



ACT News

エーシーティー・ニュース

こんにちは！ACTニュース編集部です。朝晩はまだ寒い日が続きますが、日中は陽が出ると暖かくなってきましたね。このACT NEWSは、湯河原町の小学校・中学校で実施されているACT（アート・コミュニケーション・トレーニング）という活動を保護者の方や町の方にも知ってもらうための新聞です。それでは令和7年度の湯河原中学校でのACT、9月からの後半を振り返っていきましょう！

ACT NEWS 第20号 2026年2月発行 発行元：湯河原町教育委員会・特定非営利活動法人 まなびとくらし

ACTってなーに？

学校は生徒たちにとって、知識を得る場であると同時に、自分自身を試し、失敗し、学び直すことのできる貴重な空間です。その中でも、ACTのような「芸術体験」に触れることは、これからの社会を生き抜くために欠かせない役割を持っていると考えています。芸術は、感性を豊かにするだけでなく、自分自身と向き合う力や、他人の気持ちを想像する力、そして正解のない問いを考え続ける力を育ててくれるからです。

私たちの日常は、時に予想外の出来事によって足元が揺らぐことがあります。そんなとき、ただ怖がるのではなく、自分の内側に新しい問いを持ち、言葉にできない感覚と向き合う力が必要です。芸術体験は、答えを素早く出すことなく、問いを問いのまま抱えながら自分なりの解釈を見つける手助けをしてくれます。この「揺さぶり」こそが、大人へと成長するための重要なきっかけとなります。

また、自分の内側にある形のない思いを外へと解き放つ「表現」という行いには、多大な勇気が必要です。それは自分をさらけ出すことへの不安

や、正解がない中で評価される恐れを乗り越えるプロセスだからです。

自分の心の中にある「言葉にできないモヤモヤした気持ち」を表現しようと何度も挑戦すること。それは、自分でも気づかなかった「本当の自分」を見つけ出す大切な作業です。教科書の知識を学ぶことだけが勉強ではありません。表現を通じて自分の心と向き合い、「これが自分なんだ」と感じることは、人間としての根っこ（土台）を育てるための、とても深い学びなのです。

ACTという「芸術体験」は、ただ単に「上手に作品を作る」ことや「きれいな絵を眺める」ことだけを指すではありません。芸術の本当のすごさは、目に見えないメッセージを読み取ったり、答えが一つではない「正解のない問い」に対して、あきらめずに自分なりの答えを探し続けたりする力を養えるところにあります。世の中には、すぐに白黒つけられないことがたくさんあります。そんな「正解がわからない状況」でも、あわてずにじっくり考え抜く力は、これから大人になっていく中学生の皆さんにこそ必要なものなのです。

「ダンボールハウスをつくろう」

ACTの集大成とも言える、大盛り上がりのアクティビティ。通称、湯フェス！湯河原町の皆様のご協力で集まった、たくさんのダンボールを使ってクラスで1つの家を作ります。事前の話し合いも、設計図も、役割分担もない、まさにぶっつけ本番。その分いろんなやりとりが展開するエネルギッシュな時間です。

感想には「普段はあまり話さない人とも協力できて仲が深まった」「クラスがバラバラになることなく団結感があった」「みんなで協力したからコミュニケーションがたくさんとれた」「最後の感じがして少し寂しかったけど、すごく楽しくてこのクラスで作れたことが嬉しかった」「とても新鮮な体験で、一致団結できたのがよかった」「自分はずっと周りの動きを見てから行動することが多いけれど、今回は自分から動いて周りとも協力することができ、少し成長を感じた」「5年間のACTを通じて考え



2025年10月3日に3年生のみなさんと。

る力や表現力が豊かになって、物事を考えるのが楽になった」「作るだけでなく片付けも楽しんでいる人がたくさんいた」「本当にみんな協力しあって楽しかった」などなど、クラスメイトとの共同作業に達成感を感じている感想が多くありました。

「からだから感じる」

2年生2回目は身体（からだ）をめぐるアクティビティ。「ふれる」をテーマに今年もダンサーの上村なおかさんで行いました。ここでは全身を使って接触する感覚を確かめるように進んでいきます。

私たちは普段、自分の意思で身体を動かしていること、全身で感じながら過ごしていることをついつい忘れて生活しています。このACTではそのことを再確認するワークを意識的に行なって、触れてみたりしながら、思い出してみます。それによって「わたし」や「あなた」という個々の存在。そして「わたしとあなた」という関係性が再発見され、「わたしたち」の身体が離れたその時に、なんとも不思議な「切なさ」を感じてもらいました。

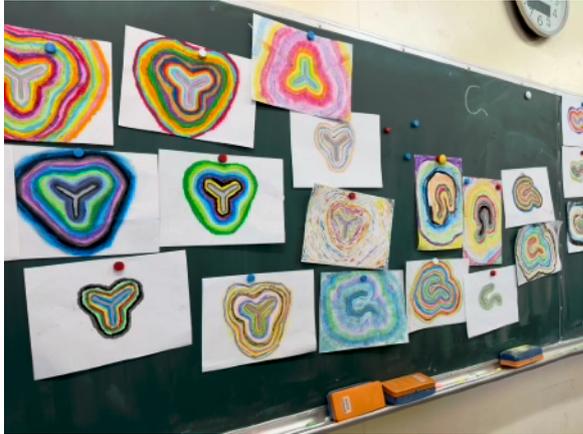
生徒たちの感想には「すごく不思議な感覚で眠たくなった」「自分で考えて自分の身体を動かすことの限界を知れて楽しかった」「うつ伏せになった時、身体が床に触れる場所など、今



