テニスを通して〝マナー〟を学ぶ！

～マナーキッズテニス教室が開催～

●2008年6月6日／神奈川県・川崎市立日吉小学校体育館　写真＝小河原友信

子供たちのマナーの乱れが叫ばれるようになって久しい。そんな中、新たな形で子供たちにマナーを教える試みが行われている。テニスを楽しみながら礼儀作法を身につけようという「マナーキッズテニスプロジェクト」は、全国に広がりを見せている。テニスと礼儀作法の習得の融合とは、果たしてどんなものなのか。

今回、「マナーキッズテニス教室」が行われたのは、神奈川県の日吉小学校。体育と道徳の時間を使って行われた。この「マナーキッズテニス教室」は、日本テニス協会が展開する「マナーキッズテニスプロジェクト」の柱となるものだ。子供たちにテニスへの興味と親しみを持ってもらうと共に、あいさつ、礼儀作法の基本的マナーを習得してもらう。NPO法人マナーキッズ®プロジェクト理事長・田中出男氏を中心に、マナー指導には日本古来の礼法である小笠原流礼法の鈴木万亀子・総師範が指導に当たっている。

田中理事長が早稲田大学庭球部のテニス教室として始めたものが、3年前から日本テニス協会のプロジェクトとして始動。さらに昨年6月にはNPO法人化し、テニスだけでなく他のさまざまなスポーツ団体にも呼びかけ、「マナーキッズ」の輪は着実に広がりを見せている。

日吉小学校の6年生64人が参加した今回も、開講式ではあいさつの声が小さく何度もやり直しをさせられていた。しかし、コートに出てテニスを楽しみながら、終了までの90分の間に何十回もあいさつと正しい姿勢、正しいお辞儀を繰り返したことで、閉講式では見違えるようなあいさつができるようになった。

しかし、田中理事長は「子供たちはできないのではなく、教えられていないだけ。自分たちはきっかけ作りをしている」と話す。〝子供を正しく躾ける〟という意識が希薄になっている親御さん、学校、地域社会など、まず大人が変わらなければ、子供たちも変わらない。大人が意識を高く持ち、この活動を継続していくこと。それこそが「マナーキッズプロジェクト」の真の目的だと言えるのかもしれない。

2 鈴木総師範のマナー講座

鈴木総師範が教える正しい姿勢とはどういうものか

1. 足はきちんとそろえて立つ。
2. おなかの周りに力を入れる。
3. たくさん胸に空気が入るように、胸を大きく張る。
4. 頭のてっぺんから引っ張られる感じで首を立てる。
5. 5本の指をぴったりつけ、体の横に自然につける。
6. 優しい顔で相手のことを見る

「上の1～5を守って〝気をつけ〟の姿勢を取ると、腰骨がきゅっと締まる感じになるはずです。前頭葉にある自己抑制機能が働き、物事に対して前向きなものの考え方になります。姿勢さえつて心まで変わるのです。姿勢とは別に6の顔のマナーも大事な要素です。」

鈴木総師範が伝える3つのマナー

一、マナーとは約束を守ることから始まる。
二、自分がされていやなことは、自分も人にはしない。
三、人の話は正しい姿勢で、相手の顔を見て聞く。

1 開講式

開講式は整列し、あいさつすることから始まります。しかし、照れもあるのか、慣れていないのか、なかなか大きな声であいさつができません。それでも、声が出るまで何度もあいさつをします。

続いてみんなの前で自己紹介。気をつけをして、足をそろえ、おなかの周りに力を入れ、胸を張り、一歩前へ出ます。それからお辞儀をして、「○○です。よろしくお願いします！」。

2 準備運動

ラケットを握る前にまずは準備運動。ケガの予防のためにも大事に行います。

デモンストレーション

いよいよオンコート。まずは元ボル林選手の田辺コーチによるデモを見学です。スポンジボールとは思えぬサービスやスマッシュのスピードに、子供たちからは「おぉ～」などとよめきの声が。

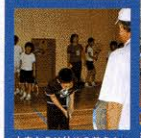
5 いよいよオンコート実戦！

1コートに約8人が入り、コーチと1対1で順番にテニスを楽しみます。学ぶのはボレー、ストローク、スマッシュ、そしてサービスと盛りだくさん。しかし、本当に重要なポイントはテニスの技術ではなく、正しい姿勢とあいさつです。コートに入る前に大きな声で「よろしくお願いします！」。コートを出るときは「ありがとうございました！」。声が小さいと、できるまで繰り返させます。すべてのメニューが終わるまでに何十回もあいさつをすることになり、その頃には自然に声が出るようになるのです。

