめる。
生徒の様子や感想	・「つらいとき、一緒にいてくれてありがとう。」など、日常では伝えづらい感謝を書いている生徒が多かった。もらったカードを嬉しそうに読む姿が見られた。自己肯定感が高まり、新学期に向けての自信につながった。
ねらいの達成度	5 ㊤ 3 2 1
良かった点	・1年を振り返り。気持ちに整理をつけられた。 ・学級が2つに分かれたため、他学年の教師が指導しても実施可能。 ・家に持ち帰り、多くの級友に書いていた生徒も多かった。
改善したほうが良い点	・回収後の仕分けが大変だった。座席表などを配り、出席番号を入れるとよかった。感染や用事で登校しない生徒は書けなかった。
実施の際の配慮事項	・相手が読んで、嫌な気持ちになる表現はしないことを確認する。 ・集めたカードに不適切なものがないかを、教師がチェックする。 ・デモは、教師の自己開示を求めた。 ・1枚ももらえない生徒がいないように、できるだけ全員に書くように働きかけた。
これから実施しようとする人に一言	新学期が始まるが、年度当初に旧学級で集まった時に配布し、家で書いてくることも可能です。

# 1年間一緒に過ごした仲間に「ありがとう」を伝えよう！

- 残念なことに、新型コロナウイルス感染予防対策で、突然みんなと一緒に最後まで過ごすことができませんでした。
- 1年間の自分の生活を振り返り、一緒に過ごした友達にありがとうの気持ちを込めて贈る言葉を考えてみましょう。
- もらう相手のことを考えながら作りましょう。
- 次回登校日に、先生から友達に渡します。



<p>_____ ^</p> <p style="text-align: right;"></p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>ありがとう！ (名前) _____ より</p>	<p>_____ ^</p> <p style="text-align: right;"></p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>ありがとう！ (名前) _____ より</p>
<p>_____ ^</p> <p style="text-align: right;"></p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>ありがとう！ (名前) _____ より</p>	<p>_____ ^</p> <p style="text-align: right;"></p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>ありがとう！ (名前) _____ より</p>
<p>_____ ^</p> <p style="text-align: right;"></p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>ありがとう！ (名前) _____ より</p>	<p>_____ ^</p> <p style="text-align: right;"></p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>ありがとう！ (名前) _____ より</p>

# 身振り手振り「新聞紙の使い方」

エクササイズ名	身振り手振り「新聞紙の使い方」
授業者	学級担任
対象者	小学生 ※中学年以上が実施しやすい。
学年 人数	
実施月	学年末（3月） （学年1クラスの小規模校や、クラス解体がなかった場合、担任が持ち上がった場合は4月以降でも実施可能）
実施場面	・長期臨時休業解除後の授業再開時 （または、分散登校時、短時間のグループ活動が許可されている場合）
ねらい	言葉を使わずに、アイデアを伝えたり受け取ったりする体験を通して、友達とのつながりをより密接にする。
出典	構成的グループエンカウンター事典 P498
（アレンジした場合） ねらいと変更点	・長い休校で、集団での活動が出来なかったり、身体を動かさない時間も長かったりすることによる、ストレス発散も目的としたい。
作成上の留意点	・身体を動かしたり、考えて表現したりする場面を設定する。 ・思い切り笑う場を設定し、心が解放されることを味わわせたい。 ・ゼスチャーで興奮しすぎないように、時間を短めに設定する。
ワークシート等	なし
時間	30分
流れ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・準備 机といすを片付けて広いスペースを確保する。</li> <li>①インストラクション 新聞紙を全員に見せる。 「6人組になり、一人が新聞紙の使い方を考えてゼスチャーで伝えましょう。ゼスチャーする向かい側（対角線）の児童だけが答えます。答えられるのは、一人だけです。」</li> <li>②デモンストレーション 教師が見本をみせる。</li> <li>③エクササイズ 「最初の人を決めてください。ゼスチャーする人は声を出しません。周りの人も一緒に考えてみましょう。では、始めましょう。」 「向い側の読み取る人が、答えを当てたら、次の人に移りましょう。」</li> <li>④シェアリング 「感じたことや気づいたことを話し合しましょう。」 （感染予防には、グループではなく、個別に発言する。）</li> </ul>
ねらいの達成度	5 4 3 2 1
良かった点	
改善したほうがいい点	
実施の際の配慮事項	<ul style="list-style-type: none"> <li>・感染防止対策を考慮し、児童どうしの間隔を広めにとることが必要。</li> <li>・答えはホワイトボードなどに書いて、相手やグループのメンバーに見せる方法もある。（感染防止策）</li> <li>・対角線以外の児童も、同時に答えを書き、あとで見せ合う活動もできる。</li> </ul>
これから実施しようとする人に一言	<ul style="list-style-type: none"> <li>・新聞紙以外にも、空のペットボトル、空き缶、梱包用のひも、緩衝シート（プチプチシート）など、身の回りのものでアレンジできます。</li> <li>・非言語活動の特徴が、感染防止の観点からも活きると思います。</li> </ul>

