

読売

# 教育ネットワーク

社会はまるごと学校——  
すべての大人が先生です



夢を見ているみたい! ——リオ五輪バドミントン女子ダブルスの金メダリスト、松友美佐紀選手から指導を受ける生徒(記事2・3面へ)

巻頭特集

憧れのバドミントン選手たちと1日合宿

**中高生 世界のタカマツに学ぶ** 2・3

中学校英語弁論大会の上位入賞者3人が英国研修 4

**小中学生対象に「第2期竜王アカデミー」** 5

「大学の實力2018」出版 6 お知らせ 6

リレーエッセー 米 マサチューセッツ工科大「MIT、生徒と教授がつながる場」 7

2017.9

Vol.33



バドミントン部で活動する中高生が五輪メダリストらから直接指導を受け、正しい食事のとり方も学ぶ「鍛える、食べる トップアスリート1日合宿」(読売新聞東京本社主催、味の素共催)が8月1日、東京都北区の味の素ナショナルトレーニングセンターで開かれた。東京五輪・パラリンピックが開かれる2020年とその先に向けて、読売新聞が進める「元氣、ニッポン!」プロジェクトの一環だ。憧れの選手から気さくに話しかけられ、生徒たちは感激。「勝ち飯」教室では、栄養のバランスを考えた食事の大切さなどをしっかり学んだ。

1 Day Training with Athletes

# 鍛える、食べる トップアスリート1日合宿

鍛える、食べる



①コートを取りながらアドバイスする松友選手(左)  
 ②世界レベルの練習はきつい! 奥原選手(右)に負けまいと全力ダッシュする生徒  
 ③選手同士の激しいラリーに目を見張った  
 ④生徒から相次ぐ質問に答える高橋選手(右)  
 ⑤味の素ナショナルトレーニングセンターの食堂で昼食。栄養バランスを考えながら料理を選ぶ  
 ⑥授業や部活、恋バナ……。食事中、奥原選手(左列中央)らと盛り上がる生徒たち



**熱血指導に感激**  
 参加したのは、都内の私立中学校・高校や公立中等教育学校計7校のバドミントン部員26人。昨年、リオデジャネイロ五輪の女子ダブルスで優勝し、「タカマツ」の愛称で知られる高橋礼華、松友美佐紀両選手、女子シングルスで銅メダルに輝いた奥原希望選手をはじめ、日本ユニシス実業団バドミントン部のコーチや選手計22人が指導にあたった。  
 生徒たちは最初、緊張した面持ちであいさつしていたが、各コートに分かれて選手たちと打ち合いを始めると、徐々に緊張もほぐれて、軽快にシャトルを追いかけていた。選手たちも「シャトルを打ったら、後ろに下がって体勢を整えよう」「腕をもう少し上げて」などと、熱

## 金メダリストらから「ナイス!」

心にアドバイスしていた。その後、生徒と選手がペアを組んで対戦したり、生徒対選手でシングルの試合をしたりした。スマッシュを決め、選手たちから「ナイス!」と声がかかった生徒の顔からは、思わず笑みがこぼれた。  
 「タカマツ」ペア対栗原文音、篠谷菜留両選手など、日本代表同士の対戦も行われ、間近で観戦した生徒たちは、激しいラリーに目を見張り、あちこちから「オオッ」といった歓声が上がっていた。  
**勉強と部活**  
**「切り替えが大事」**  
 練習後の質疑応答では、練習方法や試合中の心構えなどについて、生徒たちが次々と質問。小石川中等教育学校2年、鎌形沙菜さんが「勉強と部活動の両

