



# 御学校だより

2026年2月24日  
藤沢市立御所見中学校  
校長 山田 大

## ペップトーク講演会

～生徒、保護者・地域の方、教職員が同じ内容を受講～

2月6日(金)に県の研究委託事業「学びづくり」の一環として「ペップトーク講演会」を実施しました。第1部として5,6時間目に1,2年生徒を対象に「～もっと”自分を好きになる”言葉の力～PEPTALK」と題して、15時から第2部として保護者・地域の方を対象に「ペップトーク～思いが伝わるコミュニケーション～」と題して、生徒のやる気を引き出し、前向きに挑戦できる言葉がけについて学びました。

講師はペップトーク普及協会の鈴木 理恵さんをお願いしました。鈴木さんは本校の学校運営協議会(コミスク)委員を務める元保護者であり、「みんなの居場所・れいんぼ～かふえ」代表としてこの地域の青少年育成に活躍されているのでご存じの方も多いためと思います。生徒向け講演会では「リーさん!」と愛称で呼ぶ生徒もいて、第2部でもほとんど顔見知りの参加者だったため、どちらも和やかに温かい雰囲気でお話を聞くことができました。

### ～第1部「生徒向け講演会」～

「ペップトーク(Pep Talk)」とは、選手、生徒、部下などを励ますのに、監督やコーチなどの指導者が試合前(本番前)に使う「激励のショートスピーチ」のことです。「Pep」は英語で、元気、活気、活力という意味です。内容としてはWBC決勝戦を前に大谷翔平選手がミーティングで「憧れるのをやめましょう」と語った「ペップトーク」を紹介するなど身近な例を紹介しながら、「励まし方を学ぼう」という視点でペアワークに取り組んだり、受容・承認・行動・激励というペップトークの構成を知り「足りないところに目を向けないで、ある物に目を向ける」、とらえ方を変換してマイナスをプラスに変える「あきっぱい⇒好奇心旺盛」「問題が起こった⇒改善のチャンス」、「〇〇しないで」と言うのは逆効果なので「走らないで⇒歩きましょう」など具体的な例をたくさん教わりました。

また、脳科学の視点から、人は「梅干しを想像しないでください」と言われても梅干しを想像してしまう。心理学の視点から「今日は、頑張ってるね」と言われるのと「今日も頑張ってるね」と言われるのでは、たった一字の違いでも感じ方が違う、だから伝え方が大事ということも科学的で興味深い内容でした。さらに、人によって言われて嬉しい言い方、やる気になる表現があり、その人にぴったりの言葉を選ぶことも大切ということも学びました。

講演の中で使われた「ありがとうは最幸のペップトーク」という言葉が特に印象に残りました。



講師

鈴木 理恵 氏



ペップトーク普及協会講演講師・セミナー講師  
御所見・中里地区学校運営協議会委員  
社会福祉士、思春期保険相談士、  
元御所見中保護者  
みんなの居場所・れいんぼ～かふえ代表



## 3年生の公立高校入試が終了、特別日課・卒業式へ

～自分らしく、御中生らしく、自分も人も大切に～

2月19日（木）に神奈川県公立高等学校入学者選抜の共通選抜が終了し、3年生は20日（金）から特別日課となりました。この後、合格発表、二次募集・定通分割選抜と続きますが、3年生の皆さんは学力検査（面接・作文・特色）という大きな試練を乗り越え、ほっと一息ついていることでしょう。

「努力の上の辛抱という棒を立て」勉強に取り組んできた皆さん、本当にお疲れ様でした。朝、挨拶をしている時に見る皆さんの顔はすっきりと晴れやかな表情が多く見られます。しかし、顔には出さないけれど、まだ発表を前に大きな不安を抱えている人も多いことでしょう。

合格発表も含め、卒業式までの特別日課は行事や講演会・イベントがたくさんあります。中学校3年間の自分の歩みを振り返り、整理する期間ともいえます。卒業まであとわずかですが、自分らしく、御中生らしく、自分も人も大切に過ごしてほしいと思います。

### 【大人から挨拶・声かけ運動 1月7日（水）】



### 【2年生 オペラ教室 1月29日（木）】



### 【積雪 2月8日（日）】