# 名刺配り

エクササイズ名	名刺配り
授業者	学級担任
対象者	中学生・高校生 項目を工夫すれば小学生でも可
学年 人数	学級単位
実施月	4月
実施場面	朝の会 帰りの会
ねらい	お互いにふれあうきっかけをつくる
出典	特になし *これは今回のコロナ対策で考えた未実践のものです。
(アレンジした場合) ねらいと変更点	
作成上の留意点	・名刺に、氏名・出身学校名・好きなものなどの項目を印刷したほうが記入しやすい。
ワークシート等	なし
時間	全体で15分
流れ	<p>① 準備とインストラクション</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・(帰りの会で) 新しいクラスになり、知らない人もたくさんいると思います。そこで、名刺をつくってもらって、顔を覚えてもらいたいと思います。(名刺カードを3枚配布) 翌日までの宿題→翌朝回収。忘れた生徒にはその日のうちに書かせる。</li> <li>・(翌日帰りの会で) 明日の朝、みんなに書いてもらった名刺を机の上にあげておきます。知っている人のものもあるし、知らない人のものもあると思います。朝の会で、一人一人立ってもらって、顔を見てもらいます。自分がもらった名刺の人の顔と名前、どんな人かを覚えてください。</li> </ul> <p>② 教師は、事前の情報で、お互いが知らない生徒の名刺を置くようにする。</p> <p>③ 注意事項(朝の会で) 名刺の扱い方 注目の仕方</p> <p>④ エクササイズ(朝の会で) 一人一人、名前を呼んで、みんなに見えるように顔を見せる。(時間があればこの生徒の名刺をもらった人を挙手させるのもよい。)</p> <p>⑤ 終わったところで教師の思いの自己開示があるとよい。(例)「名刺を書いてくれた人のことをしっかりと注目して、早く覚えようとする姿を見て、先生はうれしかったです。」時間があれば、生徒の感想を聞く(シェアリング)。</p>
生徒の様子や感想	
ねらいの達成度	5 4 3 2 1
良かった点	
改善したほうがいい点	
実施の際の配慮事項	<ul style="list-style-type: none"> <li>・引き継ぎ事項の中で場面緘黙など、顔を見せることに抵抗がある生徒がいる場合は、事前にどこまでできるかを確認しておき、難しい場合には、座席表を活用して、教師主導で、「〇〇君は、この子です。」と座席を教えるなど、工夫が必要。</li> <li>・直接、名刺のやりとりがないよう回収や配布には配慮が必要。</li> <li>・③の立たせる場面では、教室の座席の配置にもよるが、向かい合わないような配慮が必要。</li> </ul>
これから実施しようとする人に一言	名刺の内容は、適宜変えてください。(例として2種類あげました)

\*「名刺交換」は北海道教育カウンセラー協会ホームページで紹介

宿題：自分の名刺を作ってきてください。

- 自分の自己紹介で使う名刺を作りましょう。切り取ってきましょう。
- 好きなことは全部同じでも違っててもOK。
- 色をつけたり絵をかいてもいいです。
- もらう相手のことを考えながら作るといいと思います。
- 明日4月 日（ ）に使います。



✂ 切り取る ✂

<p>(名前)</p> <hr/> <p>出身学校名 _____</p> <p>好きなもの _____</p> <p>自己アピール _____</p> <p>よろしくをお願いします！</p>	<p>(名前)</p> <hr/> <p>出身学校名 _____</p> <p>好きなもの _____</p> <p>相手に一言 _____</p> <p>よろしくをお願いします！</p>
<p>(名前)</p> <hr/> <p>出身学校名 _____</p> <p>好きなもの _____</p> <p>自己アピール _____</p> <p>よろしくをお願いします！</p>	<p>(名前)</p> <hr/> <p>出身学校名 _____</p> <p>好きなもの _____</p> <p>相手に一言 _____</p> <p>よろしくをお願いします！</p>
<p>(名前)</p> <hr/> <p>出身学校名 _____</p> <p>好きなもの _____</p> <p>自己アピール _____</p> <p>よろしくをお願いします！</p>	<p>(名前)</p> <hr/> <p>出身学校名 _____</p> <p>好きなもの _____</p> <p>相手に一言 _____</p> <p>よろしくをお願いします！</p>

# ザ・ビンゴ「コロナに挑戦！」

エクササイズ名	ザ・ビンゴ「コロナに挑戦！」
授業者	学級担任 養護教諭
対象者	中学生・高校生 クイズを変えれば小学生も可能
学年 人数	学級単位
実施月	流行時
実施場面	学級活動（保健指導）
ねらい	<ul style="list-style-type: none"> <li>・今まだ解明されていないコロナウイルス、現時点でのかかりやすい状況を知ること、自分なりに気をつけることを考える。ビンゴはクイズ後の復習として活用する。</li> <li>・みんなで協力して感染拡大を防ぐという意識を育てる。</li> </ul>
出典	友達ビンゴ（構成的グループエンカウンター事典 P388～389）やイエス・ノークイズ（同 P340～341）を合わせたオリジナルエクササイズ 「インフルエンザ ザ・ビンゴ」をコロナ感染症に応用した。
（アレンジした場合） ねらいと変更点	形式を活用し、自分のこととして捉えられるよう身近な生活から考えられることをねらいとした。
作成上の留意点	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ビンゴは、答えを発表する時は理由もあわせて発表、必要に応じて教師が補足し知識を深める。答えが間違ったときはクイズの回答に戻って確認する。</li> <li>・内容は最新の医学的情報や子どもの学年や学級の実態に合わせ変更する。</li> </ul>
ワークシート等	あり
時間	50分
流れ	<ol style="list-style-type: none"> <li>① 「コロナに挑戦！」というテーマで、興味を引きつける。</li> <li>② コロナクイズで、基本的な知識を確認する。</li> <li>③ 復習を兼ねて、ザ・ビンゴに取り組む。方法とルールを確認する。</li> <li>④ デモンストレーション 教師が中央の欄は先に記入させる。例)「カラオケに行かない」「手洗いはせっけんを使う」など、具体的な行動を示す。</li> <li>⑤ 自分ができる予防法を各自がマスに記入する。</li> <li>⑥ ビンゴの発表時には自分なりに考えた理由を簡単に発表してもらう。友達と同じなら、○をつける。</li> <li>⑦ 縦・横・斜めいずれかの列のあと一つになったら大きな声で「リーチ!」、列がそろったら「ビンゴ!」と言う。</li> <li>⑧ シェアリングを行う。感想は後に学級通信等で交流する。</li> </ol>
生徒の様子や感想	・自分の生活を見直す参考になった等、楽しそうに自分たちの生活を考える機会となった（インフルエンザ版）。
ねらいの達成度	5 ④ 3 2 1
良かった点	・ビンゴをすることで、日々の自分たちの具体的な行動を振り返る機会となり、手洗いにしても意識して行うようになった（インフルエンザ版）。
改善したほうが良い点	<ul style="list-style-type: none"> <li>・クイズは正解の判断に迷う場合があるので事前の準備をする。</li> <li>・コロナ感染症の情報が日々変わるので、注意する。</li> </ul>
実施の際の配慮事項	<ul style="list-style-type: none"> <li>・新型コロナウイルスについて、まだ十分解明されていず、情報が日々変わるので、最新の医学情報に注意する。</li> <li>・身近に感染者が出ている状況では、ビンゴで「（コロナにかかるのは）●●さんに触ったとき」などの回答が出ないようにルールを明確にする。</li> </ul>
これから実施しようとする人に一言	<ul style="list-style-type: none"> <li>・保健指導をしながら、交流も図れるエクササイズです。クイズだけでも活用できます。</li> <li>・小学生に行う時は、クイズの内容を年齢に合わせてください。</li> <li>・クイズの内容は、厚生労働省 HP を参照するなど、医学的根拠に基づくものにしましょう。</li> </ul>

クイズに  
挑戦!