立が難しい。どうしたらいいですか」と尋ねると、奥原選手は「切り替えが大事。勉強から逃げる、後悔する。遊びたい気持ちがあってもグッとこらえて、頑張ってください」と励ました。また、生徒たちは、センター内の食堂で選手たちと一緒に昼食をとりながら、学校生活などについて談笑し、交流を深めた。  
 立川国際中等教育学校3年、岩田祥加さんは「普段テレビで見ている選手とペアを組んで試合ができ、うれしかった。シャトルを打ち返す時、手首を回さないようにすることを教えてもらい、さっそくやってみて」と喜んでいった。  
 高橋選手は「適切な言葉やジェスチャーを考えながら指導した。若い世代を教えることで、自分も勉強になった」。松友選手も「生徒たちからいろいろ質問された。真面目にバドミントンに向き合っているのが分かり、うれしかった」と語った。



【参加校】 ※いずれも読売教育ネットワーク参加校  
 (私立) 学習院女子中等科/国学院久我山中学校・高校/田園調布学園中等部・高等部/桐朋女子中学校(都立)桜修館中等教育学校/小石川中等教育学校/立川国際中等教育学校  
 【主催】読売新聞東京本社 【共催】味の素  
 【後援】日本オリンピック委員会(JOC)、日本バドミントン協会

## 「勝ち飯教室」で土台作り

### 3食プラス「補食」

練習の前後には、スポーツ選手としての正しい食事のとり方などを教わる「勝ち飯」教室が開かれた。各校の指導者や生徒の保護者も加わり、栄養に関する最新の知識に耳を傾けた。  
 講師を務めた北京五輪の競泳日本代表で管理栄養士の柴田隆一さんは「日本の選手は練習には熱心に取り組むが、その土台を作る栄養のとり方に問題

のあるケースが多い」と指摘。1日3食の食事で主食、汁物、主菜、副菜、牛乳・乳製品の五つをそろえて取る必要があると強調した。更に「目的に応じて、必要な栄養をタイミングよく補う『補食』も大切。食事と補食からなる『勝ち飯』で、ワンランク上のレベルを目指そう」と呼びかけた。  
 この日の昼食は、うどんやスパゲティ、サバの南蛮漬け、豚のクリーム煮など、たくさんの

### 毎日8種類の食材

練習・昼食後の講義で、柴田さんは「食材にも注意しよう。豆、ゴマ、肉、ワカメ(海藻)、野菜、魚、シイタケ(キノコ類)、イモの8種類全部を毎日とれているか、確認しよう」とアドバイス。8種類の食材の頭文字をとったキャッチフレーズ「ま・

**日本ユニシス実業団バドミントン部**  
 1989年創部。2007年、女子チームが発足。これまでに日本リーグ(現在の「S/Jリーグ」)で3回、全日本実業団選手権大会で2回の男女同時優勝を誇る強豪。リオデジャネイロ五輪では、日本代表選手9人のうち7人を輩出した。所属選手は男女合わせて19人。



ま・わ・や・さ・し・い」を教わった生徒たちは、スマートフォンで撮った写真を参考に、昼食で口にした食材をチェックしていた。  
 味の素オリンピック・パラリンピック推進室の上野祐輝さんは「『勝ち飯』は、味の素が日本オリンピック委員会(JOC)と共同で、食と栄養の面から日本代表選手らを支援する『ピクトリオプロジェクト』の中で生まれた」と説明。トップレベルのスポーツ選手だけでなく、子供からお年寄りまで、普段の健康維持や体力向上にも役立つ考

え方だという。生徒たちは練習の前後にアミノ酸入りのサプリメントを飲み、補食も実践した。  
 田園調布学園高等部2年、東奈津子さんは「ま・わ・や・さ・し・い」は初めて知った。食事をチェックすると、同じような食材ばかりとっていることがわかった。今後は栄養のバランスを考えて食べるよう気を付けたい」。一緒に聴講した保護者の一人、本間恵津子さんは「バランスの良い食事になるように、家庭でも意識していきたい」と話していた。



