

日本版 **小さな  
リソースガイド**

— 学校を安全なコミュニティにするために —



修復的対話の会

はじめに

## — 修復的対話サークルを道徳授業へ —

いじめの問題は、特別な出来事として突然生じるものではなく、日常の人間関係の中で少しずつすれ違いが積み重なる中から生まれます。だからこそ、問題が起きてから対応するのではなく、日常の中で「聴き合える関係」を育てていくことが、いじめの未然防止につながります。

本冊子は、修復的正義（Restorative Justice）の理念を基盤とする修復的対話サークルを、道徳の授業のなかで実践するための手引きとして作成しました。修復的正義は、刑事司法の領域から始まりましたが、今日では司法の外、学校や職場、地域へと広がっています。人は、人間関係の中で生きており、傷ついた関係は対話によってこそ回復されるのではないのでしょうか。学校という共同体において、この思考プロセスと対話の方法を体得することは、次世代を担う子どもたちがよりよい社会を築くための、確かな糧となります。

修復的対話サークルでは、トーキングピースという物（ツール）を用い、「トーキングピースを持っている人だけが発言できる」というシンプルなルールのもとで対話を行います。発言は強制されず、沈黙も尊重されます。全員に発言の機会が保障され、評価や否定を行わない安全な空間の中で、子どもたちは自分の思いを言葉にし、他者の語りに耳を傾けます。

道徳科が目指すのは、正解を教えることではなく、多面的・多角的に考え、自ら納得しながらよりよく生きようとする力を育むことです。修復的対話は、その学びを支える具体的な方法の一つです。聴く力、共感する力、言語化する力を育てることは、安心して過ごせる学級風土の形成にもつながり、結果としていじめを予防します。何より、子どもたちが自分たちの力で、イザコザを解決する力を獲得していきます。

本冊子では、授業でそのまま活用できるカードと問いの構成、実施手順、事前準備のポイントをまとめました。担任教師が中心となり、少人数の対話ボランティアが協力する体制でも実践できる方法を提示しています。

修復的対話は、特別な技法ではありません。子どもたち一人ひとりの存在を大切に、「私たちはいかに生きるべきか」を共に問い続ける方法であり営みです。この取り組みが、学校に温かな対話の文化を育てる一助となることを願っています。

## 目次

はじめに .....	1
<b>修復的対話サークルを活用した 道徳授業の実践と意義</b> — いじめ防止につながる学級風土の形成をめざして —	3
<b>学校での実践体験からみえてきたもの 「安心」が育てる対話</b>	5
修復的対話で使用するツールやカード .....	7
1. 実践から見えた共通理解 / 2. 場を左右する3つの要素 .....	8
3. 雑談・詩・チェックインの力 / 4. 合理的配慮の視点 5. 現場で起こりうる課題	
<b>授業で使える実施手順の例</b>	
<b>小学3年生</b> 1回目 .....	10
2回目 .....	13
3回目 .....	15
4回目 .....	17
<b>小学5年生</b> 1回目 .....	19
2回目 .....	22
3回目 .....	24
<b>中学生</b> 1回目-1 教室で机を使って生徒だけで対話する .....	26
1回目-2 キーパーと生徒で対話する・前期の例 .....	28
1回目-3 キーパーと生徒で対話する・後期の例 .....	30
2回目-1 キーパーと生徒で対話する・夏休み明けの例 .....	32
3回目-1 教室で机を使って生徒だけで対話する .....	34
3回目-2 体育館でキーパーと椅子だけで対話する .....	36
アンケートフォームの例 小学生の例 .....	38
中学生の例 .....	40
あとがき .....	42
あなたへのメッセージ .....	43

# 修復的対話サークルを活用した 道徳授業の実践と意義

— いじめ防止につながる学級風土の形成をめざして —

本冊子は、修復的対話（Restorative Justice Dialogue）サークルを導入した、道徳授業の理論的背景を整理し、その具体的な実践内容と成果、今後の課題についてまとめたものです。

## 1. 背景と問題意識：学級文化の変革を目指して

近年、いじめの重大事態や児童生徒の自殺者数の増加が深刻な社会課題となっています。これを受け、平成29年改訂の学習指導要領では、いじめ問題への実効的な対応が重視され、道徳科において「道徳的な判断力・心情・実践意欲と態度」を養うことが明確に位置づけられました。また、令和4年改訂の生徒指導提要においても、個々の自己存在感を高め、共感的な人間関係を育むこと、そして「安全・安心な風土づくり」が強調されており、教科指導と生徒指導の一体的な推進が求められています。

しかし、従来の授業形態では、発言者が一部の児童生徒に偏りやすい点や、特定の価値観を押し付けるような指導に陥りやすい点が課題とされています。そこで、いじめを未然に防ぐためには問題発生後の「対処」に留まらず、日常的に誠実に語り合える関係性と、それを支える学級文化が重要です。これこれ、あれあれをしてはいけませんという教育ではなく、お互いを大切にできる学級文化をいかに醸成するかが不可欠な鍵と言えます。

## 2. 修復的正義の理念

修復的対話は、刑事司法の領域から発展した「修復的正義（Restorative Justice）」の理念に基づく実践です。現在は司法の枠を超え、学校におけるいじめの未然防止や、組織内のハラスメント防止など、幅広い分野で活用されています。

提唱者のハワード・ゼア（Howard Zehr）は、被害と加害の双方を尊重し、関係するすべての人が参加する、誰も排除しない包括的・協力的な手続きを重視する、という原則を示しています。

本実践で用いる「修復的対話サークル（トーキングサークル）」では、トーキングピース（話す権利の象徴）を用い、「トーキングピースを持つ人だけが発言できる」という明確な構造のもとで対話を進めます。これにより、全員に平等な発言機会が保障される一方で、「話さない（パスする）」という自己決定も尊重されます。進行役（サークルキーパー）も、いち参加者として対等に加わり、評価や非難を排した「徹底した傾聴」の姿勢を保つことで、心理的安全性の高い、民主的な学びの場を構築します。

## 3. 道徳授業との親和性と構造化

道徳科の本来の目的は、既知の道徳的価値を確認することだけではありません。他者との対話を通じて、それまで気づかなかった未知の価値観に出会い、多面的・多角的に思考を深める

ことで、「より深く納得を伴う学び」へと昇華させることにあります。  
サークルを活用した授業では、問いを以下のように構造化して設計します。

- **導入**：場を温めるためのウォーミングアップ的な問い
- **中間（俯瞰的問い）**：事態を主観的かつ客観的に捉え、多角的な視点を促す問い
- **終結（未来志向）**：学びを自身の生活や将来に結びつける問い

直接的に感情を問うのではなく、あえて間接的・俯瞰的な問いを投げかけることで、子どもたちが自発的に内省を深められるよう工夫します。また、小グループでの実施により、周囲の友だちの語りを聴く力の獲得、このプロセスを通じて、自分の考えを言葉にする力が段階的に育まれます。

#### 4. 実践の成果：いじめ防止への教育的効果

修復的対話の真価は、対立が表面化した時だけでなく、日常的な関係づくりの場として機能するところにあります。聴く・観察する・共感する・言語化するといったスキルを安全な環境でトレーニングすることで、たとえ摩擦が生じても対話によって解決できる土壌が形成されます。

これまでの実践では、教員から以下のような肯定的な変化が報告されています。

- 普段は発言が控えめな児童生徒も、主体的に参加する姿が見られた。
- 多動傾向にある児童も、サークルの構造に守られ最後まで落ち着いて参加できた。
- 他者の意見を尊重し、自身の考えを丁寧に言語化しようとする姿勢が向上した。

児童アンケートにおいても、「楽しかった」という回答に加えて、「他者の新たな一面を知ることができた」「自分の気持ちを受け止めてもらえた」といった回答が多く、楽しみながら共感性の向上や自己肯定感の育みが示唆されています。

#### 5. 実践上の留意点と工夫

効果的な授業を継続するためには、以下の丁寧な事前準備が重要です。

- **児童の実態把握**：発達段階や合理的配慮を要する児童へのきめ細かな対応
- **ガイドラインの共有**：「お互いを尊重するとは何か」を全員で言語化し、具体的な期待を示す
- **環境設定**：対話の雰囲気をつくる儀式的な導入と進行における時間管理、質の高い場づくり

#### 6. 今後の展望：持続可能な学校文化への定着

社会が複雑化し、AIの進展など予測困難な時代を迎える中で、子どもたちが他者と対話し、共生していく力を育む重要性は一層高まっています。修復的対話は単なる手法ではなく、「い

かに共によく生きるか」を問い直す教育そのものです。

人材が不足する今、限られた講師や予算でも持続可能な授業モデルを確立し、教職員研修を通じてこの文化を全校的な取り組みへと広げていく必要があります。修復的対話が「特別な活動」ではなく、学校の日常的な風景（文化）として定着することを目指し、普及活動をすすめてまいります。

## 学校での実践体験からみえてきたもの「安心」が育てる対話

2025年日本財団から助成していただき、足立区内の複数の中学校・小学校での実践を経験して、私たちに共通して見えてきたものがあります。それは、対話の成否を決めるのは、手法などのハウツーではなく、「安心できる場」であるという事実です。

「自由に話していいんだよ」「正解はないよ」と伝えても、子どもたちはどうしても“正しい答え”を探そうとしてしまいます。学校の授業であればなおのことです。だからこそ、サークルキーパー（進行役）の役割は、特定の答えへと導くことではありません。心に浮かんだ言葉をそのまま口にしても大丈夫だと思える、そんな「空気」を整えることにこそ、本質があるのです。

#### 沈黙を守る勇気

ある児童は、トーキングピースを握りしめたまま長く沈黙していましたが、やがて小さな声で一言を絞り出しました。また、別の生徒は何度もパスを重ね、三回目に回ってきた時ようやく語り始めました。特別支援を必要とする生徒が、最初は眠っていたものの、色カードを選ぶ活動から参加し始め、最後には自分の言葉で話してくれた例もあります。

これらのエピソードに共通しているのは、子どもたちが「待たれた」という経験です。沈黙を急かさず、パスという選択を心から尊重し、その子の存在そのものを認める。そのような大人の姿勢こそが、新しい言葉を生み出していく原動力となります。

#### 問いと導入が場を左右する

一方で、問いの難易度が適切でなかったり導入の丁寧さが不足すると、場は落ち着きを失ってしまいます。マインドフルネスの呼吸と瞑想の時間は、そういう意味で、とても大切な時間です。また、難しすぎるテーマや準備不足は、生徒たちを戸惑わせてしまいます。「好きな給食は？」といった身近な導入の問いや、色カードを選んで発言するような心理的負担の少ない問いを立てることで、自然な参加が促されます。導入の問いは、その場を温めて、対話の深さを決める大切な「入り口」なのです。

## 教師・キーパーとしての「あり方」

担任の先生がトーキングピースを持ち、教師という役割を一旦脇に置いて語ったとき、生徒たちの目がかがやき、歓声が上がることもありました。大人が一人の参加者として心からの言葉を差し出した瞬間、教室には新しい関係性が生まれます。

同時に、大人の影響力を自覚し、語りすぎないことも極めて重要です。大人の顔き一つ、言い換え一つが、子どもの発言の方向を変えてしまう可能性があるからです。キーパーは「教える人」ではなく、場をつくり、そして子どもたちに「委ねる人」であるべきだと実感しています。

## 雑談と詩がつくる「切り替え」の時間

対話の前後に設ける雑談やチェックイン、あるいは詩の朗読は、決して単なる余白ではありません。これらは緊張をほぐし、日常から対話の場への切りかえ、また対話から日常へと戻るための大切な「橋渡し」の時間です。詩をゆっくりと届けたとき、教室がしんと静まり、思いがけない拍手が起こったこともありました。言葉が場を整えていく力を、改めて実感した瞬間でした。

## 合理的配慮という視点

外国籍の児童を仲間が英語でサポートした場面や、座席の配置によって安心感を生んだ工夫、さらに色覚や家庭背景への配慮など、対話は決して「みんな同じ」という前提で進めるものではありません。一人ひとりの違いを前提としたとき、子どもたちの間にも自然な支え合いが生まれていきます。

## 対話は「育つ」もの

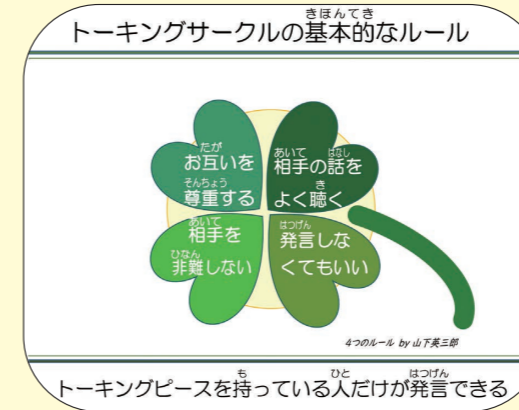
初回は騒がしくても、回を重ねるごとに静けさは深まっていきます。最初は照れ隠しでおちゃらけていた児童や生徒が、次第に問いと真摯に向き合うようになり、小さな声を出す仲間を周りが急かさず見守るようになっていきます。

対話は完成されたパッケージではありません。時間とともに育っていく「関係のプロセス」そのものなのです。

私たちの実践が教えてくれたのは、「強制しない」「急がせない」「評価しない」「冷やかさない」、その積み重ねが子どもたちを自ら語る「主体」へと導くということです。

修復的対話サークルは単なる方法論ではなく、関係性を耕す営みです。「安心」という根がしっかりと張ったとき、子どもたちは自分自身の言葉で、世界を語り始めます。

## 修復的対話で使用するツールやカード



トーキングサークルの基本的なルール  
(トーキングピースを持っている人だけが発言できる)



センターマット  
(中心を明確にする)



キャンドル  
(なくてもできるが、ある方が楽しい)



トーキングピース



カード  
(言葉カード、色カード、イラスト、写真カード)

# 1. 実践から見た共通理解

## 技法よりも「安心」

正解を求めないと伝えても、子どもたちは正解を探すだからこそ必要なのは強制しない／急がせない／評価しない／冷やかさない空気

## 沈黙は「参加の形」

トーキングピースを持ったままの沈黙パスを選ぶ

小さな声で一言だけ話す

- ➔「待たれる経験」が発話を生む
- ➔話さないことも尊重される場が安全性を育てる

# 2. 場を左右する3つの要素

## ① 問いの質

難しすぎる問いは場を不安定にする  
身近で答えやすい問いは参加を促す  
具体より抽象的な価値や信念を問う  
導入の丁寧さが深さを決める

➔問いは「入口」。場の温度を決める

## ② キーパーのあり方

教える人ではなく「場を整える人」  
大人の影響力を自覚する  
話す長さ・スピードのモデルになる  
偏りのない言葉を選ぶ  
穏やかさが安心を生む

➔キーパーの態度そのものがメッセージ

〈体験談〉

トーキングサークルでは、正解を求めず、ありのままの気持ちを語り合い、沈黙も尊重します。そのために、全員が「ここにいていいんだ」と「安心」できる場を整えることが大人の役割です。

自分の番で黙り込む子がいても、周りは静かに待ちます。「話さなくても大切にされる」という経験は、その子の自尊心の醸成に繋がるはず。そんな沈黙を受けとめる子どもたちの姿勢から、大人の私も学んでいます。

第一ラウンド「パス、パス（おそろおそろ）パス」 第二ラウンド「パス、パス（本当に?）」 第三ラウンド安心して「パス!!」話さないことを選べるんだ。

〈体験談〉

問いは、子どもの中にある日常的な感情や出来事についてわいてくることだと参加しやすい、同じ問いなのに、他の人の答えが違うことに発見をしている子達がいた。

大人の影響力は想像以上に大きいです。ですから対等な目線で寄り添い、大人の存在が負担とならないように注力します。「ここは安全だ」と実感できたとき、子どもたちは自らの言葉で語り始めます。

初めての時はトーキングピースで遊んだり、隣と茶化し合ったりと、大人の反応を試す子どもたちもいます。ですが、動じず肯定も否定もしない「共にある者」として大人がそこに居ると、段々と真剣に言葉を発してくれる瞬間がありました。その時を逃さず真剣に言葉を受け取ることで対話が深まっていく感覚を共有できたと感じました。

## ③ 時間と積み重ね

初回は騒がしくても変化は起こる  
回を重ねるごとに静けさが育つ  
おちゃらけも参加の形

➔対話は「育つプロセス」

# 3. 雑談・詩・チェックインの力

雑談は緊張をほぐす

チェックイン／アウトはモード切替の儀式  
マインドフルネスと詩の朗読は場を整える

➔本編以外の時間が、場の質を支えている

# 4. 合理的配慮の視点

席の配置で安心をつくる

色覚・言語理解への配慮

家族の話題は慎重に

子ども同士のサポートを活かす

➔「みんな同じ」ではなく

➔「一人ひとり違う」を前提にする

# 5. 現場で起こりうる課題

声が小さい

パスが続く

トーキングピースの扱いが雑

悪口が出る

想定外の感情の表出

➔「事前の役割分担と柔軟な対応が重要

日常の会話ではなく対話の切替えは、詩の朗読やマインドフルネスで心を落ち着ける切替えが大切、黙って聞くことは意外と難しい。

〈体験談〉

対話後の雑談タイム。「好きな給食は?」「ハーイ」一斉に手が上がる。「私はからあげ」「僕はプリンちゃん」対話の時より元気な声です。

〈体験談〉

語彙が少ない子、不登校ぎみの子、多動な子でも、色カードを選ぶことはできる、人と話すことが苦手でも自分の話を聞いてくれる雰囲気ができるのと、一言言葉が出てくる子もあった。