## コロナに挑戦! コロナクイズ

年 組 名 前

- |  |     |   |    |
|--|-----|---|----|
| 1. コロナとインフルエンザは違うもの?   | YES | • | NO |
| 2. コロナウイルスは、咳やくしゃみの飛沫やそれに汚染された手を介して広がる?                      | YES | • | NO |
| 3. コロナウイルスは人の手にはつくが 机にはつかない?                                 | YES | • | NO |
| 4. 新型コロナウイルス感染症の症状で特徴的なものはからだのだるさ、呼吸困難などで、熱は出ない?             | YES | • | NO |
| 5. 新型コロナウイルス感染症は恐ろしいから、熱や咳が出たらすぐ大きな病院に行ってPCR検査をしよう?          | YES | • | NO |
| 6. 若い人は新型コロナウイルスにかからない?                                      | YES | • | NO |
| 7. 風邪のような症状や発熱していても、我慢できるときは無理をして学校に行った方がよい?                 | YES | • | NO |
| 8. 家にいるとストレスがたまるから、カラオケや映画館に行ってストレス発散した方が予防になる?              | YES | • | NO |
| 9. 手洗いは水で簡単に洗うだけで十分効果がある?                                    | YES | • | NO |
| 10. 手洗いは手のひらだけを洗うとよい?  | YES | • | NO |
| 11. マスクはコロナウイルスを通すので全く予防効果がない?                               | YES | • | NO |
| 12. 家族が新型コロナウイルスにかかると学校を「出席停止」になる?                           | YES | • | NO |
| 13. 新型コロナウイルス感染症予防は3つの条件「密閉空間」「密集場所」「密接場所」が重なった場所に行かないことである? | YES | • | NO |



俺様に勝てるかなあ〜?

5問以下の正解なら、すぐ近くにいるぞ〜!

10問以下の正解なら、スキを狙って忍び込むぞ〜!

11問以上の正解なら、悔しいが、あきらめるかも…

/13 点

感じたこと・気づいたことを書いてみよう

## ザ・コロナクイズ 解答

<厚生労働省 HP の情報（2020年3月30日現在）から解答を作成>

\*新型コロナウイルス感染症の情報は日々変化していますので、状況によって作り変えてください。

### 1. コロナとインフルエンザは違うもの？ **YES**

コロナはコロナウイルス、インフルエンザはインフルエンザウイルスでおこる。

### 2. コロナウイルスは、咳やくしゃみの飛沫やそれに汚染された手を介して広がる？ **YES**

現時点では、飛沫感染と接触感染の2つが考えられます。

①感染者のくしゃみや咳、つばなどの飛沫による「飛沫感染」

②ウイルスに触れた手で口や鼻を触ることによる「接触感染」

### 3. コロナウイルスは人の手にはつくが 机にはつかない？ **NO**

物に付着したウイルスはしばらく生存します。

### 4. 新型コロナウイルス感染症の症状で特徴的なものはからだのだるさ、呼吸困難などで、熱は出ない？ **NO**

最初は普通の風邪症状（微熱、咽頭痛、咳など）から始まっており、その段階では重症化するかどうかの区別がつきにくいです。重症化する患者さんは、普通の風邪症状が出てから約5～7日程度で、症状が急速に悪化し、肺炎に至っています。

### 5. 新型コロナウイルス感染症は恐ろしいから、熱や咳が出たらすぐ 大きな病院に行ってPCR検査をしてもらう？ **NO**

①風邪の症状や37.5度以上の熱が4日以上続く②強いだるさや息苦しさがある 場合には、最寄りの保健所等にある「帰国者・接触者相談センター」に電話で相談しましょう。

症状がこの基準に満たない場合には、かかりつけ医や近隣の医療機関に相談しましょう。

検査が必要かは医師が判断します。

### 6. 若い人は新型コロナウイルスにかからない？ **NO**

幼児や小学生、20代の若者の感染例もあります。若者世代は、新型コロナウイルス感染による重症化リスクは低いです。でも、このウイルスの特徴のせいで、こうした症状の軽い人が、重症化するリスクの高い人に感染を広げてしまう可能性があります。皆さんが、人が集まる風通しが悪い場所を避けるだけで、多くの人々の重症化を食い止め、命を救えます。

### 7. 風邪のような症状や発熱していても、我慢できるときは無理をして学校に行った方がよい？ **NO**

発熱などの風邪の症状があるときは、学校や会社休むなど、外出を控えてください。毎日体温を測定して記録しましょう。

### 8. 家にいるとストレスがたまるから、カラオケや映画館に行ってストレス発散の方が予防になる？ **NO**

「換気が悪く」「人が密に集まって過ごすような空間」「不特定多数の人が接触するおそれが高い場所」は感染リスクが高いです。散歩や外のジョギングなど、3つの密を避けて行動しましょう。