## 中学校英語弁論大会の 上位入賞者3人が英国研修

昨年11月に開催された高円宮杯第68回全日本中学校英語弁論大会の上位入賞者3人が7月25日から8月8日までの2週間、三菱商事賞の特典で英国での研修に派遣され、イギリス南部のイースト・サセックス州にあるバックスマア・プランプトン大学の英語特訓プログラムに参加した。報告・高森雄太郎（日本学生協会基金運営委員長）

### 世界の生徒たちと共同生活

今夏渡英したのは、熊本市の九州学院高1年・黄允珠さん、宮崎市の宮崎県立宮崎西高1年・年増ルデヤさん、兵庫県芦屋市立山中学校3年・安田穰さんの3人。派遣先の寮では、ロシア、イタリア、中国など世界各国からの生徒たちと共同生活を行った。

3人は8歳から16歳の生徒たちと交流しながら、平日の午前には英語の文法や語彙を勉強し、午後はスポーツやゲームなどのアクティビティを楽しんだ。また週末にはプライベートやロンドンといった市街地で課外活動に励んだ。

「最後の夜にはみんなで別れを惜しんで泣いた」という黄さんは、最初は他の国からの生徒たちの雰囲気馴染めなかったという。しかし、数日後には仲の良い友達グループもでき、「2

週間があつという間だった」と話していた。帰国後も、その時できた友達と連絡を取り合っているという。国際弁論士として活躍することが将来の夢だが、「英語で相手と議論することの難しさ、そして自分の意見をはっきり相手に伝える大切さを感じた」と語った。

### 社会、政治を語り合う

年増さんもまた、最初のうちは雰囲気の違いに戸惑い、すぐに心を開くことは難しかったという。それでも数日を過ごすにつれて様々な国からの友達ができ、共通言語である英語だけでなく、友達の母語であるドイツ語やイタリア語など様々な言葉を耳にするようになった。「色々な国の人の文化、考え方を知ることができ、言語に触れることがとても楽しかった。他の言語も学んでみたい」と話している。高円宮杯のスピーチで「政治

## 英語通じ、自分の将来見詰め直す2週間



(左上) 大英博物館「三菱商事日本ギャラリー」を見学 (左下) 研修を振り返る3人。左から安田さん、黄さん、年増さん



(右) 欧州三菱商事オフィスを訪問

についてもっと話そう」と訴えた安田さんは、今回の研修で他の国の生徒たちと社会について語り合ったという。特に中国としてベルギーから来た生徒たちとは夜遅くまで政治について語り合ったといい、とても充実していたと話す。将来の仕事については模索中だというが、「今回上達した英語力で、将来は食や文化といった日本の良さを伝えるボランティアをしたい」と語ってくれた。

### 自分の意見 伝えることが大切

また、帰国前にはロンドンにある読売新聞欧州総局や欧州三菱商事のオフィスを訪問した。欧州三菱商事ではジュリー・ロジャーズ取締役の案内でオフィスを見学、また三菱商事がスポンサーとなっている大英博物館の「三菱商事日本ギャラリー」を訪れ、展示を鑑賞した。

3人は研修を振り返り、バックスマアでの英語の特訓で「自分の意見をきちんと相手に伝えることが英語学習において大切だと思った」と語る。この2週間が自分の将来を見詰め直す大きなきっかけになったといい、日本での学校生活や活動にもっと積極的に取り組んでいきたい、と話していた。

竜王アカデミーで行われた  
リレー対局



## 小中学生対象に 「第2期竜王アカデミー」

将棋の歴代竜王が講師を務める小中学生対象の連続講座「第2期竜王アカデミー」(読売新聞社、日本将棋連盟主催)が9月13日、東京・大手町の読売新聞東京本社で始まった。第1講の講師は渡辺明竜王と藤井猛九段。全4回のコーディネーターは、初代竜王の島朗九段を務める。