「みんな」ではなく、「目の前のひとりの人」に言葉を届けることを意識して詩を読んだ。読み終わったとき、子どもたちがこちらを向いて一斉に拍手した。言葉が届き、場がひとつになった!と感じた。

〈体験談〉

教室で行う場合、椅子だけでサークルをつくるかどうか話題になるが、椅子だけだと子どもの体が全て見え、隠れているところがないので、参加のレベルが高まると感じた。トーキングピースを雑に扱うことが少ない。

はじめはトーキングピースで遊んだり、隣同士でふざけていたり、基本ルールをちゃんとまもってくれない子供達…でもそんな子が実は他の子の話をしっかり聴いていて感想を話したり、実は問いについてちゃんと考えていたり…子供のチカラを再認識しました。

※3年生は体幹がまだしっかりしていない子がいる可能性が高いので椅子を使わず、センターマットを囲んで、床に直接、座る。  
 ※授業後に、可能ならアンケートフォームを用いて、生徒の授業満足度と、安心して参加できたかを確認する。

時間の目安	事前準備	第1回目
授業前	担任教師	<p><b>グループ設定:</b>ひとグループの人数は10人を超えないようにする。できれば6-7人、しかし協力可能な対話ボランティア人数にもよる。</p> <p><b>教室設定:</b>隣のグループの声に気を取られて、対話に集中できないことがないよう、十分な距離をとれる環境を作る。教室のほか、空き教室、フリースペース、体育館など、授業として実施する際に無理のない環境を準備する。</p> <p><b>ITの使用:</b>アンケートフォームを準備した場合は、授業後に、生徒が入力できるようタブレットを準備しておく。</p> <p>※対話ボランティアは、それぞれのサークルに一人が座って、対話を主導し、発問する。                      ※クラスの生徒を、グループに分けておく。性別、要配慮の生徒が偏らないようにする。                      ※可能なら席順を決めておく。要配慮の生徒は、対話ボランティアのサークルキーパーの隣になるよう配置する。                      ※各グループに通し番号を振り、その番号ごとに要配慮生徒の有無(内容ではない)を、外部ボランティアにメール等で事前に知らせておく。                      ※生徒にも、自分がどのグループで対話するのか、わかるように共有しておく。                      ※具体的な内容は実施当日、対話ボランティアに口頭で伝えるが、言語や視覚色覚など、使用ツールにも配慮が必要な場合は事前に知らせる。</p>
14:05	授業開始:会場ごとに	<p>実施手順 ことば等の例</p> <p>役割:担任教師</p> <p><b>◆対話ボランティアの紹介</b></p> <p>役割:会場担当の統括対話ボランティア</p> <p><b>◆挨拶</b>                      【導入】みなさんこんにちは。私はこの会場でみなさんと一緒にする(修復的対話の会 )といひます。今日、みなさんとこうして一緒に話をすることができることを、とても嬉しく思っています。</p> <p><b>◆ルールとトーキングピースの説明</b>                      【説明】では、修復的対話サークルを進めていく上での決まりごとについて説明します。(中央に置いたトーキングピースを指示して)ここにあるのは、トーキングピースといひます。このトーキングピースを持っている人だけが話することができます。順番にみなさんに回していきますが、あとの人は発言することができません。ですから、他のひとの話を黙って聴く時間の方が長くあります。他の人の話をじっくり聴くことを大切にしてください。</p> <p>次に、このルールカードを見て下さい。ここに書いてある、                      ●お互いを尊重する                      ●ほかの人の話をしっかり聴く                      ●自分とは考えが違っても、その人の尊厳を傷つけるような発言でその人を非難しない                      ●トーキングピースが回ってきても発言するかしないかは、あなたが決めるというルールです。話したくない時、安心してパスしてください。                      こちらに、忘れないようにルールカードを置いておきますね。(置かずに手に持っていてよい)</p> <p>対話ボランティアのサークルキーパーは、中央のライトに、灯をとます</p> <p><b>◆マインドフルネスの説明</b>                      では、対話に入る前に、マインドフルネスという呼吸と瞑想の時間を持ちます。深い呼吸を意識してください。開始と、おおよそ皆さん8回の呼吸が終わったかなという時にティンシャという鐘を鳴らします。おおよそ8回程度、呼吸します。息を長く吐くように意識してください。吐く息に集中して、1回に「ひとつ、ふたつ、みっつ」くらいの長さで、ゆっくりと息を吐ききります。目を閉じてもいい人は目を閉じて、目を閉じるのが怖い人は視線を下の方に向けるようにしてください。                      では、開始します。…(ティンシャを鳴らして)…はい、8回終わったでしょうか。</p>

		<p><b>◆詩を読む</b>                      では、次に、お互いの自己紹介に入る前に、詩を読みますので、聴いてください。この対話の場で、聴くことに集中するウォーミングアップと思って聴いてください。</p> <p>『<b>気持ちがわかると、気持ちが変わる</b>』3年生の教科書 東京書籍「新版新しい道徳」、見開きページより ※道徳の授業で行う場合、教科書のなかの詩を活用できる。</p> <p>ともだちのようすが、いつもとちがう。気分がよくないのかな。それともケンカしちゃったのかな。わからない。わからないから そっとしておこうか。だけど、もしも自分があの子だったら? 自分だったら「どうしたの?」って声をかけてほしいと思う。だれかに、そばにいてほしいと思う。気持ちが想像できたなら、ちょっと勇気をだしてみよう。一步を踏み出したら、きっと何かが、かわるはず。自分の気持ちも、かわるはず。気持ちを感ずる、チカラ。</p>
14:15	各グループでの対話開始	<p>各グループにて、対話を開始する</p> <p>役割:グループ担当の対話ボランティア ※担任教師が1グループを担当するもよい</p> <p>みなさんこんにちは。私はこのグループでみなさんと一緒にする、サークルキーパーの( )といひます。 ※色カードを、ひろげるよう、指示する</p> <p>今日は、ココにある「色カード」を使って、「(あなたの自己紹介)色で例えると…」という対話をします。これから、私がいくつか質問をするので、考えてみてください。私もみなさんと一緒に自己紹介します。私が、皆さんに質問したら、それぞれ、自由に発言してください。こんなことを言っては恥ずかしいとか、まずいとか考えずに、思ったことをそのままことばにしてください。言ったことに対して、それがいい答えだとか、悪い答えとか決めることもありません。ただ、トーキングピースを持っている人だけが話すというルールは守ってください。このルールを守ってもらうために、サークルキーパーは、トーキングピースを持っていないでも発言することがあります。カードの中に、思い浮かんだ色が見つからなかったら、近い色を選んで、「これより薄い色」「この色よりちょっと渋めの色」などと説明してからお話ししてください。また、他の人が先に自分が使いたい色を使ったとしても、自分の番のときに同じ色を使ってかまいません。気にせず使ってください。この対話では、問いをしますが、それに対して正しい応答でなくてもかまいません。自由に発言してみましょう。</p> <p>サークルキーパー(大人)は、最初に発言してモデリングします。</p> <p>モデリングする ①では、まず自己紹介をお願いします。お名前と、ご自分の元気度を、指数字で教えて下さい(キーパーは指でジェスチャーを交えて説明する。5が最大、ゼロはグー、マイナスはグーを肘から下に向ける)。また、もし可能なら、どうして、その値なのか、理由も教えてもらえると嬉しいです。</p> <p>モデリングする ②では、最初の質問です。「今のあなたを色に例えると、どんな色ですか?」そのことを説明するのに、ふさわしい色を1枚選んで、どうして、その色を選んだのか、教えて下さい。(キーパーは、参加者が問いに対して適切に回答しなければならないと感じないように配慮する、色を選ぶだけで十分OK、正答は無いことを伝える、初回時には特に、どんな発言にも頷いてしっかり傾聴する姿勢を示す)</p> <p>モデリングする ③次の質問です。「この学校にはじめて来たときの、あなたを色に例えると、どんな色だったと思いますか?」そのことを説明するのに、ふさわしい色を1枚選んで、どうして、その色を選んだのか、教えて下さい。</p> <p>モデリングする ④次の質問です。「今のクラスを、色に例えると、どんな色だと思いますか?」そのことを説明するのに、ふさわしい色を1枚選んで、どうして、その色を選んだのか、教えて下さい。</p> <p>モデリングする ⑤次の質問です。「他の人の話を聴いて、どう思いましたか?今感じていることを自由に話してください。また、さっき話したことについて、追加して話したいことがあったら、そのことを話してもらってもかまいません。」このラウンドでは、色カードを使いません。</p>

※3年生は体幹がまだしっかりしていない子がいる可能性が高いので椅子を使わず、センターマットを囲んで、床に直接、座る。  
 ※授業後に、可能なアンケートフォームを用いて、生徒の授業満足度と、安心して参加できたかを確認する。

	モデリングする	⑥次の質問です。「あなたが、あなたの大切な人にプレゼントするとしたら、どんな色をプレゼントしたいですか？」そのことを説明するのに、ふさわしい色を1枚選んで、どうして、その色を選んだのか、教えて下さい。 ⑦次の質問です。「あなたが、明日のあなたにプレゼントしたい色は、どんな色でしょうか？」そのことを説明するのに、ふさわしい色を1枚選んで、どうして、その色を選んだのか、教えて下さい。 ※1枚より多い色を選びたいという声があったら、2枚か3枚までを選んでよいと伝えてもよいが、色を選ぶことだけに集中してしまう可能性もあるので、できるだけ1枚、もしくは2枚を選んでもらうのがよい
	〈時間管理〉	予備の問い(時間があまりそうだったら…)
14:45	時間的に余裕がある場合には⑥と⑦のあとに、問い⑧または⑨、⑩などを、追加する。時間的に余裕がなさそうなら、問い( ) ( )を割愛する。	⑧「これからの、あなたのクラスについて、色で例えるなら、どんな色になってほしいと思いますか？」そのことを説明するのに、ふさわしい色を1枚選んで、どうして、その色を選んだのか、教えて下さい。 ⑨「10年後のあなたを、色で例えると、どんな色になっているでしょうか？」そのことを説明するのに、ふさわしい色を1枚選んで、どうして、その色を選んだのか、教えて下さい。 ⑩他の人の話を聴いて、どう思いましたか？今感じていることを自由に話してください。また、さっき話したことについて、追加して話したいことがあったら、そのことを話してもらってもかまいません。 ※時間があまるようなら、トーキングピースを2回まわしてもよい。「ちょっと難しいことを聴くので、トーキングピースを2回まわします。思いついた人から、お話してください。思いつかない人は、パスしてくださいね。パスすることもあなたの意思表示です。全然問題ありません。大丈夫です。」 ⑪では、これが最後の質問です。トーキングピースを持っている人だけが話せる対話に参加した感想を教えてください。
	時間があれば 詩の朗読	『石ころ』まどみちお ※詩は、その時のテーマに沿った詩を適宜、選ぶ。 石ころ けったら ころころ ころげて ちょこんと とまって ぼくを見た — もっと けつと いうように もいちど けったら ころころ ころげて それから ぼかんと 空を見た — 雲が 行くよと いうように そうかい 石ころ きみも むかしは 天まで とどいた 岩山だったか — 雲を ぼうしに かぶってね
14:45	アンケート記入	タブレットで、アンケートに入力してください(アンケートフォームに入力時間：最低2分) では、今日は、これで終わります。ご参加ありがとうございます!
		

時間の目安	事前準備	第2回目
授業前	担任教師	<b>グループ設定：</b> ひとグループの人数は10人を超えないようにする。できれば6～7人、しかし協力可能な対話ボランティア人数にもよる。 <b>教室設定：</b> 隣のグループの声に気を取られて、対話に集中できないことがないよう、十分な距離をとれる環境を作る。 教室のほか、空き教室、フリースペース、体育館など、授業として実施する際に無理のない環境を準備する。 <b>ITの使用：</b> アンケートフォームを準備した場合は、授業後に、生徒が入力できるようタブレットを準備させておく。 ※対話ボランティアは、それぞれのサークルに一人が座って、対話を主導し、発問する。 ※クラスの生徒を、グループに分けておく。性別、要配慮の生徒が偏らないようにする。 ※可能な席順を決めておく。要配慮の生徒は、対話ボランティアのサークルキーパーの隣になるよう配置する。 ※各グループに通し番号を振り、その番号ごとに要配慮生徒の有無(内容ではない)を、外部ボランティアにメール等で事前に知らせておく。 ※生徒にも、自分がどのグループで対話するのか、わかるように共有しておく。 ※具体的な内容は実施当日、対話ボランティアに口頭で伝えるが、言語や視覚色覚など、使用ツールにも配慮が必要な場合は事前に知らせる。
13:15	授業開始：会場ごとに	実施手順 ことば等の例
	役割：担任教師 役割：会場担当の 統括対話ボランティア	<b>◆対話ボランティアの紹介</b> <b>◆挨拶とトーキングサークルのルールの再確認</b> <b>【導入】</b> みなさんこんにちは。私はこの会場でみなさんとご一緒する(修復的対話の会 )といひます。 今日また、みなさんとこうして一緒に対話できることを、とても嬉しく思っています。 <b>【説明】</b> 前回、お伝えした、修復的対話トーキングサークルを進めていく上での決まりごと、覚えていますか？ このトーキングピースを持っている人だけが話すことができます。順番にみなさんに回していきますが、あとの人は発言することができません。ですから、他のひとの話を黙って聴く時間の方が長くあります。 他の人の話をじっくり聴くことを大切にしてください。 <ul style="list-style-type: none"> <li>● お互いを尊重する、</li> <li>● ほかの人の話をしっかり聴く、</li> <li>● 自分とは考えが違っても、その人の尊厳を傷つけるような発言でその人を非難しない、</li> <li>● トーキングピースが回ってきても発言するかしないかは、あなたが決めるというルールです。話したくない時、安心してパスしてください。</li> </ul> <p style="text-align: center;">対話ボランティアのサークルキーパーは、中央のライトに、灯をとます</p> <b>◆マインドフルネスの説明</b> では、対話に入る前に、マインドフルネスという呼吸と瞑想の時間を持ちます。深い呼吸を意識してください。開始と、おおよそ皆さん8回の呼吸が終わったかなという時にティンシャという鐘を鳴らします。おおよそ8回程度、呼吸します。息を長く吐くように意識してください。吐く息に集中して、1回に「ひとつ、ふたつ、み一つ」くらいの長さで、ゆっくりと息を吐きります。目を閉じてもいい人は目を閉じて、目を閉じるのが怖い人は視線を下の方向に向けるようにしてください。 では、開始します。……(ティンシャを鳴らして)……はい、8回終わったでしょうか。 <b>◆詩を読む</b> では、次に、お互いの自己紹介に入る前に、詩を読みますので、聴いてください。この対話の場で、聴くことに集中するウォーミングアップと思って聴いてください。

※3年生は体幹がまだしっかりしていない子がいる可能性が高いので椅子を使わず、センターマットを囲んで、床に直接、座る。  
 ※授業後に、可能ならアンケートフォームを用いて、生徒の授業満足度と、安心して参加できたかを確認する。

		『ぼくがここに』まどみちお ※詩は、その時のテーマに沿った詩を適宜、選ぶ。  ぼくが ここに いるとき ほかの どんなものも ぼくに かさなって ここに いることは できない もしも ゾウが ここに いるならば そのゾウだけ マメが いるならば その一粒の マメだけ しか ここに いることは できない ああ このちきゅうの うえでは こんなに だいに まもられているのだ どんなものが どんなところに いるときも その「いること」こそが なにもに まして すばらしいこと として
13:25	各グループでの対話開始 役割:グループ担当 の対話ボランティア ※担任教師が 1グループを担当 するのよ	各グループにて、対話を開始する ※イラストカードをひろげるよう、指示する  今日、ココにある「動物のイラストカード」を使って、対話をします。 今日、私がいくつか質問をするので、考えてみてください。 この対話では、問いをしますが、それに対して正しい答えをもとめていません。自由に発言して みましょう。 トーキングピースを持っている人だけが話すというルールは守ってくださいね。 このルールを守ってもらうために、私は、トーキングピースを持ってなくても発言することがあり ます。  サークルキーパー(大人)は、毎回モデリングをします。  モデリングする ①では、今日も元気を、おともだちに伝えましょう(キーパーは指でジェスチャーを交えて説明 する。5が最大、ゼロはグー、マイナスはグーを肘から下に向ける)。また、もし可能なら、どう して、その値なのか、理由も教えてもらえると嬉しいです。 モデリングする ②では、最初の質問です。このなかから、気になる、不思議、おもしろいと思ったイラストをひと つ選んで、その理由を教えてください モデリングする ③このなかから、イヤだな、こわい、きらいだと思ったイラストをひとつ選んで、その理由を教え てください。 モデリングする ④もしも、あなたを動物に例えるとどんなでしょう? イラストをつかって、おしえてください。 モデリングする ⑤次の質問です。「あなたが大好きな人を、動物に例えるとどんなでしょう? イラストをつかっ て、おしえてください。 モデリングする ⑥あなたが、お手本にしたいと思う人を、動物に例えるとどんなでしょう? イラストをつかっ て、おしえてください。 モデリングする ⑦ほかのおともだちのはなしをきいて、どう思いましたか? この問いでは、カードを使いません。
	<時間管理>	予備の問い (時間があまりそうだったら・・・)
13:55	対話ボランティア  時間があれば 詩の朗読	⑧あなたが小学校4年生になったとき、どんな風になっているでしょう? イラストをつかって、お しえてください。 ⑨10年後のあなたは、どんな風になっているでしょう? イラストをつかって、おしえてください。 ⑩他の人の話を聴いて、どう思いましたか?今感じていることを自由に話してください。また、 さっき話したことについて、追加して話したいことがあったら、そのことを話してもらってもか まいませぬ。 ※時間があまるようなら、トーキングピースを2回まわしてもよい。「ちょっと難しいことを聴くの で、トーキングピースを2回まわします。思いついた人から、お話ししてください。思いつかない 人は、パスしてくださいね。パスすることもあなたの意思表示です。全然問題ありません。大丈 夫です。」 ⑪では、これが最後の質問です。トーキングピースを持っている人だけが話せる対話に参加し た感想を教えてください。  『いちばんぼし』まどみちお ※詩は、その時のテーマに沿った詩を適宜、選ぶ。 いちばんぼしが でた うちゅうの 目のようだ ああ うちゅうが ぼくを 見ている
14:00	アンケート記入	タブレットで、アンケートに入力してください (アンケートフォームに入力時間:最低2分)  では、今日は、これで終わります。ご参加ありがとうございます!