### 9. 手洗いは水で簡単に洗うだけで十分効果がある？ **NO**

こまめに石鹸で手を洗いましょう。アルコール消毒をしましょう。洗っていない手で目や鼻、口などを触らないようにしてください。

### 10. 手洗いは手のひらだけを洗うとよい？ **NO**

手のひら、手の甲、指先、爪の間、指の間、親指と手のひら、手首を洗います。

### 11. マスクはコロナウイルスを通すので全く予防効果がない？ **NO**

マスクは、咳やくしゃみによる飛沫及びそれらに含まれるウイルス等病原体の飛散を防ぐ上で高い効果を持ちます。咳やくしゃみ等の症状のある人は積極的にマスクを着用しましょう。自分の予防用にマスクを着用することは、混み合った場所、特に屋内や乗り物など換気が不十分な場所では一つの感染予防策と考えられますが、屋外などでは、相当混み合っていない限り、マスクを着用することによる予防効果はあまり認められていません。

### 12. 家族が新型コロナウイルスにかかると学校を「出席停止」になる？ **YES**

本人がかかった時はもちろんですが、家族がかかった場合も出席停止になります。

### 13. 新型コロナウイルス感染症予防は3つの条件「密閉空間」「密集場所」「密接場所」が重なった場所に行かないことである **YES**

集団感染の共通点は、特に「換気が悪く」「人が密に集まって過ごすような空間」「不特定多数の人が接触するおそれが高い場所」です。

# ザ・ビンゴ

年 組 番名前 \_\_\_\_\_

今日のテーマ

## コロナに挑戦!



### □方 法

- ① コロナウイルス感染症にかからないためにはどうしたらいい? どんな時、どんな状態、どうすれば予防できるか、コロナクイズでわかったことや知っていることを一ますに一つずつ書こう。
- ② 先生に指名されたら、自分の書いたものの中から一つ発表します。自分なりに考えた理由をいいます。友達と同じならそこに○をつけます。
- ③ 縦・横・斜めいずれかの列のあと一つになったら大きな声で「リーク!」列がそろったら、「ビンゴ!」と言います。

### □ルール

・みんなで、コロナに立ち向かうための学習です。友達を否定したり、差別や偏見につながるような答えは書かないこと。(例: 友達の発表を笑う、個別の名詞をだすなど)


- エクササイズ(コロナに挑戦!)をやってみて、感じたこと、気づいたことを書いて下さい。

# コラム

突然の休校のため、家で過ごす時間が多くなり、ストレスを感じていませんか？いつもと違う環境に ストレスを感じるのは当然の反応です。そんな時に試してほしい気分転換の方法を紹介します。

## 緊張がみるみる静まる呼吸法

緊張して鉛筆がうまく握れなかったり、手が震えたり、頭の中が真っ白になったり、ひどくなると気分が悪くなってしまったりすることもあります。緊張をコントロールする方法はいくつかあります。ここでは、どんな人でもどこでも簡単に緊張をコントロールできる「呼吸法」を紹介しましょう。

### 心は呼吸とつながっている

ふだんはあまり呼吸を意識することはありませんが、実は、呼吸は心と密接につながっています。

例えば、呼吸を深くゆっくりにして、体をリラックスさせると、同時に心を緊張させることはできません。逆に、呼吸を浅く速くしながらリラックスすることもむずかしいのです。

ですから、緊張して浅く速くなった呼吸を、深呼吸してゆっくりさせると、緊張を和らげ、落ち着いた心と体を手に入れることができます。呼吸で緊張をセルフコントロールすることができるのです。

### 呼吸法で心を安定させる

日ごろから呼吸法を繰り返し行くと、感情が安定する効果もあります。呼吸法を本番で使うことができるように、日ごろから緊張したら、深くゆっくりと呼吸をする練習をしておくと、ここぞというときに、呼吸を使ってうまく心をコントロールできるようになります。

試験だけでなく、日常の緊張するさまざまな場面や感情的になるようなストレス場面でも同じように使えるので、ぜひ繰り返し試してみてください。



引用文献 加藤史子 「メンタルトレーニングで受験に克つ」 (P16-17) 図書文化

# X先生を知るイエス・ノークイズ

エクササイズ名	X先生を知るイエス・ノークイズ
授業者	学級担任・教科担任
対象者	小学生・中学生・高校生
学年人数	高校3年 計40名で実施
実施月	4月
実施場面	教科担任としてかかわるクラスの最初の週の授業で複数回に分けて実施
ねらい	・自己開示をして生徒とのリレーションを作るきっかけとすると同時に、小グループでの話し合いやシェアリングのトレーニングを目的とする。
出典	構成的グループエンカウンター事典 340-341 ページ
(アレンジした場合) ねらいと変更点	・感染防止のため、話し合いをするグループは少人数とし、マスクを着用の上、向かい合わないように注意する。 ・イエス・ノーの意思表示にはカードや指を用いるなどして、発声の機会は極力少なくする。
作成上の留意点	・複数のクラスを担当しており、クイズとして成立させるために実施のタイミングを見計らい、ワークシートも複数用意するなど留意している
ワークシート等	あり
時間	10分程度(初回はインストラクション含め15分)
流れ	①インストラクション、ワークシート配布 「これから自己紹介代わりに何問かのクイズをします。イエス・ノーで選ぶ形式ですので、グループで相談して答えを考えてください。多数決ではなく、話し合いで決めてください」 ②エクササイズ 「1問ずつ3問程度実施します。では始めます」 ワークシートから1問選び、グループで考えさせる。回答が出そろったら正解を伝え、自己紹介する。これを3回繰り返す。 ③シェアリング 「では、今日の3問をやってみて感じたこと、気づいたことを話し合ってみましょう」「次回は4問目からやります。お楽しみに。」
生徒の様子や感想	単独クラスの場合には話し合いが比較的スムーズに始まるが、選択授業などではやや時間がかかる。繰り返すことで生徒間もほぐれていく様子がみられるので、少しずつ進めている。
ねらいの達成度	5 ④ 3 2 1
良かった点	形式的になりがちな授業のオリエンテーションが、和気あいあいと始まるため、授業に対する意欲喚起になっていると感じる
改善したほうが良い点	ワークシートを10問で作って配布しているが、複数回に分けるので、3問程度に分けたワークシートにしたほうが良いかもしれない
実施の際の配慮事項	クイズの内容が、「事実に関すること」「感情に関すること」「価値観に関すること」と順を追って深めたほうが良いとあるため、3問程度でもこの順を守れるように意識して出題している
これから実施しようとする人に一言	・授業のオリエンテーションもじっくり行う時間が無くなってきているように感じますが、短時間でも繰り返すと効果があるように思います。 ・コロナウイルス流行時には、教師と子どものリレーションをつくることを目的に、グループワークを省略して行うことも可能です。その場合のながれは①ワークシートを個人で記入②何人かに予想した理由を聞く③正解発表と自己開示④正解数の確認⑤シェアリング となります。

