

薬剤師（主婦）

60代女性

【ズームレッスンで 長男が明るい表情になりました！】

長男は 学生時代に数年間 甲府駅前スピーチスピーチ教室に通っていました。

おかげで 自信をもって人前で3分間スピーチをできるようになりました。

その後 山梨大学医学部医学科を卒業し、医師になりました。

医師というのは、臨床現場では、学力だけでなく、患者さんや御家族さんへ共感を持ちながらわかり易く説明する事が必須の職業です。

臨床研修時代、その部分がかなりネックになり、長男は悩んでいました。

丁度コロナが日本中に蔓延していた時期もあり、「ズームレッスンを開講されていらっしゃれば、是非 長男に勧めたい」と思い、福島先生に久々に電話しました。

「開始していますよ～。一緒に頑張りましょう！」と福島先生の明るい声に安堵しました。

早速 ズームレッスンを開始。長男の表情が みるみるうちに明るく温和になってきました。

そうです！ 対面リアルレッスンも良いのですが ズームレッスンは自分の表情を絶えず確かめながら、しかも先生がタイミングよく的確なアドバイスを下さるので、表情が格段に良くなったのです。この「ズームレッスンによる表情アップ効果」は 長男にとって宝物になっています。

今後は 病院や施設内でのスタッフさんや患者さん・入所者さんやご家族さんへの説明力トレーニングが課題です。共感力と共に、臨機応変に柔軟にアウトプットできるようになれるようになると願っています。心の内にはたくさんの知識があってもアウトプットができないと伝わりません。

会話のスムーズなキャッチボールができ、安心感を相手に与えられる医師を目指して レッスン

継続に励んでいます。甲府市から遠方に滞在ですが ズームでずっとレッスンを継続しています。

自身の表情に自信がなかったり、苦手意識がある人に 是非ともスピーチ・スピーチをお勧めします。

60代 男性 自営業

先日 私は ある集会で 開会の挨拶をしました

緊張ほれたか うまく話すことができました

今までの人生で私は そういう場面をさかけてきました

あがり症で 人前で 話すなんて とてもなりと 思って
いたからです

3年前に 100名近く人が集まる場所で スピーチすることになりました
窮屈に立っていたところを こちらの スピーチスピーチの福島先生に
助けられました。先生には 発声から 話し方 姿勢をすべてで
ご指導していただきました。

本当に 先生だけの 生徒さんたちには 感謝しております
もとより 113113 は 経験値をもって さらに
自分の モチモのせて 伝えていくなら なみと
思っています

30代 女性 会社員

私がスピーチ・スピーチを訪ねたのは、転職活動での面接試験を乗り越える為です。先生とお会いしてます"は、一入ほつちで"面接対策どうしよう…という不安全感がなくなり、気持ちを立て直すことができました。これまで自己流で丸暗記していた志望動機を組み立てなし、根本的な部分を先生と探って自分の言葉で伝えることができました。自分の過去の行動から自分の好きなところをピックアップし、その事実をどう伝えれば"相手に分かりやすく伝わるのかを勉強してきました。私の場合、「分かりやすく伝える為にやっていた事が面接では逆効果だと判明! やはりアロに指導していただくことが"大切だと実感しました。私は、面接突破コースとあわせてグループレッスンも受講。以下の点でとても良い刺激となりました。利害関係なく会話できる。気分転換にもなる。皆さんに面接官となるてもらい面接の練習ができる。皆さんも成長しようとしていく自分も頑張ろうと思えるなどなど。

結果、面接は無事合格できました! 何より、伝えたいことが面接官に伝わった。会話のキャッチボールができたことが、自分に納得感を与えました。面接やコミュニケーションで困っている方、是非一緒に乗り越えましょう。

50代

女性

在籍付教員

私が、言語方教室【スピード・スピード】にお世話をなったきっかけは、5年前に教員採用試験に再チャレンジしたことです。面接試験で頭が真っ白になり、何も答えることができず落ちてしましました。このまでは合格できないと考え、ネットでスピード・スピードのホームページを見つけて、面接突破コースで学ぼうと決意しました。4年間、面接レッスンとグループレッスンで学びました。

しかし、私がイメージしていた面接レッスンとは違い、福島先生は私の家族のことや今まで元気張ってきたことや悩みなどを丁寧に聞く時間を大切にしてくださいました。その先生との雑談の中で、自然と自分と向き合い、自分が大切にしていることや自分の軸を見つけることができました。

志望動機をすっと答えてきましたが、なかなか明確に答えることができませんでした。自分と向き合った4年間は辛く長かったです。私には必要な時間があり、明確に伝えることができるようにした時、自信をもって、面接試験を受けることができました。

弟が成人になって障害者になったことは、私の人生で一番辛かったことであり、様々な困難があり、時に弟の存在が大きくなり私を支えてくれました。私はそのことをスピード・スピードで学ぶ中で気付くことができました。弟の存在や支えている父と母の大変さを見てきたからこそ、今障害のある子どもたちを支えている保護者の気持ちが分かり、力にならたいという想いを試験の面接で伝えることができました。

この4年間で学んだことは、面接試験に向けて学びだけでなく、これから的人生において自分の軸となり、支えとなる大きな学びになりました。自分と向き合っては苦しい経験でしたが、ここで立ち止まり、学んだことや気付いたことを大切にしていきたいと思います。そして、これからもグループレッスンの仲間や福島先生から学ぶ、学ぶを続けていきたいと考えます。

年齢：40代 性別：女 職業：公務員

元々、話すことは嫌いではなく、むしろ好きな方です。ですが、私は人前で話すことが大の苦手でした。私の記憶を遡ると、中学生時代に人前で発表する機会があり、顔が赤くなつたことで男子にからかわれたことがきっかけでした。それ以来、人前で話すことを避けてきました。しかし、学生時代も社会人の新人時代も、人前で発表する機会はありました。その度に、顔を赤くして発表していました。他にも、人前で話すことが苦手だと思う理由があります。人前に出ると緊張して声が震え、自分自身で何を言っているのか、わからなくなるからです。原稿があると読み進められるのですが、即興で考えを伝えようとすると、緊張が上回ってしまい、思考の整理ができずに伝えたいことが伝えられずにいました。