時間の目安	事前準備	第3回目 教科書を活用する例
授業前	担任教師	<b>グループ設定:</b> ひとグループの人数は10人を超えないようにする。できれば6-7人、しかし協 力可能な対話ボランティア人数にもよる。 <b>教室設定:</b> 隣のグループの声に気を取られて、対話に集中できないことがないよう、十分な距 離をとれる環境を作る。 教室のほか、空き教室、フリースペース、体育館など、授業として実施する際に無理 のない環境を準備する。 <b>ITの使用:</b> アンケートフォームを準備した場合は、授業後に、生徒が入力できるようタブレット を準備しておく。  ※対話ボランティアは、それぞれのサークルに一人が座って、対話を主導し、発問する。 ※クラスの生徒を、グループに分けておく。性別、要配慮の生徒が偏らないようにする。 ※可能なら席順を決めておく。要配慮の生徒は、対話ボランティアのサークルキーパーの隣に なるよう配置する。 ※各グループに通し番号を振り、その番号ごとに要配慮生徒の有無(内容ではない)を、外部 ボランティアにメール等で事前に知らせておく。 ※生徒にも、自分がどのグループで対話するのか、わかるように共有しておく。 ※具体的な内容は実施当日、対話ボランティアに口頭で伝えるが、言語や視覚色覚など、使用 ツールにも配慮が必要な場合は事前に知らせる。
13:40	授業開始:会場ごとに  役割:担任教師  役割:会場担当の 統括対話ボランティア	実施手順 ことば等の例  <b>◆対話ボランティアの紹介</b>  <b>◆挨拶とトーキングサークルのルールの再確認</b> <b>【導入】</b> みなさんこんにちは。私はこの会場でみなさんとご一緒する(修復的対話の 会 )といひます。 今日また、みなさんとこうして一緒に対話できることを、とても嬉しく思っています。 <b>【説明】</b> 前回、お伝えした、修復的対話トーキングサークルを進めていく上での決まりごと、覚え ていますか? このトーキングピースを持っている人だけが話すことができます。順番にみなさんに回してい きますが、 あとの人は発言することができません。ですから、他のひとの話を黙って聴く時間の方が長く あります。 他の人の話をじっくり聴くことを大切にしてください。  <ul style="list-style-type: none"> <li>● お互いを尊重する、</li> <li>● ほかの人の話をしっかり聴く、</li> <li>● 自分とは考えが違っても、その人の尊厳を傷つけるような発言でその人を非難しない。</li> <li>● トーキングピースが回ってきてても発言するかしないかは、あなたが決めるというルールです。              話したくない時、安心してパスしてください。</li> </ul> 対話ボランティアのサークルキーパーは、中央のライトに、灯をともし  <b>◆マインドフルネスの説明</b> では、対話に入る前に、マインドフルネスという呼吸と瞑想の時間を持ちましょう。深い呼吸を 意識してください。この呼吸と瞑想ができるようになると、自分のチカラで、自分の気持ちを落 ちつけることができるようになります。息を吐くときに、数を三つ数えるくらい長く吐いて、しっか り息を吐き切ってから、息を吸います。 吐く息に集中して、1回に「ひとつ、ふた一つ、み一つ」くらいの長さです。目を閉じてもいい 人は目を閉じて、目を閉じるのが怖い人は視線を下の方に向けてください。開始と 終わりの時にティンシャを鳴らします。 ……では、開始します。……はい、8回終わったでしょうか。
13:45		

※3年生は体幹がまだしっかりしていない子がいる可能性が高いので椅子を使わず、センターマットを囲んで、床に直接、座る。  
 ※授業後に、可能なアンケートフォームを用いて、生徒の授業満足度と、安心して参加できたかを確認する。

教科書の範読		
役割：担任教師	※東京書籍「新版新しい道徳」3年生から。⑨かしたつもり×もらったつもり ※範読の際、教科書のp94-95, 96-97をモニターに映す、その後、p96-97は、ずっとモニターに映しておく  サークルキーパー（大人）が、問い、①と②だけ、モデリングする。	
モデリングする	①では、最初の質問です。このお話を聴いて、どんな感想を持ちましたか？（ほかの人とおなじでもかまいません）	
モデリングする	②れんから「返して」と言われて、 <b>だいち</b> が困ったのは、なぜ、どんなことに、だったか？（ほかの人とおなじでもかまいません）	
※担任教師が1グループを担当するのよ	③ <b>だいち</b> は、どんな気持ちで、消しゴムで、字を消していたんだろう？（ほかの人とおなじでもかまいません）	
	④ <b>れん</b> は、図かんをみて、どんなことにびっくりしたり腹が立ったのかな？（ほかの人とおなじでもかまいません）	
	⑤ <b>れん</b> は、どうして、だいちにきょうりゅう図かんを、貸そうと思ったんだろう？（ほかの人とおなじでもかまいません）	
	⑥ベンチの上におかれた <b>きょうりゅう図鑑</b> は、どんなきもちがしたんだろう？（ほかの人とおなじでもかまいません）	
	⑦ <b>ベンチ</b> は、どんな気持ちで、 <b>ふたりときょうりゅう図かん</b> を見ていたんだろう？（ほかの人とおなじでもかまいません）	
	⑧ <b>かさ</b> は、どんな気持ちで、 <b>ふたりときょうりゅう図かん</b> を見ていたんだろう？（ほかの人とおなじでもかまいません）	
	⑨ <b>れんとだいち</b> は、どうして、 <b>仲直りができたのだと思いますか</b> ？（ほかの人とおなじでもかまいません）	
	⑩今日の授業から、 <b>気づいたことや発見したことがありましたか</b> ？（ほかの人とおなじでもかまいません）	
	〈時間管理〉	予備の問い（時間があまりそうだったら…）
	14:20	時間的に余裕がある場合には⑥と⑦のあとに、問い⑧または⑨、⑩などを、追加する。時間的に余裕がなさそうなら、問い（ ）（ ）を割愛する。  ⑪他の人の話を聴いて、どう思いましたか？今感じていることを自由に話してください。また、さっき話したことについて、追加して話したいことがあったら、そのことを話してもらってもかまいません。 ※時間があまるようなら、トーキングピースを2回まわしてもよい。「ちょっと難しいことを聴くので、トーキングピースを2回まわします。思いついた人から、お話ししてください。思いつかない人は、パスしてくださいね。パスすることもあなたの意思表示です。全然問題ありません。大丈夫です。  ⑫では、これが最後の質問です。トーキングピースを持っている人だけが話せる対話に参加した感想を教えてください。
時間があれば詩の朗読	『 <b>果物</b> 』八木 重吉 ※詩は、その時のテーマに沿った詩を適宜、選ぶ。  秋になると 果物は、なにもかも忘れてしまって うっとり実ってゆくらしい	
アンケート記入	タブレットで、アンケートに入力してください（アンケートフォームに入力時間：最低2分）	
14:25	では、今日は、これで終わります。ご参加ありがとうございます！	

時間の目安	事前準備	第4回目
授業前	担任教師	<b>グループ設定：</b> ひとグループの人数は10人を超えないようにする。できれば6-7人、しかし協力可能な対話ボランティア人数にもよる。 <b>教室設定：</b> 隣のグループの声に気を取られて、対話に集中できないことがないよう、十分な距離をとれる環境を作る。教室のほか、空き教室、フリースペース、体育館など、授業として実施する際に無理のない環境を準備する。 <b>ITの使用：</b> アンケートフォームを準備した場合は、授業後に、生徒が入力できるようタブレットを準備しておく。  ※対話ボランティアは、それぞれのサークルに一人が座って、対話を主導し、発問する。 ※クラスの生徒を、グループに分けておく。性別、要配慮の生徒が偏らないようにする。 ※可能な席順を決めておく。要配慮の生徒は、対話ボランティアのサークルキーパーの隣になるよう配置する。 ※各グループに通し番号を振り、その番号ごとに要配慮生徒の有無（内容ではない）を、外部ボランティアにメール等で事前に知らせておく。 ※生徒にも、自分がどのグループで対話するのか、わかるように共有しておく。 ※具体的な内容は実施当日、対話ボランティアに口頭で伝えるが、言語や視覚色覚など、使用ツールにも配慮が必要な場合は事前に知らせる。
13:15	授業開始：会場ごとに	ことば等の例
	役割：担任教師	◆対話ボランティアの紹介
	役割：会場担当の統括対話ボランティア	◆挨拶とトーキングサークルのルールの再確認 【導入】みなさんこんにちは。私はこの会場でみなさんとご一緒する（修復的対話の会）といします。 今日また、みなさんとこうして一緒に対話できることを、とても嬉しく思っています。 【説明】前回、お伝えした、修復的対話トーキングサークルを進めていく上での決まりごと、覚えていらっしゃいますか？ このトーキングピースを持っている人だけが話すことができます。順番にみなさんに回していきますが、あとの人は発言することができません。ですから、他のひとの話を黙って聴く時間の方が長くあります。他の人の話をじっくり聴くことを大切にしてください。  ●お互いを尊重する、 ●ほかの人の話をしっかり聴く、 ●自分とは考えが違っても、その人の尊厳を傷つけるような発言でその人を非難しない、 ●トーキングピースが回ってきても発言するかしないかは、あなたが決めるというルールです。話したくない時、安心してパスしてください。
13:20		対話ボランティアのサークルキーパーは、中央のライトに、灯をとます  ◆マインドフルネスの説明 では、対話に入る前に、マインドフルネスという呼吸と瞑想の時間を持ちます。深い呼吸を意識してください。開始と、おおよそ皆さん8回の呼吸が終わったかなという時にティンシャという鐘を鳴らします。おおよそ8回程度、呼吸します。息を長く吐くように意識してください。吐く息に集中して、1回に「ひとつ、ふたつ、みっつ」くらいの長さで、ゆっくりと息を吐ききります。目を閉じてもいい人は目を閉じて、目を閉じるのが怖い人は視線を下の方向に向けてください。 では、開始します。……（ティンシャを鳴らして）……はい、8回終わったでしょうか。

※5年生は体幹がしっかりしてきているので、椅子を使って、センターマットを囲み、座る。机は使わない。  
 ※授業後に、可能ならアンケートフォームを用いて、生徒の授業満足度と、安心して参加できたかを確認する。

	詩を読む	<p>『ぜひ』やなせ たかし ※詩は、その時のテーマに沿った詩を適宜、選ぶ。</p> <p>ぜひ 犬に生まれてみたかった                  うれしいとき ちぎれるほど しっぽをふってみたかった                  ぜひ 花に生まれてみたかった                  春になったら美しく咲いて 風にゆれてみたかった                  ぜひ 鳥に生まれてみたかった                  つばさをひろげて海をこえて 自由に とんでみたかった                  しかし ぼくはひとに生まれた                  ひとがひとらしく生きるには どういう風にすればいいのだろう                  ぜひ ぼくはそれが知りたい                  ぜひ ぼくはそれが知りたい ぜひ ぜひ ぜひ</p>
13:25	役割：グループ担当の対話ボランティア ※担任教師が1グループを担当するのよ モデリングする モデリングする モデリングする モデリングする モデリングする モデリングする モデリングする モデリングする モデリングしない さらに時間に余裕がある場合には	<p>各グループでの対話開始各グループにて、対話を開始する</p> <p>※イラストカードをひろげるよう、指示する</p> <p>今日は、ココにある「動物のイラストカード」を使って、対話をします。今日も、私がいくつか質問をするので、考えてみてください。この対話では、問いをしますが、それに対して正しい答えをもとめていません。自由に発言してみましよう。トーキングピースを持っている人だけが話すというルールは守ってくださいね。このルールを守ってもらうために、私は、トーキングピースを持ってなくても発言することができます。</p> <p>サークルキーパー（大人）は、最初に発言してモデリングします。</p> <p>①では、今日も元気を、おともだちに伝えましょう（キーパーは指でジェスチャーを交えて説明する。5が最大、ゼロはグー、マイナスはグーを肘から下に向ける）。また、もし可能なら、どうして、その値なのか、理由も教えてもらえると嬉しいです。</p> <p>②このなかから、あなたの好きな言葉をひとつ選んで、その理由を教えてください。</p> <p>③このなかから、気になる、不思議だなと思った言葉をひとつ選んで、その理由を教えてください</p> <p>④ほかのおともだちのはなしをきいて、どう思いましたか？ この問いでは、カードを使いません。</p> <p>⑤あなたは、あなたの大好きな人を大切にしたいとき、どんなことを大切にしていますか？ 言葉を一枚選んで、おしえてください。</p> <p>⑥あなたが、ほかのひとから大切にされた、リスペクトされたと思った時、どんなことがありましたか？ カードは使いません</p> <p>⑦あなたが他の人を大切に、リスペクトするために必要だと思う言葉を、一枚選び、なぜその言葉を選んだのか、教えてください。</p> <p>⑧ほかのおともだちのはなしをきいて、どう思いましたか？ この問いでは、カードを使いません。</p> <p>⑨他の人を尊重する（リスペクトする、大切に）するために必要なことは何ですか？これから配る白紙に書いて教えてください。</p> <p>⑩みんなが書いた言葉を眺めて、どう思いましたか？感想を教えてください。</p>
13:55		<p>⑪では、これが最後の質問です。トーキングピースを持っている人だけが話せる対話に参加した感想を教えてください。</p>
14:00	アンケート記入	<p>タブレットで、アンケートに入力してください（アンケートフォームに入力時間：最低2分）</p> <p>では、今日は、これで終わります。ご参加ありがとうございます！</p>

時間の目安	事前準備	第1回目
授業前	担任教師	<p><b>グループ設定：</b>ひとグループの人数は10人を超えないようにする。できれば6～7人、しかし協力可能な対話ボランティア人数にもよる。</p> <p><b>教室設定：</b>隣のグループの声に気を取られて、対話に集中できないことがないよう、十分な距離をとれる環境を作る。教室のほか、空き教室、フリースペース、体育館など、授業として実施する際に無理のない環境を準備する。</p> <p><b>ITの使用：</b>アンケートフォームを準備した場合は、授業後に、生徒が入力できるようタブレットを準備しておく。</p> <p>※対話ボランティアは、それぞれのサークルに一人が座って、対話を主導し、発問する。                  ※クラスの生徒を、グループに分けておく。性別、要配慮の生徒が偏らないようにする。                  ※可能なら席順を決めておく。要配慮の生徒は、対話ボランティアのサークルキーパーの隣になるよう配置する。                  ※各グループに通し番号を振り、その番号ごとに要配慮生徒の有無（内容ではない）を、外部ボランティアにメール等で事前に知らせておく。                  ※生徒にも、自分がどのグループで対話するのか、わかるように共有しておく。                  ※具体的な内容は実施当日、対話ボランティアに口頭で伝えるが、言語や視覚色覚など、使用ツールにも配慮が必要な場合は事前に知らせる。</p>
11:15	授業開始：会場ごとに  役割：担任教師  役割：会場担当の統括対話ボランティア	<p>実施手順 ことば等の例</p> <p>◆対話ボランティアの紹介</p> <p>◆挨拶                  【導入】みなさんこんにちは。私はこの会場でみなさんとご一緒する（修復的対話の会 ）といひます。今日、みなさんとこうして一緒にお話をする事ができることを、とても嬉しく思っています。</p> <p>【説明】では、修復的対話サークルを進めていく上での決まりごとについて説明します。（中央に置いたトーキングピースを指示して）ここにあるのは、トーキングピースといひます。このトーキングピースを持っている人だけが話すことができます。順番にみなさんに回していきますが、あとの人は発言することができません。ですから、他のひとの話は黙って聴く時間の方が長くあります。他の人の話をじっくり聴くことを大切にしてください。</p> <p>次に、このルールカードを見て下さい。ここに書いてある</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●お互いを尊重する</li> <li>●ほかの人の話をしっかり聴く</li> <li>●自分とは考えが違っても、その人の尊厳を傷つけるような発言でその人を非難しない</li> <li>●トーキングピースが回ってきても発言するかしないかは、あなたが決めるというルールです。話したくない時、安心してパスしてください。こちらに、忘れないようにルールカードを置いておきますね。（置かずに手に持っていてよい）</li> </ul> <p>対話ボランティアのサークルキーパーは、中央のライトに、灯をとます</p> <p>◆マインドフルネスの説明                  では、対話に入る前に、マインドフルネスという呼吸と瞑想の時間を持ちます。深い呼吸を意識してください。開始と、おおよそ皆さん8回の呼吸が終わったかなという時にティンシャという鐘を鳴らします。おおよそ8回程度、呼吸します。息を長く吐くように意識してください。吐く息に集中して、1回に「ひとつ、ふた一つ、み一つ」くらいの長さで、ゆっくりと息を吐きまします。目を閉じてもいい人は目を閉じて、目を閉じるのが怖い人は視線を下の方向に向けるようにしてください。                  では、開始します。……（ティンシャを鳴らして）……はい、8回終わったでしょうか。</p>