- 第1問 先生はO型で水瓶座である。 イエス・ノー
- 第2問 先生は4人兄弟の次男である。 イエス・ノー
- 第3問 先生の出身は北斗市である。 イエス・ノー
- 第4問 先生はラーメン食べ歩きが趣味である。 イエス・ノー
- 第5問 先生は理科の地学が専門である。 イエス・ノー
- 第6問 先生は高校時代、野球部に所属していた。 イエス・ノー
- 第7問 先生が今までで一番悔しかったのは、  
教員採用試験に落ちた時である。 イエス・ノー
- 第8問 先生は「兎の眼」という本を読んで号泣した。 イエス・ノー
- 第9問 先生はインドア派である。 イエス・ノー
- 第10問 先生は農家になりたいと思っていた。 イエス・ノー

## I 先生を知る イエス・ノー クイズ！

1年 組 番 氏名

第1問 先生はO型で水瓶座である。

イエス  ノー

・事実に関する質問。血液型や星座などは占いやグルーピングによく用いるので、身近な話題かと判断した。

第2問 先生は4人兄弟の次男である。

イエス  ノー

・事実に関する質問。家族構成の一部分を開示することで、自分と比較してもらいたい。

第3問 先生の出身は北斗市である。

イエス  ノー

・事実に関する質問。同上。保護者に同じ出身地の方がいることも良くあるので。

第4問 先生はラーメン食べ歩きが趣味である。

イエス  ノー

・事実に関する質問。食べ物の好き嫌いなどは話題になりやすいと考えて。

第5問 先生は理科の地学が専門である。

イエス  ノー

・事実に関する質問。自己紹介として。

第6問 先生は高校時代、野球部に所属していた。

イエス  ノー

・事実に関する質問。高校生だと部活動との関連は興味を持ちやすいので。

第7問 先生が今までで一番悔しかったのは、教員採用試験に落ちた時である。

イエス  ノー

・感情に関する質問。それをバネにして、翌年まで1年努力ができた。

第8問 先生は「兎の眼」という本を読んで号泣した。

イエス  ノー

・感情に関する質問。教員を目指そうかどうか迷っていた時期でもあった。

第9問 先生はインドア派である。

イエス  ノー

・価値観、考え方に関する質問。周囲の環境や、なぜそう考えたのかなど参考になるかと。

第10問 先生は農家になりたいと思っていた。

イエス  ノー

・価値観、考え方に関する質問。周囲の環境や、なぜそう考えたのかなど参考になるかと。

# アウチでよろしく！

エクササイズ名	アウチでよろしく！
授業者	学級担任・教科担任
対象者	小学生・中学生・高校生
学年人数	高校3年 計40名で実施
実施月	5～6月
実施場面	グループワークで実施する実習の前または班活動の前
ねらい	グループ内のリレーションづくり
出典	構成的グループエンカウンター事典 348-349 ページ
(アレンジした場合) ねらいと変更点	実施をグループ内にして、実習を行うグループメンバーのリレーションづくりとして行った。短時間で実施できるという利点を生かし、グループワークの前に取り入れた。元のエクササイズは自由歩行できる空間で行うが、グループ内で向かい合って手を伸ばして実施した。
作成上の留意点	・高校生は照れくさがる生徒もいるため、グループ内とし、全員とするように働きかけた。
ワークシート等	なし
時間	5分
流れ	<p>①インストラクション 「では今日実習を行うグループのメンバーと最初にアウチでよろしく！というエクササイズをします。人差し指の先端を合わせて（感染症流行時は近づけて）相手の目を見ながら、「アウチ！」と声をかけましょう」</p> <p>②デモンストレーション 教師が見本を示す</p> <p>③エクササイズ 「グループ内の全員とやってください」</p> <p>④シェアリング 「やってみてどうだったか、感じたこと、気づいたことを話し合ってみてください」</p>
生徒の様子や感想	・男女間の組合せになるときに照れくささが先立ち、男子の動きが重いことが多く見受けられるが、女子がリードできるとスムーズに進むように見える。やりにくそうにしているグループには教師が入り、教師と生徒で一度経験すると、生徒同士でできるようになることもある。
ねらいの達成度	5 ④ 3 2 1
良かった点	短時間で温かな雰囲気になりやすい。
改善したほうがいい点	取り組みたくない生徒に対するフォローアップをもっと工夫したい。授業に入ってからそのグループについては雰囲気が硬かった。
実施の際の配慮事項	<p>・事前に把握できている人間関係があれば、配慮の上グループを構成する。取り組む様子を観察することで、その後のグループワークの取り組み方への配慮も可能となる。</p> <p>・スキンシップが難しいときには、エアのアウチで行う。</p> <p>・感染症流行時は、マスクを着用し、エアとアイコンタクトで行う。</p>
これから実施しようとする人に一言	最初に教師のデモンストレーションをどの生徒とやるか、どんな雰囲気を作るかで生徒の参加意欲も変わるように感じます。映画 E.T の例えは今の子供達どころか、若い先生方にも通じなくなりました。