そんな私の人生の転機となったのは、講義の依頼がきたことです。これまで私は、家庭と仕事の両立に邁進する人生を送ってきました。子育てをしながら大学院に通い、家族の協力もあり無事に修了することができました。それで私は満足していました。しかし、人生の課題からは逃げられないものです。大学院で仕事に必要な知識やスキルを習得したことで、新たな学びが生まれました。そのひとつが講義だったのです。講義の依頼は、1限から4限まで合わせて6時間の講義でした。6時間の長丁場を一人でできるのだろうか、私は不安になりました。困り果てながらインターネットで検索すると、『話し方教室スピーチ・スピーチ』を見つけました。通われている方の体験談などを読み、気づいたら福島先生に連絡をしていました。

グループレッスンでは、緊張したものの、他の受講生と思いを分かち合い、時間を共有し、充実したレッスンを受けることができました。レッスンを積み重ねることで、人の話に耳を傾け、人の良いところを探すようになり、自分の思ったことや考えたことを、人に伝えられるようになりました。福島先生の、「やってみよう！」という前向きな声掛けが刺激となり、いろいろ考えず、くよくよせず、まずはやってみること、初めの一歩を踏み出すことの大切さを学ぶことができました。一歩踏み出してしまえば、あとは前に進むだけです。これは、私にとって大きな学びでした。グループレッスン以外にも、プラッシュアップコースを受講し講義に備えました。福島先生から、講義の初めの導入部分を発表するように言われ、突然のことでできないと思ったのですが、言われたらやるしかありません。何気なく講義の表紙に使った夏休みの思い出の風景でしたが、いざ発表となると、この風景を表紙に使った理由を言葉にすることことができたのです。これは、自分でも驚いてしました。なぜなら、不意に出てきた言葉でしたが、表紙の風景には、この講義への思い入れがあったからです。この体験を通じて、思いを言葉にすることの大切さを実感することができました。そして…、6時間の講義はというと、自分でも驚くくらい満足のいく講義ができました！日頃のレッスンの成果を、講義の中でも発揮することができ、この体験を経て大きな壁が目の前に立ちはだかっていても、いつかは乗り越えられるものだと教えてもらいました。そして、私の大きな自信につながったのです。

人生はチャレンジの連続です。悩んでいる皆さん、まずは一歩を踏み出してほしいと思います。そして、『話し方教室スピーチ・スピーチ』で共に学び、喜びを積み重ねて人生に彩りを添えていきましょう！

40代 男 会社員

PTA会長をしなければならなくなつた・・、これがこの教室に通い始めたきっかけです。

「これを読むだけで大丈夫です」と学校で用意された文章ですら言葉がつかえる状態で、何とか普通に話せるようになれば・・、との思いで体験レッスンに臨みました。

レッスン内容は簡単にいうと、発声練習、皆の前でスピーチをする、他の方のスピーチをじっくり聴いて感想を話す、です。スピーチの中身と時間は自由です。

普段人前でスピーチなどしたことがない私にはこれこそが大変なことでしたが、いろいろな方とのスピーチ交換を重ねていく中で、自分自身と向き合い、自分の中にある本当の気持ちや意外な自分に気づくことが多くありました。強制的に普段とは違う環境に身を置くことで、視点の転換が生まれ、次第に共感する力が高まり、自己肯定感が自然と付いてきたようです。

これは自分を保つために身に付けていた鎧を剥がされるような感覚ですが、ひとつひとつ剥がれていく度に身軽になるような感じでした。

こういった体験を通して、何を話そうか考え抜いた上で取り繕うようなスピーチから、自分が本当に感じていることを題材として、自分の言葉で話す自然体のスピーチが増えてきました。

スピーチ教室では、何かしらの「変わりたい」気持ちを持った、年代も職業も様々な方々に出会うことができます。こんな機会は人生の中でもあまりないことだと思います。ここは、それぞれが持っている自分の良いところに気づき、人生の楽しみが発見できる、そんな場所だと思います。

いま思い返すと、会長職をもっと楽しんでおけばよかったなーと思っています。

私がスピード・スピードに通いたいと思ったときだけは、人前で話すこと本当に苦手で、事前に話すことを考えても、いつこの時になると「覚えたことを話さなきゃ」と思い、緊張で頭が真っ白になり、自己嫌悪に陥っていました。それで人付き合いが苦手で、自分に自信がなく、こんな自分のことを好きになってくれる人はきっとないんだろうなと思い、自己評価がとても低い時期がありました。そんな自分を変えたいたいと思い、スピード・スピードに入会しました。福島先生はじめ、教室の皆様とても温かく迎えてくれました。最初から安心してレッスンを受けることができました。レッスンでは話す内容についての決まりのないテープはありませんが、自分の話したいことを心の思うままに話すことの楽しさを感じることができました。教室に通ってからは、これまで気がつかなかった日常の小さなことに感動したり、心が動くことが増えたと思います。私はスピード・スピードでの学びを通じて、言葉で伝えること、気持ちを表現することの大切さを学ぶことができました。それほど人好きではない私でしたが、受講生の皆様の素直な心や、気持ちの動きに触れたことで、人を知ること、気持ちを伝わせることができ自然とできるようになっていました。でも皆様が私を受け入れて下さったおかげで、自分は今までいいと思えたことが大きかったと思います。話が上手になるということはもちろんですが、私にとっては教室の学びを通じて、自分も他人も肯定できる、人とのつながりが大切にできるようになったことは、本当に大きな収穫になりました。本当にありがとうございました。

私がスピーチ教室に通い始めたのは会社で自己啓発の推進があり指針である「よりよく生きるために学び→自分をアピローテート→自己成長」に歩いていて目に留めたスピーチ教室がピッタリだと思ってみたいと思ったのです。

教室ではスピーチの構成・コツなどを受講するものと思っていましたが実際は内容・時間などなんの拘り約もなく自由に思いをスピーチします。教室の皆さんスピーチに対する感想を伝えるため見て聞いて答えることや声を出すことに自然に竟言戦が向こうようになりました。