## 未来の竜王目指して

### 大一番に向けて読書

この日は「竜王トーク」で、29連勝を達成した藤井聡太四段について渡辺竜王が「よその世界の出来事かと思った」と語った。対局前に心がけていることを聞かれると、渡辺



渡辺 明 竜王

竜王は「強い海外のサッカーチームの監督の本を読み、大一番に向けて気持ちを持っていく」と話し、藤井九段は「決勝に行くのは大変なので、決勝まで行ったときは、自分は勝つと暗示をかけている」と心構えを披露した。

### 咳払いで指し手変更

その後は、受講者が「渡辺チーム」「藤井チーム」に分かれてリレー対局。まず、渡



藤井 猛 九段

辺竜王と藤井九段が盤面に駒を並べて、対局を準備。受講生は、一人ずつ順番に渡辺竜王と藤井九段の隣に座り、二手ずつ指していった。差し手が分からない受講生は、二人のアドバイスを受けながら打っていった。受講生が駒を置こうとすると、藤井九段に咳払いをされて、指し手を変える場面もあった。指し終えると受講生は、それぞれのチームのリーダーと握手して、記念撮影した。

最後に、過去の竜王戦の棋譜を基にして渡辺竜王と藤井九段が指導対局を行った。

第2講(10月11日)は谷川浩司九段、糸谷哲郎八段、第3講(11月16日)は佐藤康光九段、森内俊之九段、第4講(12月9日)は羽生善治三冠がそれぞれ講師を務める。



## 進路選択を楽しむワークショップを提案

# 「大学の実力2018」 出版

偏差値によらない大学選びを手助けする「大学の実力2018」が出版された。退学・留年・卒業・就職率などの貴重なデータをこれまで通り一覧表方式で掲載したほか、今号では新たに、進路選択を楽しめるワークショップにもページをさいている。

「大学の実力2018」

A4判192ページ / 1650円(税別)

●問い合わせ 中央公論新社(03・5299・1730)

## 692大学が回答

「大学の実力」調査は、変化のスピードが激しい時代に旧態依然とした偏差値頼みの大学選びでいいのかという疑問から、読売新聞社が2008年に開始。毎年、全国の大学に協力をお願いして結果を本紙に載せるほか、書籍にまとめて出版してきた。参加校は年々、増え、2017年調査には全大学の92%に当たる692大学が回答。その結果をまとめたのが「大学の実力2018」だ。

## 「大学の実力バイキング」も

調査では一貫して学生に力をつけるための取り組みを尋ね、それがどう反映されているかを探るため、退学・留年・卒業率や就職状況など、かつて「門外不出」とされたデータを求めてきた。また、結果公表に際しては、「ランキング」ではなく一覧表形式にこだわってきた。何をポイントにしてデータを読み解くのか、受験生自身にオリジナルの「ものさし」を作ってほしいと願うからだ。加えて今回は、データ活用の具体的な手法に切り込んだワークショップ「大学の実力バイキング」を初めて盛り込んだ。「退学率」や「就職率」などの主要データを「食べ物」に見立て、「バイキン



都立西高で行われた「大学の実力バイキング」ワークショップの様子

グ」しながらに自分のトレイに取っていく。そして、自分にとってどの食べ物が気になるのか、それはなぜかを、高校生や保護者、教員がそれぞれの立場で考え、話し合う。すでに今年6月には、東京都立西高校(杉並区)で約60人が参加した実践も行われている。

## 楽しみながらデータ活用

10回を数える調査の報道や出版は、進路選びに不可欠な大学の情報公開の機運を確実に高めてきた。「大学の実力2018」では、そうした流れを一層、推進するとともに、「バイキング」の進め方や小道具の見本などの具体的な紹介を通して、楽しんでデータ活用するという新側面にも光を当てていく。

## 香港杯全日本大学「学生大使」募集

香港特別行政区政府 駐東京経済貿易代表部と読売新聞社が発行する日刊英字紙The Japan Newsは、香港と日本のかけ橋となる「学生大使」を募集しています。香港に関する4つのテーマ(ビジネス、マスコット、留学、観光)について、香港と日本の交流を促進するアイデアを考えてください。