## 「4つの窓」～好きなもの同士集まれ～

エクササイズ名	「4つの窓」～好きなもの同士集まれ～
授業者	学級担任
対象者	小学生・中学生
学年人数	中学2～3年 560名 各学級(30～40人×15学級で実施)
実施月	4月
実施場面	学級編成後の新学級になって早い時期に行った。
ねらい	新しい学級の中に、自分と共通の趣味や感じ方の友人を見つける。 自分の感じ方や考え方をはっきり感じ、仲間にしかりした言葉で伝える。
出典	構成的グループエンカウンター事典 P378～379
(アレンジした場合) ねらいと変更点	・お題は、学級担任に決めてもらった。 ・低学年や特別支援学級で行う時は、「どれも無い」「選べない」などの選択肢も用意した。
作成上の留意点	・食物アレルギーがある生徒がいる場合は食べ物のお題に配慮する。 ・その人が好きなものは、その人が大切にしているものなので、相手の話を非難せず、聞くことを確認する。
ワークシート等	なし
時間	約10分～20分
流れ	①ねらいの説明 ②デモンストレーション 担任が用意したお題を示し、教師がなぜこれを選ぶか自己開示する。 ③先生が用意した「お題」で一番自分が好きなものの所に移動する。 ④ルールの説明 「自分の考えをはっきり話そう」「相手の話を非難せず、聞こう。(その人が好きなものは、その人が大切にしているものです。)」 ⑤それぞれの表示に集まった人達に「なぜ好きか」を話す。 ⑥シェアリング 話し合ったことや感じたことを、グループの代表が簡単に話す。
生徒の様子や感想	・好きなアニメや漫画、スポーツ、動物など、好きな理由を熱く語り、盛り上がっていた。
ねらいの達成度	⑤ 4 3 2 1
良かった点	・共通の趣味のある友人を見つけることによって、早期に学級内に友人を早くみつけることができた。 ・集まる人数が少ないマニアックなお題ほど、自己発見が深まったようだ。
改善したほうが良い点	・担任にお題を任せただけ、無難な食べ物、教科などのお題ばかりで終わる学級もあった。事実→感情→自分の価値観とお題も深めていくとよい。
実施の際の配慮事項	・相手の話を非難せず、聞く。 ・アレルギーや家庭環境に配慮したお題。 ・デモは、教師の自己開示を求めた。 ・感染予防には、マスクの着用や生徒間の距離を取る、座席に座ったまま、挙手をして、お互いの顔を確認させ、教師がインタビューするなどの工夫をして実施することも可能。
これから実施しようとする人に一言	新学期の早い時期に行うことで、不登校や不応の未然防止に有効だと感じています。

# あわせアドジャン

エクササイズ名	あわせアドジャン
授業者	学級担任・教科担任
対象者	小学生高学年・中学生・高校生
学年人数	高校3年 計32名で実施
実施月	6月
実施場面	授業で実施するグループワークの前
ねらい	<ul style="list-style-type: none"> <li>・授業で取り組むグループワークの前に、グループのリレーションを高めるために短時間で行えるSGEとして実施した</li> <li>・合わせるという作業を通して、グループワークでの協力体制に向かう姿勢をつくりたい</li> </ul>
出典	構成的グループエンカウンター事典 372-373 ページ
(アレンジした場合) ねらいと変更点	<ul style="list-style-type: none"> <li>・指導と評価 2019年4月号に掲載された札幌平岸高等学校澤尻教諭の、すき間時間を活用したSGEを参考に、授業の前に短時間で実施できるSGEに取り組んでいる。</li> <li>・感染防止に配慮し、グループを向かい合わせるのではなく、座席に座ったまま、片手を上にあげて指を出すように変更した。</li> </ul>
作成上の留意点	<ul style="list-style-type: none"> <li>・向かい合い、目を合わせるなどのリレーションづくりが行いにくいので、グループを少人数にし、合いやすくなるように意図した。</li> <li>・次々行うのではなく、ゆっくり考える時間を作るようにした。</li> </ul>
ワークシート等	なし
時間	5分
流れ	<ol style="list-style-type: none"> <li>①インストラクション 「アドジャンの掛け声とともに、片手で指を1本から5本まで選んで出します。同じ数は続けて出してはいけません。全員が揃えば成功です」</li> <li>②デモンストレーション 生徒数人と実際にやって見せる。</li> <li>③エクササイズ 「では始めましょう」 「なかなか合わないグループは、一息ついてリセットしてみましょう」</li> <li>④シェアリング 「やってみて感じたこと気がついたことを一言カードに書き、回し読みしてみましょう」</li> </ol>
生徒の様子や感想	<ul style="list-style-type: none"> <li>・向かい合っていないので、「アドジャン」の掛け声は教師が行う。</li> <li>・なかなか合わないグループに焦燥感が見られる場合があり、一度リセットして取り組むと合わせる事ができる事に感じる。</li> </ul>
ねらいの達成度	5 ④ 3 2 1
良かった点	短時間で生徒の活動度が上昇するところ
改善したほうが良い点	合わないグループに、アドバイスしすぎると面白さがなくなってしまうように感じる。あくまで自分たちでできたという達成感を大事にしている。
実施の際の配慮事項	合わない事が駄目ではなく、合わせられたことが素晴らしいと褒めるようにしている。できないことに焦点を合わせないようにする。
これから実施しようとする人に一言	グループの人数が多いと合わない事が多いので、生徒の実態に応じたグループを編成することが良いと思います。

\* 小学校低学年用は北海道教育カウンセラー協会ホームページで紹介



# 座席表作りで友達と話そう♪

まだ名前を知らない学級の友達の名前を覚えましょう。

## 【やり方】

名前を聞いたり、○○○を聞いたり教えたりして、座席表を学級の友達の名前で埋めます。

1. 下の座席表の余分な部分を斜線で消してください。
2. 自分の席に名前を漢字、フルネームで書き込んでください。（できれば、色ペンで）
3. 友達に名前を聞き、それぞれの座席の中に書き込んでください。

☆○○○「 」についても質問して記入してください。

## 【注意】

- 座席を移動してよい
- 前から知っている人にも必ず聞きましょう。
- マスクを着用し、密接にならないように気を付けましょう。
- お願いして、直接記入してもらうのもOKです。
- 他の人のものを写すことはやめましょう。自分で直接聞きましょう。

教 卓


☆座席表作りをやってみて、感じたこと・気づいたことを書きましょう！

.....

.....

.....