そして普段の生活では出会えないような幅広い年齢層の方が目標に向かって頑張っているので自分自身を見つめるきっかけになりました。時間になっています。

また先生が博識ある仙人のような感じで接してくれたり自分では気づかなかった良いところやいいか悪うメッセージをくださるので気持ちに肯定感が出て日常の些細なことも大切に思えるようになりました。

言葉で素敵なおくりものだととても学ぶことが多く感謝しています。ありがとうございます。

年齢 25

性別 女

職業 公務員

スピーチ、スピーチでは、いつも楽しく勉強させていたいといっています。社会人になつた年から通わせていたいといつており、今年で4年目になりますが、レッスンを通して、次第に自分に自信がもてるようになりました。

私は、そもそも人と話すことが苦手で、コミュニケーションはずっと苦しかったことがあります。人を相手にする仕事に就いたことをきっかけに、苦手意識を少しでもなくしたくて、通い始めたんです。

レッスンでは、一音節に勉強している皆さんのお話や姿勢から学ぶことが多いです。人前で話すことを繰り返したり、皆さんから自分のいいところを認めていたいとくうちに、いつの間にか人と関わることの楽しさをより感じられるようになりました。

これからも、この教室から人のいいところをたくさん吸収していくたいと思います。

年齢 50歳 性別 男 職業 公務員

2年後の自分がこれまで成長していはずは思ってませんでした。

人前で話すときは苦手でいつも迷って回っていました自分。

こんな自分が嫌で嫌で何とか変化したかといつも悩んでいました。

そんな2年前 スロー・4・スロー・4の看板が目に飛び込んで来ました。

それ以来 福島先生や放空の仲間の皆さんに助けられ
一步一步成長することができました

人前で話すことをやめられました。自分に自信を持つ
ことが出来ました。自分が自分の手でやってよしと思
ふように努力して感じました

年齢差もあり 考え方や生き方も職業も違う人達
が集まり 相手の良い所を探し合うことで なんにも
人、人を変わらせる力かと思つました

これから的人生に燃んでいます。もう少しの広い大きめ
自分になりましたと思つてます。是非私たちと一緒に
がんばりませんか！

きっと“良かつた”と思ふ日が来ます！

年齢

50代

性別

女

職業

会社員

人前で話すことが苦手で思ひがけに自分の考えを
話すことができませんでした。教室に通い年会も
性別も、肩書きもないうちで皆さんから良いとこを
たくさん引き出していくだけ、そして皆さんのお話を
聞くことによって考え方を自分の言葉で言える
ようになりましたが自分に「自信」がもてたが
なりました。自信がもてると自然と前へ前へと
行動が広がってきました。そして人と人の
コミュニケーションにおいてうまくつたはりに喜びを
覚えるようになりました。

年齢 50代

性別 女

職業 会社員

人前で極端に緊張していつも性格が長年嫌で嫌で
たりませんでした。何とかしたいという思いから 反田先生の
下に相談に伺いましたところ、福島先生を御紹介して頂き
果に通う事ができるかととても不安になりましたが、
迷わばせながら思ひ立って“スピーチスピー”で勉強させて頂く
ことになりました。また生徒の皆さんは練習する必要がないくらい
レベルが高く、その中で一緒に勉強していく事ができるのかとさらにも
不安になりましたが、本当に良い方々ばかりでヶ月たった今 何とか
続けれられております。ただ毎回毎回スピーチで自分の口下手が
頭にくるのでいつも気落ちてしまいますが、福島先生のチャーミング
な笑顔と心のこもった温かい励ましを頂き、帰る時は元気になり
また次へと気持がります。

“スロー・スピード”は豊かな人間性を養う場でもあると実感しております。
今自分自身にも うなれるよう努力したいと思います。
先生、皆さんこれからもよろしくお願い致します。

年齢 53才 性別 女 勲業 会社員

教室に通つて7年、人前でのお詫とります時、全く
あがらなくていました。また、即答力がついた為、
突然の指名でも話しかが出来ますようにありました。
そして何よりも大切な笑顔で自分の言葉で話すと
いう事が出来ますようになった事が、教室に通つて一番の
素晴らしい事だと思っております。是非、教室に通おう
か迷っている皆様、必ず、誰でもお詫しかが出来ますに
なりますので、まずは無料おためしレッスンから始めて
みて下さいネ。皆でお待ちしております。

年齢 39歳 性別 男性 職業 教師

せいせい

孔子は云う、「吾は十五才で学問の道に入ろうと決めた、三十才で学問に対する自分なりの基礎を確立した、四十才で戸惑うことなくなり、五六十才で天命を悟る、六十才で何を聞いても動じなくなる、七十才になるとからは、心のままに行動しても道理は違うことがない」と。

39歳になりました。コミュニケーション能力が上がり、人に接して恐れること几乎没有なり、はじめての仕事をまだ怖い、学問が工事に好きになりました。自分のキャラクターとの向き合の方法が分かってきた。自分の本分を知る、自分のうまんを知る、自分の長所を知る、自分が好き嫌いとを知る。自分が何に向ひたのかを知る、自分の不得手を知る。去年より今年、今年より来年自分がよくなることを信じられるようになります。命が簡単なことを知る、他人ががんばってやっていると生きてるよと知る、せいい、ほん生生って、詳細なとこと工事の人のいいところと知る、他人の顔とみる、その人が喜ぶように仕事をした、と思ふ。夕飯の味が同じで、うとうとは麺がうとうの有りない、と思うようになります。せう中のやうな人を見かけられるようになります。人ははんてりの悪い相手がいることを知る。自分がいい子でいる、勉強が楽しくと思ふ、でいい、一生生きる、自分と相手が喜ぶことを一生続けて生きる、それが教室がおけです、あります。

年齢 30 性別 女性 職業 会社員

スピーチやスピーチにはたくさんの良いところがあります。
そのおかげから3つご紹介をしたいと思います。

1つめは、人前で話すときのポイントがわかる本美にあります。話すしお教室なので当たり前の話を思われるかもしれません。毎回のレッスンにきちんと通われている方は、話す"で話すのが上手になります。誰でも回数を重ねれば"上達していくのは当たり前"がなくてすみ"だと思います。