		<p>◆詩を読む</p> <p>では、次に、お互いの自己紹介に入る前に、詩を読みますので、聴いてください。この対話の場で、聴くことに集中するウォーミングアップと思って聴いてください。</p> <p>『自分をもっと、ぼうけんしよう。』5年生の教科書 東京書籍「新版新しい道徳」扉の詩 ※道徳の授業で行う場合、教科書のなかの詩を活用できる。</p> <p>みんなの前できんちょうして、うまく話せなかった。 はずかしい。もういやだ。 そう感じたときこそ、意外とチャンスかもしれない。 自分のニガテに立ち向かう。 それ自体が、すでに一步前進だ。未来への、とても大きな一步だ。 まよったって、遠回りしたっていい。 進むたび、きつとなにかに 近づいているから。 なんどでもチャレンジしてみよう。どんどん自分を 変えていけるから。 未来へ進む、ちから。</p>
11:25	各グループでの対話開始	各グループにて、対話を開始する
	役割:グループ担当の対話ボランティア ※担任教師が1グループを担当するのよよい	<p>みなさんこんにちは。私はこのグループでみなさんと一緒に、サークルキーパーの( )といひます。</p> <p>※色カードを、ひろげるよう、指示する</p> <p>今日は、ココにある「色カード」を使って、「(あなたの自己紹介)色で例えると…」という対話をします。 これから、私がいくつか質問をするので、考えてみてください。私もみなさんと一緒に自己紹介します。 私が、皆さんに質問したら、それぞれ、自由に発言してください。 こんなことを言っは恥ずかしいとか、まずいとか考えずに、思ったことをそのままことばにしてください。 言ったことに対して、それがいい答えだとか、悪い答えとか決めることもありません。 ただ、トークンピースを持っている人だけが話すというルールは守ってください。 このルールを守ってもらうために、サークルキーパーは、トークンピースを持っていないくても発言することがあります。 カードの中に、思い浮かんだ色が見つからなかったら、近い色を選んで、「これより薄い色」「この色よりちょっと渋めの色」などと説明してからお話ししてください。 また、他の人が先に自分が使いたい色を使ったとしても、自分の番のときに同じ色を使っかまいません。気にせず使ってください。 この対話では、問いをしますが、それに対して正しい応答でなくてもかまいません。自由に発言してみましよう。</p> <p>サークルキーパー (大人)は、最初に発言してモデリングします。</p>
	モデリングする	①では、まず自己紹介をお願いします。お名前と、ご自分の元気度を、指数字で教えて下さい(キーパーは指でジェスチャーを交えて説明する。5が最大、ゼロはグー、マイナスはグーを肘から下に向ける)。また、もし可能なら、どうして、その値なのか、理由も教えてもらえと嬉しいです。
	モデリングする	②では、最初の質問です。「今のあなたを色に例えると、どんな色ですか?」そのことを説明するのに、ふさわしい色を1枚選んで、どうして、その色を選んだのか、教えて下さい。(キーパーは、参加者が問いに対して適切に回答しなければならないと感じないように配慮する、色を選ぶだけで十分OK、正答は無いことを伝える、初回時には特に、どんな発言にも頷いてしっかり傾聴する姿勢を示す)
	モデリングする	③次の質問です。「この学校にはじめて来たときの、あなたを色に例えると、どんな色だったと思いますか?」そのことを説明するのに、ふさわしい色を1枚選んで、どうして、その色を選んだのか、教えて下さい。
	モデリングする	④次の質問です。「今のクラスを、色に例えると、どんな色だと思いますか?」そのことを説明するのに、ふさわしい色を1枚選んで、どうして、その色を選んだのか、教えて下さい。
	モデリングする	⑤次の質問です。「他の人の話を聴いて、どう思いましたか?今感じていることを自由に話してください。また、さっき話したことについて、追加して話したいことがあったら、その

	モデリングする	<p>ことを話してもらってもかまいません。」このラウンドでは、色カードを使いません。</p> <p>⑥次の質問です。「あなたが、あなたの大切な人にプレゼントするとしたら、どんな色をプレゼントしたいですか?」そのことを説明するのに、ふさわしい色を1枚選んで、どうして、その色を選んだのか、教えて下さい。</p> <p>⑦次の質問です。「あなたが、明日のあなたにプレゼントしたい色は、どんな色でしょうか?」そのことを説明するのに、ふさわしい色を1枚選んで、どうして、その色を選んだのか、教えて下さい。</p>
11:50	〈時間管理〉	予備の問い(時間があまりそうだったら…)
	時間的に余裕がある場合には⑥と⑦のあとに、問い⑧または⑨、⑩などを、追加する。時間的に余裕がなさそうなら、問い( ) ( )を割愛する。	<p>⑧「これからの、あなたのクラスについて、色で例えるなら、どんな色になってほしいと思いますか?」そのことを説明するのに、ふさわしい色を1枚選んで、どうして、その色を選んだのか、教えて下さい。</p> <p>⑨「10年後のあなたを、色で例えると、どんな色になっているでしょうか?」そのことを説明するのに、ふさわしい色を1枚選んで、どうして、その色を選んだのか、教えて下さい。</p> <p>⑩他の人の話を聴いて、どう思いましたか?今感じていることを自由に話してください。また、さっき話したことについて、追加して話したいことがあったら、そのことを話してもらってもかまいません。</p> <p>※時間があまるようなら、トークンピースを2回まわしてもよい。「ちょっと難しいことを聴くので、トークンピースを2回まわします。思いついた人から、お話ししてください。思いつかない人は、パスしてくださいね。パスすることもあなたの意思表示です。全然問題ありません。大丈夫です。」</p> <p>⑪では、これが最後の質問です。トークンピースを持っている人だけが話せる対話に参加した感想を教えてください。</p> <p>『石ころ』まど みちお ※詩は、その時のテーマに沿った詩を適宜、選ぶ。</p> <p>石ころ けったら ころころ ころげて ちょこんと とまって ぼくを 見た — もっと けつてと いうように もいちど けったら ころころ ころげて それから ぼかんと 空を 見た — 雲が 行くよと いうように そうかい 石ころ きみも むかしは 天まで とどいた 岩山だったか — 雲を ぼうしに かぶってね</p>
11:55	時間があれば詩の朗読	
12:00	アンケート記入	タブレットで、アンケートに入力してください(アンケートフォームに入力時間:最低2分)
		では、今日は、これで終わります。ご参加ありがとうございます!



※5年生は体幹がしっかりしてきているので、椅子を使って、センターマットを囲み、座る。机は使わない。  
 ※授業後に、可能ならアンケートフォームを用いて、生徒の授業満足度と、安心して参加できたかを確認する。

時間の目安	事前準備	第2回目
授業前	担任教師	<p><b>グループ設定:</b> ひとグループの人数は10人を超えないようにする。できれば6～7人、しかし協力可能な対話ボランティア人数にもよる。</p> <p><b>教室設定:</b> 隣のグループの声に気を取られて、対話に集中できないことがないよう、十分な距離をとれる環境を作る。教室のほか、空き教室、フリースペース、体育館など、授業として実施する際に無理のない環境を準備する。</p> <p><b>ITの使用:</b> アンケートフォームを準備した場合は、授業後に、生徒が入力できるようタブレットを準備しておく。</p> <p>※対話ボランティアは、それぞれのサークルに一人が座って、対話を主導し、発問する。                      ※クラスの生徒を、グループに分けておく。性別、要配慮の生徒が偏らないようにする。                      ※可能なら席順を決めておく。要配慮の生徒は、対話ボランティアのサークルキーパーの隣になるよう配置する。                      ※各グループに通し番号を振り、その番号ごとに要配慮生徒の有無(内容ではない)を、外部ボランティアにメール等で事前に知らせておく。                      ※生徒にも、自分がどのグループで対話するのか、わかるように共有しておく。                      ※具体的な内容は実施当日、対話ボランティアに口頭で伝えるが、言語や視覚色覚など、使用ツールにも配慮が必要な場合は事前に知らせる。</p>
11:15	授業開始:会場ごとに 役割:担任教師 役割:会場担当の 統括対話ボランティア	<p>実施手順 ことば等の例</p> <p>◆対話ボランティアの紹介                      ◆挨拶とトーキングサークルのルールの再確認</p> <p>【導入】みなさんこんにちは。私はこの会場でみなさんとご一緒する(修復的対話の会 )といひます。                      今日また、みなさんとこうして一緒できることを、とても嬉しく思っています。</p> <p>【説明】前回、お伝えした、修復的対話トーキングサークルを進めていく上での決まりごと、覚えていますか?                      このトーキングピースを持っている人だけが話すことができます。順番にみなさんに回していきますが、あとの人は発言することができません。ですから、他のひとの話を黙って聴く時間の方が長くあります。                      他の人の話をじっくり聴くことを大切にしてください。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●お互いを尊重する、</li> <li>●ほかの人の話をしっかり聴く、</li> <li>●自分とは考えが違っても、その人の尊厳を傷つけるような発言でその人を非難しない、</li> <li>●トーキングピースが回ってきても発言するかしないかは、あなたが決めるというルールです。話したくない時、安心してパスしてください。</li> </ul> <p>対話ボランティアのサークルキーパーは、中央のライトに、灯をともし</p> <p>◆マインドフルネスの説明                      では、対話に入る前に、マインドフルネスという呼吸と瞑想の時間を持ちます。深い呼吸を意識してください。開始と、おおよそ皆さん8回の呼吸が終わったかなという時にティンシャという鐘を鳴らします。おおよそ8回程度、呼吸します。息を長く吐くように意識してください。吐く息に集中して、1回に「ひとつ、ふたつ、みっつ」くらいの長さで、ゆっくりと息を吐ききります。目を閉じてもいい人は目を閉じて、目を閉じるのが怖い人は視線を下の方に向けてください。                      では、開始します。……(ティンシャを鳴らして)……はい、8回終わったでしょうか。</p> <p>◆詩を読む                      では、次に、お互いの自己紹介に入る前に、詩を読みますので、聴いてください。この対話の場で、聴くことに集中するウォーミングアップと思って聴いてください。</p>
11:20		

		<p>『ぼくがここに』まど みちお ※詩は、その時のテーマに沿った詩を適宜、選ぶ。</p> <p>ぼくが ここに いるとき ほかの どんなものも ぼくに かさなって                      ここに いることは できない もしも ゾウが ここに いるならば そのゾウだけ                      マメが いるならば その一粒の マメだけ しか ここに いることは できない                      ああ このちきゅうの うえでは こんなに だいに まもられているのだ                      どんなものが どんなところに いるときも                      その「いること」こそが なにもに まして すばらしいこと として</p>
11:25	各グループでの対話開始	各グループにて、対話を開始する
	役割:グループ担当の対話ボランティア ※担任教師が1グループを担当するもよい	<p>※イラストカードを ひろげるよう、指示する                      今日は、ココにある「動物のイラストカード」を使って、対話をします。                      今日、私がいくつか質問をするので、考えてみてください。                      この対話では、問いをしますが、それに対して正しい答えをもとめていません。自由に発言してみましょう。                      トーキングピースを持っている人だけが話すというルールは守ってくださいね。                      このルールを守ってもらうために、私は、トーキングピースを持ってなくても発言することがあります。</p> <p>サークルキーパー(大人)は、毎回モデリングをします。</p> <p>①では、今日も元気を、おともだちに伝えましょう(キーパーは指でジェスチャーを交えて説明する。5が最大、ゼロはグー、マイナスはグーを肘から下に向ける)。また、もし可能なら、どうして、その値なのか、理由も教えてもらえると嬉しいです。</p> <p>②では、最初の質問です。このなかから、気になる、不思議、おもしろいと思ったイラストをひとつ選んで、その理由を教えてください</p> <p>③このなかから、イヤだな、こわい、きらいだと思ったイラストをひとつ選んで、その理由を教えてください。</p> <p>④もしも、あなたを動物に例えるとどんなでしょう? イラストをつかって、おしえてください。</p> <p>⑤次の質問です。「あなたが大好きな人を、動物に例えるとどんなでしょう? イラストをつかって、おしえてください。</p> <p>⑥あなたが、お手本にしたいと思う人を、動物に例えるとどんなでしょう? イラストをつかって、おしえてください。</p> <p>⑦ほかのおともだちのはなしをきいて、どう思いましたか? この問いでは、カードを使いません。</p>
11:50	<時間管理>	予備の問い(時間があまりそうだったら…)
	時間的に余裕がある場合には⑥と⑦のあとに、問い⑧または⑨、⑩などを、追加する。 時間的に余裕がなさそうなら、問い( ) ( )を割愛する。	<p>⑧あなたが小学校6年生になったとき、どんな風になっているでしょう? イラストをつかって、おしえてください。</p> <p>⑨10年後のあなたは、どんな風になっているでしょう? イラストをつかって、おしえてください。</p> <p>⑩他の人の話を聴いて、どう思いましたか?今感じていることを自由に話してください。また、さっき話したことについて、追加して話したいことがあったら、そのことを話してもらってもかまいません。                      ※時間があまるようなら、トーキングピースを2回まわしてもよい。「ちょっと難しいことを聴くので、トーキングピースを2回まわします。思いついた人から、お話ししてください。思いつかない人は、パスしてくださいね。パスすることもあなたの意思表示です。全然問題ありません。大丈夫です。」</p> <p>⑪では、これが最後の質問です。トーキングピースを持っている人だけが話せる対話に参加した感想を教えてください。</p>
11:55	時間があれば 詩の朗読	<p>『いちばんぼし』まど みちお ※詩は、その時のテーマに沿った詩を適宜、選ぶ。</p> <p>いちばんぼしが でた                      うちゅうの 目のようだ                      ああ うちゅうが ぼくを 見ている</p>
12:00	アンケート記入	タブレットで、アンケートに入力してください(アンケートフォームに入力時間:最低2分)では、今日は、これで終わります。ご参加ありがとうございます!

※5年生は体幹がしっかりしてきているので、椅子を使って、センターマットを囲み、座る。机は使わない。  
 ※授業後に、可能ならアンケートフォームを用いて、生徒の授業満足度と、安心して参加できたかを確認する。

時間の目安	事前準備	第3回目
授業前	担任教師	<p><b>グループ設定:</b> ひとグループの人数は10人を超えないようにする。できれば6～7人、しかし協力可能な対話ボランティア人数にもよる。</p> <p><b>教室設定:</b> 隣のグループの声に気を取られて、対話に集中できないことがないよう、十分な距離をとれる環境を作る。教室のほか、空き教室、フリースペース、体育館など、授業として実施する際に無理のない環境を準備する。</p> <p><b>ITの使用:</b> アンケートフォームを準備した場合は、授業後に、生徒が入力できるようタブレットを準備しておく。</p> <p>※対話ボランティアは、それぞれのサークルに一人が座って、対話を主導し、発問する。                      ※クラスの生徒を、グループに分けておく。性別、要配慮の生徒が偏らないようにする。                      ※可能なら席順を決めておく。要配慮の生徒は、対話ボランティアのサークルキーパーの隣になるよう配置する。                      ※各グループに通し番号を振り、その番号ごとに要配慮生徒の有無(内容ではない)を、外部ボランティアにメール等で事前に知らせておく。                      ※生徒にも、自分がどのグループで対話するのか、わかるように共有しておく。                      ※具体的な内容は実施当日、対話ボランティアに口頭で伝えるが、言語や視覚色覚など、使用ツールにも配慮が必要な場合は事前に知らせる。</p>
11:15	授業開始:会場ごとに	<p>実施手順 ことば等の例</p> <p>役割:担任教師</p> <p><b>◆対話ボランティアの紹介</b></p> <p>役割:会場担当の統括対話ボランティア</p> <p><b>◆挨拶とトーキングサークルのルールの再確認</b></p> <p>【導入】みなさんこんにちは。私はこの会場でみなさんとご一緒する(修復的対話の会 )といひます。今日また、みなさんとこうして一緒できることを、とても嬉しく思っています。</p> <p>【説明】前回、お伝えした、修復的対話トーキングサークルを進めていく上での決まりごと、覚えていますか？このトーキングピースを持っている人だけが話すことができます。順番にみなさんに回していきますが、あとの人は発言することができません。ですから、他のひとの話を黙って聴く時間の方が長くあります。他の人の話をじっくり聴くことを大切にしてください。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●お互いを尊重する、</li> <li>●ほかの人の話をしっかり聴く、</li> <li>●自分とは考えが違っても、その人の尊厳を傷つけるような発言でその人を非難しない、</li> <li>●トーキングピースが回ってきても発言するかしないかは、あなたが決めるというルールです。話したくない時、安心してパスしてください。</li> </ul> <p>対話ボランティアのサークルキーパーは、中央のライトに、灯をとます</p> <p><b>◆マインドフルネスの説明</b></p> <p>では、対話に入る前に、マインドフルネスという呼吸と瞑想の時間を持ちます。深い呼吸を意識してください。開始と、おおよそ皆さん8回の呼吸が終わったかなという時にティンシャという鐘を鳴らします。おおよそ8回程度、呼吸します。息を長く吐くように意識してください。吐く息に集中して、1回に「ひとつ、ふたつ、みっつ」くらいの長さで、ゆっくりと息を吐ききります。目を閉じてもいい人は目を閉じて、目を閉じるのが怖い人は視線を下の方に向けてください。では、開始します。…(ティンシャを鳴らして)…はい、8回終わったでしょうか。</p>