年 組 氏 名

# ようこそ新入生

エクササイズ名	ようこそ新入生
授業者	学級担任
対象者	小学生・中学生
学年 人数	中学1～2年 計560名 各学級(30～40人×15学級)で実施
実施月	3月～4月
実施場面	3学期の卒業式後に、学級活動で実施
ねらい	<ul style="list-style-type: none"> <li>・入学前の不安な気持ちを思い出し、新入生を温かく迎える気持ちをつくる。</li> <li>・先輩としての自覚を持つ。</li> </ul>
出典	構成的グループエンカウンター事典 P418～419「ありがとうカード」をアレンジ
(アレンジした場合)ねらいと変更点	カードをさくらやチューリップにして、はさみで切り抜かせて、掲示した。
作成上の留意点	特になし
ワークシート等	あり
時間	約10分～20分
流れ	<ol style="list-style-type: none"> <li>①ねらいの説明</li> <li>②デモンストレーション 担任が書くとしたら、どんな言葉でどう書くかを自己開示的に説明する。</li> <li>③ルールの説明 歓迎、励まし、情報提供などをプラスの言葉で書く。</li> <li>④小学校を卒業して、中学に入学する時、自分がどんな気持ちだったか、中学校のどんなことを知りたかったかを思い出させる。</li> <li>⑤1年前2年前の自分が聞きたかったことをメッセージにして書く。</li> <li>⑥メッセージを書いて、感じたこと気づいたことを、交流する。</li> </ol>
生徒の様子や感想	1年前に不安な気持ちで入学したことを思い出したが、今はとても楽しい。1年生には親切にしたい。部活の後輩を可愛がりたいと思う。
ねらいの達成度	5 ㊤ 3 2 1
良かった点	<ul style="list-style-type: none"> <li>・上級生になる自覚を持てた。</li> <li>・新1年生の不安な気持ちが理解できた。</li> <li>・新1年生が、新入生歓迎会などで、感謝の気持ちをフィードバックしてくれた。</li> </ul>
改善したほうが良い点	・書かせるだけになると、掲示物づくりで終わってしまうので、しっかりシェアリングすることが大切。
実施の際の配慮事項	・例年書いた後、担任に見せ、OKをもらってから模造紙に貼るが、今年は感染防止のため、机の上に置いたままにし、担任が回収、掲示した。
これから実施しようとする人に一言	コロナ感染症流行時に、新入生歓迎会の代わりに行ってよいと思います。

# 新1年生を温かく迎えよう！

新しく仲間になる新1年生にあたたかな言葉でメッセージを書いてみましょう。

小学校を卒業して、中学に入学する時、あなたはどんな気持ちでしたか？  
中学校のどんなことを知りたかったでしょうか。

1年前2年前の自分が聞きたかったことをメッセージにしてみましょう。  
歓迎、励まし、アドバイス、情報提供など、プラスの言葉で書いてみましょう。

このメッセージは、廊下の掲示板に貼って1年生に見てもらいます。

ていねいな言葉と文字で書きましょう。

先生に見てもらって、OK をもらったら、台紙にのりで貼りましょう。

## 文例

## 下書き

新1年生の皆さんへ

新1年生の皆さんへ

私が中学校に入学する時、不安がたくさんおきました。入学してみたら、中学校は～～～でした。中学校では勉強は～～～するといいですよ。わからないことがあったら、聞いてね！

新3年 屯田 はなこ

---

---

---

---

---

新年

☆新1年生にメッセージを書いてみて、感じたこと・気づいたことを書きましょう！

---

---

---

1年 組 氏 名

# 質問バトル～友達のことをもっと知ろう

エクササイズ名	質問バトル～友達のことをもっと知ろう
授業者	学級担任
対象者	小学校高学年・中学生
学年 人数	中学1年 280名 各学級(35人×8学級で実施)
実施月	4月～5月
実施場面	1学期
ねらい	<ul style="list-style-type: none"> <li>・質問することで、相手を知り、他者理解をする。</li> <li>・相手に温かな関心を持つことを学び、いじめの予防を意識した。</li> </ul>
出典	構成的グループエンカウンター事典 P536～537「二人一組(ききあう)」をスペシフィック SGE にアレンジ
(アレンジした場合)ねらいと変更点	質問ができない生徒のために、質問項目を用意し、その項目から「質問バトル」を行った。
作成上の留意点	特になし
ワークシート等	あり
時間	約10分～20分
流れ	<p>①ねらいの説明 「お互いのことをよく知り合うエクササイズです。」</p> <p>② やり方の説明 前後の人と2人組になって、話し手と聴き手を決めます。聴き手は「質問してみよう！」から一つ選んで質問します。話し手は質問されたことのみを答えます。次に詳しく質問していきます。 沈黙が5秒続くとゲームオーバーです。ゲームオーバーしたペアは座って、会話が長く続いているペアに注目してください。</p> <p>③デモンストレーション 生徒を指名し、教師がやってみせる。</p> <p>④ルールの説明 「まだ、話したことがない人もいるかもしれないが、話をするよい機会なので一生懸命質問しよう。」「話すのが苦手な人がいると思うが、話せる範囲でよい。話たくない時はパスもOK。」「聞く人はその人のペースにあわせて聞かせてもらおう。」「これは質問の練習なので、答えるほうはリラックスして答えよう」 1組目を行う。早くゲームオーバーになったペアと長く続くペアの違いを確認する。(「いつ」「どこで」「誰が」「何を」「なぜ」「どのように」といった開かれた質問をするとよい)</p> <p>⑤話し手と聴き手を交代し、2分間質問し続ける。 ペアを変えて、質問しよう。(隣の席の人とペア)</p> <p>⑥前後左右の4人組になり、感じたこと気づいたことを、交流する。</p>
生徒の様子や感想	関心を持って聞いてくれて、嬉しかった。これを聞いてもらいたいということを知ることができた。意外な一面がわかった。
ねらいの達成度	5 ④ 3 2 1
良かった点	・時間の枠を設定したことで、照れがなく、質問しやすかった。
改善したほうが良い点	・質問がすぐ終わったペアには話をせずに他のペアの会話に耳を傾けさせる。教師のデモによって雰囲気が変わるので、質問させる生徒を厳選する。
実施の際の配慮事項	<ul style="list-style-type: none"> <li>・奇数の場合は、担任と行う。</li> <li>・極端に話すことが苦手な生徒には、ペアリングを配慮。</li> <li>・早く終わったペアは他の人の話を聞くことで、他者理解が広がる。</li> <li>・感染予防としては、マスクの着用や生徒間の距離を取ることを。</li> </ul>
これから実施しようとする人に一言	関心の反対語は無関心・冷淡。似た言葉に無視がある。無視の反対語は尊重(相手を大事にすること)。質問をすることは、相手のことに温かな関心をもつということと意味づけ、いじめ予防として行いました。