2つめは"学べる"ということです。"3ヶ月おきの話が開けた知識が増える"ということもあります。しかしそれ以上に、自分が大人になると教えてもらったりいくつある社会人としての立ち振舞いについてや、自分がどう対処していくかから"がりた"事柄について"学ぶ"ことが"またリヒントを得ること"ができます。

3つめは仲間ができます。教室には年齢・性別や職業に関係なく様々な方が通っています。普段の生活だけでは交流合う機会がないような立場の方と親しくなり、自分の視野が広がります。また教室にはいつも明るい福島先生はじめ向上心のある素敵なかたがたくさんいらっしゃるので"レッスンに行くと元気が"もらえます。

とってもすばらしい場所なので、人で多くの方に教室のことを知りたい"きたい"と思います。

年齢 48

性別 男

職業

会社員

この教室では、いざいざ30代、40代の人が来て、この人たちのスピーチから、普段の生活では気が付かないことを教えてもらっています。加藤シズエさんの若さと保つ秘訣は、1日10回感動することという話を聞いたら、いかに自分が感動から縁遠い生活をしているかを思い知らされ、これの改善に向けて取組んでいます。「ニルバーナ」いうグループに影響を受けたという話を聞き、自分も若い頃に聴き込んだ、このCDを再度聴き、最近また音楽を聴くようになってることなど、かなり影響を受けているとあります。目的であるスピーチは、まだあまり上達していないせんが、偶然この教室に通えましたから、周りの会話に感謝するうちに、今後とも引き続き頑張っていきたいと思います。

年齢 22

性別 男性

職業

アルバイト

会話教室を通り始めたきっかけは、「就職すること」でした。最初の頃は、1人で電話をかけるだけで精一杯でしたが、通り続けるうちに、自信がついて、次の面接先で内定をとることができました。

最近では、スピーチのネタを仕事にしています。例えば、従業員全員に挨拶をかけたり、お客様に気持ちよくお買い物ができるよう、「いらっしゃいませ。おはようございます。」と、フロア内に聞こえるように声を出したり、時には探している商品の場所を教えたり、白菜の丸ごと1個を頼まれたりなど、大忙しの日々を過ごしています。

会話教室に通って変わったことは、「顔つき」と「声」です。通う前は怒りっぽい顔をして、声が細々であったため、相手に言葉が伝わらないという状態でした。そして通ってからは、自分が何を話しているのかが分かり、それを聞いている人が分かるように大きな声で話せることができました。また顔の表情が明るくなり、自然と笑顔ができるようになり、ジェスチャーを使って表現することができました。

年齢 60

性別 男

職業 自営業

自分の思ひ事を、たくさんの人に伝える事は、非常に難しい事です。えいを少しでもできるようにとの思いで、教室に通い始めました。ようやく1年か経過しようとしてります。最初は、うまく話すと「うう」と考えたまではしたが、皆さんとの話を聞くうちに、自分の思ひ事を、自然に素直に話すのが、一番よい事だと感じました。

福島先生には、いつもまず、最初の挨拶は、大きな声で、えいに当たられて胸には、「はい」と大きな声で返事をするようにと教えられました。これは、話をする前の大事なことだと思ひます。これがでると、話にはいっていく事がうまくできるようになりました。

この教室に、集まってくれる人達は、年齢、職業もさまざまの方々で、普段あまり聞く事のできない話をしてもうえるので、自分にとっては、とても役立っています。また、皆さんとても気持ちが良かく、楽しい雰囲気の中で、時間があっという間にすぎていく感じがします。自分の仕事が終りてから、教室に通う事は、大変な事ですか、これからも、欠席したりするに、がんばりたいと思います。

年齢 51 性別 男 岩業 会社員

教室に通い始めて7年になりますが
あっという間にすぎてしまい、こんなになるんだと
改めて思います。

福島先生や教室の生徒さんの人柄に触れ
体験談を聞き、またそのことに感想を述べる
ということで、いろんな気づきが得られ
たのしみな時間となっています。

人前で話すことは今だに苦手ですが
話すのではなく自分を表現することだと考え
人とのつながりを大切にして
スピーチを学んでいきたいと思っています。

年齢 52

性別 女

職業

この場^所でコミュニケーションの練習をして、
いつもの生活で実践します。今まで考^えいに程
他人はこめくないことに気が付きました。「自分の居場
所は、自分でつくるないと……。」そんなふうに思^うます。
ホ^ホホ^ホ干^かですか、「前へ、前へ!!」です。
教室で勇気をもらっています。

年齢

71才

性別

女

職業

主婦

スピーチ、スピーチに通じる勉強を初めて。

日常の雑談でも自分が思っていることやいつも話せない相手に聞いてもらえない。話を始めても上手に話せない。改めて一人で話す時などは、胸が高鳴り話が思うように出来ない。

今迄の自分を解消して、自分を向上させるために自分磨きを行なってます。

・発声練習は初めてから特に教室で練習以後は、声が出来やすくなりました。

・声が聞こやすくなる気分になります。

・ほのきりと言葉を出す方に気をつけようと努力

年齢 13 性別 男 勉業 中学生

僕は今回の「人間力アップセミナー」で「感謝」をテーマにスピーチをしようと
思います。なぜかとすると、僕は今年中学二年生になります。
親や先生、友人などに迷わくはかりかけて申し分けない
と思いました。なので、普段は言えない「ありがとうございます」を言いたい
と思いました。そして僕は親だけに感謝するだけでなく
今まで出会った全ての人、これから出会う沢山の人全てに感謝す
れたいと思いました。理由は今まで出会った全ての人、これから
出会う全ての人がいるから自分は生きられると思ったからです。
なので、「全ての人に感謝」をテーマにスピーチをしたりです。
そして僕もいかは感謝されるような人間になりたいです。
人から感謝される人には人間力をアップさせることが
なにより大事な事だと思います。なのでこの人間力アップ
セミナーで人間力を高めたいと思います。そして人から
感謝されるような人生を送りたいです。

年齢 42

性別 男

職業 会社員

私は、スピ-テスピ-テに通へはじめ23年になります。

ここでは、地位や肩書きにとらわれず、自分の意見を述べる
ことができる楽しいミッスンの場です。

私にとってスピ-テスピ-テはオアシスです。会社で嫌なことがあって
ここに来ると、ヨレヨレの皆さんの楽しい会話を聞くことで、支えられます。
皆さんも是非一度体験なさったらどうでしょうか？

250-4、250-41: 通じて改めよう!