ボレー&ストローク

まずボレーでラケットに慣れたら、次はストローク。さ回ラリーを続けることが最初の目標です。

CHECK! ストロークでは目標を設定することで子供たちのモチベーションを高めます。3回から始め、クリアできたら子供たち自身に次の目標回数を決めさせます。



大事なのは始める前のあいさつ。コーチに大きな声で「よろしくお願いします！」

終わったあとはしっかりとコーチの目を見て握手、そして「ありがとうございました！」

自己紹介

体育館を8面に区切ったミニコートに散り、コートごとにあらためて自己紹介です。

鈴木総師範が、あらためて丁寧に正しい姿勢とあいさつの基本を指導してくれます。

スマッシュ&サービス

ここでももちろん、始める前にきちんとごあいさつ。

はじめてのサービスにみんな大苦戦です。

CHECK! コーチにきちんとあいさつできるようになっても、子供たちは待っている間についふざけてしまいます。ここでも大事なマナーの指導。待っている間、ラケットは両手で胸に抱えて持つように指導します。

散らばったボールはみんなで球拾い。

休　憩

CHECK! 休憩に入る前にも大事なマナーが。きちんと指導しないと、子供たちはラケットを放り出してしまいます。投げずにそっと置くように教えます。

30分に一度、3分間の休憩を取り、水分を補給します。おいしそうにゴクゴク。

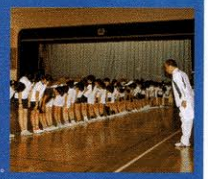
逆に言えば、子供たちは教えられればきちんとできます。ほら、このとおり。

6 後片付け

すべてのメニューが終わったらみんなで後片付け。最後は一斉に雑巾がけです。

7 閉講式

閉講式は開講式の復習でもあります。最後のあいさつでは見違えるような大きな声。わずか90分の間に、素早い整列と元気なあいさつができるようになりました。



修了証書の授与では、相手の目を見てお礼のあいさつ。閉講式は「マナーキッズテニス教室」の総仕上げの場。

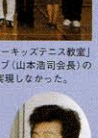
最後にお世話になった先生、コーチ一人ひとりと握手し、お礼のあいさつをします。「ありがとうございました！」

新川崎ロータリークラブ全面協力
使用機具は学校に寄贈

新川崎ロータリークラブの皆さん

今回の日吉小学校における「マナーキッズテニス教室」開催は、新川崎ロータリークラブ（山本浩司会長）の皆さんの尽力と協力がなければ実現しなかった。

新川崎ロータリークラブ
直前会長 小泉稔氏



見ると聞くとは
100倍の感動の違い

1年半ほど前に田中さんを招いたときにその理念を聞き、賛同した。私自身、青山学院大の硬式庭球部でキャプテン、ヘッドコーチ、監督を務めてきたが、技術よりも人間性、健全な社会人を目指すことに重点を置いて指導してきた。そういう意味でも、今回の教室の主旨は自分の考えにもぴったり合うもの。そして日本中の子供達がもっと「元気」になるように全国のロータリークラブにこの活動を広めていきたい。

小笠原流礼法
鈴木万亀子総師範

NPO法人マナーキッズ®プロジェクト
田中日出男理事長

〝残心〟がもたらすポジティブな変化

大人が変わらなければ子供たちも変わらない

6年生くらいになるとてらいがあるのか、声を出すことがかっこ悪いと思ってしまいます。特に都会のお子さんはその傾向が強いですね。でも今日は皆さん、最後にはきちんと声が出せていました。正しい姿勢、正しいあいさつをすることは、相手にも自分にも良い変化を起こします。あいさつとはただ首を振って頭を下げることではなく、心を下げることなのです。これを〝残心〟といいます。このふたつをどうしても伝えたかった。このプロジェクトは子供たちのマナーがテーマですが、本当に気になるのは大人のマナーの崩れです。だから今回も含め、必ず親御さんにもお話をさせていただいています。これからご家庭でもぜひ継続していただきたいです。田中さんがおっしゃったように、私たちはきっかけに過ぎませんから。

このプロジェクトを始めたのは、会社員時代の経験がきっかけです。いつからか従業員同士があいさつをしなくなった。小学校に目を向けると、子供たちがきちんとあいさつをできていない。教えればできるはずなのに、誰も教えないんです。授業だけで教えようとしても子供はいやになりますよね。だからテニスと組み合わせた。テニスと礼儀をミックスさせ、楽しみながら礼儀作法を学ぶ。

テニスでもセルフジャッジをはじめ、マナーの問題がありますね。小さい頃から、オンラインぎりぎりだったら相手に有利なように、自分に厳しくということを教えていないからです。コーチによってはアウトと言えという人もいる。そういう事の積み重ねなんですよ。

今日の子供たちを見てくれれば分かると思いますが、教えればできるんです。ただ、私たちの活動はきっかけ作りに過ぎない。継続しなければ元に戻ってしまう。日吉小学校では全校生徒にこれを指導します。あとは学校側がこれを取り入れて、継続してほしいですね。先生が子供たちの目を見てきちんとあいさつをするなど、学校がきちんとやらなければならない。あとは親御さんですね。「マナーキッズテニス教室」は子供たちの指導とは別に、親御さんへの講義も行います。毎朝、子供から「おはようございます」を言わせるようにしましょうとか、そういう基本的なことです。でも、意外にできていないんです。家庭、学校、そして地域社会全体で取り組まなければ、本当には変われない。子供だけやってもダメなんですよ。まず大人が変わり、実践していかなければなりません。