# 友だちのことをもっと知ろう

## ●質問バトル

<ルール>

1. 前後の人と2人ペアになり、質問する人と答える人を決めます
2. 質問する人は下の「質問してみよう！」から一つ選んで、質問します。
3. 質問された人は、質問されたことのみで答えましょう。  
ただし、どうしても答えたくないときは「パス」してもOKです。
4. 質問する人は、次にそのことについて、詳しく質問していきます。  
どんどん質問しましょう。
5. 沈黙が5秒続くとゲームオーバーです。  
ゲームオーバーになったペアは座って、会話が長く続いているペアに注目してください。



どのペアが一番長く、質問し続けることができるかな？

- 質問バトル2 質問する人と答える人を交代し、質問の仕方を工夫してみましょう。  
他の人ともやってみましょう。

- 前後左右の4人組になり、どんな話を聞いたか紹介し合ひましょう。

- 今日の活動で気づいたこと、気づいたことを書きましょう。

1年 組 番 名前 \_\_\_\_\_

## 質問してみよう！

一つ選んで、質問します。質問する人は、次にそのことについて、詳しく質問していきます。  
どんどん質問しましょう。これ以外の質問でもいいですよ！

嫌いな食べ物がありますか？ <それは何？> <どうして？>	私と同じ( )月に生まれた？ <何月生まれ？> <何座？>	ファイターズ（野球）より、コンサドーレ（サッカー）が好き？ <どうして？> <好きなスポーツは？>
ペットを飼っていますか？ <どんなペット？> <もし飼うとしたら？>	好きな芸能人（アーティスト）はいますか？ <それは誰？> <どこが好き？>	有名人を直接見たことがありますか？ <それは誰？> <いつ？> <どこで？>
最近、マンガを読みましたか？ <題名は？><他には？>	何かを集めていますか？ <何を集めているの？>	今、はまっていることはありますか？ <それは何？><どうして？>

ここにいるのは、これからもっと仲よく、友達になる人！



2020年2月28日に北海道で緊急事態宣言が出されました。

CVPWG（コロナウイルス予防ワーキンググループ）は、3月10日に北海道教育カウンセラー協会代表（日本教育カウンセラー協会副会長）の大友秀人先生の「緊急メッセージ」を受け、今、戸惑いながら、対応に追われる全道の仲間に、今できることの情報発信し、共有することで、この危機を一緒に乗り越えようという発想から生まれました。

もう一つのコンセプトは「このピンチをどうチャンスに変えられるか」ということです。今回の一斉休校では、電話での連絡網より、登録制の保護者メールや学校のHP上の特設サイトでの情報提供が有効でした。北海道教育カウンセラー協会は今までもホームページの充実に力を入れてきました。より多くの人に情報を伝え、共有するには今まで以上にネットを活用していくことだと考えました。そこで、SGE公認リーダーやスペシフィックSGEアドバイザーに呼びかけ、取り組みを随時ホームページに掲載し、それがこの冊子となりました。

その間、20日余りです。スピード感を優先し、完成までの期間が短かったために、不十分な部分が多々あると思います。そこは、出典を参考にし、これを読まれている皆さんの経験や学級の実態に合わせて、アレンジしていただくと幸いです。

國分康孝・久子先生は、東日本大震災後に作った「SGEプログラム We are one,3・11」の趣意書の中で「ふれあい体験は不安・孤立感・無力感を克服するには有効と思える」「自己開示しながら子どもとのふれあいを談話風に展開することが、子どもの成長にとって意味のある教育方法である」と語っています。新型コロナウイルス感染症という世界的パンデミックに直面している今、子どもたちの不安・孤立感・無力感にはSGEが有効であると信じ、新学期に多くの学校でSGEが行われ、子どもの安心した笑顔をみられることを願います。

（北海道教育カウンセラー協会事務局長 吉田ゆかり）



どこか人ごとのように始まった新型コロナウイルス騒動は、あっという間に我々の生活に影響を及ぼし、生徒との学びの場が奪われていきました。

3月に1年を締めくくり、4月から新しい1年が始まる教育現場では、この時期に生徒と接することができないことは、我々教員の心にも大きな影響を及ぼしました。私自身、卒業学年の主任として生徒を送り出す準備を進めていましたが、卒業式には様々な制約が生じました。遣る瀬ない思いを抱えつつ「いまここ」で何ができるか模索していたところに、きっかけをいただき小冊子の編集に携わることができました。

コロナウイルス予防ワーキンググループの活動開始からの短時間で、様々な実践記録を寄せていただいた先生方にはこの場を借りて感謝申し上げます。寄せていただいた様々な実践記録に触れ、多くの仲間が前を向いて進もうとしている姿を目の当たりにし、自分自身も前向きな気持ちになりました。大友代表の巻頭言にもありますが、この前向きな気持ちを全道の仲間にも広げていきたいという思いで、今回の活動を進めてきました。教育カウンセラーとして学んできたことは、普段の教育活動にも活用していますが、いまこそその学びを実践するタイミングなのだという思いを強く持ち、学校再開に向けた準備に取り組んでいます。

小冊子の編集については至らない点多々あったかと思いますが、どうかご容赦いただき、4月からの教育現場での活動にご活用いただければ幸いです。

（CVPWG コロナウイルス予防ワーキンググループ事務局長 伊藤友彦）