廢的“爛”字——爛字——!!

七、

- ・ 人前で「舌を出すなんぞ絶対叶へ」
 - ・ あがり症で「人前で出すのが苦手
 - ・ 食事で「舌を出さないよりは下を向いてしまう
 - ・ 声小さめ、自信なし、笑顔なし

P 7 A -

- ・ どんとん人前に出でてなよ
 - ・ まほ月立ちたがり屋さんじやながれと奥の娘だよ
 - ・ いいしゃが人がうきよてうきよねてうきよよみじゆなよ
 - ・ 自信がほ、いいほどおこなうがんばるなよ

94-5

「二十大」開會之值何？」

みんなで楽しく勉強しません？

40代 男 11月 公務員

60代 男 自由業

私は 2年前 スピーチ・スピーチ教室のドアを開きここに
來ました。昔から人の前では おはようございますぐうじ、
人の前でスピーチなんて考へておなかのうです。

しかし年齢が来て 地域の役が回って來まして、
それは「それでスピーチをしなければならないのです。
こまつ左、こまつ左と思い……電話帳を開きスピーチ・
スピーチを見て、すぐ電話し福島先生が夕かた見に
來たよと言われたのでドアを開きました。

スピーチ・スピーチ教室の1回目を思い出すと何を言って
いるのか頭の内は真っ白です、でも教室の台20cm位
の高さが、とても大切だと鬼ります。高い所が見乙
目線も高く、話す方が達って います。2回目、3回目と
スピーチを行っていいくと、前回の話す方を思い出し訂正
し次回はもうとうまく話したいと鬼ります。もうう
はいっても少しずつスピーチはうまくなっていりますと
思ひます。教室に来て楽しくなって來ましたのでみなさまと
練習したいと鬼ります。

30代

女

会社役員

私がスピーチスピーチにお世話をになったとき、かけは、2年半前、ある試験に落ちてしまい、心の底から「自分を変えたい！」と思つたことがあります。人前で話すこと逃避して避けて避けてきた人生。だけれど、その試験に合格するには人前で話すこと慣れたり自信を持たなくては！と思つて決意しました。（お陰様で半年前合格出来ました。）また、ちょうどその娘から、経営者として、自分の想いを自分の言葉で伝えたいと強く思うようになりましたといふこともあります。

しかし、通常始めたものの仕事が忙しくなかなかレッスンに行けなかったり、上手く出来るか不安…と思つて躊躇してしまうこともありますが、いつも終わると「今日来て良かった！」と思つます。「来た自分をほめる」「人前で話した自分をほめる」ことが毎回でけますし、何より楽しいです。他の方の話を聞けることも心が色々と感じてプラスです。

苦手なことを苦手なままにしておくのは楽なので可か、こんな自分になりたいと思っているなら動くしかありません。失敗は成功のもとです。何を発信したいのか日々自分と対話しながらスピーチのネタを考えています。

福島先生のパワフルさや包容力、そして教室の皆さん優しく前向きな方々なので「おススメな教室です！」

年代 40代 性別 男 職業 会社員

私は人前で話すときに発声が詰まってしまう吃音があり、電話を掛けるときや、自己紹介など大勢の前で話すときに大変苦労しています。

そんな折、今春から小学校のPTA会長を務めることになり、散々悩んだ末に、知人から”スピーチ＊スピーチ”的話を聞き、藁をも縋る気持ちで、先日、無料レッスンを受けた次第です。

レッスンは、発声練習の後、いろいろな生徒さんの話を聞いて、私も話して、お互い良いところを探して…と、ゆったりほんわかペースでしたが、いつの間にか2時間が経過していました。

意外と頭を使っていたようで、溜め込んでいたものも出し切ったのか、帰り道は心地よい解放感に満たされていました。

入会してまだ1日目の時点ですが、人前で話すことへの抵抗？緊張？が幾分和らいだように感じます。

教室には、様々な目的意識を持った方々が来ており、スピーチで話す内容も勉強になりますし、不安や悩みを、特別なものではないことと受け止め、それも自分の一部と含めて、改めて自分の魅力に気が付き、自信が持てるようになる、そんな前向きな雰囲気があります。

生徒さんは長く続けている方が多く、私の知らない魅力がまだありますし、これから自分がどう変わっていくのか楽しみに思えるようになりました。

自分を変えてみたいと考えている方、是非無料レッスンを受けてみてはいかがでしょうか。

40代 男性 会社員

私は、スレ・チ・スレ・チに通い始めで9年目になります。

本事以外の人々とお会いする機会は私はスレ・チ。

スレ・チしかありません。

スレ・チ・スレ・チは親戚関係を伴わない人々なので、

不倫相手思いをしないし、私にとってはオアシスの

ようなところです。

年令を重ねるごとに、人前に話す機会が増えます。

私も、保育園の保護者会長を引き受けました。

保育園の行事のたびに、保護者の前で話しました。

以前の私でしたら、マイクを持った手が震え、とても人が

で話すことはできなかつたでしょう、

でもスピーチ、スピーチで練習をさせて頑ったおかげで

のちのまもなく、スピーチがでも、無事保護者会長の

大役を終えつことができました、

スピーチ、スピーチは、人前で話すことが苦手でスムーズに

させてくれる場所です。脳としとくと是非覚えておいた

うどうアレルギー、

10代

男

学生

僕がスピーチ、スピーチに通って
変ったと思ったことは、通う前に比べ
自信がついたことです。

前はなかなか自分の意志など“を
はっきり伝えることができず、悔しい
思いをしたことがありました。

しかし、口の開け方が課題という
ことが分かり、変えていくようになりました。
そうすると思ったことが誤解され
なくなっていました。また、ここで
様々な人と話すことでやがて
会う人と話すときも緊張が減った
と感じることができました。

