

素晴らしい須走を知りたい！

「すばらしい隊」養成講座 第4回講座概要

第2部：体験「伝える極意」

■講師：関谷 葉子氏 御厨おもてなし俱楽部 代表

■講義・実践概要

- －お話を初めての方としていくときに、一番皆さんに忘れないでいて欲しいのは、ユーモア。関西の人は会話のテンポがいい。同時にユーモアがある。そうするとついつい耳を傾けたくなる。ユーモアはどこから出てくるかというと、思いやりの気持ち、相手を飽きさせない、相手が楽しくなってくれるんじゃないかなという気持ちがあるとユーモアが出る。
- －それからもう一つ大切なのは、笑顔が絶対に必要になる。
- －マスクをする生活になって、私たちは口元というものを意識しなくなった。今まででは何となく自分を伝えるのに、笑顔を作るために、口元に意識していた。なので、お話をするとときにはマスクはしているが常に自分の口元がどういう感じなのかというのを考えながら口元を意識していくと声のトーンが変わる。
- －口角を上げて笑顔で喋る声と普通の真顔で喋る声では声のトーンが変わっていく。
→<実践>（真面目な顔をして「皆さんこんにちは」と言う→低い声）（口元を笑顔にしたままで言う→高い声）
- －笑顔を作ると声が明るくなる。
- －初めての方とご挨拶をする、そしてそこからお話を始めていくための一つのチェックポイントがある。この人は初めて会った私と本当に話をすることを許してくれるのかをチェックするには、相手の目を見る。「こんにちは」と言った時に、相手が自分の目を見て言ってくれたときは、OK。人間は目と目を合わせて会話をしたときに、その瞬間私はあなたを受け入れましたよという合図になる。逆に目をそらされたら、その人はちょっとごめんなさいってと言っていること。
- －人は会って3～30秒で第一印象が決まると言われている。その時に笑顔がすごく大事。
- －次に服装や髪型などの見た目が大事。特に姿勢。
→<実践>（ストレッチ）
 - ①お腹（丹田）に力を入れる。自分がまっすぐ上に引っ張られているイメージ→そうするとあごが上がってくる→少しだけ頸を引く→中心線を自分の体の中を通って足の裏からさらに地面を通って地球のど真ん中まで自分の体の中から赤いコード下ろしていくようなイメージをしながら深呼吸をする。深呼吸は鼻からゆっくり吸って、一度止める。5秒したら今度ゆっくりと口から吐き出す
 - ②肩をグルグル回す→手を後ろで組み、頸を上にあげる→首をグルグル回す
 - ③歯茎と唇の間にを入れてグルグル回す
- ④「ウ・イ・ウ・イ」と発声 →胸から下あたりを振動させるイメージで低い声～高い声を出す
- －<実践>20秒から30秒で自己紹介する。1人ずつ実践
約束：ありきたりの自己紹介をしない。ユーモアで笑顔で語る。今までの講座の感想を交える。初めての方は、今回この講座に参加しようと思った理由。自分らしさの言葉で、笑顔で自己紹介。
- －<実践>グループで、今日学んだこと、自分が注目したことなど講義内容のことを話す

－グループで生じた疑問：構成資産に番号が振ってある。忍野八海は一つずつだが、一つの中に複数入っているものもある。それはなぜか？

大高) 構成資産は範囲が決められていて、オレンジで示している範囲が構成資産の範囲になる。山中湖と河口湖は、富士山域に含まれているその西湖と精進湖、本栖湖はこの富士山域の範囲の中には入ってしまっているので 1 の範囲に入ってしまっているものは構成要素として分けて説明している。なんで富士五湖も 3 つは入って、2 つは入っていないのかと言われると、恐らくこちら側がずっと富士山の溶岩が噴火で流れていきている景観で、青木ヶ原とかそういうところは範囲に入れたくて伸ばしていき、本栖湖は元々芸術の源泉に入っているので、そちらまで広げて保護の範囲を作ったと思う。山中湖、河口湖、忍野八海は一つずつ。この地域を細かく分けたときに忍野八海含めた周辺の 8 つの範囲が全部くくっていたら、たぶん 1 個で説明してたと思う。多分、今お土産屋さんがあるとか、その地域で生活している人がたくさんいるところなので、そこが八海の池の周りだけを指定しているので 1 個 1 個になっているのかなと思う。

－グループで話したこと：構成資産を決めていく時に、なぜ御殿場の東岳院、きやり地蔵尊が入らなかつたのか？と思ったが、今日のお話しを聞いて、世界遺産を決める基準が分かり、色々な資料が残っていない、完全性がないという点が入らなかつたのだと分かった。

大高) 世界遺産センターでは、構成要素以外に世界遺産の富士山に関連しているという事で、「関連資産」という言い方で紹介している。

－得た知識を言葉にしてアウトプットするという事が自分の記憶の中に残っていく。新しくインプットされた情報は 2 週間以内に 3 回は口に出して伝えてあげる。そうすると、頭の中で自分の知識として残っていく。

＜講義の様子＞