		<p><b>◆詩を読む</b>  <b>『ぜび』やなせたかし</b> ※詩は、その時のテーマに沿った詩を適宜、選ぶ。</p> <p>ぜび 犬に生まれてみたかった                      うれしいとき ちぎれるほど しっぽをふってみたかった                      ぜび 花に生まれてみたかった                      春になったら美しく咲いて 風にゆれてみたかった                      ぜび 鳥に生まれてみたかった                      つばさをひろげて海をこえて 自由に とんでみたかった                      しかし ぼくはひとに生まれた                      ひとがひとらしく生きるには どういう風にすればいいのだろう                      ぜび ぼくはそれが知りたい                      ぜび ぼくはそれが知りたい ぜび ぜび ぜび</p>
11:25	各グループでの対話開始	<p>各グループにて、対話を開始する</p> <p>※言葉カードをひろげるよう、指示する</p> <p>今日は、ココにある「言葉カード」を使って、対話をします。今日も、私がいくつか質問をするので、考えてみてください。この対話では、問いをしますが、それに対して正しい答えをもとめていません。自由に発言してみましょう。トーキングピースを持っている人だけが話すというルールは守ってくださいね。このルールを守ってもらうために、私は、トーキングピースを持ってなくても発言することがあります。</p> <p>サークルキーパー(大人)は、最初に発言してモデリングします。</p>
	<p>役割:グループ担当の対話ボランティア                      ※担任教師が1グループを担当するもよい</p> <p>モデリングする</p> <p>モデリングする</p> <p>モデリングする</p> <p>モデリングする</p> <p>モデリングする</p> <p>モデリングする</p> <p>モデリングする</p> <p>時間足りないとき削除</p> <p>モデリングしない</p> <p>さらに時間に余裕がある場合には</p>	<p>①では、今日も元気を、おともだちに伝えましょう(キーパーは指でジェスチャーを交えて説明する。5が最大、ゼロはグー、マイナスはグーを肘から下に向ける)。また、もし可能なら、どうして、その値なのか、理由も教えてもらえると嬉しいです。</p> <p>②このなかから、あなたの好きな言葉をひとつ選んで、その理由を教えてください。</p> <p>③このなかから、気になる、不思議だなと思った言葉をひとつ選んで、その理由を教えてください</p> <p>④ほかのおともだちのはなしをきいて、どう思いましたか？ この問いでは、カードを使いません。</p> <p>⑤あなたは、あなたの大好きな人を大切にしたいとき、どんなことを大切にしていますか？言葉を一枚選んで、おしえてください。</p> <p>⑥あなたが、ほかのひとから大切にされた、リスペクトされたと思った時、どんなことがありましたか？ カードは使いません</p> <p>⑦あなたが他の人を大切に、リスペクトするために必要だと思う言葉を、一枚選び、なぜその言葉を選んだのか、教えてください。</p> <p>⑧ほかのおともだちのはなしをきいて、どう思いましたか？ この問いでは、カードを使いません。</p> <p>⑨他の人を尊重する(リスペクトする、大切に)するために必要なことは何ですか？ これから配る白紙に書いて教えてください。</p> <p>⑩みんなが書いた言葉を眺めて、どう思いましたか？ 感想を教えてください。</p>
11:55	アンケート記入	<p>⑪では、これが最後の質問です。トーキングピースを持っている人だけが話せる対話に参加した感想を教えてください。</p>
12:00		<p>では、今日は、これで終わります。ご参加ありがとうございます!</p>

※中学生は、各グループに、対話ボランティアがいなくても、最初に対話を開始するスタータの生徒を決めることで、実施できる。  
 ※スタータの生徒には、あらかじめ設定している「問い」を、カード状にして託し、教員はクラス全体を進行させる。  
 ※生徒だけで、トークンサークルを実施することはできるが、対話ボランティアと一緒に座る方が、生徒の授業満足度は高い。  
 ※生徒だけで実施する場合は、その対話の場が安全であったかを確認するために、必ず、授業後にアンケートを行う。

時間の目安	事前準備	第1回目 ※生徒だけで対話する、各グループに対話ボランティアが座らない場合
授業前	担任教師	<p><b>グループ設定</b>：ひとグループの人数は6～7人にする。スタータの生徒を決めておく。  <b>教室設定</b>：隣のグループの声に気を取られて、対話に集中できないことがないように、十分な距離をとれる環境を作る。教室のほか、空き教室、フリースペース、体育館など、授業として実施する際に無理のない環境を準備する。                      ※各グループの中央に、机を6台つかってテーブル状にし、その周りを生徒が囲むようにして椅子で座る。                      ※机の高さは、できるだけそろえるようにし、模造紙をその上におく(色模造紙があれば、なおよい)  <b>ITの使用</b>：アンケートフォームを準備した場合は、授業後に、生徒が入力できるようタブレットを準備しておく。                      ※クラスの生徒を、グループに分けておく。性別、要配慮の生徒が偏らないようにする。                      ※可能なら席順を決めておく。要配慮の生徒は、スタータの生徒の隣で、最後に発言するように配置するとよい。                      ※生徒にも、自分がどのグループで対話するのかがわかるように、事前に共有しておく。                      ※言語や視覚色覚など、使用ツールにも配慮が必要な場合は、配慮用のカードやツールを用いるとよい。</p>
8:50	授業開始：会場ごとに役割：担任教師	<p><b>実施手順 ことば等の例</b></p> <p><b>授業開始と進行</b>：必要な物品(机の上に置くキャンドル、ルールカード、トークンピース、尊重カード)の配布                      対話ボランティアを紹介し、対話ボランティアからもご挨拶いただく。                      対話ボランティアが、トークンサークルに慣れた人の場合は、対話ボランティアに、下記の説明などを任せられることができる。</p> <p>◆<b>トークンサークルの説明</b>  <b>【導入】</b>今日は、修復的対話トークンサークルという方法で、授業します。※教師が一人で実施する場合の例</p> <p>◆<b>ルールとトークンピースの説明</b>  <b>【説明】</b>では、修復的対話サークルを進めていく上での決まりごとについて説明します。(各グループにおいたトークンピースを示して)これは、トークンピースといいます。このトークンピースを持っている人だけが話すことができます。順番にみなさんに回していきますが、あとの人は発言することができません。ですから、他のひとの話を黙って聴く時間の方が長くあります。他の人の話をじっくり聴くことを大切にしてください。</p> <p>次に、このルールカードを見て下さい。ここに書いてある、</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●お互いを尊重する、</li> <li>●ほかの人の話をしっかり聴く、</li> <li>●自分とは考えが違っても、その人の尊厳を傷つけるような発言でその人を非難しない、</li> <li>●トークンピースが回ってきても発言するかしないかは、あなたが決める</li> </ul> <p>というルールです。話したくない時、安心してパスしてください。                      こちらに、忘れないようにルールカードも中央に置いておきます。                      ※日本語が十分でない生徒には、訳をつけて配慮用ルールカードを用いるとよい。</p>
	スタータの生徒	<p>スタータの生徒に、中央のライトに灯をとすよう指示する。</p> <p>◆<b>マインドフルネスの説明</b>                      では、対話に入る前に、マインドフルネスという呼吸と瞑想の時間を持ちます。深い呼吸を意識してください。開始と、おおよそ皆さん8回の呼吸が終わったかなという時にティンシャという鐘を鳴らします。おおよそ8回程度、呼吸します。息を長く吐くように意識してください。この呼吸法を身につけると、自分の力で、ドキドキをしずめて、落ち着くことができます。                      吐く息に集中して、1回に「ひとつ、ふたつ、みっつ」くらいの長さで、ゆっくりと息を吐ききります。目を閉じてもいい人は目を閉じて、目を閉じるのがイヤな人は視線を下の方に向けてください。では、開始します。…(開始時と終了時にティンシャを鳴らす)…はい、8回終わってでしょうか。</p> <p>◆<b>詩を読む</b>                      では、対話に入る前に、詩を読みますので、聴いてください。                      この対話の場で、聴くことに集中するウォーミングアップと思って聴いてください。  <b>『みみをすます』(一部抜粋) 谷川俊太郎</b> ※詩は、その時のテーマに沿った詩を適宜、選ぶ。                      みみをすます、きのうのあまだれに、みみをすます                      みみをすます、いつから、つづいてきたともしれぬ、ひとびとのあしおとにみみをすます                      めをつむり、みみをすます、ハイヒールのこつこつ、                      ながぐつのだとた、ぼっくりのぼくぼく</p>

		<p>みみをすます、ほうばのからんころん、あみあげのざっくざっく、ぞうりのぺたぺた                      みみをすます、わらぐつのかさかさ、                      きぐつのことこと、モカシンのすたすた、わらじのてくてく                      そうして、はだしのひたひた…、にまじる、へびのするする                      このはのかさこそ、きえかかる、ひのくすぶり、くらやみのおくのみみなり                      ひとつのおとに、ひとつのこえに、みみをすますことが、                      もうひとつのおとに、もうひとつのこえに、みみをふさぐことに、ならないように</p> <p>※色カードをひろげるよう、指示する                      今日は、ココにある「色カード」を使って、「<b>あなたの自己紹介)色で例えと…</b>」という対話をします。これから、スタータの人が、発問カードにしたがって、いくつか質問をするので、考えてみてください。スタータの人が皆さんに質問したら、それぞれ、自由に発言してください。スタータの人が最初に、質問して、発言もします。                      こんなことを言っては恥ずかしいとか、まずいとか考えずに、思ったことをそのままことばにしてください。言ったことに対して、それがいい答えだとか、悪い答えとか決めることもありません。                      ただ、お互いを尊重する対話の場だということ、トークンピースを持っている人だけが発言できるというルールは守ってください。</p> <p>カードの中に、思い浮かんだ色が見つからなかったら、ほしい色に近い色を選んで、「これより薄い色」「この色よりちょっと濃い色」などと説明してから、発言してください。                      他の人が先に、自分が使いたい色を使ったとしても、自分の番で同じ色を使ってかまいません。気にせず使ってください。                      この対話では、質問しますが、それに対して正しい応答でなくてもかまいません。自由に発言してみましょう。</p> <p>では、最初の質問だけ先生がします。あらためて、自己紹介をしてみましょう。名前と自分の元気を、指数字でみんなに伝えてください。また、どうして、その数値なのか理由も教えてもらえると嬉しいです。                      ※担任は、指でジェスチャーを交えて説明する。5本指を広げて最大が5、ゼロはグー、マイナスはグーを肘から下に向ける)                      ※トークンピースが、各スタータの生徒の手元に戻ったことを確認したら、各グループのスタータに任せれる。</p>
9:00	役割：スタータの生徒	<p>グループごとに、スタータの生徒が、下記の発問カードにしたがって対話を開始する。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①最初の質問です。「今のあなたを表現するとしたら、どんな色ですか？」そのことを説明するのに、ふさわしい色を1枚選んで、どうして、その色を選んだのか、教えて下さい。難しい人は、色を選ぶだけでもOKです。正答は、ありません。聴く人は、発言者のどんな発言も尊重して、しっかり傾聴するように努めてください。</li> <li>②次の質問です。「4月になって、学校が始まったころのあなたは、どんな色でしたか？」そのことを説明するのに、ふさわしい色を1枚選んで、どうして、その色を選んだのか教えて下さい。難しい人はパスしても構いません。その場合は、トークンピースを2回まわします。</li> <li>③次の質問です。「最近、あなたがびっくりしたこと、驚いたこと、印象深かったこと・もの等について、色で表現して教えてください。それは、どんなこと・ものでしたか？」そのことを説明するのに、ふさわしい色を1枚選んで、どうして、その色を選んだのか、教えて下さい。</li> <li>④次の質問です。「最近、あなたがはまっていること・もの等について、色で表現して教えてください。それは、どんなこと・ものですか？」そのことを説明するのに、ふさわしい色を1枚選んで、どうして、その色を選んだのか、教えて下さい。</li> <li>⑤他の人の話を聴いて、どう思いましたか?今感じていることを自由に話してください。また、さっき話したことについて、追加して話したいことがあったら、そのことを話してもらってもかまいません。</li> <li>⑥次の質問です。「明日のあなたは、どんな色になりそうでしょうか?」そのことを説明するのに、ふさわしい色を1枚選んで、どうして、その色を選んだのか、教えて下さい。</li> </ol>
9:35		<p>予備の問い(時間があまりそうだったら…)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>⑦他の人の話を聴いて、どう思いましたか?今感じていることを自由に話してください。また、さっき話したことについて、追加して話したいことがあったら、そのことを話してもらってもかまいません。                      ※時間があるようなら、トークンピースを2回まわしてもかまわない。思いついた人から、トークンピースがまわってきたときに発言してもらおう。パスすることも、その人の意思表示なので、尊重する。</li> <li>⑧これが最後の質問です。トークンピースを持っている人だけが話せる対話に参加した感想を各グループでシェアしてください。                      ※グループによっては、最後の問いまでにたどり着かないグループがあるかもしれない。                      ※担任教師は、できるだけ、⑥の質問に至れるよう、各グループを見守りし、必要があればスタータの生徒を支援する。</li> </ol>
9:40	アンケート記入	<p>タブレットで、アンケートに入力してください(アンケートフォームに入力時間：最低2分)                      では、今日は、これで終わります。ご参加ありがとうございます!</p>

※中学生は、各グループに、対話ボランティアがいなくても、最初に対話を開始するスタータの生徒を決めることで、実施できる。  
 ※スタータの生徒には、あらかじめ設定している「問い」を、カード状にして託し、教員はクラス全体を進行させる。  
 ※生徒だけで、トーキングサークルを実施することはできるが、対話ボランティアと一緒に座る方が、生徒の授業満足度は高い。  
 ※生徒だけで実施する場合は、その対話の場が安全であったかを確認するために、必ず、授業後にアンケートを行う。

時間の目安	事前準備	第1回目 ※各グループに対話ボランティアが座る場合
授業前	担任教師	<p><b>グループ設定：</b>ひとグループの人数は6-7人にする。スタータの生徒とキーパー（大人）がいる。  <b>教室設定：</b>隣のグループの声に気を取られて、対話に集中できないことがないように、十分な距離をとれる環境を作る。                      教室のほか、空き教室、フリースペース、体育館など、授業として実施する際に無理のない環境を準備する。                      ※机を使わず椅子だけで円状に座る。中央にキャンドルかトーキングサークルのルールカードを置く。  <b>ITの使用：</b>アンケートフォームを準備した場合は、授業後に、生徒が入力できるようタブレットを準備させておく。</p> <p>※クラスの生徒を、グループに分けておく。性別、要配慮の生徒が偏らないようにする。                      ※可能なら席順を決めておく。要配慮の生徒は、対話ボランティアの隣で、最後に発言するように配置するとよい。                      ※生徒にも、自分がどのグループで対話するのかがわかるように、事前に共有しておく。                      ※言語や視覚色覚など、使用ツールにも配慮が必要な場合は、配慮用のカードやツールを用いるとよい。</p>
8:50	授業開始：会場ごとに役割：担任教師	<p style="text-align: center;"><b>実施手順 ことば等の例</b></p> <p>役割：担任教師または、会場担当の統括対話ボランティア                      対話ボランティアを紹介し、対話ボランティアからもご挨拶いただく。                      対話ボランティアが、トーキングサークルに慣れた人の場合は、対話ボランティアに、下記の説明などを任せられることができる。</p> <p>◆<b>トーキングサークルの説明</b>  <b>【導入】</b>今日は、修復的対話トーキングサークルという方法で、授業します。※基本的には教師が主導する場合の例                      今日、みなさんとこうして一緒にお話することができることを、とても嬉しく思っています。（対話ボランティアが説明する場合）</p> <p>◆<b>ルールとトーキングピースの説明</b>  <b>【説明】</b>では、修復的対話サークルを進めていく上での決まりごとについて説明します。                      （中央に置いたトーキングピースを指示して）ここにあるのは、トーキングピースといえます。                      このトーキングピースを持っている人だけが話すことができます。サークルキーパー（大人）が、スタータの生徒に、と順番にみなさんに回していきますが、あとの人は発言することができません。ですから、他のひとの話を黙って聴く時間の方が長くあります。                      他の人の話をじっくり聴くことを大切にしてください。</p> <p>次に、このルールカードを見て下さい。ここに書いてある、</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●お互いを尊重する、</li> <li>●ほかの人の話をしっかり聴く、</li> <li>●自分とは考えが違っても、その人の尊厳を傷つけるような発言でその人を非難しない、</li> <li>●トーキングピースが回ってきてても発言するかしないかは、あなたが決めるというルールです。話したくない時、安心してパスしてください。</li> </ul> <p>こちらに、忘れないようにルールカードを置いておきますね。（置かずに手に持ってもよい）</p> <p style="text-align: center;">対話ボランティアのサークルキーパーは、中央のライトに、灯をとます</p> <p>◆<b>マインドフルネスの説明</b>                      では、対話に入る前に、マインドフルネスという呼吸と瞑想の時間を持ちます。深い呼吸を意識してください。開始と、おおよそ皆さん8回の呼吸が終わったかなという時にティンシャという鐘を鳴らします。おおよそ8回程度、呼吸します。息を長く吐くように意識してください。この呼吸法を身につけると、自分の力で、ドキドキをしずめて、落ち着くことができます。                      吐く息に集中して、1回に「ひとつ、ふたつ、みっつ」くらいの長さで、ゆっくりと息を吐ききります。目を閉じてもいい人は目を閉じて、目を閉じるのが怖い人は視線を下の方に向けてください。では、開始します。……（ティンシャを鳴らして）…… はい、8回終わったでしょうか。</p> <p>◆<b>詩を読む</b>                      では、次に、お互いの自己紹介に入る前に、詩を読みますので、聴いてください。                      この対話の場で、聴くことに集中するウォーミングアップと思って聴いてください。</p> <p>『みみをすます』（一部抜粋）谷川俊太郎 ※詩は、その時のテーマに沿った詩を適宜、選ぶ。                      みみをすます、きのうのあまだれに、みみをすます</p>
9:00	役割：対話ボランティア	<p>グループごとに、対話ボランティアのキーパーが、事前に準備した手順書に従い、対話を開始する。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①最初の質問です。「今のあなたを表現するとしたら、どんな色ですか？」そのことを説明するのに、ふさわしい色を1枚選んで、どうして、その色を選んだのか、教えて下さい。難しい人は、色を選ぶだけでもOKです。正答は、ありません。                          聴く人は、発言者のどんな発言も尊重して、しっかり傾聴するように努めてください。</li> <li>②次の質問です。「4月になって、学校が始まったころのあなたは、どんな色でしたか？」そのことを説明するのに、ふさわしい色を1枚選んで、どうして、その色を選んだのか教えて下さい。難しい人はパスしても構いません。その場合は、トーキングピースを2回まわします。</li> <li>③次の質問です。「最近、あなたがびっくりしたこと、驚いたこと、印象深かったこと・もの等について、色で表現して教えてください。それは、どんなこと・ものでしたか？」そのことを説明するのに、ふさわしい色を1枚選んで、どうして、その色を選んだのか、教えて下さい。</li> <li>④次の質問です。「最近、あなたがはまっていること・もの等について、色で表現して教えてください。それは、どんなこと・ものですか？」そのことを説明するのに、ふさわしい色を1枚選んで、どうして、その色を選んだのか、教えて下さい。</li> <li>⑤他の人の話を聴いて、どう思いましたか？今感じていることを自由に話してください。また、さっき話したことについて、追加して話したいことがあったら、そのことを話してもらってもかまいません。</li> <li>⑥次の質問です。「明日のあなたは、どんな色になりそうでしょうか？」そのことを説明するのに、ふさわしい色を1枚選んで、どうして、その色を選んだのか、教えて下さい。</li> </ol>
9:35		<p style="text-align: center;">予備の問い（時間があまりそうだったら…）</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>⑦他の人の話を聴いて、どう思いましたか？今感じていることを自由に話してください。また、さっき話したことについて、追加して話したいことがあったら、そのことを話してもらってもかまいません。                          ※時間があるようなら、トーキングピースを2回まわしてもかまわない。思いついた人から、トーキングピースがまわってきたときに発言してもらおう。パスすることも、その人の意思表示なので、尊重する。</li> <li>⑧これが最後の質問です。トーキングピースを持っている人だけが話せる対話に参加した感想を各グループでシェアしてください。                          ※グループによっては、最後の問いまでにたどり着かないグループがあるかもしれない。                          ※対話ボランティアは、担当するグループの様子から判断して、質問を増やしたら、削除したりする。</li> </ol>
9:40	アンケート記入	<p>タブレットで、アンケートに入力してください（アンケートフォームに入力時間：最低2分）                      では、今日は、これで終わります。ご参加ありがとうございます！</p>