今後も学んだことを活かすことと、
発声練習など“も頑張っていきたい
です。

年齢 28 性別 男 職業 派遣社員

就職活動を機に入会。幼少期から口数が少なく、あまり人と話すことがなかった。その後も一部の友人とはある程度話すが、他社とのコミュニケーションという点であまり発展しない生活が続いた。大学の研究室ではメンバーとの意思疎通の不足による失敗などがあり、また就職活動においても面接でうまく応答できないといった問題が生じた。

Speech*Speech では、自分で話題を決め、他人に向けて話し、他人の話を聞いてよい点を見つけるというレッスンで、どのように話せば分かりやすいか学べた。また、話の話題を探すことで、日常から色々なことに目を向けるようになった。

年齢も職業も様々な人が集まり、自由に話せる場というのは非常に貴重であるので、自分の視野を広げるという点でもよいと思う。

50代 男 会社員

もう入会してから10年以上たちますが、教室に通うことが楽しくてワクワクしながら通ってきました。

福島先生のその人のいいところを見つけて褒めてくれることや、成長したことを認めてくれることがうれしくほんとうに勇気を与えてもらいました。感謝しています。

教室に通う他の生徒さんの話を聞くことで、知らないことを知ったり、考え方があわったりします。

そんなことがあるから成長できるのだと思います。

いまだに人前でスピーチをするときは緊張しますし、何を話していくか考えてしまいます。

でも人前に立ったときの雰囲気が確実に変化していると思ってます。

生きている以上、人と関わらないでいきしていくことはできません。

より魅力的な人となるように進化していきたいと思っています。

年代：40代 性別：男性 職業：建設業

【入会した理由】

娘の幼稚園父母の会 会長に任命されてしまった。大勢の人前でスピーチをする機会が何度もあり自信がなかった。スピーチを聞く側の保護者は年々評論家みたいになっていて、辛口の評価をするので、娘や妻の為にも失敗は許されない状況だと感じた。

ネットで検索して、スピーチスピーチの教室があることを知り、なんとなく行くのが恥ずかしかったけど・・勇気をだして電話してみました。電話の対応も感じが良く、行ってみよう という気持ちになりました。

【入会して良かったこと】

- ・グループレッスンは仲間が大勢いて良い雰囲気です。
- ・「習うより、慣れろ」だんだん慣れてきました。
- ・レッスンの時間帯も毎週自分の都合のいい時間を選べます。
- ・仲間のスピーチのいいとこ探しをします。私はまだまだ未熟で、うまく返せないですが福島先生の「ここが良かった」「こうした方がいい」話は、こういう言い方ができれば良いなあといつも驚かされます。
- ・実践向けの的確なアドバイスをもらえます。
- ・自信がつくまで練習できます。

【成功体験】

幼稚園総会：大勢の人前で初めての挨拶。会場が広くて緊張したけど、ステージ上でアドバイスどおりにしたら緊張がなくなり無事成功。

幼稚園運動会：かなり大勢の人前での挨拶。失敗は絶対許されない幼稚園の一大イベント。自信がつくまで何度も教室で練習しました。園児や保護者の気持ちに届き大成功。

幼稚園お遊戯会：イベント会場大ホールでの挨拶。一生懸命頑張てきた園児の為にも、はじめの挨拶で失敗は許されない。勢いだけでは認められない、話の内容も求められる難しい挨拶。教室で福島先生やレッスン仲間にアドバイスをしてもらい大成功。来賓の方にも褒められて、妻も娘も大喜び。

【まとめ】

レッスンに通うようになってすぐに自分が変わっていることに気づきます。絶対に嫌だと思っていた挨拶も「なんとかなるさ」と思うようになってきました。昨日も保護者の方から「挨拶が上手ですね。学校の先生ですか？」と褒められ嬉しい気持ちになりました。

スピーチスピーチは、とてもすばらしい話し方教室だと思います。

以上

30代 男

会員

入会後も、未だ

- 人前に出るのが苦手（あがり症）を克服したが、今

入会後も、 $t_1 = 30^\circ\text{C}$ 、 $t_2 = 25^\circ\text{C}$

- 自分は自信があるよりにな、 t_2

○ 本川、笑顔等人に大事なことを学ぶ

所で走る

- 人前に出るのも苦手（あがり症）余裕があるよりにな、 t_2

○ 用意が了り物事はなるべく早く走る

二ヶ月後も未だ入会

- 人前に出るのが苦手な方、あがり症の方は、訓練したことで克服できるようになります。

○ 規則的に走り、毎日人前に向けて走り入会する。

50代 女性 会社員

- スピーチ教室は、楽しい、居心地の良い場所です。自分が受け入れられている…を感じる事ができます。
- 発声練習をすることで、声が出来るようになります。それまでは、必ず聞かれていたのか、よくなりました。大きめ声を出すと、無心になつてエポックトレーニングをすると、ストレス解消にもなり気持ちが、すっきりとします。
- スピーチのネタを捜すために、アーテナをはりめぐらすようになります。いろいろな事に気づくようになります。
- 年齢、性別、地位の別がなく、自分の素直な意見を話せる。
- 共感を得られる事で自信を持てるようになりました。良いところを褒めてくれるのもうれしいです。
- 新しいことにチャレンジしていくという意欲をわれわれてくれる。
- 他の人の話を聞くことで、自分の知らない事、興味のなかった事にも興味を持てるようになりました。
- 悩みを打ちあけるところがなかったのに、話せる場所がで、口にだす事で、自分がとても楽になりました。自分だけだと思つていたのか、共感され、アドバイスをもらひ、解決の糸口もみつけることができた。
- 教室に通う方は、良いとさがします方が多く、自分を変えよう、自分を伸ばしていくと必ず向上心も持つていて、自分の刺激にもなります。
- 私は、教室に通うこと、別人になったか…と言われています。おりかくとうございました。今、楽しく過ごしています。