2025年10月16日に2年生のみなさんと。

までに意識したことがなかったことが今回初めて知れてよかったし、不思議な体験だった」「1人でやっている時は静かで寂しかったけど、2人でやると触れ合うところが暖かくホワホワした気分になった」「自分自身をのことを考える良い機会になった」「いつも頑張ってくれている自分の身体が偉いと思った」などなど。

「ふちどって！」



2025年11月20日に1年生のみなさんと。

1年生の2回目はひとりで黙々と作業を進めるソロワーク。内容はタイトルの通り、ある図形をオイルパステルでひたすらふちどっていただけなのですが、けっこう疲れます。最後は、全員の作品を黒板に並べて鑑賞。同じ形をただふちどるだけの作業なのに、仕上がったものはてんでバラバラ。

その同じような絵は1つもない、バラバラ具合＝個性を視覚的に体感してもらいました。

ACTを通じていつも伝えているのは「個性を尊重する」です。「個性というのは一人ひとりの『違い』そのもの。作品を見てわかるように、どれが上手いとか下手とかはありません。ただ違うというだけ。その『違い＝個性』は本人を活かす時もあるけど、時には本人を苦しめることだってあるのです。本人が望もうが望ままいがあるのが『個性』。だからこそ、自分や他人の『個性』を丁寧に、大切に扱う必要があるのです」という話をします。

生徒たちからは「たまに個性があるねと言われることがあったけど、こういうことなんだと思った」「ひとつのことに集中できて楽しかった」「最後に後ろから全作品を観て、個性豊かなクラスだなと思った」「全部の作品に違った良さがあった」などなどの感想。

「対話ってなんだろう」



2026年2月5日に1年生のみなさんと。

1年生3回目は、2人1組になってロールプレイで対話をします。まず、AさんとBさん、それぞれの役割を伝えますが、お互いに相手の役割は知らされずに対話が始まります。

1つめのワークでは、「相手の話を奪う／自分の話を奪われる」という場面を意図的につくります。

2つめのワークでは立場を逆転。話し手は「話を聴いて欲しいだけ」かも知れないのに、聴き手がアドバイスをしてしまう場面を意図的につくります。

最後に「対話という場面では話す側の伝え方以上に、聴く側の姿勢や態度、つまり『在り方』によって、その場の価値や意味が決まるんだよ」という話をしました。

生徒たちの感想は「これからは話をする時は人の話は最後までしっかり聞きたいと思った」「人の話を奪ったり、えらそうに話したりすると悲しい気持ちになった」「自分の好きな話題になると割って入ることが多かったかも！と思ったので、これからは気をつけようと思う」「自分が話している時にそれを遮られたりするとい嫌な気持ちになったので、自分もしっかり聞いて言葉を発した方がいいと思った」「今日から気をつけようと思った」などなど。

「仮説と仮設～ペーパータワーをたてよう」

2年生最後のアクティビティは、毎年恒例の「ペーパータワー」です。グループごとに決められた枚数のA4コピー用紙だけを使って構造物を作って、その高さを競います。折ったり切ったりするのはもちろんOKですが、あくまで紙のみで建設します。目標は190cm！こうすれば立つんじゃないか？と仮説を立て、仮設し、崩れたらまた仮説…仮設…とカセットをひたすら繰り返すトライ・アンド・エラー（とりあえずやってみて、ダメならまた考えてやりなおそう）の時間です。



2026年2月6日に2年生のみなさんと。

生徒たちからは「心の底から笑いながら作業ができてよかった」「班のみんなとの仲がもっと深まったし、目標を達成することができた」「班の仲間と協力し、仮説を立てることができた。それぞれの考え方が意外にも違い、面白かった」「班のみんなで協力しあって作戦を出し合うのが楽しかった。後半に何度も倒れて他の班には勝てなかったけど、出来る限りの高さを積んだ。「最初は紙だけでそんなに高くでき

ないと思ったけど、みんなで協力すれば実現することがわかった」「試行錯誤するのが楽しかった」「最終的に目標に辿り着けなくてくやしかったが仲間と何度も考えるのが楽しかった」「自分で仮説を立てて、それを実践するのは楽しいと感じた」「何度落ちてもすぐに次はこうしよう！と改善しながら作れた」など、協働の楽しさを感じたようでした。

「ダンボールハウス mini」

8組の3回目は「ダンボールハウス mini」を実施しました。3年生のACTと同様に事前の話し合いも、設計図も、役割分担もない、共同作業。一人ひとりが自分のアイデアや思いを形にしていきながら、それらが小さく集まって、少しだけ大きくなっていきます。またそれが集まってを繰り返し、やがては大きな「小屋」になっていきます。



2026年2月13日に8組のみなさんと。

ACTでは「こうあるべきだ」「こうやるといい」という方法を教授するのではなく、どんなに稚拙でも、それを思いついた本人に方法が内在していると考え、そこから出発します。それが全体にとって素晴らしい成果にならなくても構いません。大切なことは優れた作品を作るのではなく、その場に居合わせた者でアイデアを出し合い、工夫したりしな

がら、その過程を共有することがACTなのですから。言い換えるならば「きみはどうしたい？」「あなたはどうかしたいとおもう？」から始まるってことなのです。

それではまた次号でお会いしましょう！