		<p>みみをすます、いつから、つづいてきたともしれぬ、ひとびとのあしおとにみみをすます                      めをつむり、みみをすます、ハイヒールのこつこつ、ながぐつのだとだ、ぼっくりのぼくぼく                      みみをすます、ほうばのからんころん、あみあげのざつざつ、ぞうりのぺたぺた                      みみをすます、わらぐつのだとだ、きぐつのことこと、モカシンのすたすた、わらじのてくてく                      そうして、はだしのひたひた……、にまじる、へびのするする                      このはのかさこそ、きえかかる、ひのくすぶり、くらやみのおくのみみなり                      ひとつのおとに、ひとつのこえに、みみをすますことが、                      もうひとつのおとに、もうひとつのこえに、みみをふさぐことに、ならないように</p> <p style="text-align: center;">※サークルキーパー（大人）は色カードをひろげるよう、指示する                      今日は、ココにある「色カード」を使って、「（あなたの自己紹介）色で例えど…」という対話をします。                      これから、いくつか質問をするので、考えてみてください。                      私が皆さんに質問したら、それぞれ、自由に発言してください。スタータの人が最初に、発言します。                      こんなことを言っては恥ずかしいとか、まずいとか考えずに、思ったことをそのままことばにしてください。                      言ったことに対して、それがいい答えだとか、悪い答えとか決めることもありません。                      ただ、お互いを尊重する対話の場だということ、トーキングピースを持っている人だけが発言できるというルールは守ってください。</p> <p>カードの中に、思い浮かんだ色が見つからなかったら、ほしい色に近い色を選んで、「これより薄い色」「この色よりちょっと渋めの色」などと説明してから、発言してください。                      他の人が先に、自分が使いたい色を使ったとしても、自分の番で同じ色を使ってかまいません。気にせず使ってください。                      この対話では、質問しますが、それに対して正しい応答でなくてもかまいません。自由に発言してみよう。</p> <p>では、最初の質問は先生、または、サークルキーパー（大人）がします。あらためて、自己紹介をしてみましょう。名前と自分の元気を、指数字でみんなに伝えてください。また、どうして、その数値なのか理由も教えてもらえると嬉しいですよ。                      ※担任は、指でジェスチャーを交えて説明する。5本指を広げて最大が5、ゼロはグー、マイナスはグーを肘から下に向ける）                      ※トーキングピースが、各キーパー（大人）の手元に戻ったことを確認したら、各グループに任せる。</p>
9:00	役割：対話ボランティア	<p>グループごとに、対話ボランティアのキーパーが、事前に準備した手順書に従い、対話を開始する。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①最初の質問です。「今のあなたを表現するとしたら、どんな色ですか？」そのことを説明するのに、ふさわしい色を1枚選んで、どうして、その色を選んだのか、教えて下さい。難しい人は、色を選ぶだけでもOKです。正答は、ありません。                          聴く人は、発言者のどんな発言も尊重して、しっかり傾聴するように努めてください。</li> <li>②次の質問です。「4月になって、学校が始まったころのあなたは、どんな色でしたか？」そのことを説明するのに、ふさわしい色を1枚選んで、どうして、その色を選んだのか教えて下さい。難しい人はパスしても構いません。その場合は、トーキングピースを2回まわします。</li> <li>③次の質問です。「最近、あなたがびっくりしたこと、驚いたこと、印象深かったこと・もの等について、色で表現して教えてください。それは、どんなこと・ものでしたか？」そのことを説明するのに、ふさわしい色を1枚選んで、どうして、その色を選んだのか、教えて下さい。</li> <li>④次の質問です。「最近、あなたがはまっていること・もの等について、色で表現して教えてください。それは、どんなこと・ものですか？」そのことを説明するのに、ふさわしい色を1枚選んで、どうして、その色を選んだのか、教えて下さい。</li> <li>⑤他の人の話を聴いて、どう思いましたか？今感じていることを自由に話してください。また、さっき話したことについて、追加して話したいことがあったら、そのことを話してもらってもかまいません。</li> <li>⑥次の質問です。「明日のあなたは、どんな色になりそうでしょうか？」そのことを説明するのに、ふさわしい色を1枚選んで、どうして、その色を選んだのか、教えて下さい。</li> </ol>
9:35		<p style="text-align: center;">予備の問い（時間があまりそうだったら…）</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>⑦他の人の話を聴いて、どう思いましたか？今感じていることを自由に話してください。また、さっき話したことについて、追加して話したいことがあったら、そのことを話してもらってもかまいません。                          ※時間があるようなら、トーキングピースを2回まわしてもかまわない。思いついた人から、トーキングピースがまわってきたときに発言してもらおう。パスすることも、その人の意思表示なので、尊重する。</li> <li>⑧これが最後の質問です。トーキングピースを持っている人だけが話せる対話に参加した感想を各グループでシェアしてください。                          ※グループによっては、最後の問いまでにたどり着かないグループがあるかもしれない。                          ※対話ボランティアは、担当するグループの様子から判断して、質問を増やしたら、削除したりする。</li> </ol>
9:40	アンケート記入	<p>タブレットで、アンケートに入力してください（アンケートフォームに入力時間：最低2分）                      では、今日は、これで終わります。ご参加ありがとうございます！</p>

※中学生は、各グループに、対話ボランティアがいなくても、最初に対話を開始するスタータの生徒を決めることで、実施できる。  
 ※スタータの生徒には、あらかじめ設定している「問い」を、カード状にして託し、教員はクラス全体を進行させる。  
 ※生徒だけで、トーキングサークルを実施することはできるが、対話ボランティアと一緒に座る方が、生徒の授業満足度は高い。  
 ※生徒だけで実施する場合は、その対話の場が安全であったかを確認するために、必ず、授業後にアンケートを行う。

時間の目安	事前準備	第1回目 ※各グループに対話ボランティアが座る場合
授業前	担任教師	<p><b>グループ設定：</b>ひとグループの人数は6-7人にする。スタータの生徒とキーパー（大人）がいる。  <b>教室設定：</b>隣のグループの声に気を取られて、対話に集中できないことがないよう、十分な距離をとれる環境を作る。                  教室のほか、空き教室、フリースペース、体育館など、授業として実施する際に無理のない環境を準備する。                  ※机を使わず椅子だけで円状に座る。中央にキャンドルやトーキングサークルのルールカードを置く。  <b>ITの使用：</b>アンケートフォームを準備した場合は、授業後に、生徒が入力できるようタブレットを準備しておく。                  ※クラスの生徒を、グループに分けておく。性別、要配慮の生徒が偏らないようにする。                  ※可能なら席順を決めておく。要配慮の生徒は、対話ボランティアの隣で、最後に発言するように配置するとよい。                  ※生徒にも、自分がどのグループで対話するのかがわかるように、事前に共有しておく。                  ※言語や視覚色覚など、使用ツールにも配慮が必要な場合は、配慮用のカードやツールを用いるとよい。</p>
8:50	授業開始：会場ごとに役割：担任教師または、会場担当の統括対話ボランティア	<p style="text-align: center;"><b>実施手順 ことば等の例</b></p> <p>対話ボランティアを紹介し、対話ボランティアからもご挨拶いただく。                  対話ボランティアが、トーキングサークルに慣れた人の場合は、対話ボランティアに、下記の説明などを任せることができる。</p> <p>◆<b>トーキングサークルの説明</b>  <b>【導入】</b>今日は、修復的対話トーキングサークルという方法で、授業します。※基本的には教師が主導する場合の例                  今日、みなさんとこうして一緒にお話をする事ができることを、とても嬉しく思っています。（対話ボランティアが説明する場合）</p> <p>◆<b>ルールとトーキングピースの説明</b>  <b>【説明】</b>では、修復的対話サークルを進めていく上での決まりごとについて説明します。                  （中央に置いたトーキングピースを指示して）ここにあるのは、トーキングピースといいますが、あとの人は発言することができません。ですから、他のひとの話を黙って聴く時間の方が長くあります。他の人の話をじっくり聴くことを大切にしてください。</p> <p>次に、このルールカードを見て下さい。ここに書いてある、                  ●お互いを尊重する、                  ●ほかの人の話をしっかり聴く、                  ●自分とは考えが違っても、その人の尊厳を傷つけるような発言でその人を非難しない、                  ●トーキングピースが回ってきても発言するかしないかは、あなたが決める                  というルールです。話したくない時、安心してパスしてください。                  こちらに、忘れないようにルールカードを置いておきますね。（置かずに手に持ってもよい）</p> <p style="text-align: center;">対話ボランティアのサークルキーパーは、中央のライトに、灯をとます</p> <p>◆<b>マインドフルネスの説明</b>                  では、対話に入る前に、マインドフルネスという呼吸と瞑想の時間を持ちます。深い呼吸を意識してください。開始と、おおよそ皆さん8回の呼吸が終わったかなという時にティンシャという鐘を鳴らします。おおよそ8回程度、呼吸します。息を長く吐くように意識してください。この呼吸法を身につけると、自分の力で、ドキドキをしずめて、落ち着くことができます。                  吐く息に集中して、1回に「ひとつ、ふたつ、みっつ」くらいの長さで、ゆっくりと息を吐ききります。目を閉じてもいい人は目を閉じて、目を閉じるのが怖い人は視線を下の方に向けてください。では、開始します。……（ティンシャを鳴らして）…… はい、8回終わったでしょうか。</p> <p>◆<b>詩を読む</b>                  では、次に、お互いの自己紹介に入る前に、詩を読みますので、聴いてください。                  この対話の場で、聴くことに集中するウォーミングアップと思って聴いてください。</p> <p>『みみをすます』（一部抜粋）谷川俊太郎 ※詩は、その時のテーマに沿った詩を適宜、選ぶ。                  みみをすます、きのうのあまだれに、みみをすます                  みみをすます、いつから、つづいてきたともしれぬ、ひとびとのあしおとにみみをすます                  めをつむり、みみをすます、ハイヒールのこつこつ、ながぐつのだたどた、ぽっくりのぼくぼく</p>
9:00	役割：対話ボランティア	<p>グループごとに、対話ボランティアのキーパーが、事前に準備した手順書に従い、対話を開始する。</p> <p>①最初の質問です。「今のあなたを表現するとしたら、どんな色ですか？」そのことを説明するのに、ふさわしい色を1枚選んで、どうして、その色を選んだのか、教えて下さい。難しい人は、色を選ぶだけでもOKです。正答は、ありません。                  聴く人は、発言者のどんな発言も尊重して、しっかり傾聴するように努めてください。”</p> <p>②次の質問です。「この学校に入学したときの、あなたを色に例えると、どんな色だったと思いますか？」そのことを説明するのに、ふさわしい色を1枚選んで、どうして、その色を選んだのか、教えて下さい。</p> <p>③次の質問です。「今のクラスを、色に例えると、どんな色だと思いますか？」そのことを説明するのに、ふさわしい色を1枚選んで、どうして、その色を選んだのか、教えて下さい。</p> <p>④次の質問です。「他の人の話を聴いて、どう思いましたか？今感じていることを自由に話してください。また、さっき話したことについて、追加して話したいことがあったら、そのことを話してもらってもかまいません。」このラウンドでは、色カードを使いません。</p> <p>⑤次の質問です。「あなたが、あなたの大切な人にプレゼントするとしたら、どんな色をプレゼントしたいですか？」そのことを説明するのに、ふさわしい色を1枚選んで、どうして、その色を選んだのか、教えて下さい。</p> <p>⑥「10年後のあなたを、色で例えると、どんな色になっているでしょうか？」そのことを説明するのに、ふさわしい色を1枚選んで、どうして、その色を選んだのか、教えて下さい。</p>
9:35		<p style="text-align: center;">予備の問い（時間があまりそうだったら…）</p> <p>⑦他の人の話を聴いて、どう思いましたか？今感じていることを自由に話してください。また、さっき話したことについて、追加して話したいことがあったら、そのことを話してもらってもかまいません。                  ※時間があるようなら、トーキングピースを2回まわしてもかまわない。思いついた人から、トーキングピースがまわってきたときに発言してもらおう。パスすることも、その人の意思表示なので、尊重する。</p> <p>⑧これが最後の質問です。トーキングピースを持っている人だけが話せる対話に参加した感想を各グループでシェアしてください。                  ※グループによっては、最後の問いまでにたどり着かないグループがあるかもしれない。                  ※対話ボランティアは、担当するグループの様子から判断して、質問を増やしたら、削除したりする。</p>
9:40	アンケート記入	<p>タブレットで、アンケートに入力してください（アンケートフォームに入力時間：最低2分）                  では、今日は、これで終わります。ご参加ありがとうございます！</p>

みみをすます、ほうばのからんころん、あみあげのざっくざっく、ぞうりのぺたぺた  
 みみをすます、わらぐつのさくさく、きぐつのことこと、モカシンのすたすた、わらじのてくてく  
 そうして、はだしのひたひた……、にまじる、へびのするする  
 このはのかさこそ、きえかかる、ひのくすぶり、くらやみのおくのみみなり  
 ひとつのおとに、ひとつのこえに、みみをすますことが、  
 もうひとつのおとに、もうひとつのこえに、みみをふさぐことに、ならないように

※サークルキーパー（大人）は色カードをひろげるよう、指示する  
 今日は、ココにある「色カード」を使って、「（あなたの自己紹介）色で例えると…」という対話をします。  
 これから、スタータの人が、発問カードにしたがって、いくつか質問をするので、考えてみてください。  
 スタータの人が皆さんに質問したら、それぞれ、自由に発言してください。スタータの人が最初に、質問して、発言もします。  
 こんなことを言ったら恥ずかしいとか、まずいとか考えずに、思ったことをそのままことばにしてください。  
 言ったことに対して、それがいい答えだとか、悪い答えとか決めることもありません。  
 ただ、お互いを尊重する対話の場だということ、トーキングピースを持っている人だけが発言できるというルールは守ってください。

カードの中に、思い浮かんだ色が見つからなかったら、ほしい色に近い色を選んで、「これより薄い色」「この色よりちょっと渋めの色」などと説明してから、発言してください。  
 他の人が先に、自分が使いたい色を使ったとしても、自分の番で同じ色を使ってかまいません。気にせず使ってください。  
 この対話では、質問しますが、それに対して正しい応答でなくてもかまいません。自由に発言してみましょう。

では、最初の質問は先生またはサークルキーパー（大人）がします。あらためて、自己紹介をしてみましょう。名前と自分の元気度を、指数字でみんなに伝えてください。また、どうして、その数値なのか理由も教えてもらえると嬉しいです。  
 ※担任は、指でジェスチャーを交えて説明する。5本指を広げて最大が5、ゼロはグー、マイナスはグーを肘から下に向ける）  
 ※トーキングピースが、キーパー（大人）の手元に戻ったことを確認したら、各グループに任せる。