20代 女性 会社員

スピーチ・スピーチには就職して2年目のころ会社の研修をきっかけに入会しました。

ちょうど父親世代の上司が多い職場でコミュニケーションに悩んでいたこと、就職をきっかけに山梨に来たため友達や知り合いがないということもあり、教室に通っているの方と知り合って視野を広げられたらいいなと思っていました。

スピーチを通して先生や生徒のみなさんに仕事やプライベートの悩みをたくさん聞いてもらいました。自分と同じ悩みに共感してもらえると悩んでいるのは自分だけではないんだなと気持ちが軽くなりました。たくさん泣きながらスピーチをしたこと也有ったのですが、一人暮らしで山梨に友達がない私には、いつも温かく迎えてくれて話を聞いてくれる人たちがいる教室の存在があって本当によかったです。

仕事で自社製品のプレゼンをすることになったときも、先生にマンツーマンの指導をしていただいてたくさん練習をしたおかげで本番は緊張せずに余裕をもって望むことができました。

原稿を覚えるのではなく、自分の言葉で何度も口に出して練習しました。最初は抵抗がありましたが、伝えたいことを口に出したほうが内容が自分のものになってそれが自信になるのだと教えていただきました。

私のほかにも会社の上司が何人か研修で通いました。それまではなんとなく恐くて話しかけにくかった上司ですが、スピーチ教室という共通の話題ができたことで会話が弾むようになり仕事でもコミュニケーションがとりやすくなりました。

レッスンと一緒に受けたとき、今まで知らなかった上司のプライベート的一面に触れることができました。スピーチ教室に通う人が会社に増えたことで職場での笑顔が増えてきたように思います。

上司や部下とプライベートでも一緒に…と抵抗がある方もいるかもしれません、お互いの人柄に触れたり共通の話題ができたりすると、距離が縮まって仕事がしやすくなりますよ！

明るく元気な福島先生と優しい教室のみなさんに出会えたことに感謝しています。

20代 女性 学生

私がスピーチスピーチに入会したきっかけは、祖母からの勧めでした。私は、人と話すことが得意ではありませんでした。将来の夢に向かうためには、このままではいけないと思っていた所、祖母からこんなところがあるよとスピーチスピーチを勧められました。

無料体験に伺ったところ、発声練習から始まり一人一人のスピーチに移っていました。発声練習をするとおなかの底から声が出て話しやすくなります。ここに通い始めてから2か月半が経ちました。そして通ってから変化したことがあります。それは、表情とスピーチです。まず表情に関しては、久しぶりに会う人から「明るくなったね。」と言ってもらえたことです。自分ではあまり感じていませんでしたが、他の人から見るとそう見えるようでした。あと1つはスピーチです。来はじめた頃は、緊張して声が震えたりしていましたが、今は声が震えることなく話すことができています。そして話す内容も事前に考えてくることが多かったですが、スピーチしている人の話を聞いて何にするか考えたりその場で考えたりしています。私は諸事情があり現在休学をしています。新しいクラスに挨拶をする時に一番自分で驚いたことがあります。それは挨拶の言葉です。事前に考えてから話そうと思っていたのですが、その場に立ってから考えることにしました。その結果、アドリブでもきちんとクラスメイトの顔を見て話すことができました。また緊張して声も震えることがなく終えることができました。コミュニケーションを取ることが得意ではなかった私は、このままではいけないと思って入会した、スピーチスピーチ。その結果が自分を積極的な自分に変えてくれたと考えています。以前は、自分から話しかけるのではなく相手から話しかけてくれるのを待っていたことが多かったのです。しかし現在は移動教室や昼食時に自分から「一緒にいいですか？」と声をかけることができました。そんなことは当たり前だと思う人もいるかもしれません、自分にとっては大きな一歩なのです。これからもここで頑張っていきたいです。

年齢 48 性別 男 職業 公務員

私が、このスピーチ教室に通い始めたのは昨年の2月からでした。話すことが苦手な上、人前に立つ上がりほうこくに大変なコンプレックスを感じていました。許が上手に出来たようにうなづかれて、本を買、自己流で練習してもうく出来ないで、付箋でも人前で話す機会が、増えていますが予想されたジャッジでした。

昔、新日本プロレスに山本小鉄という選手がいて、引退後からテレビ解説者に転向して上手にプロレスの解説をしていたが、取向す際にスピーチの教室に通っていた許と見えていた東京にはこのような教室があるのだから、東京に通つる勉強しようと考えた時期でした。何十回、何百回も通つて平和通りで、この教室の看板を見つけました。今では、全く気が付かないが、甲府でもこういう教室が出来たのかと思い、早速電話して、体験教室を経て、スピーチ教室に通つております。この後、この看板は10年前があることを知り、いかに自分が周りで見つけるか改めてかかりました。

スピーチ教室では、最初に4種類の発声練習を行つてから、いいところを探していく、各々スピーチを行い、どのスピーチを聞いた人が、スピーチの良いところの感想を述べていく。ややけめでスピーチの練習を行つております。これは、大変に優れた方法であり、3つの良い点、があります。1つ目が、聞く人が話す人の良い点を探していくので、話す手が安心して話す出来るという点です。2つ目が、聞き手も感想を言わなければいけないのが、一生懸命に聞かなければなりません。この聞き手の聽くという態度が話す手に伝わり、話す手もよくなる点です。3つ目が、スピーチの後、感想を述べてもらうのですが、同じ話でも感想の視点が考え方か違うので、大変に参考になります。このように一石三鳥に通つては大変優れた方法だと感じています。

年齢

54

性別

男

職業

会社経営

「まさか俺がなあ」というCMがあったけれど、そんな感じだった。会議で発言をされた「みんながてまば、何を言ってるのか全くわからん」と思われたらしい状況(笑)。3、4回ペニヤンコになつた。徐々に、知らん顔で年をとつてきたけれど、これからも(何が)遅延が取ると年長者になつてはいけない、人前で話をしてはならんとか増えるのか? それはやばい。これまでの結婚式や親の葬式もあわづらし、…避けられん。