来年1月21日(日)に、東京・野村コンファレンスプラザ日本橋で行われる最終審査会で、予備審査通過者15人が6分間の英語プ

レゼンテーションを行い、学生大使4人を選抜します。

学生大使に選ばれた4人は2週間の香港研修旅行に招待されるほか、希望者には在京の香港関連機関またはThe Japan Newsで、2週間のインターンシップの機会が与えられます。また、応募者全員に1000円の図書カードが贈られます。応募方法はウェブサイトをご覧ください。締め切りは12月11日(月)です。

<http://www.yomiuri.co.jp/adv/hongkongcup2017/>

問い合わせ ☎03・3216・7112

メール: hongkongcup@yomiuri.com

News



生物工学のクラスメートと(右端)＝本人提供

## 海外で学ぶ・リレーエッセー ③③ 米マサチューセッツ工科大 MIT、生徒と教授がつながる場

筑波大附属駒場高校(東京都)卒、マサチューセッツ工科大1年(執筆時)

末岡陽太郎 さん



マサチューセッツ工科大学

1861年に米マサチューセッツ州ケンブリッジに創立されたマサチューセッツ工科大学は120か国から留学生を受け入れている。卒業生、教員など、同大関係者のノーベル賞受賞者は2016年10月時点で87人になっている。

容から政治的な議論、はたまた人気の歌手についてまでさまざまな幅広いディスカッションの中で、自分の知識、考えが深まっていくのを強く感じた。活発な交流は生徒間にとどまらず生徒教授間においても見られる。MITは生

徒と教授の交流を積極的に推進しており、例えば教授をディナーに誘い出した場合、ディナーの代金を学校が払ってくれるという制度がある。先学期、私はこれを活用して物理の教授と一緒に高級寿司屋に行くことができた。マンゴリーや天かすの入った寿司を食べながら、教授は現在に至るまでの自身の超電導への消えることのない情熱について熱く語ってくれた。このような経験をを通して、授業だけでは学べない様々な教訓を得ることができたように思う。

私はMITの4年間を通して、できる限り多くの経験を積み、様々な人とのつながりを育んでいきたいと考えている。そしてここで学んだことを活かし、将来は大学院に進み、科学に貢献できるような経験が出来たらと思っています。

(会報編集部抄訳 The Japan News 2017年2月26日)

電動シヨッピングカートを乗り回す学生たち、寮の壁にかかっている無数の白板、そしてそれらを埋め尽くす数式、マサチューセッツ工科大学(MIT)合格発表後に訪れたキャンパスで目撃した光景はMITに進学することを決意するのに十分すぎるほどの衝撃だった。

高校時代、生物学関連の活動に参加していく中で、私は免疫系をつかさどる精緻な分子メカニズムに強く興味を惹かれた。

しかし同時に、生物学だけを勉強しては視野が狭くなってしまおうという恐怖もあった。そのように悩んでいる中、目の当たりにした活気に満ちた光景を見て、私はこの学校でなら既成概念にとらわれずに知識を広げられると確信した。

現在1年生の私はまだ専攻を決めていないものの、生物工学という学問を目指そうと考えている。この専攻の勉強の中で、生物学への情熱に工学の知識を埋め込み新しい何かを生み出せる気がするからだ。

私が1学期目に体験したことは想像をはるかに超えていた。毎週水曜日の夜には友人と白板の前に集まって宿題の問題について議論していたことは思い出し、深い。議論はいつも宿題が終わっても続き、内容は科学的な内容

海外留学を目指す高校生に進学支援を行っているNPO法人「留学フェロウシップ」のメンバーが、海外のキャンパスライフをリレー連載します。留学フェロウシップの詳細はウェブサイト(<http://ryu-fellow.org>)へ。