※中学生は、各グループに、対話ボランティアがいなくても、最初に対話を開始するスタータの生徒を決めることで、実施できる。  
 ※スタータの生徒には、あらかじめ設定している「問い」を、カード状にして託し、教員はクラス全体を進行させる。  
 ※生徒だけで、トーキングサークルを実施することはできるが、対話ボランティアと一緒に座る方が、生徒の授業満足度は高い。  
 ※生徒だけで実施する場合は、その対話の場が安全であったかを確認するために、必ず、授業後にアンケートを行う。

時間の目安	事前準備	第2回目 ※各グループに対話ボランティアが座る場合
授業前	担任教師	<p><b>グループ設定</b>：ひとグループの人数は6-7人にする。スタータの生徒とキーパー（大人）がいる。  <b>教室設定</b>：隣のグループの声に気を取られて、対話に集中できないことがないように、十分な距離をとれる環境を作る。                  教室のほか、空き教室、フリースペース、体育館など、授業として実施する際に無理のない環境を準備する。                  ※机を使わず椅子だけで円状に座る。中央にキャンドルやトーキングサークルのルールカードを置く。  <b>ITの使用</b>：アンケートフォームを準備した場合は、授業後に、生徒が入力できるようタブレットを準備させておく。                  ※クラスの生徒を、グループに分けておく。性別、要配慮の生徒が偏らないようにする。                  ※可能なら席順を決めておく。要配慮の生徒は、対話ボランティアの隣で、最後に発言するように配置するとよい。                  ※生徒にも、自分がどのグループで対話するのかがわかるように、事前に共有しておく。                  ※言語や視覚色覚など、使用ツールにも配慮が必要な場合は、配慮用のカードやツールを用いるとよい。</p>
8:50	授業開始：会場ごとに役割：担任教師 または、会場担当の統括対話ボランティア	<p><b>実施手順 ことば等の例</b></p> <p>対話ボランティアを紹介し、対話ボランティアからもご挨拶いただく。                  対話ボランティアが、トーキングサークルに慣れた人の場合は、対話ボランティアに、下記の説明などを任せることができる。</p> <p>◆<b>トーキングサークルの説明</b>  <b>【導入】</b>今日は、修復的対話トーキングサークルという方法で、授業します。※基本的には教師が主導する場合の例                  今日、みなさんとこうして一緒にお話をする事ができることを、とても嬉しく思っています。（対話ボランティアが説明する場合）</p> <p>◆<b>ルールとトーキングピースの説明</b>  <b>【説明】</b>では、修復的対話サークルを進めていく上での決まりごとについて説明します。                  （中央に置いたトーキングピースを指示して）ここにあるのは、トーキングピースといいます。このトーキングピースを持っている人だけが話すことができます。順番にみなさんに回していきますが、あとの人は発言することができません。ですから、他のひとの話を黙って聴く時間の方が長くあります。他の人の話をじっくり聴くことを大切にしてください。</p> <p>次に、このルールカードを見て下さい。ここに書いてある、</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●お互いを尊重する、</li> <li>●ほかの人の話をしっかり聴く、</li> <li>●自分とは考えが違っても、その人の尊厳を傷つけるような発言でその人を非難しない、</li> <li>●トーキングピースが回ってきてても発言するかしないかは、あなたが決める</li> </ul> <p>というルールです。話したくない時、安心してパスしてください。                  こちらに、忘れないようにルールカードを置いておきますね。（置かずに手に持ってもよい）</p> <p style="text-align: center;">対話ボランティアのサークルキーパーは、中央のライトに、灯をとます</p> <p>◆<b>マインドフルネスの説明</b>                  では、対話に入る前に、マインドフルネスという呼吸と瞑想の時間を持ちます。深い呼吸を意識してください。開始と、おおよそ皆さん8回の呼吸が終わったかなという時にティンシャという鐘を鳴らします。おおよそ8回程度、呼吸します。息を長く吐くように意識してください。この呼吸法を身につけると、自分の力で、ドキドキを少しずつ、落ち着くことができます。                  吐く息に集中して、1回に「ひとつ、ふたつ、みーっつ」くらいの長さで、ゆっくりと息を吐ききります。目を閉じてもいい人は目を閉じて、目を閉じるのが怖い人は視線を下の方に向けてください。では、開始します。…（ティンシャを鳴らして）…はい、8回終わったでしょうか。</p> <p>◆<b>詩を読む</b>                  では、次に、お互いの自己紹介に入る前に、詩を読みますので、聴いてください。                  この対話の場で、聴くことに集中するウォーミングアップと思って聴いてください。</p> <p>『朝のリレー』 谷川俊太郎 ※詩は、その時のテーマに沿った詩を適宜、選ぶ。                  カムチャツカの若者が きりんの夢を見ているとき                  メキシコの娘は 朝もやの中でバスを待っている                  ニューヨークの少女が ほほえみながら寝がえりをうつとき                  ローマの少年は 柱頭（ちゅうとう）を染める朝陽にウィンクする</p>
9:00	役割：対話ボランティア	<p>グループごとに、対話ボランティアのサークルキーパーが、事前に準備した手順書に従い、対話を開始する。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①最初の質問です。「この夏休みのあなたを表わす生きものは…?」そのことを説明するのに、ふさわしいイラストを1枚選んで、どうして、そのイラストを選んだのか、教えて下さい。</li> <li>②次の質問です。「夏休みが終わり学校が始まった時のあなたを表わすと…?」そのことを説明するのに、ふさわしいイラストを1枚選んで、どうして、そのイラストを選んだのか、教えて下さい。</li> <li>③他の人の話を聴いて、どう思いましたか? 今、感じていること、思ったこと等を自由に話してください。また、さっき話したことについて、追加して話したいことがあったら、そのことを話してもらってもかまいません。</li> <li>④2学期をどんなふうに過ごしたいですか? そのことを説明するのに、ふさわしいイラストを1枚選んで、どうして、そのイラストを選んだのか、教えて下さい。</li> </ol>
9:35		<p style="text-align: center;">予備の問い（時間があまりそうだったら・・・）</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>⑤他の人の話を聴いて、どう思いましたか?今感じていることを自由に話してください。また、さっき話したことについて、追加して話したいことがあったら、そのことを話してもらってもかまいません。                  ※時間があるようなら、トーキングピースを2回まわしてもかまわない。思いついた人から、トーキングピースがまわってきたときに発言してもらおう。パスすることも、その人の意思表示なので、尊重する。”</li> <li>⑥これが最後の質問です。トーキングピースを持っている人だけが話せる対話に参加した感想を各グループでシェアしてください。                  ※グループによっては、最後の問いまでたどり着かないグループがあるかもしれない。                  ※対話ボランティアは、担当するグループの様子から判断して、質問を増やしたら、削除したりする。                  ※トーキングピースを使わない、雑談の時間を十分にとる。5-10分くらい、あててもよい。</li> </ol> <p>◆<b>詩を読む</b>                  『ことば』 谷川俊太郎 ※詩は、その時のテーマに沿った詩を適宜、選ぶ。                  問われて答えたのではなかった そのことばは涙のように 私からこぼれた                  辞書から択んだのではなかった そのことばは笑いのように 私からはじけた                  知らせるためではなかった 呼ぶためではなかった 歌うためでもなかった                  ほんとうに この私だったのだろうか それをあなたに云ったのは                  あの秋の道で 思いがけなく ただ一度 もうとりかえすすべもなく</p>
9:40	アンケート記入	<p>タブレットで、アンケートに入力してください（アンケートフォームに入力時間：最低2分）</p> <p>では、今日は、これで終わります。ご参加ありがとうございます!</p>

		<p>この地球では、いつもどこかで朝がはじまっている、ぼくらは朝をリレーするのだ                  経度から経度へと、そうしていれば交替で地球を守る                  眠る前のひととき耳をすますと、どこか遠くで目覚まし時計のベルが鳴ってる                  それはあなたの送った朝を、誰かがしっかりと受けとめた証拠なのだ</p> <p style="text-align: center;">※※サークルキーパー（大人）はカードをひろげるよう、指示する                  今日は、ココにある生きもののイラストカードを使って、「(あなたの〇〇を) 生きものに例えると、、、」という対話をします。                  これから、対話ボランティアさんが、発問カードにしたがって、いくつか質問をするので、考えてみてください。                  対話ボランティアさんが、皆さんに質問したら、それぞれ、自由に発言してください。                  対話ボランティアさんは、最初に質問して、最初に発言もします。”</p> <p>こんなことを言うのは恥ずかしいとか、まずいとか考えずに、思ったことをそのままことばにしてください。                  言ったことに対して、それがいい答えだとか、悪い答えとか決めることもありません。                  ただ、お互いを尊重する対話の場だということ、トーキングピースを持っている人だけが発言できるというルールは守ってください。</p> <p>他の人が先に、自分が使いたいカードを使ったとしても、自分の番に同じカードを使ってかまいません。気にせず使ってください。                  この対話では、質問しますが、それに対して正しい応答でなくてもかまいません。自由に発言してみてください。</p> <p>では、最初の質問は先生がします。あらためて、自己紹介をしてみましょう。名前と自分の元気を、指数字でみんなに伝えてください。                  また、どうして、その数値なのか理由も教えてもらえると嬉しいです。                  ※担任は、指でジェスチャーを交えて説明する。5本指を広げて最大が5、ゼロはグー、マイナスはグーを肘から下に向ける）                  ※トーキングピースが、各キーパー（大人）の手元に戻ったことを確認したら、各グループに任せる。</p>
9:00	役割：対話ボランティア	<p>グループごとに、対話ボランティアのサークルキーパーが、事前に準備した手順書に従い、対話を開始する。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①最初の質問です。「この夏休みのあなたを表わす生きものは…?」そのことを説明するのに、ふさわしいイラストを1枚選んで、どうして、そのイラストを選んだのか、教えて下さい。</li> <li>②次の質問です。「夏休みが終わり学校が始まった時のあなたを表わすと…?」そのことを説明するのに、ふさわしいイラストを1枚選んで、どうして、そのイラストを選んだのか、教えて下さい。</li> <li>③他の人の話を聴いて、どう思いましたか? 今、感じていること、思ったこと等を自由に話してください。また、さっき話したことについて、追加して話したいことがあったら、そのことを話してもらってもかまいません。</li> <li>④2学期をどんなふうに過ごしたいですか? そのことを説明するのに、ふさわしいイラストを1枚選んで、どうして、そのイラストを選んだのか、教えて下さい。</li> </ol>
9:35		<p style="text-align: center;">予備の問い（時間があまりそうだったら・・・）</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>⑤他の人の話を聴いて、どう思いましたか?今感じていることを自由に話してください。また、さっき話したことについて、追加して話したいことがあったら、そのことを話してもらってもかまいません。                  ※時間があるようなら、トーキングピースを2回まわしてもかまわない。思いついた人から、トーキングピースがまわってきたときに発言してもらおう。パスすることも、その人の意思表示なので、尊重する。”</li> <li>⑥これが最後の質問です。トーキングピースを持っている人だけが話せる対話に参加した感想を各グループでシェアしてください。                  ※グループによっては、最後の問いまでたどり着かないグループがあるかもしれない。                  ※対話ボランティアは、担当するグループの様子から判断して、質問を増やしたら、削除したりする。                  ※トーキングピースを使わない、雑談の時間を十分にとる。5-10分くらい、あててもよい。</li> </ol> <p>◆<b>詩を読む</b>                  『ことば』 谷川俊太郎 ※詩は、その時のテーマに沿った詩を適宜、選ぶ。                  問われて答えたのではなかった そのことばは涙のように 私からこぼれた                  辞書から択んだのではなかった そのことばは笑いのように 私からはじけた                  知らせるためではなかった 呼ぶためではなかった 歌うためでもなかった                  ほんとうに この私だったのだろうか それをあなたに云ったのは                  あの秋の道で 思いがけなく ただ一度 もうとりかえすすべもなく</p>
9:40	アンケート記入	<p>タブレットで、アンケートに入力してください（アンケートフォームに入力時間：最低2分）</p> <p>では、今日は、これで終わります。ご参加ありがとうございます!</p>

※中学生は、各グループに、対話ボランティアがいなくても、最初に対話を開始するスタータの生徒を決めることで、実施できる。  
 ※スタータの生徒には、あらかじめ設定している「問い」を、カード状にして託し、教員はクラス全体を進行させる。  
 ※生徒だけで、トーキングサークルを実施することはできるが、対話ボランティアと一緒に座る方が、生徒の授業満足度は高い。  
 ※生徒だけで実施する場合は、その対話の場が安全であったかを確認するために、必ず、授業後にアンケートを行う。  
 ※2回目以降は各クラスで机を使って実施することもできる。

時間の目安	事前準備	第3回目 ※生徒だけで対話する、各グループに対話ボランティアが座らない場合
授業前	担任教師	<p><b>グループ設定:</b>生徒を4～5グループ、5～6人ごとのグループに分ける。スタータの生徒を決めておく。  <b>教室設定:</b>隣のグループの声に気を取られて、対話に集中できないことがないように、十分な距離をとれる環境を作る。各グループの中央に、机を6台つかつてテーブル状にし、その周りを生徒が囲むようにして椅子で座る。                      ※各グループの中央に、机を6台つかつてテーブル状にし、その周りを生徒が囲むようにして椅子で座る。                      ※机の高さは、できるだけそろえるようにし、模造紙をその上におく(色模造紙があれば、なおよい)  <b>ITの使用:</b>アンケートフォームを準備した場合は、授業後に、生徒が入力できるようタブレットを準備させておく。</p> <p>※クラスの生徒を、グループに分けておく。性別、要配慮の生徒が偏らないようにする。                      ※可能なら席順を決めておく。要配慮の生徒は、スタータの生徒の隣で、最後に発言するように配置するとよい。                      ※生徒にも、自分がどのグループで対話するのがわかるように、事前に共有しておく。                      ※言語や視覚色覚など、使用ツールにも配慮が必要な場合は、配慮用のカードやツールを用いるとよい。</p>
8:50	授業開始：会場ごとに	実施手順 ことば等の例
	役割：担任教師 または、会場担当の 統括対話ボランティア	<p><b>授業開始と進行:</b>必要な物品(机の上に置くキャンドル、ルールカード、トーキングピース、尊重カード)の配布                      対話ボランティアを紹介し、対話ボランティアからもご挨拶いただく。                      対話ボランティアが、トーキングサークルに慣れた人の場合は、対話ボランティアに、下記の説明などを任せることができる。</p> <p>◆<b>トーキングサークルの説明</b>  <b>【導入】</b>今日は、修復的対話トーキングサークルという方法で、授業します。※基本的には教師が主導する場合の例                      今日、みなさんとこうして一緒にお話をする事ができることを、とても嬉しく思っています。(対話ボランティアが説明する場合)</p> <p>◆<b>ルールとトーキングピースの説明</b>  <b>【説明】</b>では、修復的対話サークルを進めていく上での決まりごとについて説明します。(中央に置いたトーキングピースを指示して)ここにあるのは、トーキングピースといいます。このトーキングピースを持っている人だけが話することができます。順番にみなさんに回していきますが、あとの人は発言することができません。ですから、他のひとの話を黙って聴く時間の方が長くあります。他の人の話をじっくり聴くことを大切にしてください。</p> <p>次に、このルールカードを見て下さい。ここに書いてある、</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●お互いを尊重する</li> <li>●ほかの人の話をしっかり聴く</li> <li>●自分とは考えが違っても、その人の尊厳を傷つけるような発言でその人を非難しない</li> <li>●トーキングピースが回ってきても発言するかしないかは、あなたが決める</li> </ul> <p>というルールです。話したくない時、安心してパスしてください。                      こちらに、忘れないようにルールカードを置いておきますね。(置かずに手に持ってもよい)</p>
	スタータの生徒	チェックイン：中央のライトに、灯をともし(スタータの生徒に灯りを灯してもらう)
	役割：担任教師 または、会場担当の 統括対話ボランティア	<p>◆<b>マインドフルネスの説明</b>                      では、対話に入る前に、マインドフルネスという呼吸と瞑想の時間を持ちます。深い呼吸を意識してください。開始と、おおよそ皆さん8回の呼吸が終わったかなという時にティンシャという鐘を鳴らします。おおよそ8回程度、呼吸します。息を長く吐くように意識してください。この呼吸法を身につけると、自分の力で、ドキドキをしずめて、落ち着くことができます。                      吐く息に集中して、1回に「ひとつ、ふたつ、みっつ」くらいの長さで、ゆっくりと息を吐ききります。目を閉じてもいい人は目を閉じて、目を閉じるのが怖い人は視線を下の方に向けてください。では、開始します。…(ティンシャを鳴らして)…はい、8回終わったでしょうか。</p>