入ってからだけではなく、まず普段から声がしつこく出でていなか、など。最初に腹式呼吸を習ったが、呼吸が浅く腹から声が出ていない、とか良く分かった。気合練習をやると気合がさつぱりする。それから右脳を全くといつていいほど使ってはいけないとも気が付いた。頭の中の整理がつかないので原稿を書いてスピーチすると「原稿は、覚えるから志す。でしょ?」と福島サリーさん先生が見送りでよい、やさしい顔で諭す。實際、自分が感動したことや、本当の想つことは、なぜ見送りだと話すときは夢中で話すので、自然に生き生きとして声も良く出た。先日、結婚披露宴の主賓の祝辞を生まれてはじめてやつた。いつもお祝い、これから的人生へのエール、そして私もとても嬉しい、といふ気持ちを葉にして。乾杯後すぐの感想が「いい話を有難うござります。嬉しくて涙が出了」とおれに来てくれた。目標について、本当の気持ちを伝えるスピーチができる、私自身も嬉しい。その後のお酒がいつもより多くなつたことは、言うまでもない。有難うござります。

年齢 57才

性別 女性

職業 会社員

レッスンのたびに 肩から元気をいたたいてます。
いろいろな方のスピーチを聞くと、話題の内容、表現の仕方等...
自分の知らない世界をいろいろかがめて、気付かれるんです。
未熟さを感じ “今までのダメ、前に進まなければ”と思
うんです。週1回のレッスンは自分自身を高めてくれます。
次にはどんなスピーチをしようかと 新聞、テレビなど周りにアン
テナを張って、吸收しようという気持ちでいつも目配り、気配
りでいる自分に気付きます。スピーチは目隠の自分ができます。
そして、その人の人柄が表れます。スピーチは人間づくりだ
と思います。職場ではそれぞれの立場があり思う様
に発言できませんが 本教室は肩書き、性別、年令の
区別がないので たのびのひで自由に話せます。そして、良い
ところをスピーチを聞いてれます。落ち込む事なく
又、頑張ろうって思うんです。継続は力なりの言葉を
信じてこれからも学んで行きたいと思います。

20代

女

会社員

元々私は就職活動の為に入会しました。あまり話すこと
も得意ではない上に、発声も良くない、そのことが小さな時から
コンプレックスであり、嫌な思いも度々していました。さすがに自分が
好きではないせいで、入会し前で話すようになつたら、少しずつ
話が進みやすくなって、言いたいことも言えるようになりました。

就職はおかげで内定をもう2つ持つようになりました。その時に、君は
明るくて良いね、と面接官に言つてもらいました。これが嬉しかった
です。その後も通り続ければ3年たちますが、仕事を接客を続ける中
で、お客様との対応が良くなったとほめられました。

また、何よりも、お客様、レスナーを通じてメンバーから、明るく、楽しい
魅力があると評され、自分はまた自分だと思つていただけど、それでは
ない、自分の良さ、魅力に気づくようになりました。レスナー自身、ためな
所悪い所を直すのではなく、自分の良い所を探し、伸ばしていく
場所だと思います。

他にも、身内の結婚式のスピーチで、発表した時、印象に
残ったとほめられました。二つことは初めてでした。

自分に自信がない方、悩みを感じている方、どんな人でも、本当に
変わることで生き、自分の良さに気づくことが生き、成長生き、と
通じていて思います。

30代 ♂

会社員

教室に入るといつも福島先生が元気なあ・エ・ツ・キ・ラ・キ・ラ・ナ・笑・顔・で
迎えられます。ここで「あ、声のボ」は-ひ、おこへら、出しても…ん。
自分は全然笑顔じゃないや。と気づきます。スピスピスピ、チスピーチ・
スピーチのスピーチが入る瞬間です。足元に目をやると、皆さんの靴がぎ
れ…に並んでいます。気持ちのよい玄関です。そして、皆さんの人柄が
わかる気がします。おきな円テーブルもお気に入りです。角がないところ
と、つなぎの人の境界があ・き・な感じが、教室のやわらかさを
作って、うそと思します。

レッスンでは、発声練習のリーダーが毎回ちばうんなの、その人な
の言葉が発声方法を教えてもらいます。毎回同じ練習メニューなのに
いつも新しい発見があります。小人数でときにはマイナーリーニング
もたくさん発見があって面白いです。一つの単語から連想するコトバ
を無心で書、していくと、だんだんと脱線していく自分が…。本線に
戻ろうとするんだけど樂いくつ、続けています。書いたことを一ヶ月後
に見返しても、きっと何のこだわからず、ごろう(笑)皆さん
の連想したコトバを聞くのも樂しいです。単語からイメージが分歧?拡
散?、いくつか過程が人さまざまで個性、面白いな、と思します。

個々のスピーチでは、お題も時間も方法も自由なのが、型にはま
らが、表現が許されて、その面で好きです。そのおかげで自由
気ままに話せます。皆さんの個性あるスピーチが聴けます。気ままと
は言うものの、演壇・マイク・カメラがあることほど、緊張感もあ

ます。円テーブルを囲んで同じことを話せばもと上手くしゃべったのに
と悔むこともあります。オーディエンスとの距離・目線の高さ・緊張感
を越えて十手に感じた一体感？距離が縮む感じ？が壇上での
スピーチの醍醐味なのかもしれません。スピーチ
後の感想をもらう時間も貴重です。自分がお気づかが、視点がよ
い。たところを指摘してもらえばし、ネガティブな箇所があつても「
んな考え方であります」とポジティブに変換してもらえます。反対に、
皆さんのスピーチを「どこがよいか」とか「が」に注意を向けて聞くこ
とでポジティブな感想が持てるので、話の手の皆さんのこと好き
になります。よいところをほめると、ほめられた側も笑顔に
なりますし、ほめた側も気持ちがいいです。

最後に、全体を通して感じたことを書き結びとします。スピ
ーチ・スピーチは“目で“書む”場だ”と思します。話の方・コミュニケーション
思いや・助け合ひ・なんふを周りのふるまいを見て学ぶ環境で
す。講義やテキストを通して学びとちがい、発見や気づきで成
長していく場だ”だと感じました。