		<p>◆<b>詩を読む</b>                      では、次に、お互いの自己紹介に入る前に、詩を読みますので、聴いてください。この対話の場で、聴くことに集中するウォーミングアップと思って聴いてください。</p> <p>『ぜひ』やなせ たかし ※詩は、その時のテーマに沿った詩を適宜、選ぶ。</p> <p>ぜひ 犬に生まれてみたかった うれしいとき ちぎれるほど しっぽをふってみたかった                      ぜひ 花に生まれてみたかった 春になったら美しく咲いて 風にゆれてみたかった                      ぜひ 鳥に生まれてみたかった つばさをひろげて海をこえて 自由に とんでみたかった                      しかし ぼくはひとに生まれた                      ひとがひとらしく生きるには どういう風にすればいいのだろう                      ぜひ ぼくはそれが知りたい ぜひ ぼくはそれが知りたい ぜひ ぜひ ぜひ</p> <p>最初の問いは、教師または対話ボランティアが行う</p> <p>今日は、ココにある「言葉カード」を使って、お互いを大切にすることについて対話をします。トーキングピースを持っている人だけが話すというルールは守ってください。</p>
9:00	スタータの生徒	<p>グループごとに、スタータの生徒が、事前に受け取っていた下記の質問カードに従い、対話を開始する。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①このなかから、あなたの好きな言葉をひとつ選んで、その理由を教えてください。</li> <li>②次は、気になる、不思議だなと思った言葉をひとつ選んで、シェアしてください。</li> <li>③他の人の話を聴いて、どう思ったり、考えたりしましたか?</li> <li>④これまでに、あなたが、他の人から大切にされなかった、リスペクトしてもらえなかったと思った状況を思い出してください。そのとき、あなたは、どんな風にされたのでしょうか? カードは使っても、使わなくても構いません。言いたくないときは、パスしてください。</li> <li>⑤あなたは、あなたが、ほかのひとを大切にしよう、リスペクトしようと思うとき、どんなことを大切にしていると思いますか? そのことを表す言葉を一枚選んで、そのことを説明してください。</li> <li>⑥他の人の話を聴いて、どう思ったり、考えたりしましたか?</li> <li>⑦あなたが、他の人を尊重する(リスペクトする、大切にすること)のために必要だと思う言葉を、もう一度、選んでみましょう。そして、どうして、その言葉を選んだのか教えてください。</li> </ol>
9:35	〈時間管理〉	予備の問い(時間があまりそうだったら…)
	時間的に余裕がある場合には	⑧みんなが選んだ言葉を並べて、眺めてみて、「これを見て、どう思いましたか?感想を教えてください。」とまわす
	時間が足りないとき削除	⑨ほかのおともだちのはなしをきいて、どう思いましたか?この問いでは、カードを使いません。
	時間があれば詩を読む	⑩では、これが最後の質問です。トーキングピースを持っている人だけが話せる対話に参加した感想を教えてください。 <p>『わらい』金子みすゞ</p> <p>それはきれいなばらいろで、 けしつぶよりかちいさくて、 こぼれて土に落ちたとき、                      ぱっと花火がはじけるように、 おおきな花がひらくのよ。                      もしもなみだがこぼれるように、                      こんなわらいがこぼれたら、 どんなに、どんなに、きれいでしょ。</p>
9:40	アンケート記入	<p>タブレットで、アンケートに入力してください(アンケートフォームに入力時間：最低2分)</p> <p>では、今日は、これで終わります。ご参加ありがとうございます!</p>

※中学生は、各グループに、対話ボランティアがいなくても、最初に対話を開始するスタータの生徒を決めることで、実施できる。  
 ※スタータの生徒には、あらかじめ設定している「問い」を、カード状にして託し、教員はクラス全体を進行させる。  
 ※生徒だけで、トーキングサークルを実施することはできるが、対話ボランティアと一緒に座る方が、生徒の授業満足度は高い。  
 ※生徒だけで実施する場合は、その対話の場が安全であったかを確認するために、必ず、授業後にアンケートを行う。  
 ※2回目以降は各クラスで机を使って実施することもできる。

時間の目安	事前準備	第3回目 ※体育館で、各グループに対話ボランティアが座って行う場合
授業前	担任教師	<p><b>会場設定:</b> 体育館などの広い空間 椅子だけで円形に座る。                      ※隣のグループの声に気を取られて、対話に集中できないことがないように、十分な距離をとる。  <b>ITの使用:</b> アンケートフォームを準備した場合は、授業後に、生徒が入力できるようタブレットを準備しておく。</p> <p>※クラスの生徒を、グループに分けておく。性別、要配慮の生徒が偏らないようにする。                      ※可能なら席順を決めておく。要配慮の生徒は、スタータの生徒の隣で、最後に発言するように配置するとよい。                      ※生徒にも、自分がどのグループで対話するのがわかるように、事前に共有しておく。                      ※言語や視覚色覚など、使用ツールにも配慮が必要な場合は、配慮用のカードやツールを用いるとよい。</p>
8:50	授業開始：会場ごとに	実施手順 ことば等の例
	役割：担任教師 または、会場担当の 統括対話ボランティア	<p><b>授業開始と進行:</b> 必要な物品（机の上に置くキャンドル、ルールカード、トーキングピース、尊重カード）の配布                      対話ボランティアを紹介し、対話ボランティアからもご挨拶いただく。                      対話ボランティアが、トーキングサークルに慣れた人の場合は、対話ボランティアに、下記の説明などを任せることができる。</p> <p>◆<b>トーキングサークルの説明</b>  <b>【導入】</b> 今日、修復的対話トーキングサークルという方法で、授業します。※基本的には教師が主導する場合の例                      今日、みなさんとこうして一緒にお話をするができることを、とても嬉しく思っています。（対話ボランティアが説明する場合）</p> <p>◆<b>ルールとトーキングピースの説明</b>  <b>【説明】</b> では、修復的対話サークルを進めていく上での決まりごとについて説明します。                      （中央に置いたトーキングピースを指示して）ここにあるのは、トーキングピースといえます。                      このトーキングピースを持っている人だけが話することができます。順番にみなさんに回していきますが、あとの人は発言することができません。ですから、他のひとの話を黙って聴く時間の方が長くあります。                      他の人の話をじっくり聴くことを大切にしてください。</p> <p>次に、このルールカードを見て下さい。ここに書いてある、</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●お互いを尊重する</li> <li>●ほかの人の話をしっかり聴く</li> <li>●自分とは考えが違っても、その人の尊厳を傷つけるような発言でその人を非難しない</li> <li>●トーキングピースが回ってきてても発言するかしないかは、あなたが決める</li> </ul> <p>というルールです。話したくない時、安心してパスしてください。                      こちらに、忘れないようにルールカードを置いておきますね。（置かずに手に持ってもよい）</p> <p style="text-align: center;">対話ボランティアのサークルキーパーは、中央のライトに、灯をとます</p> <p>◆<b>マインドフルネスの説明</b>                      では、対話に入る前に、マインドフルネスという呼吸と瞑想の時間を持ちます。深い呼吸を意識してください。開始と、おおよそ皆さん8回の呼吸が終わったかなという時にティンシャという鐘を鳴らします。おおよそ8回程度、呼吸します。息を長く吐くように意識してください。この呼吸法を身につけると、自分の力で、ドキドキをしずめて、落ち着くことができます。                      吐く息に集中して、1回に「ひとつ、ふたつ、みーっつ」くらいの長さで、ゆっくりと息を吐ききります。目を閉じてもいい人は目を閉じて、目を閉じるのが怖い人は視線を下の方に向けてください。                      では、開始します。…（ティンシャを鳴らして）…はい、8回終わったでしょうか。</p>

9:00	役割：対話ボランティア	グループごとに、対話ボランティアのサークルキーパーが、事前に準備した手順書に従い、対話を開始する。
	役割：担任教師 または、会場担当の 統括対話ボランティア	<p>◆<b>詩を読む</b>                      では、次に、お互いの自己紹介に入る前に、詩を読みますので、聴いてください。                      この対話の場で、聴くことに集中するウォーミングアップと思って聴いてください。</p> <p style="text-align: center;">『ぜひ』やなせ たかし ※詩は、その時のテーマに沿った詩を適宜、選ぶ。</p> <p>ぜひ 犬に生まれてみたかった                      うれしいとき ちぎれるほど しっぽをふってみたかった                      ぜひ 花に生まれてみたかった                      春になったら美しく咲いて 風にゆれてみたかった                      ぜひ 鳥に生まれてみたかった                      つばさをひろげて海をこえて 自由に とんでみたかった                      しかし ぼくはひとに生まれた                      ひとがひとらしく生きるには どういう風にすればいいのだろう                      ぜひ ぼくはそれが知りたい                      ぜひ ぼくはそれが知りたい ぜひ ぜひ ぜひ</p> <p>◆<b>テーマの説明</b>                      今日、ココにある「言葉カード」を使って、お互いを大切にすることについて対話をします。                      トーキングピースを持っている人だけが話すというルールは守ってください。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①このなかから、あなたの好きな言葉をひとつ選んで、その理由を教えてください。</li> <li>②次は、気になる、不思議だなと思った言葉をひとつ選んで、シェアしてください。</li> <li>③他の人の話を聴いて、どう思ったり、考えたりしましたか？</li> <li>④これまでに、あなたが、他の人から大切にされなかった、リスペクトしてもらえなかったと思った状況を思い出してください。そのとき、あなたは、どんな風にされたのでしょうか？ カードは使っても、使わなくても構いません。言いたくないときはパスしてください。</li> <li>⑤あなたは、あなたが、ほかのひとを大切にしよう、リスペクトしようと思うとき、どんなことを大切にしていると思いますか？ そのことを表す言葉を一枚選んで、そのことを説明してください。</li> <li>⑥他の人の話を聴いて、どう思ったり、考えたりしましたか？</li> <li>⑦あなたが、他の人を尊重する（リスペクトする、大切にすること）ために必要だと思う言葉を、もう一度、選んでみましょう。そして、どうして、その言葉を選んだのか教えてください。</li> </ol>
9:30	<時間管理>	予備の問い（時間があまりそうだったら…）
	時間的に余裕がある場合には	⑧みんなが選んだ言葉を並べて、眺めてみて、「これを見て、どう思いましたか？感想を教えてください。」とまわす
	時間が足りないとき削除	⑨ほかのおともだちのはなしをきいて、どう思いましたか？この問いでは、カードを使いません。
	時間があれば詩を読む	⑩では、これが最後の質問です。トーキングピースを持っている人だけが話せる対話に参加した感想を教えてください。 <p style="text-align: center;">『わらい』金子みすゞ</p> <p>それはきれいなばらいろで、けしつぶよりかちいさくて、こぼれて土に落ちたとき、                      ぱっと火花がはじけるように、おおきな花がひらくのよ。                      もしもなみだがこぼれるように、                      こんなわらいがこぼれたら、どんなに、どんなに、きれいでしょ。</p>
9:40	アンケート記入	タブレットで、アンケートに入力してください（アンケートフォームに入力時間：最低2分）
		では、今日は、これで終わります。ご参加ありがとうございます！

## トーキングピースをもって話し合う授業後アンケート

修復的対話トーキングサークルで、トーキングピースをもって話し合う授業に参加した感想を教えてください。このアンケートは無記名なので、だれが書いたかわかりません。また、あなたの成績には全く影響しないので、そのことも安心して書いてください。 \* 必須の質問です

- \*  
問1 修復的対話サークル、トーキングピースをもって話し合う授業に参加して、どうでしたか？ あなたの感想を、0から10のスケールで教えてください。良くなかった場合の最低点は0点、良かった場合の最高点は10点です。

1つだけマークしてください。

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10  
良くなかった            良かった

- \*  
問2 トーキングピースを手にもってあなたが話しているとき、他の人は、あなたの話をしっかりきいてくれていましたか？ あなたがかんじたとおりに、0から10で点数にして教えてください。0点は全然きいてもらえなかった、10点は最高にきいてもらえた。

1つだけマークしてください。

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10  
全然きいてもらえなかった            最高にきいてもらえた

- \*  
問3 良くなかった、きいてもらえなかったと感じた人は、そのことについて教えてください。どんなことがその理由でしたか？

---



---



---



---

- \*  
問4 この授業の話し合いのなかで、ほかの人からイヤなことを言われたり、たいせつにしてもらえなかったことはありましたか？

1つだけマークしてください。

あった  なかった

- 問5 今日の授業で、あなたは、ほかの人の話を、よく聴くことができましたか？

1つだけマークしてください。

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10  
そう思わない            とても思う

- 問6 今日の授業で、あなたは、自分の考えや気持ちを表現できた、と思いますか？

1つだけマークしてください。

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10  
そう思わない            とても思う

- \*  
問7 今日の授業で、何か発見したことや気付いたことはありましたか？

1つだけマークしてください。

あった  なかった

- 問8 あなたが、発見したことや気付いたことについて、教えてください。それはどのようなことでしたか？ なかった人は、なかったと書いてください。

---



---



---



---



---

質問は以上です、ありがとうございました。

上記以外に、意見や感想があれば、下記に、自由に書いてください。

---



---



---



---



---

## トーキングピースをもって話し合う授業後アンケート

修復的対話サークル、トーキングピースをもって話し合う授業に参加した感想を教えてください。このアンケートは無記名なので、だれが書いたかわかりません。また、あなたの成績には全く影響しないので、そのことも安心して書いてください。 \* 必須の質問です

\* 問1 修復的対話サークル、トーキングピースをもって話し合う授業に参加して、どうでしたか？ あなたの感想を、0から10のスケールで教えてください。良くなかった場合の最低点は0点、良かった場合の最高点は10点です。

1つだけマークしてください。

良くなかった 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 良かった

\* 問2 トーキングピースを手にもってあなたが話しているとき、他の人は、あなたの話をしっかり聞いてくれていましたか？ あなたがかんじたとおりに、0から10で点数にして教えてください。0点は全然きいてもらえなかった、10点は最高にきいてもらえた。

1つだけマークしてください。

全然きいてもらえなかった 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 最高にきいてもらえた

\* 問3 良くなかった、きいてもらえなかったと感じた人は、そのことについて教えてください。どんなことがその理由でしたか？

---



---



---



---

\* 問4 今日の授業テーマについて、あなたは、よく考えることができたと思えましたか？

1つだけマークしてください。

そう思わない 0 1 2 3 4 5 6 7 8 とても思う

問5 今日の授業で、あなたは、ほかの人の話を、よく聴くことができたと思えましたか？

1つだけマークしてください。

0 1 2 3 4 5 6 7 8  
 そう思わない          とても思う

問6 今日の授業で、あなたは、自分の考えを表現することができました、と思えましたか？

1つだけマークしてください。

0 1 2 3 4 5 6 7 8  
 そう思わない          とても思う

問7 今日の授業で、あなたは、自分の考えが深まったり、変わったりした、と感じましたか？

1つだけマークしてください。

0 1 2 3 4 5 6 7 8  
 そう思わない          とても思う

\* 問8 今日の授業で、何か発見したことや気付いたことはありましたか？

1つだけマークしてください。

あった  なかった

\* 問9 あなたが、発見したことや気付いたことについて、教えてください。それはどのようなことでしたか？ なかった人は、なかったと書いてください。

---



---



---

質問は以上です、ありがとうございました。

上記以外に、意見や感想があれば、下記に、自由に書いてください。

---



---



---

これまでは中学生と修復的対話サークルで対話することが多かったのですが、今回小学校3年生のお子さん5年生のお子さんたちと対話をして、子どもたちの成長に目を見張る思いでした。初めは小学生には難しいのかなと思えたのですが、終わってみると中学生以上に小学生は真剣に取り組み、対話を楽しんでくれていました。

海外の報告からも、中学校より小学校において修復的対話サークルをすることの方が効果は高いということでした。ノルウェーの小学校では、毎朝、朝学活の時間に1ラウンドのトーキングサークルをするそうです。たったそれだけで学校がとても変わると聞きました。北アイルランドでは小学校で修復的対話サークルをしてきた子どもたちと、そうではない小学校からきた子どもたちが、一目瞭然わかるのだそうです。修復的対話サークルをしてきた子どもたちは、自分自身に自信を持ち、他の人の意見をしっかり聞き、自発的にルールを守ろうとする。自律性が高いのだそうです。自尊心がしっかり育てられているからに他ならないとの事でした。そして先生たちは、子どもたちととても良い関係にあり、学校へ行くのが楽しくなったとの事でした。

日本の学校の先生方に、うつ状態で休職される方が多いと聞いています。子どもたちをこんなに愛している先生方なのに、学校で苦しんでいらっしゃるというのはとても残念なことです。親もまたモンスターペアレントと言われないように気をつけていても、発言せねばならないこともあり、我慢しすぎてきたら、一度発言するとその勢いが止まらず、言いすぎてしまうこともあるでしょう。いじめ防止、ハラスメント防止、カスタマーハラスメントなど、モラハラ防止が盛況な日本で、今、様々な領域で多くの人々が、言葉を口に出すことにためられる、怖くて言葉を飲み込んでしまうような時代が来ています。世界において、日本は一期一会の国、平和で修復的な国としてとして知られていますが、今のままだと、全く違う日本になっていくのではないかと、案じられます。

ただ耐えて沈黙するのではなく、お互いを大切に、ともに幸せな方へ向かっていけるような、そうして日本の良さがよりよい形で育まれていくことを心より望んでいます。

最後に、日本財団から助成していただくことができ、このような取り組みを行い、冊子を作ることができました。ご担当の内島様はじめ、財団の皆様に、心より感謝申し上げます。

2026年3月

修復的対話の会 梅崎

## あなたへのメッセージ

修復的対話  
サークルは  
方法論ではない。  
関係性を耕す  
営みである

安心が  
根づいたとき、  
子どもたちは  
自分の言葉で  
語り始める

サークルに  
先生が参加すると、  
生徒は  
ふだんと違う  
先生の話に喜ぶ

トーキングピース  
をつかって、  
順番に話すことが  
修復的対話サークル  
ではない



## 日本版 **小さなリソースガイド**

— 学校を安全なコミュニティにするために —

出版：修復的対話の会 2026年

〒120-0034 東京都足立区千住5-15-7

TEL : 03-6781-1413

<https://taiwanokai.jp/>

デザイン＝株式会社間野デザイン

表紙・本文イラスト＝堀内俊司

執筆者＝梅崎薫、木口喜由江、大島孝子、小澤健三、天野健児、  
大竹幸浩、加藤寿子、小野ゆい、藤原直子



本冊子は、2025年日本財団からの助成により作成されました。

## 修復的対話の会